

## Bereitschaftsdienste

### ■ Verbandsgemeindewerke

**Wasserversorgung:** Notdienst.....Tel. 0172/6595 881

**Abwasserbeseitigung:** Notdienst.....Tel. 0172/6595 882

### ■ Ärztliche Bereitschaftspraxis Birkenfeld/Baumholder/Hermeskeil und Morbach-Thalfang

Schneewiesenstr. 20, 55765 Birkenfeld .....Tel. 116 117

#### Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag und Donnerstag ab 19.00 Uhr bis zum Folgetag 07.00 Uhr.

Mittwoch ab 14.00 Uhr bis zum Folgetag 07.00 Uhr.

Freitag ab 16 Uhr durchgehend bis Montag um 7 Uhr

Feiertags vom Vorabend 18.00 Uhr bis zum Folgetag 07.00 Uhr.

### ■ Apotheken-Notdienst

Landeseinheitliche Rufnummern der LAK: aus dem **Festnetz 0180-5-258825-PLZ (0,14 €/Min.)** (zum Beispiel: 0180 5-258825-56727 für Mayen) und aus dem **Mobilfunknetz 0180-5-258825-PLZ (max. 0,42 €/Min.)**

Notdienstnummer wählen und direkt anschließend die Postleitzahl des aktuellen Standortes über die Telefonsatznummer eingeben. Dann werden drei dienstbereite Apotheken in der Umgebung des Standortes mit vollständiger Adresse und Telefonnummer angesagt und zweimal wiederholt. Der Notdienst beginnt um 08.30 Uhr und endet am folgenden Tag um 08.30 Uhr, auch an Sonn- und Feiertagen. Auf der Internetseite der Landesapothekerkammer Rheinland-Pfalz ([www.lak-rp.de](http://www.lak-rp.de)) ist ein für jedermann abrufbarer Notdienstplan verfügbar, der nach Eingabe der Postleitzahl des Standortes die umliegenden dienstbereiten Apotheken anzeigt.

### ■ Allgemeine Notrufnummern

Feuerwehr ..... 112

Notruf ..... 110

Rettungsdienst ..... 112

Störungsannahme Strom: ..... 0800/3123000

Störungsannahme Gas:..... 0800/3124000

### ■ Das Elektro-Bürgerauto der Verbandsgemeinde Birkenfeld

Das Elektro-Bürgerauto muss **spätestens einen Werktag vor dem eigentlichen Termin** telefonisch vorbestellt werden, besser ist es jedoch, deutlich vorher zu reservieren.. Ehrenamtliche Fahrerinnen und Fahrer holen Sie dann ab und bringen Sie zu Ihrem Wunschort in der Verbandsgemeinde und wieder zurück. Dieser Service finanziert sich aus Spenden.

Telefon: ..... 06782/990159

**Reservierung:** Montag - Freitag (an Werktagen), 08:00 - 12:00 Uhr.

**Fahrdienst:** Montag - Freitag (an Werktagen), 08:00 - 12:30 Uhr und 13:30 bis 18:00 Uhr

### ■ Selbsthilfe-Gruppen

#### ■ Anonyme Alkoholiker und AI-Anon Familiengruppe

Treffen jeden Montag, von 19.00 bis 21.00 Uhr

Jugendzentrum Auf Ellenborn 38 - Ecke Mozartplatz

#### Kontakte AA

Manfred ..... 06852-7610

Heinz ..... 06782-5541

#### ■ Verein für Suchtgefährdetenhilfe Birkenfeld e.V.

Gruppenabend jeden Mittwoch, 20.00 Uhr, im Georg-Wilhelm-Haus, Eingang Am Kirchplatz, 55765 Birkenfeld (Führerscheingruppe)

#### Kontakte:

Schmidt I. .... 06782/3576

Scherer W. .... 0151/54193621

Schneider L ..... 0173/3012002

#### ■ Behinderten-Sport-Gruppe Birkenfeld

„Mitspieler für Sitzball gesucht, auch ohne Behinderung“!

Montag, ab 18:45 Uhr Sport

Sporthalle Gymnasium, Birkenfeld

Ansprechpartner: Klemens Heß (Übungsleiter) ..... 06782/ 7994

Freitag 15:30 Uhr: Wassergymnastik

Fachklinik, Krankenhausstr. 22, Baumholder

Ansprechpartner: Eckhard Reinke (Übungsleiter) ..... 06782/7017

#### ■ Deutsche-Rheuma-Liga ÖAG Birkenfeld

#### Kontakte:

1. Vorsitzende: Sabine Belabbas ..... 06781/360083

Schriftführer: Helmut Pauly ..... 06782/5902

#### ■ Diabetiker-Sportgruppe Oberkirchen

#### Treffen:

Jeden Mittwoch um 20.00 Uhr, Bruchwaldhalle, in Freisen (beim Rathaus). Blutzuckermessgerät und Blutdruckmessgerät (falls vorhanden) mitbringen. Alle Diabetiker sollten sich eine Notration zum Essen und Trinken mitbringen.

#### Kontaktadresse:

Hannelore Schmitt, Freisen ..... 06855/825

### ■ Parkinsongruppe Birkenfeld

Eine gute Möglichkeit, die körperliche Leistungsfähigkeit und Körperhaltung zu verbessern, ist die regelmäßige Teilnahme an der Übungsstunde beim TV Birkenfeld. Diese findet mittwochs, von 14.30 Uhr bis 15.30 Uhr in der Stadthalle Birkenfeld statt.

Ansprechpartnerin:

Petra Schäfer vormittags ..... 06782/1281  
oder nachmittags 5357

### ■ Selbsthilfegruppe Birkenfeld der Alzheimer-Gesellschaft Rheinland-Pfalz

Jeden 3. Donnerstag im Monat, von 15.00 - 17.00 Uhr. Treffen in den Räumen der Kirchlichen Sozialstation Birkenfeld, Schönenwaldstr. 1.

Ansprechpartner: Waltraud Ströbel ..... 06782/5104  
und Susanne Saar ..... 06783/7880

### ■ Sprechstunde des Sozialpsychiatrischen Dienstes des Gesundheitsamtes Idar-Oberstein

für Menschen mit einer psychischen Erkrankung, Menschen in einer psychosozialen Belastungs- und Krisensituation, Menschen mit Suchtproblemen (Alkohol, Medikamente), altersgebrechliche und altersverwirrte Menschen sowie deren Angehörige im Rahmen der gesetzlichen Schweigepflicht

dienstags von 14.00 - 16.00 Uhr im Haus der Beratung, Schlossallee 2, 55765 Birkenfeld 06782/15-580

Selbsthilfe Team Schlafapnoe Idar-Oberstein und Umgebung

Informationen über Schlafmüdigkeit am Tag, Sekundenschlaf am Steuer, Schnarchen und gefährliche Atemaussetzer

Treffen an jedem letzten Mittwoch im Monat um 19.00 Uhr

Info-Tel.: ..... 06784/980034

### ■ Treffen Selbsthilfegruppe ILCO

Die ILCO-Gruppe Birkenfeld trifft sich jeden ersten Dienstag im Monat um 14.30 Uhr im Casino der Elisabeth-Stiftung. Menschen mit Darmkrebs, künstlichem Darmausgang oder künstlicher Harnableitung und Interessierte sind eingeladen.

Nähere Informationen unter Tel: 06855/1050 und 06788/829 sowie im Internet unter: [www.ilco.de](http://www.ilco.de)

### ■ Selbsthilfegruppe Morbus Crohn, Colitis ulcerosa, Zöliakie (Sprue)

Treffen jeden 3. Freitag im Monat, um 19.30 Uhr, im Klinikum Idar-Oberstein, Konferenzraum.

Betroffene, Angehörige und Interessierte sind eingeladen an den zwanglosen Treffen teilzunehmen.

Ansprechpartner: Manuela Mais ..... 06781/35841

### ■ Burnout-Selbsthilfegruppe Saar/Hunsrück

Die Burnout-Selbsthilfegruppe Saar/Hunsrück trifft sich jeden zweiten Mittwoch im Monat, um 19.00 Uhr, im Gesundheitsamt St. Wendel, Eingang hinten im Hof. Mehr Infos unter [www.burnout-selbsthilfegruppe.de](http://www.burnout-selbsthilfegruppe.de)

### ■ AIDS-Hilfe Trier e.V.

Saarstraße 48, 54290 Trier

Büro: ..... 0651/97044-0

Fax: ..... 0651/97044-12

Beratung und Information für Infizierte, deren Angehörige und Menschen, die Fragen zu AIDS haben: ..... 0651/19411

Büro- und Beratungszeit:

Montag, Dienstag, Donnerstag ..... 09.00 - 16.00 Uhr

Mittwoch ..... 09.00 - 19.00 Uhr

Freitag ..... 09.00 - 13.00 Uhr

### ■ Weisser Ring Opferhilfe

Hilfe für Opfer von Straftaten

Außenstelle Birkenfeld: ..... 0176/75809488

bundesweite Notruf-Nr. .... 116006

### ■ Kriminalprävention

Sicherheitsberatung für Senioren und Interessenten

im Landkreis Birkenfeld ..... 06782-15300

### ■ Haus der Beratung

**Beratungsangebote:**

- Erziehungsberatung, - Lebensberatung, - Familienberatung, -Beratung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen, - Beratung von jungen Migranten, - Paarberatung, - Trennungs- und Scheidungsberatung, - Drogenberatung, - Beratung von pädagogischen Fachkräften

Kontakt: Haus der Beratung, Schlossallee 2,

55765 Birkenfeld ..... 06782/15250

Öffnungszeiten: ..... Mo. - Do.: 8.30 - 16.00 Uhr

..... Fr.: 08.30 Uhr - 12.00 Uhr

Sprechzeiten in Idar-Oberstein nach Vereinbarung.

### ■ Schutzbund für Impfgeschädigte e.V.

**Kontakt- und Beratungsstelle für Rheinland-Pfalz**

Hilfen und Beratung bei (vermuteten) Impfschäden

Infos: ..... 0671/44515

Internet: [www.impfschutzverband.de](http://www.impfschutzverband.de)

Sprechzeiten: nach vorheriger telefonischer Vereinbarung