

Ein Weg für mich!
Selbsthilfegruppen



Verzeichnis
für die Region Amberg
und Amberg-Sulzbach
09/2020



AMBERG

VORWORT

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

organisierte, gemeinschaftliche Selbsthilfe ist in einer aktiven und lebendigen Gesellschaft unverzichtbar. Sie stellt neben der professionellen medizinischen Versorgung die vierte Säule unseres Gesundheits- und Sozialsystems dar. Aus diesem Grund unterstützen die Stadt Amberg und der Landkreis Amberg-Weizsach die Selbsthilfegruppen seit vielen Jahren. So wird unter anderem bereits seit Langem der vorliegende Wegweiser erstellt, in dem eine große Palette an Selbsthilfeangeboten aus Amberg und dem Landkreis zusammengefasst werden.

Aktuell sind rund 50 Selbsthilfegruppen bei uns in der Region zu Hause. Hinzu kommen weitere Ansprechpartner, die Gleichgesinnte zu einem Informationsaustausch einladen. Die vorliegende Broschüre enthält eine Übersicht über alle diese Gruppen und Möglichkeiten und bietet daher eine wichtige Orientierungshilfe in diesem Gesamtangebot. Darüber hinaus ist bei der Stadt Amberg nun auch eine Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen eingerichtet worden, die Betroffenen zur Vermittlung und Beratung zur Verfügung steht.

Selbsthilfegruppen ermöglichen einen offenen Erfahrungsaustausch und können die Rat- und Hilfesuchenden auf Augenhöhe unterstützen. Sie bieten Orientierung, Gemeinschaft, Wissen, Akzeptanz und Bewältigungsstrategien, beenden das Gefühl von Ohnmacht und Isolation und helfen den Einzelnen, ihre Krankheit besser zu verstehen sowie Verantwortung für sich selbst zu übernehmen. Deshalb bedanken wir uns an dieser Stelle bei allen Selbsthilfegruppen und den darin engagierten Menschen für ihren wertvollen Einsatz.



Unser Dank gilt daneben aber auch der neuen Kontaktstelle und dem Gesundheitsamt für die Zusammenstellung der Informationen. Unser Wunsch ist es, dass der Wegweiser einen Beitrag dazu leisten kann, dass Betroffene, Fachleute und Interessierte mit ihren Anliegen schnell zum Ziel kommen und die richtigen Antworten auf ihre Fragen finden, die sich ihnen im Alltag stellen.

Michael Cerny
Oberbürgermeister
Stadt Amberg

Richard Reisinger
Landrat
Amberg-Sulzbach

INHALT

ALLGEMEINES

Warum eine Selbsthilfegruppe?	6
Was und wer ist die Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen?	7

Selbsthilfegruppen	8
--------------------	---

Gesundheitliche Selbsthilfe

Behinderung	9
Chronische Erkrankungen	14
Autoimmunerkrankungen	14
Demenz	16
Erkrankungen der Sinnesorgane	18
Krebserkrankungen	19
Neurologische Erkrankungen	23
Pflege	24
Weitere Krankheitsbilder	25
Seelische Gesundheit	34
Sucht	37

Soziale Selbsthilfe

Familie	41
Trauer	44
Weitere	46

Neugründung von Selbsthilfegruppen	48
Anlauf- und Beratungsstellen	49
Notrufnummern	53
Überregionale Ansprechpartner	54
Stichwortverzeichnis	55
Änderungen/Neuaufnahmen	59
Impressum	60
Kontakt	61

**Diese Broschüre finden Sie auch online auf:
www.amberg.de/selbsthilfegruppen**

WARUM EINE SELBSTHILFEGRUPPE?

- ▶ Eine Selbsthilfegruppe (SHG) ist ein freiwilliger Zusammenschluss von Menschen, die sich aufgrund eines gemeinsamen gesundheitlichen, sozialen oder seelischen Hintergrundes regelmäßig treffen.
- ▶ Als Gleichgesinnte tauschen Sie ihre Erfahrungen aus und unterstützen sich gegenseitig.



„DER ERFAHRUNGSUSTAUSCH UNTER GLEICHBETROFFENEN MACHT MICH STARK UND GIBT MIR MUT UND KRAFT, MIT MEINEM SCHICKSAL UMZUGEHEN!“

MITGLIED EINER SELBSTHILFEGRUPPE

SELBSTHILFEGRUPPEN:

- ▶ bieten Erfahrungsaustausch & Information
- ▶ heben Isolation auf
- ▶ ermöglichen die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben
- ▶ geben Halt und Orientierung im Alltag
- ▶ ermutigen zum Weitermachen
- ▶ ergänzen eine ärztliche oder therapeutische Behandlung

WAS UND WER IST DIE KONTAKTSTELLE FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN?

- ▶ Sie überlegen, ob Selbsthilfe ein Weg für Sie ist und suchen eine Entscheidungshilfe?
- ▶ Sie suchen eine geeignete Selbsthilfegruppe in der Region?
- ▶ Sie wollen eine Selbsthilfegruppe gründen und suchen Unterstützung?
- ▶ Sie leiten oder besuchen eine Selbsthilfegruppe und brauchen Beratung und Begleitung weil z. B. ein Leitungswechsel ansteht, Konflikte in der Gruppe vorhanden sind, der Gruppenprozess stockt, Mitglieder fehlen oder Sie Unterstützung bei einem Projekt benötigen?

DANN SIND WIR VON DER KONTAKTSTELLE FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN FÜR SIE DA!

DARÜBER HINAUS

- ▶ vernetzen wir Selbsthilfegruppen vor Ort
- ▶ leisten wir Öffentlichkeitsarbeit für die Selbsthilfe
- ▶ stärken wir vorhandene Selbsthilfestrukturen
- ▶ vermitteln wir Kontakte zu Fachkräften, Medien, Verbänden, Verwaltungen und anderen Selbsthilfegruppen

**DIE LEISTUNGEN DER BERATUNG
SIND FÜR SIE KOSTENLOS.**

**WIR RESPEKTIEREN IHREN WUNSCH
NACH ANONYMITÄT.**



Spitalgraben 3
92224 Amberg
EG, Zi. 05



T 09621 101399
F 09621 10-7399
kerstin.bauer@amberg.de
www.amberg.de/selbsthilfegruppen



Mo. - Do.: 9:00 - 12:00 Uhr
Di.: 14:00 - 16:00 Uhr

Besuchen Sie uns auf



www.facebook.com/SelbsthilfeKontaktstelleAM/

Oft ist der Austausch unter Gleichbetroffenen das Wichtigste.

Deshalb finden Sie in der folgenden Auflistung nicht nur Selbsthilfegruppen, sondern auch einzelne betroffene Ansprechpartner oder fachlich geleitete Gruppen.

Außerdem sind viele Gruppen offen für Betroffene und Angehörige.



BEHINDERUNG

SELBSTHILFEGRUPPE AUTISMUS

Selbsthilfegruppe für
Eltern von Kindern mit Autismus-Spektrums-
Störung, und junge, betroffene Erwachsene

TREFFEN:

Amberg

Fr. 19.00 Uhr, 8-wöchig nach Vereinbarung
Kinderschutzbund Amberg, Mühlhof 3

KONTAKT:

Daniela Bernschneider
T 09621 21111
bernschneider.8@web.de
www.kinderschutzbund-amberg.de

FRAGILES X SYNDROM OBERPFALZ

Ansprechpartner für
Familien mit betroffenen Kindern

KONTAKT:

Andrea Bock-Vahle
T 09621 60222
bock.vahle@gmail.com

REGENBOGENKINDER

Selbsthilfegruppe für
Familien mit entwicklungsverzögerten oder
behinderten Kindern im Vorschulalter

TREFFEN:

Amberg

2. Mi. im Monat 15:30 - 17:00 Uhr
Frühförderstelle Amberg, Haager Weg 12

KONTAKT:

Frühförderstelle Amberg
T 09621 308140-0

DOWN-SYNDROM-AKTIV

Selbsthilfegruppe für
Familien von Kindern mit Down-Syndrom

TREFFEN:

Sporadisch

Auskunft auf Nachfrage

KONTAKT:

Sabine Weber
T 09628 8331
M 0178 4668639
andreas.weber@asamnet.de
www.down-syndrom-aktiv.de

ROLLSTUHLFAHRER – BEHINDERTENCLUB UND SEINE FREUNDE AMBERG UND LANDKREIS AMBERG-SULZBACH E.V.

Selbsthilfegruppe

TREFFEN:

monatlich in verschiedenen Lokalen

KONTAKT:

Petra Delling
T 09438 8229636
petra.delling1@freenet.de

INKOMPLETTE QUERSCHNITTLÄHMUNG AM-SUL-SAD-WEN

Selbsthilfegruppe für
Betroffene und Angehörige

TREFFEN:

Amberg, Schwandorf, Weiden

KONTAKT:

Johanna Radu
M 0174 9859268
inkomplette-querschnittlaehmung-bayern@web.de

DIAKONIEVEREIN E.V. FACHBEREICH OFFENE BEHINDERTENARBEIT UND FAHRDIENST

Beratungsstelle, geleitete Gruppen für
Menschen mit Behinderung und Angehörige

TREFFEN:

Amberg

- ▶ Offene inklusive Frühstücksgruppe für Menschen mit und ohne Behinderung
- ▶ Gruppe für junge Erwachsene

- ▶ Gruppe für chronisch Kranke
Mo. 18:00 Uhr 1x im Monat
- ▶ Freizeit- und Begegnungsveranstaltungen

KONTAKT:

Diakonieverein Amberg e.V.
T 09621 64555
oba@diakonieverein-amberg.de
www.diakonieverein-amberg.de

ROADRUNNER - GLIEDMAßENAMPUTIERTE

Selbsthilfegruppe für
Betroffene und Angehörige

TREFFEN:

Amberg

1. Mi. im Monat, 18:00 Uhr
Gasthaus „Alte Kaserne“, Dekan Hirtreiter-Str.5

KONTAKT:

Manfred Kick
M 0171 3326662
fred.kick@t-online.de
www.ig-ampu.de/roadrunner/

RSC AMBERG - ROLLSTUHLSPORT AMBERG E.V.

Rollstuhlsport

TREFFEN:

Amberg

Do. 18:00 Uhr
Trimax Turnhalle

KONTAKT:

Josef Berschneider
M 0175 9412314
rsc-amberg@web.de
www.rsc-amberg.de

**ASBH-ARBEITSGEMEINSCHAFT SPINA BIFIDA
UND / ODER HYDROCEPHALUS
SELBSTHILFEGRUPPE NÖRDLICHE
OBERPFALZ**

Ansprechpartner

TREFFEN:
Bundesweit

KONTAKT:

Kerstin Bauer

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen

T 09621 101399

kerstin.bauer@amberg.de

www.amberg.de/selbsthilfegruppen

Auch auf Facebook:

www.facebook.com/SelbsthilfeKontaktstelleAM/



HISTIOZYTOSEHILFE E.V

Ansprechpartner für Betroffene und Angehörige

TREFFEN:
Bundesweit

2 x jährlich

KONTAKT:

Günter und Renate Makitta

T 09661 53281

info@makitta.de

www.histiozytose.org

AUTOIMMUN- ERKRANKUNGEN

MORBUS BECHTEREW

Selbsthilfegruppe mit Funktionstraining

TREFFEN:

Kümmersbruck

Wassergymnastik

Di. 18:30 Uhr

KA2 Kümmersbruck Aktivbad

Austausch

Ca. alle 6 Wochen

KONTAKT:

Gisela Kastner

T 09624 91169

amberg@dymb-by.de

www.dymb-by.de

MS CHAMÄLEONS

Selbsthilfegruppe für

Junge und jung gebliebene Betroffene

TREFFEN:

Amberg/Weiden

Frühstückstreff

Verschiedene Veranstaltungsorte

Info über Homepage

KONTAKT:

Andreas Hager

T 09661 8157927

schreib-uns@ms-chamaeleons.de

www.ms-chamaeleons.de



MS ABENDTREFF AMBERG

Selbsthilfegruppe

Betroffene und Angehörige

TREFFEN:

Kümmersbruck/Haselmühl

2. Di. im Monat, 19:00 Uhr

Blaue Traube, Kirchensteig 2

KONTAKT:

Ellen Galle

M 0152 01541890

ellen.galle@online.de

Brigitte Edenharder

M 0160 905164

gitta.edenharder@web.de

MS STAMMTISCH

Selbsthilfegruppe für

Betroffene und Anghörige

TREFFEN:

Amberg

Letzter Do. im Monat, 19:00 Uhr

Alte Kaserne, Dekan-Hirtreiter-Str. 5

KONTAKT:

Renate Weiß

T 09621 42764

**„SELBSTHILFE IST STARK, BUNT UND
VIELFÄLTIG.“**

KERSTIN BAUER, KONTAKTSTELLENLEITUNG

DEMENZ

AOVE-ANGEHÖRIGENGRUPPE „LEBEN MIT DEMENZ“

Geleitete Gruppe für
pflegende Angehörige von Demenzkranken

TREFFEN:

Hahnbach/Iber

Jeden 2. Monat, Do. Nachmittag
Info über Presse oder Website
Demenzkranken können mitkommen
Austausch und Vorträge

KONTAKT:

AOVE Koordinationsstelle „Alt werden zu Hause“
Monika Schedl
T 09664 9539719
info@avoe.de
info@altwerdenzuhause.de
www.altwerdenzuhause.de

DEMENZGRUPPE

Geleitete Gruppe für
Betroffene aus dem unteren Vilstal

TREFFEN:

Ensdorf

Di. 14:00 Uhr - 16:00 Uhr
Pfarrsaal Kloster Ensdorf
Anmeldung erwünscht
Teilnehmer werden bei Bedarf abgeholt

Kontakt:

Caritas Sozialstation Ensdorf
T 09624 922210
info@sozialstation-ensdorf.de

ÖKUMENISCHE SOZIALSTATION SULZBACH ROSENBERG

Geleitete Gruppen für
Betroffene und Angehörige aus Sulzbach-
Rosenberg und Umland

TREFFEN:

Sulzbach-Rosenberg

Hofgartenstr. 10

Anmeldung erbeten

Gruppe „Sonnenstrahl“
für an Demenz erkrankte
Di. 14:00 - 16:00 Uhr

Angehörigen-Cafe
Für pflegende Angehörige
2. Fr. im Monat 15:00 - 17:00 Uhr

KONTAKT:

T 09661 876000

info@sozialstation-sulzbach.de

**„DURCH DIE GRUPPE HABE ICH ERFAHREN,
DASS ICH NICHT DIE EINZIGE BIN. DER
AUSTAUSCH TUT GUT UND ZEIGT, DASS ICH
DIE SCHWIERIGE ZEIT ÜBERSTEHEN KANN.“**

MITGLIED EINER SELBSTHILFEGRUPPE

ERKRANKUNGEN DER SINNESORGANE

STAMMTISCH FÜR SCHWERHÖRIGE UND CI-STAMMTISCH

Selbsthilfegruppe für
Betroffene und Angehörige

TREFFEN:

Amberg

Sa. 15:00 - 17:00 Uhr, nach Vereinbarung
Schloderer Bräu (Kaminzimmer), Rathausstraße 4
Es werden Hilfsmittel wie z.B. FM-Anlagen und Induktive
Höranlagen eingesetzt

KONTAKT:

Peter Lottner
M 0151 65435784
p-lottner@kabelmail.de

„ES TUT EINFACH SO GUT,
MIT JEMANDEM ZU SPRECHEN,
DER WEISS VON WAS MAN REDET!“

MITGLIED EINER SELBSTHILFEGRUPPE

KREBSERKRANKUNGEN

DEUTSCHE ILCO REGION AMBERG-WEIDEN-SCHWANDORF

Selbsthilfegruppe für
Stomaträger, Darmkrebserkrankte und
Angehörige

TREFFEN:

Amberg

Jeden 2. Mi. ab 17:00 Uhr
Außer Januar, August, Dezember
Gaststätte Hubertushof, Drahthammerstr. 10

Weitere Treffen in Weiden und Schwandorf

KONTAKT:

Regionalsprecherin
Kerstin Kirchhofer
T 09433 202790
ilcogruppe.amberg@gmail.com

KREBSKRANKE KINDER AMBERG-SULZBACH E.V.

Selbsthilfegruppe, Selbsthilfeinitiative für
Familien mit krebskranken Kindern

TREFFEN:

Siehe Homepage

KONTAKT:

Petra Waldhauser
M 0173 6953677
petra.waldhauser@web.de

Marco Kind
M 0151 19183405

www.krebskranker-kinder-amberg-sulzbach.de

**KLINIKUM ST. MARIEN AMBERG
ONKOLOGISCHES ZENTRUM
PROJEKT INTEGRATIVE ONKOLOGIE**

Beratung, geleitete Angebote für
Krebspatienten

TREFFEN:

Amberg

Kursangebote aus den Bereichen Bewegung, Ernährung
und Entspannung

KONTAKT:

Klinikum St. Marien Amberg
Doris Kölbl
Mariahilfbergweg 7, 92224 Amberg
T 09621 384049
koelbl.doris@klinikum-amberg.de
www.klinikum-amberg.de

KREBS AMBERG II GEMISCHTE GRUPPE

Selbsthilfegruppe für
Betroffene und Angehörige mit
Krebserkrankungen

TREFFEN:

Amberg

3. Di. im Monat 17:00 Uhr , Rotkreuzhaus, Eingang
Florianstraße
Programm Siehe Website

KONTAKT:

Conny Lochner
T 09621 705856
carpediem.conny@gmx.de
www.klinikum-amberg.de

KREBS AMBERG III „VON FRAU ZU FRAU“

Selbsthilfegruppe für

Betroffene und Angehörige von Brustkrebs und
gynäkologischen Tumorerkrankungen

TREFFEN:

Amberg

Letzter Do. im Monat 19:00 Uhr

Klinikum St. Marien, Mariahilfbergweg 7

KONTAKT:

Brigitta Schöner

T 09621 64488

M 0170 8543955

Auch auf Facebook



„OFFENES ATELIER“ DES FFGO E.V.

Geleitete Gruppe für

Menschen, mit körperlichen und seelischen
Herausforderungen

TREFFEN:

Amberg

Mi. 18:30 - 21:30 Uhr

Fr. 9:30 - 12:30 Uhr

Atelier Michaela Peter, Pfistermeisterstr. 2

Kostenfrei

KONTAKT:

Michaela Peter

M 0179 9628089

mail@michaela-peter.de

www.michaela-peter.de

PROCAS - PROSTATA CARZINOM

Selbsthilfegruppe für Regensburg/Oberpfalz

TREFFEN:

Regensburg

3. Do. im Monat, zweimonatlich ab Januar

Näheres über Presse

Klinikum St. Josef, Seminarraum, Neubau 2. Stock

Landshuter Str. 65, 93053

Amberg

Treffen nach Vereinbarung

Klinikum St. Marien Amberg

KONTAKT:

Alfons Swaczyna

M 01512 8778766

alfons.swaczyna@t-online.de

www.prostatakrebs-shg-rbg-opf.de

**„ICH BIN NICHT ALLEINGELASSEN.
DURCH DIE GEMEINSAMEN AKTIVITÄTEN
NEHME ICH WIEDER AM LEBEN TEIL.“**

MITGLIED EINER SELBSTHILFEGRUPPE

NEUROLOGISCHE ERKRANKUNGEN

RESTLESS LEGS

Selbsthilfegruppe im Aufbau

TREFFEN:

Amberg

Halbjährlich

KONTAKT:

Günther Achauer

M 0151 11264943

guk.achauer@t-online.de

ADHS

Selbsthilfegruppe für
Angehörige von Kindern mit ADHS

TREFFEN:

Amberg und Umgebung

Nach telefonischer Absprache

KONTAKT:

Claudia Kumschier

M 0162 9775800

claudiacz1981@gmx.de

PFLEGE

VEREIN FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE E.V.

Selbsthilfeinitiative, Ansprechpartner

KONTAKT:

Kornelia Schmid

T 09621 784206

info@pflegende-angehoerige-ev.de

www.pflegende-angehoerige-ev.de

auch auf Facebook



**„KONTAKT UND AUSTAUSCH MIT
GLEICHGESINNTEN IST EIN GEWINN FÜR
MEIN PERSÖNLICHES LEBEN.“**

MITGLIED EINER SELBSTHILFEGRUPPE

WEITERE KRANKHEITSBILDER

HERZGRUPPE/KORONARGRUPPE

Geleitete (Sport)Gruppe für
Herzpatienten

TREFFEN:

Amberg

Mi. 17:00 Uhr - 18:30 Uhr

triMAX-Sporthalle, Max Josef Str. 1

Anmeldung, ärztliche Verordnung und Arztbericht
erforderlich!

KONTAKT:

VHS-Amberg

Zeughausstraße 1a

T 09621 101340

vhs@amberg.de

<http://vhs.amberg.de>

TREFFEN:

Sulzbach-Rosenberg/Hirschau

Mi. 17:30 Uhr St. Anna Krankenhaus

Do. 18:15 Uhr LCC

Fr. 16:30 Uhr Sportpark Hirschau

Anmeldung, ärztliche Verordnung und Arztbericht
erforderlich!

KONTAKT:

VHS Amberg-Sulzbach

T 09661 80294

info@vhs-as.de

Walter Baierlein

T 09664 614

walter.baierlein@t-online.de

SELBSTHILFEGRUPPE SKOLIOSE OBERPFALZ

Selbsthilfegruppe mit Gymnastikgruppe

TREFFEN:

Schwandorf

1 x pro Monat

Reha-Zentrum Schmid-Döpfer

Schwaigerstr. 4, 92421 Schwandorf

KONTAKT:

Anita Winter

Cornelia Schmid-Döpfer

M 0157 55373184

T 09431 41660

skoliose-shg.oberpfalz@web.de

www.bundesverband-skoliose.de

DEUTSCHE RHEUMA LIGA

ARBEITSGEMEINSCHAFT AMBERG

Selbsthilfegruppe mit Funktionstraining

TREFFEN:

Amberg

Wassergymnastik

Di. 8:30 Uhr, Kurfürstenbad Amberg

Trockengymnastik

Mo. 9:00 Uhr, AOK Amberg

Mi. und Do. 17:00 und 18:00 Uhr, Hl.-Geist-Stift

Besonderheit

Für die Teilnahme am Funktionstraining ist eine Kassenzulassung notwendig

KONTAKT:

Bianka Beckert

T 09621 470460

DEUTSCHE RHEUMA LIGA ARBEITSGEMEINSCHAFT SULZBACH- ROSENBERG

Selbsthilfegruppe u. a. mit Funktionstraining

TREFFEN:

Sulzbach Rosenberg

Verschiedene Gruppen u.a.:

Allgemeiner Austausch

Nordic Walking

Wandern

Wassergymnastik

Trockengymnastik

Mehr Informationen zu den Gruppen über die Homepage

Für das Funktionstraining wird ein Rezept benötigt

KONTAKT:

Helen Werner

T 09661 811787

drl-suro@gmx.de

www.drl-suro.de

ELTERNNETZWERK RHEUMAKRANKER KINDER AMBERG

Selbsthilfegruppe für
betroffene Familien

TREFFEN:

Amberg

ca. vierteljährlich

Frühförderstelle Amberg, Haager Weg 12

KONTAKT:

Johanna Fritz

T 09621 176005

OSTEOPOROSE

Selbsthilfegruppe mit Funktionstraining

TREFFEN:

Sulzbach Rosenberg

Do. 15:00 und 16:00 Uhr je 1. Std.

AOK Amberg-Sulzbach, Am Annaschacht 4

KONTAKT:

Julia Wendl

M 0171 7821066

FLIDIABS

Flika Diabetes Gruppentreff für Familien von Kindern mit Diabetes Typ 1 Geleitete Gruppe

TREFFEN:

Amberg

vierteljährlich, jeden 1. Mi. im Quartal 18:00 Uhr
Klinikum St. Marien, Amberg

KONTAKT:

Flika Förderverein Klinik für Kinder und Jugendliche am
Klinikum St. Marien Amberg e.V.

Margit Meier

T 09621 381202

fliadiabs.diabetesgruppe@flika.de

www.flika.de

Auch auf Facebook



APHASIE SHG-AMBERG

Selbsthilfegruppe für
Betroffene und Angehörige

TREFFEN:

Amberg

Jeden 1. Do. im Monat
Klinikum St. Marien Amberg

KONTAKT:

Manfred Belusa	Ernst Ziegler
M 0157 74213941	T 09665 1496

shg-amberg@aphasie-bayern.de
www.aphasiker-amberg.de

MORBUS PARKINSON

Selbsthilfegruppe für
Betroffene und Angehörige

TREFFEN:

Amberg

Jeden 3. Fr. im Monat, 15:00 - 17:00 Uhr
Alte Kaserne, Dekan-Hirtreiter-Str. 5

KONTAKT:

Wolfgang Weiß
T 09621 178804

„GEMEINSAM SIND WIR STARK!“

MITGLIED EINER SELBSTHILFEGRUPPE

SCHÄDEL-HIRN-PATIENTEN IN NOT E.V.

Dachverband und Selbsthilfegruppen für
Betroffene und Angehörige

TREFFEN:

Amberg

Gruppe „Kind Betroffen“

Gruppe: Angehörige

Gruppe im Aufbau: Schlaganfall

KONTAKT:

Bundesgeschäftsstelle Schädel-Hirn-Patienten in Not e.V.

T 09621 63666

beratung@schaedel-hirnpatienten.de

www.schaedel-hirnpatienten.de/eutb.html

LANDESVERBAND NIERE BAYERN E.V.

REGIONALGRUPPE AMBERG-SULZBACH

Selbsthilfegruppe für
Betroffene und Angehörige

TREFFEN:

Fichtenhof

Alle zwei Monate, siehe Homepage

Landgasthof Erras, Fichtenhof, Ammerthaler Str. 2

KONTAKT:

Franz Weber

T 09431 64242

rgamberg@landesverband-niere-bayern.de

www.landesverband-niere-bayern.de/Amberg

ZAHNMATERIALGESCHÄDIGTE

Selbsthilfegruppe

TREFFEN:

Sulzbach Rosenberg

1. Do. im Monat 19.00 Uhr

St. Anna Krankenhaus

KONTAKT:

Annette Stein
T 09621 14357

Doris Jäger
T 09422 6006333

stein.annette_shg-zahmaterialgeschaedigte@gmx.de

**HYPOPHYSEN & NEBENNIEREN ERKRANKTE
AMBERG**

Selbsthilfegruppe für
Betroffene und Angehörige

TREFFEN:

Amberg

1. Do. im ungeraden Monat
Marienstraße 9

KONTAKT:

Andrea Franz
T 09436 415310

Andrea Thielert
M 0152 33925673

hypophysen-nnr-gruppe@gmx.de

KLINFELTER SYNDROM

Selbsthilfegruppe für
Betroffene und Angehörige

TREFFEN:

Regensburg

1 x jährlich

KONTAKT:

Franz Schorpp
T 09462 5673

Otto Heitzer
T 09420 801041

vorstand@47xxy-klinefelter.de
www.47xxy-klinefelter.de

CHRONISCHER SCHMERZ SULZBACH ROSENBERG

Selbsthilfegruppe für
Chronische Schmerzpatienten und Angehörige

TREFFEN:

Sulzbach-Rosenberg

1. Mi. im Monat, 19:00 Uhr, St. Anna Krankenhaus

KONTAKT:

Maria Boßle

T 09661 2994

maria@fambossle.de

www.shgchronschmerzsuero.jimdo.com

ADIPOSITAS SELBSTHILFEGRUPPE AMBERG

Selbsthilfegruppe für
Betroffene vor und nach Adipositas-Chirurgie

TREFFEN:

Amberg

1. Fr. im Monat, 19:00 Uhr

Kennedystraße 50, Kennedyschule

Konferenzraum 1. Stock

KONTAKT:

Claudia Metzler

M 0173 8021433

Eva Götz

M 0171 5438281

shg-adiop-am@web.de

Auch auf Facebook



AKTIV UND GEMEINSAM

Selbsthilfegruppe für

Menschen, die durch eine lange Krankheitsphase
oder auch andere Schicksalsschläge aus dem
normalen Alltag gerissen wurden

TREFFEN:

Amberg

Wöchentlich, Mo. 9.30 bis 12.30

CVJM Amberg e.V., Zeughausstr. 14, 92224 Amberg
Gemeinsam aktiv sein

KONTAKT:

Tim Bruns

M 0171 2113344

Sabine Graf

M 015173061011

ab 16:00 Uhr

info@aktivundgemeinsam.de

www.aktivundgemeinsam.de

SEELISCHE GESUNDHEIT

SOZIALPSYCHIATRISCHES ZENTRUM DER DIAKONIE AMBERG BERATUNGS-BETREUUNGS- BEGEGUNGSZENTRUM FÜR PSYCHISCH KRANKE UND MENSCHEN IN LEBENSKRISEN

Beratungsstelle, geleitete Gruppen

TREFFEN:

Amberg

Angeleitete Gruppenangebote

- ▶ zu sozialpsychiatrischen Krankheitsbildern
- ▶ im Kontakt und Freizeitbereich

z. B.

- ▶ Angst und Panik
- ▶ Psychoseseminare
- ▶ Achtsamkeitstraining
- ▶ Psychoedukative Gruppe zum Umgang mit psychiatrischen Erkrankungen
- ▶ Selbstsicherheitstraining
- ▶ Progressive Muskelentspannung
- ▶ Kochprojekt
- ▶ Handwerken und Kreativbereich
- ▶ Therapeutisches Malen / Kreativgruppe
- ▶ Angehörigengruppe von Demenzerkrankten
- ▶ Betreuungsgruppen für Seniorinnen und Senioren mit gerontopsychiatrischen Krankheitsbildern (auch in Vilseck und Auerbach)

KONTAKT:

Paulanergasse 18, Amberg

T 09621 37240

sekretariat-spz@diakoniesuro.de

DEPRESSION - DER ANKER

Selbsthilfegruppe für
Betroffene von Depression und
Angsterkrankungen

TREFFEN:

Amberg

Mi. ungerade Kalenderwochen 17:30 Uhr
Rotkreuzhaus Amberg, Eingang Florianstraße

KONTAKT:

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen
T 09621 101399
kerstin.bauer@amberg.de
www.amberg.de/selbsthilfegruppen

Auch auf Facebook



EA - EMOTION ANONYMOUS

Selbsthilfegruppe
12-Schritte-Gruppe Zur Verbesserung
emotionaler und seelischer Gesundheit

TREFFEN:

Amberg

So. in ungeraden Kalenderwochen, 18:30 - 20:00 Uhr
Paulanergemeinde, Paulanerplatz 13, Rückgebäude
1. Stock

KONTAKT:

Hans-Martin
M 0172 9104869

ANGST UND PANIK

Selbsthilfegruppe im Aufbau für Betroffene

TREFFEN:

Amberg

nach Vereinbarung

KONTAKT:

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen

T 09621 101399

kerstin.bauer@amberg.de

www.amberg.de/selbsthilfegruppen

Auch auf Facebook



**„DER ERFAHRUNGSUSTAUSCH
UNTER GLEICHBETROFFENEN
MACHT MICH STARK UND GIBT MIR MUT
UND KRAFT MIT MEINEM SCHICKSAL
UMZUGEHEN!“**

MITGLIED EINER SELBSTHILFEGRUPPE

SUCHT

ANONYME ALKOHOLIKER

Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige

TREFFEN:

Amberg

Di. 18:30 Uhr

Jeden 3. Di. im Monat offenes Meeting für Angehörige und Interessierte

Evangelisches Gemeindehaus, Paulanerplatz 13, Rückgebäude 1. Stock

Do. 19:00 Uhr

jeden 1. Do. im Monat offenes Meeting für Angehörige und Interessierte

AWO, Seminargasse 10, rollstuhlgeeignet

Neukirchen

So. 19:00 Uhr

letzter So. im Monat, offenes Meeting für Angehörige und Interessierte

Evangelisches Gemeindehaus, Hauptstr. 32
Blaues Buch Meeting

Sulzbach Rosenberg

Mo. und Mi. 19:00 Uhr

letzter Mo. im Monat offenes Meeting für Angehörige und Interessierte

Al-Anon: Mi. 19:00 Uhr

Alle Treffen

Stefan-Kastenbauer-Haus, Am Annaschacht 4
rauchfrei, rollstuhlgeeignet

KONTAKT:

Regionales Kontakttelefon für alle Gruppen:

M 0174 6908250 (8:00 -22:00 Uhr)

www.anonyme-alkoholiker.de

F.V.S. FREI VON SUCHT

Kontaktperson mit Selbsthilfebezug,
Gruppe je Nachfrage für
Suchterkrankte und deren Angehörige

KONTAKT:

Sabine Colter
M 0151 75091369
sabinecolter@yahoo.de

SELBSTHILFE UND HELFERGEMEINSCHAFT FÜR SUCHTKRANKE UND ANGEHÖRIGE KREUZBUND E.V. REGION AMBERG STADT UND LANDKREIS

Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige

TREFFEN:

Amberg

Infogruppe
Mo. 19:00 Uhr außer Feiertage
Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit,
Kennedyschule, Kennedystraß 50, barrierefrei, EG

Festgruppen

Di. 18:00 Uhr, gerade Wochen
Do. 19:00 Uhr, ungerade Wochen
Kennedyschule, Kennedystraß 50, barrierefrei, EG

Hirschau

ungerade Wochen, Fr. 19:00 Uhr Okt. - März
19:00 Uhr Apr. bis Sep.

KONTAKT:

Jürgen Stengl
T 09663 953717
ab 18:00 Uhr
juemast@gmx.de

Jörg Neidhardt
T 09622 6064227
ab 20:00 Uhr

FACHAMBULANZ FÜR SUCHTPROBLEME CARITAS AMBERG

Beratung, Selbsthilfegruppen und geleitete
Gruppen

TREFFEN: Amberg

Selbsthilfegruppen:

- ▶ Selbsthilfegruppe für Angehörige von suchtbetroffenen Menschen
- ▶ Offener Freizeittreff für Betroffene

Angeleitete Gruppen:

- ▶ Basisgruppe „Alkoholmissbrauch und Alkoholabhängigkeit“
- ▶ Regenbogengruppe für Kinder aus suchtbelasteten Familien
- ▶ in Zusammenarbeit mit der Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern
- ▶ Stabilisierungsgruppe Alkohol für alle, die sich bereits mit ihrem Alkoholkonsum mit professioneller Hilfe auseinandergesetzt haben und ein alkoholfreies Leben führen (wollen)
- ▶ Informationsveranstaltung für Angehörige (einmalig)
einmalige Informationsveranstaltung für alle Personen, die einem suchtkranken Menschen nahe stehen
- ▶ Gruppe für Menschen mit problematischem Glückspielverhalten

KONTAKT:

T 09621 475540
beratung@fachambulanz-amberg.de
www.suchtambulanz-amberg.de
Dreifaltigkeitsstraße 3, Amberg

SELBSTHILFEGRUPPE FÜR SUCHTPROBLEME

Ansprechpartner, Gruppe auf Anfrage für
Betroffene und Angehörige

KONTAKT:

Klaus Luttenberger

M 0176 54416207

klaus.luttenberger@gmx.de

„WENN WIR NICHT SELBST, WER DANN?“

MITGLIED EINER SELBSTHILFEGRUPPE

FAMILIE

ALLEINERZIEHENDE AMBERG-SULZBACH

Selbsthilfegruppe für
Alleinerziehende Mütter und Väter

TREFFEN:

Amberg

2. So. im Monat, 10:30 - 13:00 Uhr
Altenheim Friedlandstraße 2
mit Kinderbetreuung

KONTAKT:

Birgit Wittmann
M 0176 84163364

Birgit Lippert
M 0175 7954461

alleinerziehende-amberg@gmx.de
www.alleinerziehende-amberg.de

PFAD FÜR KINDER

VEREIN DER PFLEGE- UND ADOPTIVFAMILIEN SCHWANDORF-AMBERG UND UMGEBUNG E.V.

Selbsthilfegruppe für Pflege- und Adoptivfamilien

TREFFEN:

Amberg

Letzter Di. im Monat, 19:30 Uhr
Gasthaus „Alter Kaserne“, Dekan Hirtreiter Str.5

Schwandorf

3. Mi. im Monat, 19:30 Uhr
Gaststätte „Schmidt Bräu“, Marktplatz 7

KONTAKT:

Engelbert Mertel
T 09661 8159060
em@pfad-schwandorf-amberg.de
www.pfad-schwandorf-amberg.de

TRENNUNGSVÄTER E.V.

Selbsthilfeinitiative, Selbsthilfegruppe für
Betroffene

TREFFEN:

Amberg

Nach Vereinbarung

KONTAKT:

Werner Wiesgickl

T 09621 24626

werner.wiesgickl@trennungsvaeter.de

www.trennungsvaeter.de

MUTTER-KIND-GRUPPEN

Selbsthilfegruppen, geleitete Gruppen für
Eltern und deren Kinder

KONTAKT:

Stadt Amberg

KoKi – Koordinierende Kinderschutzstelle

T 09621 101478

koki@amberg.de

www.amberg.de/koki

Landkreis Amberg-Sulzbach

KoKi – Koordinierende Kinderschutzstelle

T 09621 39870

koki@amberg-sulzbach.de

www.amberg-sulzbach.de/koki/

www.menschenskind.de

DONUM VITAE IN BAYERN E.V.

Beratung, geleitete Gruppen

TREFFEN:

Amberg

- ▶ Frauen mit Kinderwunsch
 - ▶ Internationale Mutter-Kind-Gruppe
In Kooperation mit dem CJD
- Anmeldung erforderlich

KONTAKT:

T 09621 973966

amberg@Donum-Vitae-Bayern.de

www.amberg.donum-vitae-bayern.de

KINDERSCHUTZBUND

AMBERG SULZBACH E.V.

Beratung und geleitete Gruppen

GRUPPENANGEBOTE:

Starke Eltern - Starke Kinder

Trusk – Trennungs- und Scheidungskindergruppe

KONTAKT:

T 09621 21111

info@Kinderschutzbund-am-su.de

www.kinderschutzbund-am-su.de

TRAUER

TRAUERGRUPPEN DES HOSPIZVEREINS E.V. AMBERG

Beratung und geleitete Gruppen wie:

TRAUER-CAFE

TREFFEN:

Amberg

Jeden 1. Mi. im Monat

16:00 - 18:00 Uhr

Paulaner-Gemeindehaus, Paulanerplatz Amberg

In Zusammenarbeit mit EBW und KEB

TRAUER-TREFF FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

für Kinder und Jugendliche

TREFFEN:

Amberg

8 Treffen je 1 x wöchentlich

Anmeldung erforderlich

In Kooperation mit FLIKA e.V.

TRAUERTREFF

TREFFEN:

Hirschau

Jeden 1. Di. im Monat

15:00 - 17:00 Uhr

Pfarrheim Hirschau, Kolpingstraße 10

KOCHEN FÜR WITWER

TREFFEN:

Frühjahr und Herbst, je 6 x

Anmeldung erforderlich

KONTAKT:

Hospizverein e.V. Amberg

T 09621 12430

hospizverein-amberg@t-online.de

www.hospizverein-amberg.de

TRAUERGRUPPE FÜR „VERWAISTE ELTERN“ Geleitete Gruppe

TREFFEN:

Amberg

1x monatlich, Mittwochabend
Anmeldung erforderlich

KONTAKT:

FLIKA Förderverein Klinik für Kinder und Jugendliche am
Klinikum St. Marien Amberg e.V.

Michaela Leitl

T 09627 91214

www.flika.de

Auch auf Facebook



WEITERE

KUNTERBUNT AMBERG

LGBTQ+

Selbsthilfeinitiative, Selbsthilfegruppe für
Lesben, Schwule, Trans*-, Inter*personen, Queer
und Angehörige

TREFFEN:

Amberg

Jugendgruppe (bis 35 Jahre)

2. Sa. im Monat, 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Die Verzauberten (Ü30)

3. Sa. im Monat, 13:00 – 15:00 Uhr

Beanery Amberg, Marienstraße 10

Erkennungsmerkmal kleine Regenbogenflagge

KONTAKT:

info@kunterbunt-amberg.de

www.kunterbunt-amberg.de

Auch auf Facebook



BETREUUNGSGRUPPE FÜR SENIOREN

Geleitete Gruppe für Betroffene aus dem
Bereich Amberg, Kümmersbruck

TREFFEN:

Amberg

Do. 14:00 - 16:00 Uhr
Caritas Sozialstation Amberg
Breslauer Str. 61
Anmeldung erforderlich

KONTAKT:

Caritas Sozialstation Amberg
T 09621 763205
info@sozialstation-amberg.de

SENIORENCLUBS

Selbsthilfegruppen, geleitete Gruppen für
Senioren

KONTAKT:

Stadt Amberg

Seniorenstelle
Sabrina Liermann
T 09621 101370
sabrina.liermann@amberg.de
www.seniorennetz-amberg.de

Landratsamt Amberg-Sulzbach

Seniorenstelle
Silke Kunz
T 09621 39165
silke.kunz@amberg-sulzbach.de
www.landratsamt.de

NEUGRÜNDUNG VON SELBSTHILFGRUPPEN

Manchmal gibt es noch keine passende Gruppe in der Region. Zu folgenden Themen sucht mindestens eine Person den Austausch mit Gleichgesinnten:

- ▶ Androgenetische Alopezie
- ▶ „Burnout“
- ▶ Diabetes
- ▶ Essstörungen/Angehörige
- ▶ Lunge/COPD/COPD
- ▶ Lymphödem
- ▶ Polyneuropathie
- ▶ Schlafapnoe

IHR THEMA IST NICHT DABEI?

**DANN MELDEN SIE SICH BEI
DER KONTAKTSTELLE FÜR
SELBSTHILFGRUPPEN.**

**WIR NEHMEN ES IN DIE LISTE AUF ODER
HELFE DABEI, DASS EINE GRUPPE
ENTSTEHT.**



Spitalgraben 3
92224 Amberg
EG, Zi. 05



T 09621 101399
F 09621 107399
kerstin.bauer@amberg.de
www.amberg.de/selbsthilfgruppen



Mo. - Do.: 9:00 - 12:00 Uhr
Di.: 14:00 - 16:00 Uhr

ANLAUF- UND BERATUNGSSTELLEN

Aids/HIV-Beratung-Oberpfalz

T 0941 791388

www.aids-beratung-oberpfalz.brk.de

Amberger Tafel e. V.

T 09621 913328

www.amberger-tafel.de

Ambulanz & Klinik für Kinder- & Jugendpsychiatrie

T 09621 916668310

www.medbo.de

AOVE—Kordinierungsstelle „Alt werden zu Hause“

T 09664 9539719

www.altwerdenzuhause.de

Behindertenbeauftragte

Stadt Amberg

T 09621 320907

Landkreis Amberg-Sulzbach

T 09621 39-0

Beratungsstelle für Ehe- Familien- und Lebensfragen

Amberg

T 09621 475555

www.eheberatung-regensburg.de

Beratungsstelle für Kinder Jugendliche und Eltern Amberg

T 09621 9177330

www.beratungsstelle-amberg.de

Beratungsstelle für Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen

T 09621 3081550

www.lebenshilfe-amberg.de

BLWG e.V. Informations- und Servicestelle für Menschen mit Hörbehinderung

www.blwg.de

Abt. Gehörlosigkeit:
Außensprechstunde in Amberg
T 0941 53379
iss-opf@blwg.de

Abt. Schwerhörigkeit
T 0941 58613658
iss-r@blwg.de

BRK Amberg-Sulzbach

T 09621 47450
www.kvamberg-sulzbach.brk.de

Caritasverband

T 09621 47550
www.caritas-amberg.de

Diakonisches Werk Sulzbach Rosenberg

T 09661 87770-0
www.diakonie-suro.de

DONUM VITAE Amberg

T 09621 973966
www.amberg.donum-vitae-bayern.de

Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)

Für Menschen mit geistig, körperlicher oder seelischer Behinderung bzw. der Drohung einer solchen
T 09621 657787
www.schaedel-hirnpatienten.de/eutb.html

Fachambulanz für Suchtprobleme

T 09621 475540
www.caritas-amberg.de

Freiwilligenagentur - Engagiert in Amberg

T 09621 101352
<https://engagiert.amberg.de>

Frühförderstelle Amberg

T 09621 3081400
www.lebenshilfe-amberg.de

Hospizverein e.V. Amberg

T 09621 12430
www.hospizverein-amberg.de

Kinderschutzbund Amberg Sulzbach

T 09621 21111
www.kinderschutzbund-am-su.de

Landratsamt Amberg-Sulzbach

T 09621 39-0
www.kreis-as.de

Landratsamt/Gesundheitsamt

T 09621 39-669
www.amberg-sulzbach.de

Lebenshilfe Amberg Sulzbach e.V

T 09621 308-0
www.Lebenshilfe-Amberg.de

Malteser-Hilfsdienst GmbH

T 09621 49330
www.malteser-amberg.de

Mobbing Beratungsstelle Amberg

T 09621 21111
www.kinderschutzbund-am-su.de

Pflegeberatung AOK

T 09621 860-130
thomas.goeldner@by.aok.de

Pflegeberatung Knappschaft

T 09621 490658
stefan.guethlein@kbs.de

Regens-Wagner/Offene Hilfen

T 09661 8119898
www.regens-wagner.de

**Sega – Verein zur Förderung der seelischen
Gesundheit im Alter e.V.**

T 09661 3048616

www.sega-ev.de

Seniorenstelle Landratsamt Amberg-Sulzbach

T 09621 39165

www.landratsamt.de

Seniorenstelle Stadt Amberg

T 09621 101370

www.seniorennetz-amberg.de

Sozialdienst kath. Frauen

T 09621 48720

www.skf-amberg.de

Sozialpsychiatrisches Zentrum Amberg

T 09621 37240

www.diakonie-suro.de

Sozialverband VdK

T 09621 97080

www.vdk.de

**Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwanger-
schaftsfragen am Gesundheitsamt**

T 09621 39861

Stadt Amberg

T 09621 100

www.amberg.de

Verbraucherzentrale Amberg

T 09621 14130

www.verbraucherzentrale-bayern.de



NOTRUFNUMMERN

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

T 116 117

Feuerwehr und Rettungsdienst

T 112

Giftnotrufzentrale

T 089 19240

Kinder- und Jugendtelefon

T 0800 1110333

Kindernotruf der Elternschule

T 0800 5458668

Notruf für Frauen

T 09621 22200

Polizei

T 110

Rettungsleitstelle/Ärztenotdienst

T 112

Schwangere in Not

T 0800 0066737

Telefonseelsorge

T 0800 1110111
oder 0800 1110222

Weißer Ring

T 01803 343434

ÜBERREGIONALE ANSPRECHPARTNER

Kiss – Regensburg mit Geschäftsstelle Runder Tisch Oberpfalz

T 0941 599388610

Kiss.regensburg@paritaet-bayern.de

Selbsthilfekontaktstelle Nordoberpfalz

T 0961 3893163

Seko.nopf@diakonie-weiden.de

www.seko-nopf.de

Kiss – Mittelfranken

T 0911 2349449

nuernberg@kiss-mfr.de

SEKO Bayern – Selbsthilfekoordination Bayern

T 0931 2349449

www.seko-bayern.de selbsthilfe@seko-bayern.de

Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe

Von Menschen mit Behinderung und chronischer Erkrankung und ihrer Angehörigen in Bayern e.V.

T 089 4599240

post@lag-selbsthilfe-bayern.de

www.lag-selbsthilfe-bayern

Nakos

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

T 030 31018980

www.nakos.de selbsthilfe@nakos.de

STICHWORTVERZEICHNIS

ADHS/ADS	23, 49
Adipositas	32
Adoptivfamilien	41
Aids	49
Alkoholabhängigkeit	37-40, 50
Alleinerziehende	41
Alter	47, 49, 52
Alterserkrankungen	16, 17
Alzheimer	16, 17
Amputation	12
Androgenetische Alopezie	47
Angst	34, 35
Aphasie	29
Asperger	9
Autismus	9
Autoimmunerkrankung	14, 15
Behindertensport	12
Behinderung	09-13, 49, 50
Beratungsstellen	49-52
Bipolarität	34
Bisexualität	46
Borderline	34
Brustkrebs	21
Cannabisabhängigkeit	38, 39
CI-Träger	18
Co-Abhängigkeit	37-39
COPD	48
COPS	48
Darmkrebs	19
Demenz	16, 17, 34
Depression	35
Diabetes	28, 48
Down-Syndrom	10
Drogenabhängigkeit	38-40
Ehrenamt	50

STICHWORTVERZEICHNIS

Entwicklungsverzögerung	10, 49, 51
Essstörung	48, 51
Fragiles X Syndrom	09
Frauen	21
Gehörlosigkeit	50
Gliedmaßenamputation	12
Herzerkrankung	25
Hirnschädigung, erworbene	31
Hirntumor	20
Histiozytose	13
Homosexualität	46
Hörbeeinträchtigung	18, 50
Hospiz	51
Hydrocephalus	13
Hyperaktivität	23
Hypophysen- und Nebennierenerkrankung	32
Ilco	19
Kinderwunsch	43
Klinifelter-Syndrom	31
Krankheitsübergreifend	33
Krebserkrankung	19-22
Lunge	48
Magenkrebs	20
Manisch-Depressiv	33
Männer	22, 42
Mobbing	51
Morbus Bechterew	14
Multiple Sklerose	14, 15
Nichtstoffliche Süchte	38-40
Nierenerkrankungen	30
Nierenkrebs	20
Notruf	53

Osteoporose	28
Panik	34, 36
Parkinson	29
Pflegeberatung	51
Pflegeeltern	41
Pflegende Angehörige	16, 17, 24
Polyneuropathie	48
Prostatakrebs	20, 22
Queer	46
Restless Legs Syndrom	23
Rheuma	26, 27
Schädel-Hirn-Verletzungen	30
Schlafapnoe	48
Schlaganfall	29, 30
Schmerzen	32
Schwerhörigkeit	18, 49
Seelische Gesundheit	34-36
Seelsorge	52
Senioren	34, 47, 49, 52
Skoliose	26
Spielsucht	39
Spina Befida	13
Sterbebegleitung	51
Stomaträger	19
Stottern	29
Sucht	37-40
Tafel	49
Transexualität	46
Transgender	46
Trauer	44, 45, 51
Trennung	41-43, 49
Übergewicht	32
Väter	42
Verbraucherberatung	52

STICHWORTVERZEICHNIS

Weißer Ring	52
Zahnmaterialgeschädigte	30

ÄNDERUNGEN / NEUAUFNAHMEN

Die Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen freut sich über Hinweise

- ▶ wenn Sie Änderungen bei bisherigen Einträgen im Verzeichnis mitteilen wollen
- oder
- ▶ Ihre Selbsthilfegruppe, ihre Selbsthilfeinitiative, ihr geleitetes Gruppenangebot neu in das Verzeichnis aufgenommen werden soll.

Melden Sie sich gerne in der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen unter:

T 09621 101399
kerstin.bauer@amberg.de

Das Verzeichnis wird digital regelmäßig aktualisiert.
Schauen Sie vorbei!

www.amberg.de/selbsthilfegruppen

IMPRESSUM

Herausgeber

Stadt Amberg,
Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen
Spitalgraben 3, 92224 Amberg
T 09621 101399
kerstin.bauer@amberg.de



AMBERG

Landratsamt Amberg-Sulzbach
Schlossgraben 3, 92224 Amberg
T 09621 390
poststelle@amberg-sulzbach.de



Redaktion:

Stadt Amberg
Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen
Kerstin Bauer, Verena Preisinger

Bildnachweis:

Adobe Stock

Layout:

Das Team Werbeagentur OHG,
Bahnhofstraße 18, 92224 Amberg
www.das-team.de

Druck:



Klimaneutral

Druckprodukt

ClimatePartner.com/11151-2002-2650

Alle Rechte, auch die der fotomechanischen Wiedergabe, der Vervielfältigung und der Verbreitung mittels besonderer Verfahren (zum Beispiel Datenverarbeitung, Datenträger, Datennetze), auch teilweise, behalten sich die Herausgeber vor. Für etwaige Satzfehler sowie für die Richtigkeit der Eintragungen übernehmen die Herausgeber keine Gewähr.

Die Inhalte dieser Broschüre/dieses Verzeichnisses werden mit größtmöglicher Sorgfalt erarbeitet und geprüft. Fehler im Bearbeitungsvorgang sind dennoch nicht auszuschließen.

Hinweise und Korrekturen senden Sie bitte an die angegebene Redaktion. Eine Haftung für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität dieser Broschüre/dieses Verzeichnisses kann trotz sorgfältiger Prüfung nicht übernommen werden. Die Herausgeber übernehmen insbesondere keinerlei Haftung für eventuelle Schäden oder Konsequenzen, die durch die direkte oder indirekte Nutzung der angebotenen Inhalte entstehen.

Die Herausgeber sind als Inhaltsanbieter für die eigenen Inhalte, die sie zur Nutzung bereithalten, nach den allgemeinen Gesetzen verantwortlich. Von diesen eigenen Inhalten sind Verweise auf die von anderen Anbietern bereitgehaltenen Inhalte zu unterscheiden. Diese fremden Inhalte stammen weder von den Herausgebern, noch haben diese die Möglichkeit, den Inhalt Dritter zu beeinflussen. Die fremden Inhalte, auf die die Herausgeber hinweisen, spiegeln nicht die Meinung der Herausgeber wieder, sondern dienen lediglich der Information und der Darstellung von Zusammenhängen. Die Herausgeber haften nicht für fremde Inhalte, auf die lediglich im oben genannten Sinne hingewiesen wird. Die Verantwortlichkeit liegt alleine bei dem Anbieter der Inhalte.

Stand: September 2020



KONTAKTSTELLE
FÜR
SELBSTHILFEGRUPPEN



Kerstin Bauer
Dipl. Sozialpädagogin
Kontaktstellenleitung



Spitalgraben 3
92224 Amberg
EG, Zi. 05



T 09621 101399
F 09621 107399
kerstin.bauer@amberg.de
www.amberg.de/selbsthilfegruppen



Mo. - Do.: 9:00 - 12:00 Uhr
Di.: 14:00 - 16:00 Uhr

Besuchen Sie uns auf



www.facebook.com/SelbsthilfeKontaktstelleAM/

Die Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen wird gefördert durch die Selbsthilfefördergemeinschaft der Krankenkassenverbände in Bayern und den Bezirk Oberpfalz

