

Herausgegeben vom Aktivbüro der Stadt Würzburg.
Würzburg ist Mitglied im Gesunde Städte Netzwerk Deutschland.

65

Winter 2018

Erscheinungsdatum:
1. Dezember 2018

SelbsthilfeZeitung

Übersicht der Selbsthilfegruppen und -initiativen ab Seite 25



Verbundenheit ist einfach.



gut-fuer-mainfranken.de

Wenn man einen Finanzpartner hat, der Vereine und Projekte in der Region fördert.



Sparkasse
Mainfranken Würzburg

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

mit „Engagiert für Würzburg“ stellen wir Ihnen in dieser Ausgabe der Selbsthilfzeitung unseren, neben der Selbsthilfe, zweiten großen Aufgabenbereich vor: Das Bürgerschaftliche Engagement!

Das Aktivbüro hat in diesem Bereich „Zuwachs“ bekommen, daher heißt auch der erste Artikel „Die Freiwilligenagentur stellt sich vor!“. Erfahren Sie mehr über unsere Kooperation mit dem Arbeiter-Samariter-Bund, Regionalverband Würzburg Mainfranken e.V.

Passend dazu beschreibt Herr Professor Reinders von der Uni Würzburg in seinem Artikel, warum Engagement ein großer Gewinn sein kann. Es macht glücklicher, ausgeglichener und tut einfach gut!

Wie gewohnt finden Sie auch in dieser Ausgabe unserer Selbsthilfzeitung Aktuelles aus der sozialen Szene Würzburgs und insbesondere aus der Selbsthilfe.

Wir wünschen viel Freude bei der Lektüre!

Ihr Christian Holzinger
Leiter des Aktivbüros

Aktivbüro der Stadt Würzburg

Bürgerengagement • Selbsthilfe • Gesundheitsförderung

Aktivbüro im Sozialen Ämtergebäude
Karmelitenstr. 43, 97070 Würzburg
aktivbuero@stadt.wuerzburg.de
www.wuerzburg.de/aktivbuero

Sprechzeiten:

Mo, Di, Do 9–12 Uhr, Di 14–16 Uhr

Selbsthilfberatung: Tel. 0931-37-3706

Verwaltung: Tel. 0931-37-3468

Fax 0931-37-3707

Informationen zum Thema Ehrenamt
unter: Tel. 0931-37-3936

Spendenkonto bei der
Sparkasse Mainfranken Würzburg
(IBAN DE92 7905 0000 0042 0000 67,
BIC BYLADEM1SWU) (Empfänger: Stadt
Würzburg, Verwendungszweck: Aktivbüro)

Impressum

Herausgeber:
Aktivbüro der Stadt Würzburg

Redaktion: Susanne Wundling, Sabine
Klingert, Eva-Maria Barklind-Schwander,
Stephanie Müller

Anzeigen: Aktivbüro

Satz & Layout: Manfred Lang

Titelbild: Aktivbüro

Druck: Print Consulting

Auflage: 8.750

Thema: Engagiert für Würzburg

- 4 Die Freiwilligenagentur Würzburg stellt sich vor!
- 6 Es gibt keine gesellschaftliche Alternative zum sozialen Engagement
- 8 ... Passt!
- 10 „Wir passen zueinander!“
- 12 Ein besonderes Engagement ist das Engagement aus eigener Betroffenheit

Aktuelles

- 14 30 Jahre ehrenamtlicher Patientenbesuchsdienst am Uniklinikum Würzburg
- 15 Beratung & aufsuchende Hilfe für Senioren
- 16 Wir sind für Menschen mit einer Autismus-Spektrum-Störung da!
- 18 Qualifizierte Beratung zu schwulen Themen
- 19 Netzwerk Unabhängige Teilhabe Beratungsstellen Würzburg – EUTBs

Gruppen

- 20 SHG Syrix: Information und Aktivität sind wichtige Stützen im Umgang mit der seltenen Erkrankung
- 21 Vielfältiges Engagement für Rheuma-Kranke in Würzburg
- 22 Amyloidose Selbsthilfegruppe Würzburg

Rubriken

- 23 Selbsthilfegruppen-Neugründungen
- 25 Kontaktadressen der Selbsthilfegruppen und -initiativen
- 25 Suche nach Gleichbetroffenen
- 40 Beratungsangebote

Viele Würzburgerinnen und Würzburger sind engagiert

Die Freiwilligenagentur Würzburg stellt sich vor

↳ Eva-Maria Barklind-Schwander, Freiwilligenagentur Würzburg und Aktivbüro

Etwa 50.000 Freiwillige in Würzburg beweisen – Bürgerschaftliches Engagement macht stark! Das gilt für alle, die im Handlungsfeld Freiwilligenarbeit aufeinandertreffen. Dazu gehören beispielsweise die Freiwillige Feuerwehr,

der Tier- und Naturschutzverein oder die Sport- und Kulturvereine.

Ehrenamtliche übernehmen auch wichtige Aufgaben in der Nachbarschaft, sie wenden sich Menschen mit besonderem Bedarf zu, ergänzen und erweitern Angebote in Kindergärten, Schulen, Senioreneinrichtungen und Krankenhäusern. „Die offene, engagierte Bürgergesellschaft ist ein wesentlicher Teil unseres demokratischen Gemeinwesens“, davon ist Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier überzeugt.

Entschlossen, ihren Beitrag zu einer engagierten Bürgergesellschaft zu leisten, sind auch viele Würzburgerinnen und Würzburger. Sie wissen – das, was jede oder jeder Einzelne tut, kann ein Baustein sein für ein sozialeres und gerechteres Zusammenleben aller. Und die Zahl der Engagierten steigt.

Gemeinsam neue Wege gehen.

Vor diesem Hintergrund trafen das Aktivbüro der Stadt Würzburg und der Arbeiter-Samariter-Bund/Treffpunkt Ehrenamt im Herbst vergangenen Jahres eine Kooperationsvereinbarung.

Ausgangspunkt: beide Einrichtungen hatten über viele Jahre hinweg Erfahrungen in der Ehrenamtsberatung für Bürgerinnen



und Bürger gesammelt. Ziel: Eine gemeinsame zentrale Anlaufstelle für Menschen, die sich freiwillig engagieren möchten. Ergebnis: die neue Freiwilligenagentur Würzburg.

Die Beratung von Interessent*innen steht im Vordergrund des Angebots. Fragen, z.B. über mögliche Voraussetzungen, Versicherungsschutz, Fortbildungen oder Auslagenerstattung können im Rahmen eines Erstgesprächs geklärt werden. Nicht minder wichtig sind die Vermittlung an potenzielle Einsatzstellen bzw. die Weitergabe von Kontakten zu Einrichtungen und Verbänden, die Möglichkeiten zur freiwilligen Mitarbeit anbieten.

Nachfrage und Angebot: „Matching“

Über eine Datenbank können Nachfrage und Angebot abgerufen und die wesentlichen Übereinstimmungen herausgefiltert werden. Die Ergebnisse werden zusam-

Anzeige

Pflegestützpunkt
Würzburg
Pflegeberatung
und -koordination




**Beratung und Hilfe
zum Thema Pflege**
individuell – umfassend – kostenfrei



Bahnhofstr. 11 • 97070 Würzburg
www.pflegestuetzpunkt-wuerzburg.info
Tel. 0931/20781414
kontakt@pflegestuetzpunkt-wuerzburg.info

mengebracht: das sogenannte „Matching“. Sollte es einmal nicht auf Anhieb mit einer Vermittlung klappen – die Freiwilligenagentur bleibt in Kontakt und benachrichtigt Ehrenamtliche und Einsatzstellen über Aktualisierungen und neue Angebote.

Auch Unternehmen und Schulen im Blick

„Corporate Social Responsibility“ (CSR) steht für die soziale Verantwortung von Unternehmen im Sinne eines nachhaltigen Wirtschaftens. Auch in diesem Bereich bietet die Freiwilligenagentur Beratung und Begleitung an.

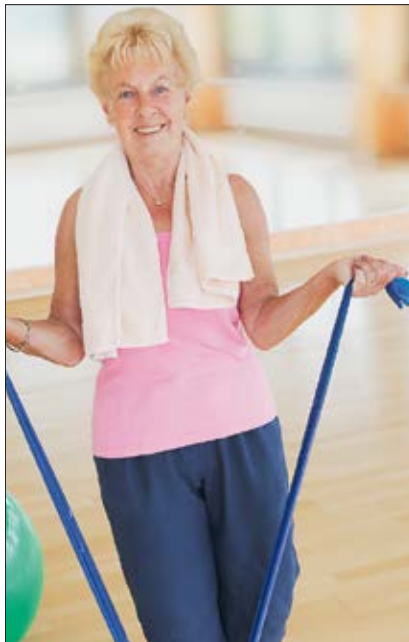
„Aktives Schuljahr“ ist das jüngste Projekt der Freiwilligenagentur. Schüler*innen der 8. Jahrgangsstufe, die sich ein bis zwei Stunden in der Woche freiwillig engagieren, werden am Ende des Schuljahres mit einem Zertifikat ausgezeichnet und im Rahmen einer Feierstunde für ihren Einsatz geehrt.

Und, last but not least, informiert die Freiwilligenagentur über die Bayerische Ehrenamtskarte, nimmt Anträge entgegen, stellt Karten aus und steht in regelmäßiger Verbindung mit den Karteninhaber*innen.

Sie finden die Freiwilligenagentur Würzburg im Sozialen Ämtergebäude, Karmelitenstraße 43, 97070 Würzburg. Die Mitarbeiterinnen sind persönlich für Sie zu sprechen:

Montag 10–12 Uhr
Dienstag 10–14 Uhr
Mittwoch 12–18 Uhr
Donnerstag 14–16 Uhr

Für telefonische Anfragen steht die Nummer 0931 372706 zur Verfügung. Per E-Mail können Sie unter freiwilligenagentur@stadt.wuerzburg.de Kontakt aufnehmen.



Die Geriatriche Rehabilitationsklinik

Das Gesundheitszentrum für ältere Menschen in Würzburg

Ambulante, mobile, stationäre geriatrische und orthopädische Rehabilitation • Einzeltherapien, u. a. ambulante Ergo- und Physiotherapie • Gesundheitskurse und Infoveranstaltungen • Schulungen für Angehörige von Pflegebedürftigen • Kurzzeitpflege • Kostenlose Parkplätze vor dem Haus

Gerne senden wir Ihnen ausführliches Informationsmaterial.

Geriatrische Rehabilitationsklinik
Kantstr. 45 • 97074 Würzburg
Tel. 0931 7951-0
www.geriatriewuerzburg.de



Geriatrische
Rehabilitationsklinik

Durch Engagement können alle nur gewinnen

Es gibt keine gesellschaftliche Alternative zum sozialen Engagement

↳ Prof. Dr. Heinz Reinders, Universität Würzburg

In Deutschland sind fast 30 Millionen Menschen in ihrer Freizeit in irgendeiner Form sozial engagiert. Sei es im Sportverein, in religiösen Bereichen, technischen Hilfswerken oder bei der Hilfe für Menschen in schwierigen Lebenslagen – überall wird gesellschaftlicher Zusammenhalt nur möglich, weil wir uns um uns alle kümmern.

Denn soziales Engagement oder ehrenamtliche Tätigkeiten sind der wichtigste Grund für unseren alltäglichen Zusammenhalt. Im Ehrenamt reden die Menschen miteinander, sie unterstützen sich, entfalten ihre besonderen Fähigkeiten und gestalten jeden Tag aufs Neue an vielen Millionen kleinen und großen Orten unsere Gesellschaft. Ohne Bezahlung, meist ohne Schulterklopfen und immer mit der gleichen Einstellung der

Engagierten. Denn, werden gemeinnützig tätige Menschen zu ihren Motiven befragt oder gar besonders geehrt, lautet die lapidare Antwort zumeist: „Es macht mir halt Spaß“ und „Das würde doch jeder machen“.

Mit anderen Menschen zusammen sein und Talente einbringen können

Dassind die beiden wichtigsten Grundpfeiler für Menschen, die sich für das Gemein-

Anzeige

LANDRATSAMT WÜRZBURG

Schwangerenberatung

Konfliktberatung

Sexualpädagogische Projekte

Familienplanung

Zeppelinstraße 15 | 97074 Würzburg | Telefon 0931 8003-5990

www.schwanger-in-wuerzburg.de

Öffnungszeiten: Mo – Fr 07.30 – 12.00 Uhr, Mo + Do 14.00 – 16.30 Uhr
Beratungsgespräche nach Vereinbarung auch außerhalb der Öffnungszeiten



Staatlich anerkannte Beratungsstelle
für Schwangerschaftsfragen

GESUNDHEITSAMT
STADT UND LANDKREIS
WÜRZBURG





Foto: Reinders

Prof. Dr. Heinz Reinders

wohl einsetzen. Es macht ihnen zunächst einmal Spaß, weil sie mit anderen Menschen zusammensind und ihre Talente einbringen können. Ohne Spaß gäbe es kein Ehrenamt, was im Übrigen Pflichtgefühl keineswegs ausschließt, im Gegenteil. Ehrenamtliche sind sehr gewissenhaft, fürsorglich und verlässlich, weil sie ihre Verantwortung für Andere ernst nehmen. Dem Ausbilder für die Jugendfeuerwehr würde im Traum nicht einfallen, die wöchentliche Übungsstunde entfallen zu lassen, die Vereinstrainerin ihre Fußballmädchen nicht alleine auf dem Platz lassen und der Einkaufshelfer seine achtzigjährige Nachbarin auf keinen Fall versetzen. Aber diese Verantwortungsübernahme ist keine Belastung, sie ist für Ehrenamtliche eine Selbstverständlichkeit, es ist einfach Teil ihres Lebens und weil das Engagement Spaß macht, fällt ihnen selbst ihre große Verlässlichkeit gar nicht erst auf.

Etwas erreichen können

Der zweite wichtige Grundpfeiler für Engagement ist das Erleben, etwas für andere, für das Umfeld oder einfach für ein besseres Zusammenleben erreichen zu können. Engagierte bleiben auch deshalb so lange und gleich mehrfach engagiert, weil sie spüren, wie sich die Dinge auch durch ihr Zutun verändern.

Bedürftige erhalten durch die Tafel etwas zu essen, eine vor dem Krieg geflüchtete Familie ein Dach über dem Kopf, ein Mensch mit psychischen Problemen ein offenes Ohr und eine Seniorin einfach etwas Geselligkeit.

Ehrenamtliche verlangen nicht nach diesen Fortschritten, sie erwarten keine Dankbarkeit von der Gesellschaft, aber sie spüren dennoch diesen kleinen, sehr hartnäckigen Gedanken im Hinterkopf ihres sozialen Gewissens, der ihnen sagt: „Schön. Das hat doch gut geklappt!“

Menschlicher Gewinn

Dabei müssen wir nicht einmal mehr über den Nutzen sprechen, den Organisationen und Einrichtungen von Ehrenamtlichen haben. Der menschliche Gewinn ist für sie offenkundig, ihre Arbeit ohne Ehrenamtliche undenkbar. Wir müssen auch nicht über den eigenen Vorteil für Ehrenamtliche sprechen, denn wir wissen, dass sie gesünder sind, sich ausgeglichener und in ihrer Persönlichkeit geschätzt fühlen.

Wohl aber müssen wir darüber reden, dass soziales Engagement das verbindende Element einer solidarischen Gesellschaft ist und die Demokratie stärkt. Überall dort, wo Menschen sich füreinander einsetzen und engagieren, kann sich rechter Populismus, Rassismus und der unverhohlene Hang zur gesellschaftlichen Spaltung nicht durchsetzen. Nicht nur um der Menschen willen, denen wir unmittelbar helfen, sondern auch um der gesellschaftlichen Zukunft willen gibt es zum sozialen Engagement keine Alternative.



**Unser Kopf ist rund,
damit das Denken
die Richtung ändern kann.**

Francis Picabia

**Buchladen
Neuer Weg**

www.neuer-weg.com

Sanderstraße 23/25 • 97070 Würzburg
Tel.: 09 31 / 3 55 91 - 0 • Fax: 09 31 / 3 55 91 - 73
buchladen@neuer-weg.com

Geöffnet: Mo-Fr 9-19 Uhr • Sa 9-16 Uhr

Anzeige

Ehrenamt finden und Bereicherung im Leben erfahren

... Passt!

↳ Gudrun Hildebrandt

Der Gedanke, ehrenamtlich tätig zu werden, beschäftigt mich schon über Jahre. Aber irgendwie schien nie der richtige Zeitpunkt da gewesen zu sein.

Nachdem ich erfuhr, dass unser zweiter Sohn auch ausziehen möchte, wusste ich – JETZT kann es endlich losgehen. Die Frage nach dem WO und WIE ich ehrenamtlich tätig werden will, war durch die sehr in-

formative Internetseite der Ehrenamtsberatung in Würzburg fast schon beantwortet. Ich sortierte, überlegte noch einmal, schlief eine Nacht darüber und strich einige bereits mit JA angestrichene Stellen wieder durch.

Ich denke, die Senioren hatten es mir aus unterschiedlichen Gründen angetan. Erstens haben sie bereits ein sehr erfülltes Leben hinter sich und sind sehr froh um jedes nette Wort, und zweitens wird meiner Meinung nach oft mehr für Kinder und weniger für unsere Senioren getan.

ich fest, dass ich eine Einzelbetreuung bevorzuge. Nach kurzer Zeit schon wurde ich einer lieben, netten, älteren Dame vorgestellt, die leider an Demenz erkrankt ist und nicht allzu oft Besuch bekommt. Ich erhielt Informationen, damit ich mit der Dame leichter in Kontakt treten konnte. Jetzt besuche ich sie jeden Mittwochvormittag für ein bis eineinhalb Stunden. Zunächst waren wir nur im Gespräch. Sie erzählt, so weit sie es noch weiss, von ihrem Leben, und ich von meinem. Wir sprechen aber auch über alles, was uns gerade so in den Köpfen herum schwirrt.

Bei meinem letzten Besuch hatte ich anscheinend bereits so viel Vertrauen aufgebaut, dass wir sogar einen kleinen Spaziergang in den Garten unternehmen konnten. Die Angst, die sie leider immer wieder überkommt, kann ich ihr zumindest während meiner Besuche nehmen.

Ehrenamt versus persönlicher Aufgaben

Zwischendurch kamen mir auch Zweifel, ob ich die Zeit nicht besser nutzen sollte, um meinen kranken Vater zu besuchen. Oder mich um die vielen anderen Dinge zu kümmern, die ich um die Ohren habe. Aber ich genieße es, dass meine „Ehrenamts-Dame“ mir nach nur drei Monaten schon

Anzeige

KEVEKORDES Ergonomie
 Der einzigartige Sitzkomfort von **fitFORM** wenn es wirklich gut sein soll...

- 100% Maßarbeit individuelle Sitzlösungen
- einzigartige Verstellmöglichkeit mit minimaler Rückenbelastung
- ergonomischer, zertifizierter Sitzkomfort
- leichtes Aufstehen mit Aufstehhilfe
- 10 Jahre Fitform-Garantie

Im Studio: Am Sonnenhof 16
 Di. - Fr. 10-18 Uhr WÜ-Lengfeld
 u.n. Absprache Tel.: 0931/28 76 196

www.kevekordes-ergonomie.de

Infogespräch in der Freiwilligenagentur

Anfang Juni ging ich dann einfach einmal zu einem Infogespräch in die Freiwilligenagentur Würzburg und wurde dort sehr nett empfangen. Dort hörte ich, dass im Seniorenwohnstift Sanderau der Stiftung Bürgerspital einige Ehrenamtliche aus Altersgründen aufgehört hatten und neue Leute fehlten.

Gesagt – getan

In einem ausführlichen Gespräch mit Frau Lipecki vom Sozialdienst der Pflegeabteilung wurden viele Fragen geklärt. Beim „Schnuppern“ während einer Sportstunde mit vielen Bewohner*innen vor Ort stellte

so viel Vertrauen schenkt. Wir sagen uns auch immer, dass wir aneinander denken. Bei Fragen kann ich mich mit Frau Lipecki, der zuständigen Mitarbeiterin aus dem Sozialdienst, jederzeit austauschen. Auch werde ich zu Festen des Seniorenstifts eingeladen.

Freude kommt zurück

Bevor ich mich mit Handy, schlechten Filmen und unwichtigen Gesprächen abgebe, freue ich mich jetzt immer auf meinen „Oldie-Tag“ am Mittwoch. Vormittags besuche ich die Dame im Bürgerspital-

Seniorenheim und nachmittags geht es dann gleich weiter zu meinem Teilzeitjob im Café des Seniorenwohnheims Hubland. Dank meines netten Chefs kann ich beides gut verbinden und so fallen keine Extrawege an.

Dazu ein Gedanke aus dem Buch „Happy days for you“ von A. Lichtenauer: Wer regelmäßig anderen Menschen hilft, fühlt sich gesünder. Er bekommt innere Kraft zurück, sieht das Leben anders, lebt selber zufriedener, erfährt eine Hochstimung: Das Helfer-High.

Wer sich freiwillig in Würzburg engagieren möchte, kann sich zur Beratung an die Freiwilligenagentur Würzburg wenden: Tel. 37-2706

Beratungszeiten:

Montag 10–12 Uhr
Dienstag 10–14 Uhr
Mittwoch 12–18 Uhr
Donnerstag 14–16 Uhr

Homepage: <https://www.wuerzburg.de/themen/gesundheits-soziales/aktivbuero/ehrenamt/freiwilligenagentur-wuerzburg1/index.html>



Ergotherapeutische funktionelle Übungsbehandlungen
Ergotherapeutische neurophysiologische Behandlungen nach Bobath
Ergotherapeutische sensorische Integrationstherapie
Psychomotorik

Lernstörungen
Rechts-, Linksproblematik
Graphomotorische Problematik
Konzentrationsförderung
Legasthenie und Dyskalkulie
Hausaufgabentraining

Frühförderung
Regulationsbehandlung:

- Schreistörung
- Schlafstörung
- Gedeihstörung

Elternberatung

Sturzprophylaxe
Therapie nach Schlaganfall
Therapie nach Demenz und M. Alzheimer
Gelenkschutz

Termine nach Vereinbarung
Hausbesuche
alle Kassen

30 Jahre

Praxis für Ergotherapie
Steffania Nürnberger

Sonnenstrasse 21 • 97072 Würzburg • Telefon + Fax 0931 / 88 75 92
www.ergotherapie-nuernberger.de • snuern@t-online.de

seit 1988

Anzeige

*Ehrenamtliche, Hauptamtliche und Klient*innen bilden eine gelingende Mischung – Ehrenamt bei der Streetwork/In der Anlaufstelle Underground*

„Wir passen zueinander!“

↳ Regine Dietl, Diakonie Würzburg

Das Underground, eine Anlaufstelle für hilfsbedürftige Jugendliche und junge Menschen in Würzburg, wird während der Öffnungszeiten von Ehrenamtlichen gemanagt. Die Ehrenamtlichen werden hierfür von den hauptamtlichen Mitarbeiter/-innen der Streetwork Würzburg eingearbeitet und unterstützt. Diese stehen auch jederzeit den Ehrenamtlichen als Ansprechpartner zur Ver-

fügung, denn die unterschiedlichen und oft komplexen Problemlagen der Klienten stellen die Ehrenamtlichen teilweise vor Herausforderungen.

Ehrenamtliche haben ein „offenes Ohr“

Die Anlaufstelle Underground hat als Ziel, die Grundbedürfnisse der Klienten zu befriedigen und als Schutzraum für diese zu fungieren. So können sich die Klienten während der Öffnungszeiten Nahrung zubereiten, duschen, auf eine kleine Auswahl an Kleidung zugreifen und einen Computer zur Wohnungs-, Arbeitssuche und anderem nutzen. Auch finden sie bei ihrem Aufenthalt im Underground Menschen mit ähnlichem Schicksal zum Austausch. Die Ehrenamtlichen stehen während dieser Zeit als Ansprechpartner und „offenes Ohr“ zur Verfügung, ebenso tragen sie Sorge dafür, dass die Rahmenbedingungen in der Anlaufstelle stimmen und die zwei Hauptregeln „Keine Drogen – Keine Gewalt“ beachtet werden.

Jede/r einzelne Ehrenamtliche ist einzigartig

Jeder einzelne Mitarbeiter des ehrenamtlichen Teams erfüllt eine bestimmte Rolle und trägt somit einen großen und



Eingang des „Underground“

wichtigen Teil zum gelingenden Alltag in der Anlaufstelle bei. Alle haben besondere Eigenschaften und unterschiedliche Interessen, die sie in ihre Arbeit im Underground mit einfließen lassen können.

Zusätzliche Angebote und Workshops

Das geschieht insbesondere in den zusätzlichen Angeboten oder Workshops,

Anzeige

KRISENDIENST
Hilfe in akuten Krisen
und Suizidgefahr
0931 571717

Krisendienst Würzburg
Kardinal-Döpfner-Platz 1 | 97070 Würzburg
Mo. – Fr. 14.00 – 18.00 Uhr
Tägl. Bereitschaftsdienst 18.30 – 00.30 Uhr
www.krisendienst-wuerzburg.de

Fotos (2): Underground, Evangelische Kinder-, Jugend- und Familienhilfe



Aufenthaltsraum im „Underground“.

die größtenteils von den Ehrenamtlichen durchgeführt werden. So wird von einer ehrenamtlichen Mitarbeiterin ein Workshop „Hosen nähen“ angeboten. „Was benötige ich um eine Hose zu nähen, welche Farbe soll meine erste selbstgenähte Hose haben?“ – diese und viele andere Fragen werden an diesem Nachmittag beantwortet. Andere Ehrenamtliche organisieren einen Spielenachmittag, wieder andere gehen regelmäßig mit den Klienten bouldern oder unternehmen Spaziergänge und kleine Wanderungen in der näheren Umgebung.

Wenn auch Sie die Streetwork Würzburg durch Ihre ehrenamtliche Mitarbeit unterstützen möchten, nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf!

Evangelische Kinder-, Jugend- und Familienhilfe STREETWORK
Lindleinstraße 7, 97080 Würzburg
Tel. 0931-4652843, Fax 0931-4652881
E-Mail: info@streetwork-wuerzburg.de

Anlaufstelle Underground
Bahnhofsplatz 4, 97070 Würzburg
Tel. 0931-4652785, Fax 0931-4652881
Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 14–17 Uhr
Samstags Brunch von 13–15 Uhr
Offene Sprechstunde Montag bis Freitag von 11–12 Uhr



Würzburg/Grombühl
Grombühlstraße 29 Tel. 0931 - 32 99 5 99

Höchberg
Alte Steige 2 Tel. 09 31 - 26 07 99 29

Parkplätze direkt am Haus

- Barrierefreier Zugang
- Wir behandeln Sie in der Praxis, zu Hause, in Einrichtungen.

E-Mail: info@ergopraxis-schmidt.de, www.ergopraxis-schmidt.de

In der Selbsthilfe engagieren sich Menschen aufgrund ihrer eigenen Erkrankung oder Problemstellung

Ein besonderes Engagement ist das Engagement aus eigener Betroffenheit

Die Kurz-Interviews führte Susanne Wundling, Aktivbüro

Mein Engagement in der Borreliose-Selbsthilfe: Christopher B., Gründer der Selbsthilfegruppe Borreliose Würzburg, 31 Jahre, seit April 2017 in der Selbsthilfe engagiert

Was macht Ihre SHG?

„Wir besprechen die verschiedenen Erscheinungsformen und Ausprägungen der

Borreliose und tauschen uns über unsere Erfahrungen mit unterschiedlichen Diagnose- und Behandlungsmethoden aus. Was man im Alltag tun kann, um Körper und Immunsystem zu stärken und die Auswirkungen einer chronischen Borreliose zu mildern ist ebenfalls ein häufiges Thema. Demnächst werden wir zur Unterstützung eine Heilpraktikerin in unsere Gruppe einladen.“

Wie viele Personen sind durchschnittlich in Ihrer Gruppe?

„Beim ersten Infoabend im Dezember 2017 waren annähernd 100 Personen anwesend. Die regelmäßigen Gruppentreffen waren anfangs mit über 20 Personen sehr stark besucht, im Durchschnitt kommen regelmäßig etwa 10 Mitglieder.“

Welche Erfahrungen in der SH würden Sie als wertvoll schildern?

„Häufig höre ich von neuen Teilnehmer*innen, dass sie sich in unserer Gruppe überhaupt zum ersten Mal ernst genommen fühlen und den Eindruck haben, dass ihnen hier geglaubt wird. Das liegt daran, dass die Borreliose sehr unterschiedlich verlaufen und damit von Medizinern häufig nicht erkannt oder angemessen behandelt werden kann.“



Foto: JerzyGorecki, Pixabay

Wir teilen unser Wissen über die Erkrankung, vor allem auch die Erfahrungen, was uns zusätzlich zur medizinischen Versorgung gut tut, z. B. Bewegung, Sauna, Ernährung, Stressabbau oder pflanzliche Haus- und Heilmittel.“

Welchen Stellenwert hat die SH für unsere Stadt und für Ihre Mitglieder?

„Nun, nach der großen Resonanz unseres Eröffnungsabends mit Infovortrag zu schließen, hat die Patienteninformation, welche die Selbsthilfe liefern kann, eine hohe Bedeutung für unsere Gesellschaft. Für die Mitglieder zeigt es sich als bedeutsam, dass sie und ihre Krankheit mit all den Erscheinungen und Belastungen ernst genommen werden.“

Kontakt zur Borreliose Selbsthilfe:

borreliose-shg-wue@gmx.de
oder Aktivbüro Tel. 37-3706

Anzeige



Werden Sie Helfer bei HALMA e.V!

- Wir bieten:
- Qualifizierte Schulung
 - Versicherungsschutz
 - Finanzielle Aufwandsentschädigung

HALMA e.V.
Bahnhofstraße 11
97070 Würzburg
Tel.: 0931-20781420

RUFEN SIE UNS AN!

info@halmawuerzburg.de | www.halmawuerzburg.de

FÖRDERER:



Bayerisches Staatsministerium
für Gesundheit und Pflege

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege gefördert

Mein Engagement in der Selbsthilfegruppe für Messies bzw. für Menschen mit Desorganisationsproblematik. Max H.; 66 Jahre, seit Sommer 2017 in der Selbsthilfe engagiert,

Was macht Ihre SHG?

„Wir sind eine Anlaufstelle für Messie-Betroffene. Wir hören uns die Problematik jedes Teilnehmers an und versuchen gemeinsam, Bewältigungswege zu finden. Dazu ziehen wir Fachliteratur hinzu, beschäftigen uns eigenständig mit einzelnen Aspekten des Messie-Syndroms und laden uns Fachleute ein. Unser Ziel ist es, mit der Problematik klar zu kommen. Dazu haben wir gelernt, herausfinden zu müssen, worum es EIGENTLICH WIRKLICH beim Messie-Syndrom geht. Das Messie-Syndrom hat viele Abstufungen, wir machen bewusst einen Unterschied zur Vermüllungs-Thematik. Vor allem sind wir KEINE Aufräumgruppe! Die eigentlichen Ursachen unseres Problems liegen tiefer. Leider gibt es kein Idealrezept, jedes Gruppenmitglied muss einen eigenen Zugang zu den dahinter stehenden Themen finden. Wir bauen auch Kontakte zu den Sozialpsychiatrischen Diensten auf. Wir möchten uns dort bekannter machen und die Mitarbeiter*innen für Fachvorträge zu uns in die Runde einladen.“

Wie viele Personen sind durchschnittlich in Ihrer Gruppe?

„Anfänglich waren wir mehr als zwanzig Personen. Für einige war die Selbsthilfegruppe nicht die geeignete Form der Bewältigung. Momentan sind wir durchschnittlich acht Personen.“

Welche Erfahrungen in der SH würden Sie als wertvoll schildern?

„Wichtig ist für neue Teilnehmer*innen, dass sie angehört werden ohne Ratschläge zu bekommen (Ratschläge sind auch „Schläge“). Persönlich bin ich zu der Erkenntnis gelangt, dass es keine „Instant-Lösung“ gibt, also kein Erfolgsrezept oder keine spezielle Methode und dann ist die ganze Wohnung aufgeräumt. Besser funktioniert es mit einer achtsamen Haltung mir selbst gegenüber und einem

freundschaftlichen Umgang mit mir. Mein Gedankenkarussell mitzubekommen, ohne Druck, mal innezuhalten, mehr Selbstfürsorge zu leben und kleine Schritte zu wüdigen. Hilfreich ist dazu beispielsweise das „Dankbarkeits-Tagebuch“. Und jeden Tag neu dran bleiben!

Welchen Stellenwert hat die SH für unsere Stadt? Und für Ihre Mitglieder?

„Das Messie-Syndrom ist ein verkanntes, verstecktes Thema. Ich glaube schon, dass unsere Selbsthilfegruppe deshalb eine Bedeutung für Würzburg hat, denn für Messies gibt es ansonsten kaum Anlaufstellen.“

Kontakt zur Messie-SHG:

E-Mail: messies@hbm.de
oder Aktivbüro, Tel. 37-3706



Gabriele Dorrer

Heilpädagogin · Systemische Supervisorin (DGSF)
Systemisches Gesundheitscoaching

Ressourcen nutzen – Ziele erreichen

Matthias-Ehrenfried-Str. 57 · 97074 Würzburg · Tel. 0931/7940811
gbdorrer@t-online.de · www.GabrieleDorrer.de

COACHING – SUPERVISION – SEMINARE



Ehrenamtliche bereichern die Patientenversorgung am Uniklinikum Würzburg

Grüne Damen und Herren: 30 Jahre ehrenamtlicher Patientenbesuchsdienst

✎ Helmuth Ziegler, Universitätsklinikum Würzburg

Seit drei Jahrzehnten besuchen die mittlerweile auch durch „Grüne Herren“ verstärkten „Grünen Damen“ die einsamen und hilfsbedürftigen Patientinnen und Patienten des Uniklinikums Würzburg (UKW). Derzeit engagieren sich 22 Frauen und vier Männer in diesem, unter dem Dach der Caritas organisierten Ehrenamt. Sie nehmen sich Zeit für Gespräche, erledigen kleine Einkäufe oder kümmern sich um Organisatorisches.

Italienische Ursprünge

Der Beginn des Hilfsangebots war eine Initiative von Antonio Lucchetta, einem italienischen Sozialarbeiter der Caritas. Ende des Jahres 1987 stellte er eine kleine Gruppe italienischer Frauen zur Betreuung von kranken Landsleuten am UKW auf die Beine. Wenige Monate später hatten sich auch deutsche Frauen der Gruppe angeschlossen, aus der sich 1988 die deutsch-italienische Krankenhaushilfe der Caritas bildete. Der Name „Grüne Damen und Herren“ leitet sich ab von den mintgrünen Kitteln, die sie bei ihrer Arbeit tragen.

Bedarf steigend

„Nicht nur für unsere Patienten und deren Angehörige, sondern auch für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind diese ehrenamtlichen Kräfte eine große Unterstützung“, lobt Günter Leimberger, der Pflegedirektor des Klinikums. Dabei wird die „Nachfrage“ auch in Zukunft sicher nicht kleiner werden. „Zum einen nimmt die Vereinsamung der immer älter werdenden Menschen in Deutschland zu. Zum anderen schließen derzeit viele kleinere Krankenhäuser, so dass die Anfahrtswege für Angehörige und Freunde immer weiter und damit regelmäßige Besuche immer schwieriger werden,“ berichtet Alfred

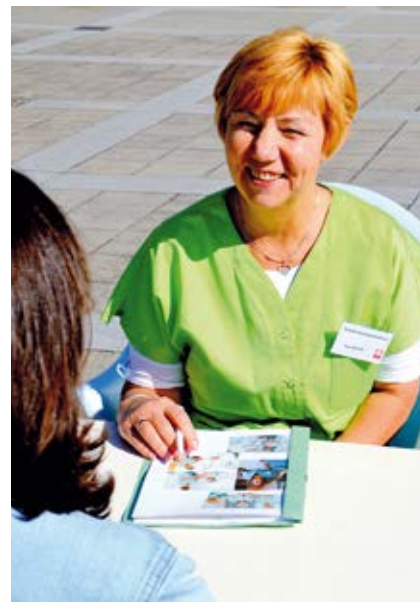


Foto: Uniklinikum Würzburg

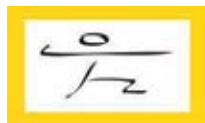
Die Ehrenamtlichen des Krankenhausbesuchsdienstes erkennt man an ihren mintgrünen Kitteln, die sie bei ihrer Arbeit tragen.

Fischer, der Gruppenleiter des Würzburger Besuchsdienstes. Deshalb seien bei den Grünen Damen und Herren weitere Helferinnen und Helfer jederzeit willkommen.

Wer sich für eine Beteiligung interessiert, kontaktiert Albert Fischer unter der E-Mail: albertfischer08@gmail.com.

Anzeige

Qigong & Taiji



**Körper und Geist stärken
Entspannung fördern**

Kurse/Ausbildung/Einzelunterricht
Zell a.Main, Würzburg, Gerolzhofen

Gabriele Stellwaag
Qigong/Taiji - Lehrerin
Entspannungspädagogin

0931 / 46 50 91 88
Gabriele.Stellwaag@t-online.de
www.qigong-entspannung-meditation.de

Schnelle und unkomplizierte Hilfestellung

Beratung und aufsuchende Hilfe für Senioren

✎ Sandra Jörg, Fachbereich Integration, Inklusion und Senioren

Frau Müller sitzt in ihrem Wohnzimmer im Sofasessel. Vor ihr auf dem Tisch liegen Unterlagen von ihrer Krankenkasse, ihr Mietvertrag, die Stromrechnung und andere Schriftstücke. Frau Paulina Frik von der Stelle „Beratung und aufsuchende Hilfe für Senioren“ der Stadt Würzburg hilft ihr beim Ausfüllen des SEPA-Lastschriftmandats für den Stromversorger. Es ist der zweite Hausbesuch der Sozialpädagogin bei der 84-jährigen Witwe.

Die Seniorin hatte sich vor zwei Wochen telefonisch im Sozialreferat gemeldet und angegeben, dass sie Unterstützung bei finanziellen und behördlichen Angelegenheiten benötige. Zudem sei sie in den letzten Monaten oft gestürzt und kann die eigene Wohnung nicht verlassen. Schnell und unkompliziert

wurde ein Besuch bei Frau Müller vereinbart. Im Rahmen des Hausbesuches kommt Frau Frik als Beraterin mit Frau Müller weiter ins Gespräch. Frau Müller erzählt ihr, dass sie in ihrer Mobilität äußerst eingeschränkt sei und sich etwas Hilfe wünsche. Die Körperpflege, die tägliche Versorgung mit Essen und den Haushalt könne sie kaum mehr bewältigen. Die Sozialpädagogin hört aufmerksam zu und berät Frau Müller ausführlich. Sie wird die Seniorin in den nächsten Wochen weiter unterstützen, um bei der Pflegekasse einen Antrag auf Feststellung des Pflegegrades einzureichen, Kontakt mit dem Vermieter und den Stromwerken aufzunehmen sowie haushaltsnahe Dienstleistungen zu organisieren.

Anhand dieses Beispielsfalles wird deutlich, welch immensen Beitrag kommunale

Fürsorge leistet, um würdevolles Altern zu gewährleisten. 20,3 % der Bevölkerung in Würzburg ist 65 Jahre und älter. Im Zusammenhang mit zunehmenden körperlichen und geistigen Einschränkungen im Alter, können hier besondere Notlagen entstehen, die eine aufsuchende und professionelle Unterstützung sowie vorübergehende Begleitung erforderlich machen.

Aus diesem Grund wurde im Fachbereich Integration, Inklusion und Senioren ein zeitgemäßes Beratungs- und Betreuungsangebot für Bürger ab 60 Jahre geschaffen. Für den neuen Fachdienst „Beratung & aufsuchende Hilfe für Senioren“ bieten Frau Frik, Frau Anton und Frau Jörg seit April 2018 Beratung im Büro und bei Bedarf Hausbesuche an.

Wir unterstützen Senioren, notwendige Hilfen und Sozialleistungen zu beantragen sowie bestehende Hilfsangebote auszuschöpfen. In Notsituationen begleiten wir die älteren Menschen, bis ein geeignetes Unterstützungsangebot gefunden, verfügbar und eingesetzt ist.

Unser Kontakt

Beratung und aufsuchende Hilfe für Senioren
Karmelitenstraße 43, Zimmer 007
Tel. 0931-372508



Foto: Aufsuchende Seniorenberatung

Die Mitarbeiterinnen der aufsuchenden Seniorenberatung: Frau Anton, Frau Jörg, Frau Frik (v.l.n.r.)

Beraten, informieren, vernetzen

Wir sind für Menschen mit einer Autismus-Spektrum-Störung da!

↳ Maria Wegmann, Autismus Kompetenzzentrum Unterfranken



Foto: Autismus Kompetenzzentrum

Das Team vom Autismus Kompetenzzentrum e.V. (AKU): Maria Wegmann, Annette Kilian, Daniela Ursel (v.l.n.r.)

Das Autismus Kompetenzzentrum Unterfranken (AKU) ist eine Beratungs-, Netzwerk- und Informationsstelle mit Sitz im Würzburger Stadtteil Grombühl. Wir richten uns an Menschen, die von einer Autismus-Spektrum-Störung, kurz ASS, betroffen sind. Außerdem sprechen wir Angehörige sowie Institutionen und Einrichtungen an, die sich mit dem Thema ASS befassen und sich dafür interessieren. In unserer neutralen Funktion beraten, in-

formieren und vernetzen wir. Unsere Ziele sind, Menschen mit ASS bei der Führung eines möglichst selbstständigen, eigenverantwortlichen Lebens zu unterstützen und ihnen die Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft zu ermöglichen.

Elternstammtische für Erfahrungsaustausch

Bei Elternstammtischen in Würzburg, Aschaffenburg und Schweinfurt haben

Eltern außerdem die Möglichkeit zu einem Erfahrungsaustausch untereinander. Auch ein Partnertreff und ein Spielenachmittag für die ganze Familie zählen zu unseren Angeboten. Selbstbetroffene, Eltern, Partner und Familien können auf Wunsch langfristig von uns in Form von Beratung begleitet werden und von einer breiten Vernetzung zu anderen Einrichtungen profitieren. Um das Miteinander und die Facetten von ASS besser zu verstehen, bieten wir in Zusammenarbeit mit der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Universitätsklinikums Würzburg ein Elterntraining an.

Offener Treff für Erwachsene mit Asperger-Syndrom

Etwa alle sechs Wochen treffen sich Erwachsene mit Asperger-Syndrom zu einem „offenen Treff“. Mit dem offenen Treff möchten wir für Betroffene eine Anlaufstelle sein, in der sie sich mit anderen Betroffenen austauschen und neue Kontakte knüpfen können. Durch eine gute Vernetzung ist es uns möglich, Betroffenen zudem ein Soziales Kompetenztraining (SOKO) anzubieten, welches durch Frau Ursel gemeinsam mit einem Team extern angeboten wird.

Fort- und Weiterbildungen für Fachkräfte

Über diese Kernaufgaben hinaus bietet das AKU Fort- und Weiterbildungen für Fachkräfte und Einrichtungen an und informiert in Vorträgen/Fortbildungen zu Themen rund um die Autismus-Spektrum-Störung. Hierüber hinaus sind wir der Ansprechpartner für einrichtungsinterne Beratung und Coachings rund um das Thema ASS. Nicht nur am Weltautismustag – jedes Jahr am 2. April – ist Öffentlichkeitsarbeit ein wichtiger Teil unseres Geschäfts, Öffent-

lichkeitsarbeit macht einen wesentlichen Bereich unserer Arbeit aus. Im kommenden Jahr feiert das AKU sein zehnjähriges Bestehen.

Kontaktmöglichkeiten:

info@autismus-unterfranken.de
www.autismus-unterfranken.de
Lindleinstraße 16, 97080 Würzburg
Tel: 0931 25080-284,
Fax: 0931 25080-283
Mo-Fr (8.30–12.00 Uhr)
Weitere Zeiten nach Vereinbarung

Exkurs Autismus:

Die Erscheinungsformen von ASS sind vielfältig. Dennoch gibt es Merkmale, die für alle kennzeichnend sind:

- Schwierigkeiten im sozialen Umgang/ Interaktion mit Mitmenschen
- Schwierigkeiten in der wechselseitigen Verständigung und Kommunikation
- Eingeschränkte, unflexible Handlungsfähigkeit

Autistische Verhaltensweisen betreffen viele Lebensbereiche und dauern ein Leben lang an. Jeder Mensch ist besonders, so gibt es auch bei jedem/jeder Betroffenen mit einer Form von Autismus unterschiedliche Ausprägungen und Begabungen. In jedem Falle bedeutet ein Leben mit Autismus besonderen Beratungs- und Unterstützungsbedarf in allen Altersphasen und Lebensbereichen.



BÜRGERSPITAL

W Ü R Z B U R G

LOGOPÄDIEZENTRUM 50PLUS

FDT/F.O.T.T® BEI SCHLUCKSTÖRUNGEN

LSVT® LOUD-THERAPIE BEI M. PARKINSON

APHASIETHERAPIE

**Wir bieten das komplette Spektrum der Logopädie für
Patienten ab 50 Jahren – bei uns oder zu Hause!**

BOBATH NACH SCHLAGANFALL

REZEPTBEHANDLUNG

SPRACHE UND KOMMUNIKATION BEI DEMENZ

...gepflegt leben.

Geriatrizentrum Würzburg im Bürgerspital
Sommelstraße 2 – 4 · 97070 Würzburg · Tel. 0931 3503 - 401
geriatrizentrum@buergerspital.de · www.buergerspital.de



Deutschlandweit vernetzt und ehrenamtlich tätig

Qualifizierte Beratung zu schwulen Themen

↳ Andreas Hausknecht

Die Rosa Hilfe ist ein deutschlandweites Netzwerk aus qualifizierten Beratungsteams, die bei Fragen und Problemen des schwulen Lebens weiterhelfen.

Seit 40 Jahren in Würzburg und Unterfranken

Wir, die Rosa Hilfe Würzburg, beraten seit 1978 schwule und transsexuelle Männer sowie deren Freunde und Angehörige aus

ganz Unterfranken. Unsere Beratungsgruppe ist dabei unter dem Dach des schwul-lesbischen Zentrums Würzburg / WuF e.V. angesiedelt. Unser Team besteht aus Männern unterschiedlichen Alters und unterschiedlicher Berufe, u.a. aus dem sozialen Bereich, sowie aus Studenten und Auszubildenden.



Rosa Hilfe
19446 - reden hilft!

Beratung und Gesprächsführung oder auch zu inhaltlichen Themen wie etwa sexuell übertragbare Krankheiten oder Probleme des schwulen Lebens im Alter teil und halten ebenso Fall- und Teamsupervisionen ab. Unterstützt werden wir in unserer Arbeit von unserem Dachverein, dem schwul-lesbischen Zentrum, sowie als anerkannte Initiative in Würzburg durch das Aktivbüro der Stadt Würzburg. Darüber hinaus stehen wir in engem Austausch mit Kooperationspartnern wie der Aids-Beratungsstelle Unterfranken, dem Gesundheitsamt Würzburg, der bundesweiten Präventionskampagne „Ich weiß, was ich tue“ (IWWIT) sowie weiteren Beratungsgruppen aus dem Netzwerk der Rosa Hilfe in Deutschland.

Wir beraten und helfen

Im Rahmen unseres ehrenamtlichen Engagements beraten wir jeden Mittwoch von 20 bis 22 Uhr über folgende Medien:

- telefonisch über die bundesweit einheitliche Rufnummer 19446
- online über die Social-Media-Plattformen Planetromeo der schwulen Szene
- per Mail über die info@rosa-hilfe.de
- nach Absprache und Terminvereinbarung auch persönlich

Diese freiwilligen Dienstzeiten jeden Mittwoch bestreiten wir stets im Zweierteam. Daneben treffen wir uns alle ein bis zwei Monate zur gemeinsamen Teambesprechung sowie Planung und Organisation. Zusätzlich nehmen wir regelmäßig an Fort- und Weiterbildungen, beispielsweise zur

Lust, uns zu unterstützen?

Verstärkung für unser Beratungsteam ist immer gern gesehen! Solltest du also Interesse daran haben, bei uns mitzuwirken, freuen wir uns auf deine Kontaktaufnahme. Nähere Informationen zu uns findest du auf www.rosa-hilfe.de.

Anzeige



agape
KLEIDERKAMMER
& MEHR

Gerne nehmen wir **Kleidung** und **Hausrat** in zeitgemäßem und guten Zustand an und geben diese gegen Spende, aber auch unentgeltlich an Bedürftige weiter.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!

Bonner Straße 14a
97078 Würzburg-Heuchelhof
Tel.: 0170 / 556 64 63 (Ulrich Roßner)

Öffnungszeiten:

Dienstag	10-13 Uhr
Donnerstag	15-18 Uhr
Freitag	10-13 Uhr
Samstag	10-13 Uhr

agape ist eine Einrichtung der Evangelischen Freikirche "Lebendiges Wort" | Würzburg-Lengfeld

Unabhängige Beratung für Menschen mit Behinderung

Netzwerk Unabhängige Teilhabe Beratungsstellen Würzburg – EUTBs

↳ Wolfgang Vogt

„Eine für Alle“ – das ist das Motto der Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung „EUTB“: Entsprechend dem neuen Bundesteilhabegesetz gründeten sich in diesem Jahr im ganzen Bundesgebiet über 400 EUTB Beratungsstellen. Gefördert werden die EUTBs durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales, aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.

Die Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung unterstützt und berät Menschen mit Behinderung oder chronischer Erkrankung und deren Angehörige. Die Beratung ist kostenlos und unterliegt der Schweigepflicht.

Ratsuchende sind willkommen

In Würzburg gibt es fünf EUTB Beratungsangebote von unterschiedlichen Trägern. Die jeweiligen Würzburger EUTBs beraten Menschen unabhängig und auf „Augenhöhe“ rund um Themen wie „Teilhabe am Leben“, „Selbstbestimmung“ und „Rehabilitation“; von „A - wie Arbeit“ bis „Z - wie zu Hause“.

Die Beratung kann im Vorfeld der Beantragung von Leistungen, unabhängig von Leistungsträgern oder von Leistungserbringern und ergänzend zur Beratung anderer Stellen erfolgen.



Über die Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung EUTB

Um optimal für Menschen mit Behinderung arbeiten zu können, haben sich die Beratungsstellen untereinander vernetzt und arbeiten bei Bedarf zusammen. Ratsuchende können direkt in eine der EUTBs gehen. Noch besser ist es, anzurufen oder eine E-Mail zu schreiben und sich zu verabreden. Wenn es große Probleme gibt, zur Beratungsstelle zu kommen, bieten wir im Einzelfall auch Hausbesuche an. Auch Gebärdendolmetscher sind, wenn gewünscht, beim Gespräch dabei.

Die EUTBs in Würzburg (Stadt/Land) und in den Landkreisen Kitzingen und Main-Spessart

EUTB des Assiston e.V.

Pleichertorstraße 3, 97070 Würzburg
Tel. 0931 4662-1235 und -1236
E-Mail: info@assiston.de
www.teilhabeberatung-wuerzburg.de

EUTB des Bayerischen Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. (BBSB)

Blickpunkt Auge, Juliuspromenade 40-44,
97070 Würzburg

EUTB der IFD GmbH

Büro Würzburg: Ottostr. 1, 97070 Würzburg, Tel. 0931 386-600 66
Büro Gemünden: Altstadtpassage 2, 97737 Gemünden, Tel. 0151 10830427
Büro Kitzingen: Marktstr. 46-48, 97318 Kitzingen, Tel. 09321 9245846
info@eutb-wuerzburg.de
www.eutb-wuerzburg.de

EUTB Teilhabeberatung Sehen Plus

Zuständig für Würzburg und den gesamten nordbayerischen Raum (auf Grund der Beratung insbesondere auch für Menschen, die nicht lautsprachlich kommunizieren). Beratungsstelle auf dem Gelände der Blindeninstitutsstiftung, Ohmstraße 7, 97076 Würzburg
Tel. 0931 20922331
E-Mail: eutb@blindeninstitut.de

EUTB WüSL – Selbstbestimmt Leben Würzburg e.V.

Berner Str. 8, 97084 Würzburg
(ab voraussichtlich Februar/März 2019: Spiegelstr. 17, 97070 Würzburg)
Tel. 0931 50456

Weitere Informationen der Fachstelle EUTB in Berlin: www.teilhabeberatung.de

Information und Aktivität sind wichtige Stützen im Umgang mit der seltenen Erkrankung

Syringomyelie und Chiari Malformation

↳ Frau Lis, SHG Syrinx Nordbayern

Wir, die Mitglieder der Selbsthilfegruppe Syrinx Nordbayern, treffen uns regelmäßig in der Kontaktstelle Kiss in Nürnberg, um uns gegenseitig Hilfestellungen zu geben, Neuigkeiten zu erfahren und auch neuen Betroffenen unsere Erfahrungen und unseren Wissensstand zu vermitteln. Das ist unserer Hauptanliegen, da unsere chronische Erkrankung so selten ist und unsere Gruppenteilnehmer aus allen Himmelsrichtungen in Bayern nach Nürnberg kommen.

Ebenso wichtig ist es für uns, gemeinsam schöne Stunden zu verbringen. So prägen unsere Grillfeste und unsere Weihnachtsfeiern unseren Zusammenhalt. Im Sommer freuen wir uns auf einen Ausklang in einem typischen Nürnberger Biergarten oder wir genießen die Atmosphäre auf einem Weinfest.

Qi-Gong und Physiotherapie

Schnupperkurse wie Qi-Gong oder Anleitungen von Physiotherapeuten geben Anregungen für eine positive Lebenseinstellung.

Besuche von Fachkliniken in Verbindung mit Ausflügen

Der Höhepunkt unserer Programme sind jedoch unsere jährlichen Ausflüge, die wir immer mit einem Klinikbesuch verbinden. Nach einer Infotagung in der Rehaklinik Bad Kötzting besuchten wir den schönen Kurpark, fuhren zum Arbersee und dem Berg Arber. Nach der Tagung in der Loipl Klinik in Bischofswiesen unternahmen wir eine Busfahrt durch die Berchtesgadener Berge, welch ein Genuss! Salzburg mit einer Stadtrundfahrt war ein weiterer Programmpunkt.

Die Syringomyelie ist eine Erkrankung des Rückenmarks, bei der es im Mark zu Höhlenbildungen kommt.

Die Erkrankung kann angeboren sein oder sich nach einer Verletzung, einer Entzündung des Rückenmarks oder einem Tumor entwickeln. Nach dem ersten Auftreten von Symptomen kommt es über die Jahre meist zu einer langsamen Verschlechterung des Befindens.

Um das Fortschreiten der Ausfallserscheinungen zu verhindern, ist es nötig, den Raum für das Rückenmark zu erweitern oder die in der Höhle befindliche Flüssigkeit abzuleiten.

Wichtig: Öffentlichkeitsarbeit!

Auch unsere Öffentlichkeitsarbeit wird nicht vernachlässigt. So gestaltete unsere Gruppenleiterin ein Schaufenster mit Infomaterial in der Turm Apotheke in Nürnberg. Wir sind offen für Radio-Interviews und wollen mit unseren Artikeln in verschiedenen Zeitschriften unsere seltene Erkrankung bekannt machen.

2018 hatten wir schon ein volles Programm. Neben Tagungen, Foren, Messebesuchen und dem „Tag der Seltenen“ unternahmen wir auch in 2018 wieder einen 2-Tages-Ausflug in eine Fachklinik in Regensburg. Neben dem Vortragsprogramm haben wir auch wieder etwas Kultur in Form einer Stadtführung genossen.

So kommen wir regelmäßig zusammen und sind froh über unseren Zusammenhalt und unsere Freundschaften untereinander.

Kontakt: Aktivbüro, Tel. 0931/37-3706
Informationen zur SHG Syrinx – Nordbayern: www.syrinx-nordbayern.de

Deutsche Rheuma-Liga e.V.

Vielfältiges Engagement für Rheumakranke in Würzburg

✎ Belinda Haas

In der Bundesrepublik Deutschland sind 20 Millionen Menschen von einer rheumatischen Erkrankung betroffen. Die Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises sind vielfältig: Sie treten an den Bewegungsorganen auf und sind fast immer mit Schmerz und häufig mit Bewegungseinschränkungen verbunden. Rheuma kann jeden treffen und ist keine Frage des Alters!

Die Deutsche Rheuma-Liga ist mit 300.000 Mitgliedern die größte deutsche Selbsthilfeorganisation im Gesundheitsbereich. Allein Bayern hat über 18.500 Mitglieder. Die Rheuma-Liga bietet Menschen mit rheumatischen Erkrankungen in jedem Alter Rat und praktische Hilfen, spezielle

Bewegungsangebote, unterstützt aber auch Forschungsprojekte zu rheumatischen Erkrankungen und tritt für die Interessen rheumakranker Menschen in der Gesundheits- und Sozialpolitik ein. Der Verband informiert und berät Betroffene unabhängig und frei von kommerziellen Interessen.

Arbeitsgemeinschaft Würzburg

Die Arbeitsgemeinschaft Würzburg besteht seit 1980. Sie ermöglicht den Betroffenen und deren Angehörigen eine wohnortnahe Beratung, Betreuung und Unterstützung. Das Team ist ausschließlich ehrenamtlich tätig und bietet:

- Beratung: z.B. persönliche Beratungsgespräche, rheumaspezifische Fachvorträge, Patiententage.

- Bewegung: z.B. ein spezielles Rheumatraining, das Funktionstraining.
- Begegnung: z.B. gesellige und kulturelle Veranstaltungen, Ausflüge und Stammtische.

Damit die vielfältigen Angebote weiter bestehen und noch ausgebaut werden können ist die Arbeitsgemeinschaft immer auf der Suche nach engagierten Menschen. Denn unsere Arbeit lebt vom ehrenamtlichen Engagement: Ohne die vielen Mitmacher/-innen könnte unsere Arbeitsgemeinschaft nicht existieren.

Ob Managerin oder Hausmann, ob Teenager oder Senior, ob Sportskanone oder Couch-Potato ... bei der Rheuma-Liga Würzburg haben wir die vielfältigsten ehrenamtlichen Talente und Einsatzmöglichkeiten – aber ein gemeinsames Ziel: Rheumakranke Menschen zu unterstützen!

Machen auch Sie mit! Wir freuen uns über Neuinteressierte und informieren gerne über unsere Arbeit!

Telefon: 0931/32987461

E-Mail: info@rheuma-liga-wuerzburg.de

Web: www.rheuma-liga-wuerzburg.de

Beratungszeiten: 1., 2. und 3. Dienstag im Monat 15–17 Uhr

Beratungsstelle: Seniorenzentrum St. Thekla, Ludwigkai 11, 97072 Würzburg



Ehrenamt – engagierte Beratung aus eigener Betroffenheit.

Foto: Michael Bause / Deutsche Rheuma-Liga

Neue Selbsthilfegruppe

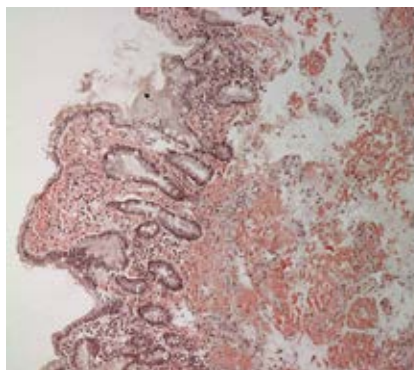
Amyloidose Selbsthilfegruppe Würzburg

↳ Dr. Renate Fiedler

Amyloidose ist eine seltene Erkrankung, die meist sehr spät erkannt wird und deshalb bei Diagnosestellung dann schon oft weit fortgeschritten ist. Die Erkrankung betrifft meist den gesamten Organismus, bei der sich Eiweiße fehlgeschaltet in den verschiedenen Organen (z.B. Herz) als sogenanntes Amyloid ablagern und zu Organfunktionsstörungen führen.

Die Selbsthilfegruppe wurde im Sommer 2018 gegründet, um in Ergänzung zur medizinischen Versorgung im Interdisziplinären Amyloidosezentrum Nordbayern, regelmäßig die Möglichkeit des Erfahrungsaustausches der Patienten zu ermöglichen. Die SHG richtet sich an Betroffene und

Angehörige und bietet die Möglichkeit des Austausches sowie der Weitergabe von Informationen z.B. auch durch Experten-



Amyloid in der Bindegewebsschicht (Lamina propria) des Zwölffingerdarms.

Foto: Michael Feldman

gespräche. Die Ziele der Gruppe sind unter anderem auch die Vermittlung von Bewältigungsstrategien, die Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung.

Gruppentreffen

Die Gruppe trifft sich monatlich jeweils an den Ambulanztagen in den Räumlichkeiten des Interdisziplinären Amyloidosezentrum Nordbayern des Uniklinikums Würzburg – Deutsches Zentrum für Herzinsuffizienz (DZHI), Am Schwarzenberg 15, Haus A15 in 97078 Würzburg.

Die genauen Termine können dort unter der Telefonnummer 0931/201-46301 erfragt werden und die Teilnahme angemeldet werden.

Anzeige

Verein zur Förderung des Matthias-Grünwald-Therapeutikum e.V.



- Kunsttherapie
- Maltherapie
- Musik- und Gesangstherapie
- Rhythmische Massage
- Heil- und Strömungsmassage

Postfach 3106
97041 Würzburg
Tel. 0931 - 70 23 53
info@therapeutikum-wuerzburg.de
www.therapeutikum-wuerzburg.de

THERAPIE · BERATUNG · VORTRÄGE · KURSE · SEMINARE

Anzeige



„Wir kommen in diese Welt, um in Würde zu leben, nicht, um zu überleben.“ Michael Johanni, Menschenrechtsaktivist und Autor 2018

Wir engagieren uns entschlossen für eine deutlich menschlichere Zukunft! Unser Engagement ist unabhängig von Religion und Parteipolitik. Birkentalstraße 30, 97209 Veitshöchheim. Tel. 0931-4527905

www.vereinigungfuerhumanesleben.de

Selbsthilfegruppen-Neugründungen

Zu folgenden Themen sollen neue Gruppen entstehen, Interessierte sind herzlich eingeladen:

Für weitere Informationen und Kontakt zu den hier genannten Gruppengründungen wenden Sie sich bitte an das Aktivbüro, Tel. 37-3706 oder E-Mail aktivbuero@stadt.wuerzburg.de. Die Sprechzeiten sind Mo, Di, Do von 9 bis 12 Uhr und Dienstagnachmittag von 14 bis 16 Uhr.

Von Borderliner zu Borderliner...

Die Erfahrungen von Borderline Betroffenen sind häufig geprägt von vermeintlich unvorhersehbaren, überwältigenden Gefühlen überfallen zu werden und sie scheinbar nicht beherrschen zu können. Danach entsteht oftmals eine Energielosigkeit und Niedergeschlagenheit, verbunden mit dem Wunsch, sich von der ganzen Welt zurückziehen zu wollen.

Die neue Selbsthilfegruppe soll ein gegenseitiges Kennenlernen anderer Betroffener ermöglichen, um die oftmals durch die Erkrankung gelebte Isolation zu überwinden. Gegenseitiges Verständnis in Verbindung mit Informations- und Erfahrungsaustausch, eventuell auch gemeinsame Freizeitunternehmungen sollen

zur Stabilisierung im Alltag beitragen.

Kontakt über das Aktivbüro, Tel. 0931/37-3706 bzw. Fax 0931/37-3707 bzw. E-Mail: aktivbuero@stadt.wuerzburg.de

Gründung einer Selbsthilfegruppe „Chronischer Schmerz“

Akuter Schmerz, meist ausgelöst durch eine Verletzung oder Erkrankung, hat eine sinnvolle Warn- und Schutzfunktion. Wenn Schmerz diese Warnfunktion verliert, wird er chronisch.

Vom Chronischen Schmerz spricht man in der Regel, wenn Schmerzen mehr als drei Monate fast immer vorhanden sind oder sehr häufig wiederkehren. Beispiele chronischer Schmerzen sind chronische Rückenschmerzen, ständige Kopfschmer-

Diagnose: Multiple Sklerose

Wir beraten MS-Betroffene und Angehörige individuell und unabhängig - im persönlichen Gespräch, telefonisch oder online - kostenlos und vertraulich.

Unsere weiteren Angebote umfassen Informationsveranstaltungen, Seminare, Gruppen und spezielle Schulungen für Neubetroffene. Gerne senden wir Ihnen Informationen zu.

DMSG

DEUTSCHE MULTIPLE SKLEROSE GESELLSCHAFT
Landesverband Bayern e.V.

DMSG Beratungsstelle Unterfranken
Spitalgasse 5
97082 Würzburg
Tel.: 0931 407485
E-Mail: unterfranken@dmsg-bayern.de
www.dmsg-bayern.de

zen, Nervenschmerzen oder Fibromyalgie. Das chronische Schmerzsyndrom ist eine eigenständige Erkrankung bei welcher der Schmerz das vorherrschende Symptom ist. Häufige Begleitbeschwerden sind Einschränkungen der Beweglichkeit, Schlafstörungen oder depressive Verstimmungen. Als Folgen davon treten starke Beeinträchtigungen in Beruf und Alltag auf. Viele Patienten ziehen sich von Freunden und Bekannten zurück, geben ihre Hobbys auf und geraten so immer mehr in die Einsamkeit. Die Lebensqualität leidet mit zunehmender Dauer der Erkrankung. Erschwerend kommt hinzu, dass Menschen mit chronischen Schmerzen sich häufig nicht ernst genommen fühlen, selbst von manchen Ärzten. Die Schmerzmedizin ist hierzulande noch nicht flächendeckend vertreten. So haben viele einen langen Leidensweg, bis sie kompetente Hilfe finden.

Um die Kontakte von Schmerzpatienten untereinander zu fördern, soll in Würzburg eine Selbsthilfegruppe Chronischer Schmerz gegründet werden. Hier kann erlebt werden, dass man mit seinen Problemen nicht alleine ist.

Die vorhandenen Kontakte zu Fachärzten können genutzt werden, um z.B. bei Vorträgen Informationen über neue Forschungsergebnisse zum Thema Chronischer Schmerz zu erhalten.

Schwerpunkt der Treffen soll der Austausch der Betroffenen untereinander sein, z.B. über Strategien zur Bewältigung bzw. zum Umgang mit der Krankheit. Gemeinsame Aktivitäten etwa im Bereich von Entspannung sollen das Programm ergänzen.

Kontakt und Infos zu Terminen:

Aktivbüro, Tel. 37-3706 oder

E-Mail: aktivbuero@stadt.wuerzburg.de

Burnout und Stress – ehrenamtlich angeleitetes Gruppenangebot

Unterstützung im Umgang mit Burnout und Stress bietet eine neue angeleitete Gruppe für Betroffene. Alle Teilnehmer/innen verbindet das gemeinsame Thema „Burnout“, die Hintergründe, Entstehungswege und die Lösungssuche sind verschieden.

Gegenseitiger Austausch von Erfahrungen, Vermittlung von Wissen und Aneignung von Kompetenzen helfen bei der Bewältigung und dem Umgang mit Burnout.

Ziel ist es, die Krise als Chance zu erkennen, sich neu zu orientieren und zu mehr Lebensqualität, entsprechend der eigenen Bedürfnisse und Wünsche, zu finden.

Die Gruppengründung wird vom Aktivbüro unterstützt, die ehrenamtliche Anleitung übernimmt eine ausgebildete Supervisorin.

Kontakt: Aktivbüro, Tel. 37-3706



**PAARBERATUNG
SEXUALTHERAPIE**

Barbara Biemer
Diplom Sozialpädagogin (FH)
Sexualtherapeutin (IGST)
Heilpraktikerin Psychotherapie (HPG)

Wenn der Weg versperrt erscheint oder nicht in Sicht, kann Beratung und Therapie wie eine Wegmarkierung sein, um den nächsten Abschnitt gehen zu können.

**Sie tragen in sich, was zu Ihnen gehört.
Kommen Sie Ihrer eigenen Lebendigkeit wieder näher,
um sich freier zu fühlen
in Ihrem Leben und in Ihrer Sexualität**

Dabei unterstütze ich Sie gerne als Paar oder einzeln.

Vereinbaren Sie einen Termin:

Augustinerstr. 12
97070 Würzburg
0931 / 7 20 50 60

barbara.biemer@online.de
www.paar-sexual-therapie.net



Suche nach Gleichbetroffenen

Zu folgenden Themen bzw. Krankheiten gibt es in unserer Karte Menschen, die gerne Kontakt zu anderen Gleichbetroffenen aufbauen möchten oder Interesse am Aufbau einer Selbsthilfegruppe haben. Rufen Sie uns zu unseren Sprechzeiten an, wenn Sie Kontakt wünschen:

Laufen gegen **A**ngst und Depression • Akne • vom Gericht angeordnete gesetzliche **B**etreuung • Angehörige Bipolar Erkrankter • Borderline, Angehörige • **C**raniomandibuläre Dysfunktion • CRPS/ Morbus Sudeck • **D**arminkontinenz bzw. Darmschrittmacher • Menschen, die ihre **E**ltern verloren haben • **F**arbblindheit • Freizeitgruppe Ü 35 für Alleinstehende mit Beeinträchtigung • **H**ashimoto • „positHIV leben“, jung & älter • **J**ung & chronisch krank • **K**aufsucht • Abschied vom Kinderwunsch • Kindesentfremdung • **L**iquorfistel • **M**issbrauchs- und Misshandlungsoffer in Heimen und Internaten • Morbus Crohn und Colitis Ulcerosa • **N**ikotinsucht – endlich Nichtraucher?! • Geschädigte **S**chwiegertöchter • Stalking-betroffene Frauen • **T**rigeminus-Neuralgie • **Ü**bergewicht, gemeinsam abnehmen • Erzwungener Umgang in der Kindheit • **V**erlassene Eltern • **Z**wangserkrankungen, Angehörige • Zwangserkrankungen, Betroffene

Kontaktadressen

Chronische Erkrankungen

Amyloidoseselbsthilfegruppe – AmyS
Dr. Renate Fiedler, Tel. 0931/6 54 58
Fax: 0931/6 19 43 14
dr.renatefiedler@t-online.de

ADHS/ADS-Hyperaktive/hypoaktive Erwachsene und Kinder
Ulrike Langhans, Tel. 0178/2 06 32 63
ullilanghans@gmx.de

AD(H)S-Selbsthilfegruppe „Chaos-Treffen“
für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Silvia Stein, Tel. 09363/57 30
regionalgruppe_wuerzburg.adhs@ymail.com
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Vereinigung Akustikus-Neurinom e. V.
Regionalgruppe Würzburg/Unterfranken
Rainer Feldmann, Tel. 0175/6 18 23 58
(abends)
rainer.feldmann@akustikus.de
www.akustikus.de

Alopecia areata + totalis (Haarausfall)
(nur Info, keine Gruppe)
Aktivbüro, Tel. 37-3706

SoMA e.V. (für Patienten mit anorektalen Fehlbildungen und Morbus Hirschsprung)
Vera Göllitz, Tel. 0911/5 98 00 49
vera.goelitz@soma-ev.de
www.soma-ev.de

Asthma und COPD-Kranke Selbsthilfegruppe
Helga Kreipp, Tel. 09366/62 62
hkreipp@googlemail.com
Brigitte Ritz-Darkow, Fax: 0931/46 77 56 88
brdger@web.de
<https://asthma-copd-wuerzburg.selbsthilfe-wue.de/>

Asthma-Sportgruppe für Kinder und Jugendliche im Uni-Sportzentrum
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Aktivbüro/ Selbsthilfehaus

- **Aktivbüro, Karmelitenstr. 43**
Selbsthilfeberatung:
Mo, Di, Do 9–12 Uhr und
Di 14–16 Uhr, Tel. 0931/37-3706
Ehrenamtskarte: Tel. 0931/37-3936
Verwaltung: Tel. 0931/37-3468,
Fax 0931/37-3707
aktivbuero@stadt.wuerzburg.de
www.wuerzburg.de/aktivbuero

- **Selbsthilfehaus, Scanzonistr. 4**
Tel. 0931/573162

- **Förderverein Selbsthilfe e.V.**
Frau Beyrich, Frau Bannhagel
über Aktivbüro, Tel. 0931/37-3468,
Fax 0931/37-3707
www.foerdereverein-selbsthilfe.de

Lungen-Sportgruppe der DJK
Tel. 0931/41 51 51

WAAS – Würzburger Ambulante Asthma-schulung
Tel. 0931/78 01 08 50
www.schulung-wuerzburg.de

Arbeitskreis der Pankreatektomierten e.V., AdP e.V. (Bauchspeicheldrüsenerkrankte)
Regionalgruppe Würzburg
Gerald Rapps, Tel. 09398/10 04
rapps-adp@t-online.de
www.bauchspeicheldruese-pankreas-selbsthilfe.de

Fructosemalabsorption
Tel. 0931/7 84 39 15

Deutsche Hämophiliegesellschaft (DHG)
www.dhg.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Hashimoto, Autoimmunerkrankung der
Schilddrüse (nur Info, keine Gruppe)
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Info für Hepatitisranke und deren
Angehörige (nur Info, keine Gruppe)
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Bundesvereinigung Jugendliche und
Erwachsene mit angeborenem Herzfehler
e.V. (JEMAH e.V.)
Regionalgruppe Franken
Johannes Gräter, Tel. 0178/3 57 83 66
franken@jemah.de
www.jemah.de

Selbsthilfegruppe Herzschwäche Würzburg
Alfred Hemmerich, Tel. 0931/32 90 50 27
hemmerichs@gmail.com

Herzkind
Elterngruppe Würzburg
Susanne Kröckel, Tel. 0931/30 51 44 99
herzkind-wuerzburg@gmx.de
www.herzkind-wuerzburg.de

Herzsportgruppe der DJK
Tel. 0931/41 51 51 (DJK Geschäftsstelle)

Herzsportgruppe TSV JAHN 1892 Würz-
burg e.V.
Frederik Leclercq, Tel. 0178/1 70 83 77

Herzsportgruppe Uni-Sportzentrum
Tel. 0931/41 51 51 (DJK-Geschäftsstelle)

Verein „Ein Plus verbindet“
Alexander Götz, Tel. 0151/25 21 36 72
(WhatsApp)
kontakt@einplusverbindet.com
www.einplusverbindet.com
Psychosoziale Unterstützung für Menschen
mit HIV/AIDS und Menschen mit unter-
schiedlichen sexuellen Orientierungen.

Huntington-Kontaktgruppe Unterfranken
Rainer Hartmann, Tel. 0160/97 44 55 14
hartmann.rainer@freenet.de

Hypophosphatasie Deutschland (HPP) e.V.
Gerald Brandt, Tel. 0931/78 29 37
info@hpp-ev.de
www.hpp-ev.de

Hypophysen- und Nebennieren-
erkrankungen
(nur Info, keine Gruppe)
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Netzwerk Hypophysen- und Nebennieren-
erkrankungen e.V.
Regionalgruppe Würzburg
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Dt. ILCO Selbsthilfevereinigung für Stoma-
träger und Menschen mit Darmkrebs
Selbsthilfegruppe und Besuchsdienst im
Krankenhaus
Angelika Schmitt-Weber, Tel. 0931/5 30 46
angelika-schmitt-weber@t-online.de
www.ilco.de
Günter Eckert, Tel. 0176/92 22 12 08

Bezirksverein der Kehlkopferierten e.V.
Würzburg
Tel. 0931/29 99 62 10, gpraxl@freenet.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Bayerische Krebsgesellschaft e.V.
Psychoonkologische Beratungsstelle
Tel. 0931/28 06 50
kbs-wuerzburg@bayerische-krebsgesell-
schaft.de
www.bayerische-krebsgesellschaft.de
Vermittlung in:
- Verschiedene Selbsthilfegruppen, offen für
alle Krebserkrankungen
- Spezialisierte Selbsthilfegruppen: für Er-
wachsene mit Leukämie und maligne Lym-
phome, Prostatakrebs, Schilddrüsenkrebs

Frauen-Selbsthilfe nach Krebs e.V.
Regionalgruppe Würzburg
Brigitte Keller, Tel. 0157/52 95 43 13
keller-brigitte@gmx.net
www.frauenselbsthilfe.de
Beate Beyrich, Tel. 0177/2 72 76 41
Beate.E.Beyrich@gmail.com

Einzel- und Gruppenbehandlung • Kurse • Präventionsangebote • Hausbesuche

97070 Würzburg

Ludwigstraße 23
Tel. 0931-133 66

- Aufzug
- Behinderten-Parkplätze

97288 Theilheim

Reisgrube 2
Tel. 09303-980 960

www.therapiehaus-ludwigstrasse.de



Therapiehaus | Physiotherapie
Ludwigstraße | Ergotherapie
Logopädie

Möller · Körner · Kemmer

PhysioTherapie&Prävention

in der Zellerau

**AKTIV
PUNKT**

Ihre Physio-Therapeuten vor Ort



Wir sind für Sie da: Mo - Do 8 - 18 Uhr | Fr 8 - 15 Uhr



Praxis für Physiotherapie

Aktiv-Punkt Zellerau
Weißenburgstraße 30
97082 Würzburg

Tel. 0931 / 3 20 93 600
zellerau@aktiv-punkt.com



aktiv-punkt.com



Gruppe für Angehörige v. Krebspatienten
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene
mit einer Tumorerkrankung
(angeleitete Gruppe)
Dr. Elisabeth Jentschke, Tel. 0931/20 12 88 83

Selbsthilfegruppe für Patienten mit
Tumoren im Mund, Kiefer, Hals- und
Gesichtsbereich
Renate Schubert, Tel. 0177/7 31 33 49
shgtumuki@gmail.com
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Selbsthilfegruppe II nach Krebs, WÜ
Gruppe für Frauen
Bayerische Krebsgesellschaft ,
Tel. 0931/28 06 50

Selbsthilfegruppe Schilddrüsenkrebs (SHG 7)
Psychosoziale Beratungsstelle der Bay.
Krebsgesellschaft e. V., Tel. 0931/28 06 50
kbs-wuerzburg@bayerische-krebsgesell-
schaft.de

SHG 5 nach Krebs
Bernhard Sauer, Tel. 0152/22 02 38 98
b.b.sauer@web.de

Lebertransplantierte Deutschland e.V.
Kontaktgruppe Unterfranken
Tel. 0177/2 78 10 56
christina.wiedenhofer@lebertransplanta-
tion.de
www.lebertransplantation.eu

Lupus Erythematodes Selbsthilfegemein-
schaft e.V., Regionalgruppe Würzburg
Simone Pretis, Tel. 0931/2 60 20 89
wuerzburg@lupus-rheumanet.org
www.lupus.rheumanet.org

Selbsthilfegruppe Lip-/Lymphödemen
Waltraud Schuster, Tel. 0931/35 96 87 73
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Migräne Selbsthilfegruppe
Claudia Herfurth, Tel. 09721/47 48 78
herfurthclaudia@web.de
Reinhilde Höfer
hoefer.reinhilde@web.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew Gruppe Würzburg

Birgit Steinbauer, Tel. 09394/88 28 88
 gruppensprecher@dymb-wuerzburg.de
 www.dymb-wuerzburg.de
 Aktivbüro, Tel. 37-3706

Selbsthilfegruppe Morbus Menière Würzburg (Drehschwindel)

Wolfgang Meidel, Tel. 06281/35 62
 w.meidel@t-online.de
 www.m-meniere.selbsthilfe-wue.de

Mukoviszidose e.V.

Regionalgruppe Unterfranken
 Rosalie Keller, Tel. 09364/22 53
 keller@muko-unterfranken.info
 www.muko-unterfranken.info

Psychoziale Beratungsstelle für Mukoviszidose-Patienten und deren Angehörige
 Tel. 0931/3 29 99 50

Buntes Leben mit MS

Antonia Reuther, Tel. 0151/15 93 93 96
 youngms@web.de, www.dmsg-bayern.de

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft

Beratungsstelle Unterfranken
 Jochen Radau, Tel. 0931/40 74 85
 unterfranken@dmsg-bayern.de
 www.dmsg-bayern.de

MS-Angehörigengruppe

(angeleitete Gruppe)
 DMSG Unterfranken, Beratungsstelle,
 Tel. 0931/40 74 85
 unterfranken@dmsg-bayern.de

MS-Beratung von Betroffenen für Betroffene

Cornelia Petry, Tel. 0931/66 07 96 60

MS-Kontaktgruppe Frauenland

Selbsthilfegruppe für Betroffene, die die
 Diagnose schon länger haben
 Aktivbüro, Tel. 37-3706

MS-Selbsthilfegruppe Montagstreff Würzburg

Gruppengymnastik
 Franziska Heß-Hertlein
 fhhwue@gmx.de
 Aktivbüro, Tel. 37-3706

MS-Treff für Aktive

Matthias Kunad, Tel. 09331/40 78 36
 matthias.k2000@web.de
 Cornelia, Tel. 0931/66 07 96 60

Dt. Gesellschaft für Muskelkranke e.V.

Sozialberatung Würzburg
 Angelika Eiler, Tel. 0931/3 18 40 74
 eiler@dgm-bayern.de
 www.dgm-bayern.de
 Infos über Gruppentreffen und Veranstaltungen:
 Raimund Wendel, Tel. 0931/6 85 45

Selbsthilfegruppe Multiples Myelom Würzburg

Wolfgang Schäfer, Tel. 06281/46 67
 dwolsch@t-online.de
 www.myelom-selbsthilfe-wuerzburg.de
 Aktivbüro, Tel. 37-3706

Umgang mit Myomen

(nur Info, keine Gruppe)
 Aktivbüro, Tel. 37-3706

HAAS
 Das Sanitätshaus



**Wer braucht
 ein Auto,
 wenn er
 mich hat?**



www.haas.life
 plattnerstrasse@haas.life
 berlinerplatz@haas.life
 info@haas.life

HAAS Das Sanitätshaus
 Berliner Platz 11
 97080 Würzburg
 Tel.: 0931 / 35 27 7-40

HAAS Das Sanitätshaus
 Plattnerstraße 7
 97070 Würzburg
 Tel.: 0931 / 16 03 0

HAAS Das Sanitätshaus
 Porschestraße 4
 97230 Estenfeld
 Tel.: 09305 / 98 76-0



Beste
Leistungen

Gemeinsam sind wir stark.

Wir unterstützen die Arbeit von Selbsthilfegruppen in Bayern. Suchen und finden Sie Ihre Selbsthilfeeinrichtungen – mit nur einem Klick.

www.selbsthilfe-navigator.de

Einfach nah. Meine AOK.

Dt. Narkolepsie Gesellschaft e.V.
Selbsthilfegruppe Unterfranken
Beate Gräf, Tel. 09721/60 91 70
beategraef@gmx.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Landesverband Niere Bayern e. V.
Regionalgruppe Würzburg und Umland
Ingrid Roßner, Tel. 0931/7 28 79
rgwuerzburg@ig-dialyse-bayern.de
wuerzburg.ig-dialyse-bayern.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

**BDO – Bundesverband der Organ-
transplantierten e.V.**
Regionalgruppe Würzburg und Umland
Dorothea Eirich, Tel. 09359/12 41 und
0157/72 09 21 58
doris.eirich@gmx.de
www.bdo-ev.de

Osteoporose Selbsthilfegruppe Würzburg I
Walli Philipp, Tel. 0931/66 24 17
walliphilipp@web.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706
Beratung: jd. dritten Mittwoch 15–16 Uhr
im Seniorenzentrum St. Thekla, Ludwigkai
12, 97072 Würzburg

**Osteoporose Selbsthilfegruppe Würzburg
II im Bundesselbsthilfeverband Osteopo-
rose e.V.**
Selbsthilfe und Prävention durch qualifizier-
tes Funktionstraining
Christiane Landgraf, Tel. 0931/78 21 83
Mobil: 0179/4 57 09 27
osteoporosegruppe.wuerzburg2@gmx.de
www.osteoporose2.selbsthilfe-wue.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Dt. Parkinson Vereinigung e. V.
Regionalgruppe Würzburg Stadt und Land
Eleonore Schmitt, Tel. 0931/9 63 53
heda-schmitt@web.de
www.parkinson-wuerzburg.de

**Selbsthilfegruppe Angehörige von
Parkinson-Erkrankten**
Herr Steiner,
Tel. 09367/98 99 40; 0160/6 39 11 41
ws-parka14@web.de

SHPU – Selbsthilfe Parkinson Unterfranken
Selbsthilfegruppe für jüngere Erkrankte
www.shg-parkinson.de
Frau Steiner, Tel. 09367/98 99 40
shg-parkinson@web.de

PCOS (Polyzystisches Ovarialsyndrom)
(nur Info, keine Gruppe)
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Dt. Interessengemeinschaft Phenylketonurie (PKU)
www.dig-pku.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Polio Initiative Europa e. V.
Polio-Treff Bad Kissingen-Würzburg
Brigitte Breitenbach, Tel. 09749/14 25
brigitte.breitenbach@gmx.net
www.polio-initiative-europa.de

Polyneuropathie-Selbsthilfegruppe
Wolfgang Schuster, Tel. 0931/35 96 87 73
WolfSchuster1@t-online.de

Restless Legs (unruhige Beine)
Selbsthilfegruppe Würzburg
Hermine Hauser, Tel. 0931/9 26 90
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Dt. Rheuma-Liga Landesverband Bayern e. V.
– Arbeitsgemeinschaft Würzburg –
Tel. 0931/32 98 74 61 (Büro Rheuma-Liga)
info@rheuma-liga-wuerzburg.de
www.rheuma-liga-wuerzburg.de

Junge Rheumatiker
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Sarkoidose Selbsthilfegruppe Unterfranken
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Schlafapnoe Selbsthilfegruppe Würzburg
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Zentrum für Seltene Erkrankungen – Referenzzentrum Nordbayern
Universitätsklinikum Würzburg
Tel. 0931/20 10; 0931/20 12 77 29
zese@ukw.de, www.zese.ukw.de

Sklerodermie
(nur Info, keine Gruppe)
Renate Maul, Tel. 0931/66 19 41

Skoliose Selbsthilfegruppe Würzburg
Erna Stockmann, Tel. 0931/70 23 98
erna-stockmann@gmx.de
Wir informieren, beraten und vermitteln zu Gruppengymnastik für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Selbsthilfegruppe Syrinx – Nordbayern
Hannelore Beke, Tel. 0911/71 71 41
hannelore.beke@syrinx-nordbayern.de
www.syrinx-nordbayern.de

Hand in Hand gegen Tay-Sachs und Morbus Sandhoff
info@tay-sachs-sandhoff.de
www.tay-sachs-sandhoff.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Tic-Störung und Tourette-Syndrom Würzburg
Herr Schmitt, Tel. 0175/4 24 69 06 (ab 18 Uhr)
b1969sc@aol.com
www.tictourette.selbsthilfe-wue.de
Tel. 0151/12986783

Tinnitus-Selbsthilfe
Tel. 01578/4 30 05 22
info.tinnitus.shg-wue@web.de
www.tinnitus.selbsthilfe-wue.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Vaskulitis
vaskulitishgwuerzburg@gmail.com
Aktivbüro, Tel. 37-3706

VulvaKarzinom-Selbsthilfegruppe e. V.
www.vulvakarzinom-shg.de

„Zöli-Kids“ Zöliakie Kinder- und Jugendgruppe Würzburg und Umgebung
Carmen Heine, Tel. 0176/43 34 31 97
carmenheine@gmx.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Dt. Zöliakie-Gesellschaft e.V.
Erwachsenengruppe
Monika Lux
Christel Weppert, Tel. 09360/8 92
c.weppert@gmx.de

Menschen mit Behinderung

AMC- Arthrogryposis Multiplex Congenita
(nur Info, keine Gruppe)
Aktivbüro, Tel. 37-3706

One Leg Power team
Offen für alle Arten von Amputationen
Martina Heym, Tel. 09325/15 57
martina.hey@gmx.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706
Wir planen gemeinsame Freizeit und sportliche Aktivitäten!

Aphasie-Selbsthilfegruppe
Andrea Liebig, Tel. 0931/45 25 32 66 oder 0172/4 10 42 02
anlie62@gmx.de
www.aphasie-unterfranken.de

Zentrum für Aphasie und Schlaganfall
Ursula Peichl
peichl@aphasie-unterfranken.de
Heino Gövert, Tel. 0931/29 97 50
govert@aphasie-unterfranken.de
www.aphasie-unterfranken.de

Treffpunkt für Erwachsene mit Asperger Syndrom (angeleitetes Treffen)
Autismus Kompetenzzentrum Unterfranken,
Tel. 0931/25 08 02 84
verwaltung@autismus-unterfranken.de
www.autismus-unterfranken.de

Autismus Unterfranken e.V.
Stefanie Obermeier, Tel. 09321/2 41 13
info@autismus-ufu.de, www.autismus-ufu.de

Förderverein „Mensch und Autismus – Lebensqualität durch Beziehung e. V.“
Rainer Uschwa, Tel. 09471/3 17 30 25
raineruschwa@web.de
www.foerderverein-autismus.de

Sozialtraining für autistische Kinder und Jugendliche
Autismus Unterfranken e. V.
Stefanie Obermeier, Tel. 09321/2 41 13
info@autismus-ufu.de

Behindertenbeauftragter der Stadt Würzburg

Aktivbüro, Tel. 37-3706

Behindertenbeirat der Stadt Würzburg

Tel. 0931/37 35 69

Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e.V.

Beratungsstelle für Menschen mit Sehbehinderung – Blickpunkt Auge –
Volker Tesar, Tel. 0931/4 65 29 50
wuerzburg@bbsb.org, www.bbsb.org

Bund der Kriegsblinden Deutschlands, Landesverband Bayern, Region Unterfranken Geschäftsstelle

Aktivbüro, Tel. 37-3706

Cochlea Implantat Würzburg – Unterfranken

Taub und trotzdem hören
Theresia Glaser
Fax: 0931/78 01 14 86
glaser.th@web.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Menschen mit Down-Syndrom Eltern & Freunde e.V.

Frau Kieseckamp, Tel. 0931/61 13 77
info@trisomie21.de, www.trisomie21.de

FortSchritt Würzburg e.V.

Hilfe für Menschen aller Altersgruppen mit Schädigungen des zentralen Nervensystems
Anja Hösch, Tel. 0931/2 70 55 30
tagesstaette@fortschritt-wuerzburg.net
www.fortschritt-wuerzburg.net

Gehörlosenverein Würzburg und Umland e.V.

Mergentheimerstr. 13, 97082 Würzburg
Fax: 0931/7 96 42 20

Gehörlosensportverein 1940 Würzburg und Umland e.V.

Mergentheimerstr. 13, 97082 Würzburg
Fax: 0931/2 99 50 92
vorstand@gsvw.eu

Verein Begegnungsstätte für

Hörbehinderte Würzburg e.V.

Haus der Hörbehinderten
Mergentheimer Straße 13, 97082 Würzburg
Fax: 0931/7 84 89 74

IG Fragiles X

(nur Info, keine Gruppe)
Aktivbüro, Tel. 37-3706

INTAKT – Information und Kontakt für Eltern von Kindern mit Behinderung

Judith Höttinger, Tel. 0931/38 66 52 26
kontakt@intakt.info
www.intakt.info

Vielfalt leben e.V.

Martina Juretzka, info@vielfalt-leben.de
www.vielfalt-leben.de

Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung in Stadt und Landkreis Würzburg

Beratungsstelle, Tel. 0931/78 01 29 03
Offene Hilfen, Tel. 0931/78 01 29 00
www.lebenshilfe-wuerzburg.de

Müttergruppe des Vereins für Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderung e. V.

www.zfk-wuerzburg.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Prader Willi Syndrom Vereinigung Deutschland e. V.

Landesgruppe Bayern
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Pro Retina Deutschland e.V. Regionalgruppe Unterfranken

(Netzhautdegeneration)
Claudia Lemmich, Tel. 0931/28 17 08
c.lemmich@arcor.de
www.pro-retina.de

Jugend-Rollstuhl-Sportgruppe

Hermann Gabel
hermann.gabel@gmx.de
www.vdr-wuerzburg.de

Verein der Rollstuhlfahrer und ihrer Freunde Würzburg e.V.

info@vdr-wuerzburg.de
www.vdr-wuerzburg.de
Tel. 0931/78 39 11 (Geschäftsstelle)

Selbsthilfeverein für Schädel-Hirn-Patienten in Not

Josef Fröhlich, Tel. 0931/28 46 71
www.hirnverletzungen.selbsthilfe-wue.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Selbsthilfegruppe Schlaganfall Würzburg

Sigrid Dotzer, Tel. 0931/45 46 70 01
http://schlaganfall.selbsthilfe-wue.de
Vdk Kreisverband, Tel. 0931/3 90 10 10
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Verein der Schwerhörigen und Ertaubten Würzburg und Umgebung e.V.

Manfred Hartmann
Fax: 09363/67 79
manfr.hartmann@t-online.de
www.schwerhoerige-ufr.de

Spina bifida und Hydrocephalus (für Eltern mit betroffenen Kindern)

Birgit Hümmel, Tel. 0931/40 55 67
huemmer.birgit@t-online.de
www.spina-bifida-hydrocephalus.selbsthilfe-wue.de
Sabine Finkler-Amling, Tel. 09303/23 57
bus.amling@t-online.de
Alexander Hümmel, Tel. 0931/40 55 67
alexander.huemmer@t-online.de

Anzeige



Beratung und Therapie für Menschen mit Suchtproblemen

Würzburger Fachambulanz

Ambulante Rehabilitation für Suchtkranke
Ambulante Therapie für alkohol-, medikamenten- und mehrfachabhängige Menschen
Vermittlung in stationäre Entwöhnungsbehandlung
Kombinationstherapie stationär/ambulant
Sprechzeiten: Dienstag und Donnerstag 14 -18Uhr

Neutorstraße 4, 97070 Würzburg
Telefon (0931) 3535155, Fax (0931) 3535156
wuerzburger.fachambulanz@hephata.com

Fachklinik Weibersbrunn

Stationäre Entwöhnungsbehandlung für alkohol-, medikamenten- und mehrfachabhängige Menschen
Hauptstr. 280, 63879 Weibersbrunn
Telefon (06094) 9715-0
fk.weibersbrunn@hephata.com
www.fachklinik-weibersbrunn.de

Stimmbandlähmung Selbsthilfegruppe
Marita Rößler, Tel. 0931/46 28 30
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Stotterer Selbsthilfegruppe
www.wuerzburg-stottert.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Ullrich-Turner-Syndrom
(nur Info, keine Gruppe)
Bettina Weidner, Tel. 0931/41 18 40
tina2011@gmx.de

VdK Bayern - Verband der Kriegs- und Wehrdienstopfer, Menschen mit Behinderung und Sozialrentner
Christiane Straub, Tel. 0931/3 90 10 10 (Zentrale)
kv-wuerzburg@vdk.de
www.vdk.de/kv-wuerzburg

Vital-Sportverein Würzburg e.V. 1952
Verein für Gesundheits- und Behindertensport (VSV)
Christoph Hoffmann, Tel. 0931/27 55 57

WüSL - Selbstbestimmt Leben Würzburg e.V.
Tel. 0931/5 04 56
info@wuesl.de, www.wuesl.de

Eltern - Kind - Familie

Angebote für Alleinerziehende, Diakonisches Werk
Tel. 0931/8 04 87-90; -47

Diabetes Kids Würzburg
Diana Guckenberger, Tel. 0151/64 51 68 24 (ab 17 Uhr)
wuerzburg@diabetes-kids.de
www.wuerzburg.diabetes-kids.de

Familienzentrum Würzburg e.V.
Tel. 0931/61 36 36
buero@familienzentrum-wuerzburg.de
www.familienzentrum-wuerzburg.de

FELS - Forum Eltern-Lehrer-Schüler
www.fels-unterfranken.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Freie Kindertagesstätte Baumhaus
Tel. 0931/28 66 63, www.kita-baumhaus.de

Krise nach der Geburt - Mütter in seelischer Not
(nur Info, keine Gruppe)
www.schatten-und-licht.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Krisen um die Geburt
Beratungs- und Hilfsangebote in Stadt und Landkreis Würzburg
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Bund Hochbegabung e. V.
Hans-Ulrich Greiner
info@bund-hochbegabung.de
www.bund-hochbegabung.de
www.kleverkids.de www.klostern.com

Elternstammtisch für Kinder mit besonderer Begabung
www.hochbegabung-unterfranken.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

ISUV - Interessensverband Unterhalt und Familienrecht
Josef Linsler, Tel. 09321/9 27 96 71
j.linsler@isuv.de
www.isuv.de

Krabbelstuben im Stadtgebiet Würzburg
Fachbereich Jugend und Familie
www.wuerzburg.de/kindertagesbetreuung

AG Natürliche Familienplanung (NFP)
Beratungstelle für NFP
Kirsten Danelzik, Tel. 0931/38 66 52 32
nfp@bistum-wuerzburg.de
www.nfp.bistum-wuerzburg.de

VAFK - Väteraufbruch Kreisgruppe Würzburg
Allen Kindern beide Eltern
www.vaeteraufbruch.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Zwillings- und Mehrlings-Eltern, Initiativegruppe „Doppeltes Lottchen“
Anne Rietz, Tel. 09334/97 04 74
www.doppeltes-lottchen.de

Frauen + Männer

Frauengruppe in der Frauenberatungsstelle des SkF e.V.
„Zeit mit mir und anderen“ (angeleitete Gesprächs- und Erfahrungsgruppe)
fbs@skf-wue.de
Tel. 0931/45 00 70

Frauen mit sexueller Gewalterfahrung in der Kindheit - Wildwasser e.V.
Selbsthilfegruppen und weitere Gruppenangebote
Tel. 0931/1 32 87
info@wildwasserwuerzburg.de
www.wildwasserwuerzburg.de

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“
Tel. 08000/11 60 16, www.hilfetelefon.de

Männergruppe
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Männergruppe MKP Igroup
ManKind Project e. V.
Michael Becker, Tel. 0172/4 86 54 54
igroup-wuerzburg@mkp-deutschland.de

Angehörige von Menschen mit narzisstischer Persönlichkeit
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Trans-Ident e. V. Selbsthilfegruppe Würzburg
Für Transsexuelle und deren Angehörige
Simone Kurz, Tel. 0152/09 85 59 29
simone@trans-ident.de
www.trans-ident.de

Transitas-Betroffene (nur Info, keine Gruppe)
Hilfestellung und Beratung bei Transsexualität
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Transitas-Angehörige (nur Info, keine Gruppe)
Hilfe und Beratung für Angehörige zum Thema Transsexualität
christine.wittmann16@yahoo.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Trennung/Scheidung
Wenn der Partner/die Partnerin geht
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Frauen in den Wechseljahren
(nur Info, keine Gruppe)
Aktivbüro, Tel. 37-3706
Homosexualität

Gespräche für Eltern, Freunde und Angehörige Homosexueller
(nur Info, keine Gruppe)
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Warum-Homosexuelle Interessensgemeinschaft Unterfranken
Wolfgang, Tel. 09321/2 26 66
kuhstall@email.de

lila fon
Beratung von Lesben für Lesben und deren Angehörige und Freunde
www.wufzentrum.de

Rosa Hilfe von Schwulen für Schwule, deren Freunde und Angehörige
Beratung Mittwoch 20 - 22 Uhr
Björn Soldner, Tel. 0931/1 94 46
info@rosa-hilfe.de, www.rosa-hilfe.de
Tel. 0931/1 94 46

Tangiert
Partnerin homo- oder bisexueller Männer
jw031965@gmail.com
www.tangiert.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Wufzentrum e. V. - schwulesbisches Zentrum Würzburg
David Hein, Tel. 0931/41 26 46
vorstand@wufzentrum.de
wufzentrum.de

Psychosozialer Bereich

Freundeskreis der A-Gruppen
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Aktive Meditation
Herr Schmitt, Tel. 0175/4 24 69 06
b1969sc@aol.com
www.aktivmeditation.selbsthilfe-wue.de

„AiA“ – Angehörige informieren Angehörige
Elisabeth Selinger, Tel. 0931/9 34 10
elisabeth.selinger@t-online.de

Angehörige psychisch Kranker
(angeleitete Gruppe)
Sozialpsychiatrischer Dienst, Tel. 0931/5 54 45
spdi.wuerzburg@erthal-sozialwerk.de

Verein Angehöriger psychisch Kranker Würzburg und Umgebung (APK)
Emmi Wangerin, Tel. 0151/70 82 79 28
emmi.wangerin.1703@gmail.com
www.apk-wuerzburg.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Gemeinsam gegen Angst und Panik
shg-angst-panik@mail.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Selbsthilfegruppe Bipolar Würzburg
(Manisch-depressive Erkrankung)
kaktusengel@gmx.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

SHG Borderline
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Stress und Burnout
(angeleitete Gruppe)
Gabriele Dorrer, Tel. 0931/7 94 08 11
gbdorrer@t-online.de
www.gabrieledorrer.de

CoDA-Gruppe
Anonyme Co-Abhängige und beziehungs-süchtige Menschen
meetingwue@gmx.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Alleinerziehend und Depression
Aktivbüro, Tel. 37-3706

IG „Der Weg – zurück ins Leben“
Alexander und Annika Bothe,
Tel. 09381/71 74 01
info@dieser-weg-zurueck.de
www.dieser-weg-zurueck.de

Infotelefon Depression
Stiftung Deutsche Depressionshilfe
Tel. 0800/3 34 45 33 (kostenfrei)
info@deutsche-depressionshilfe.de
www.deutsche-depressionshilfe.de

Jung und Depression,
Vier Gruppen für junge Leute bis ca. 35
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Selbsthilfegruppe Depression I
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Selbsthilfegruppe Depression II
Aktivbüro, Tel. 37-3706

EKS – Erwachsene Kinder aus dysfunktionalen Familien
meetingwue@gmx.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

EA – Emotions Anonymous
Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern
(nur Info, keine Gruppe)
SPDI BRK, Tel. 0931/41 30 80
spdi@kvwuerzburg.brk.de



HIV/AIDS
VERANTWORTUNG FÜR SICH UND ANDERE ÜBERNEHMEN

AIDS-BERATUNG UNTERFRANKEN
WWW.AIDSBERATUNG-UNTERFRANKEN.DE

RÖNTGENRING 3 · 97070 WÜRZBURG
TELEFON 0931 386 58 200
KONTAKT@AIDSBERATUNG-UNTERFRANKEN.DE



Hochsensible Personen – highly sensitive persons (HSP)

Aktivbüro, Tel. 37-3706

Thomas Schneider

hsp.wuerzburg@gmx.de

Umgeschulte Linkshänder (ULH)

(nur Info, keine Gruppe)

Toni Schwarz

schwarzton@aol.com

www.schwarz-feder.eu

Aktivbüro, Tel. 37-3706

Dynamische Meditation

Aktivbüro, Tel. 37-3706

Selbsthilfegruppe für Messies und Menschen mit Desorganisationsproblematik

messies@hbm.de

Aktivbüro, Tel. 37-3706

Mobbing-Gesprächsgruppe

(angeleitete Gesprächsgruppe)

kontakt@fair-am-arbeitsplatz.de

www.fair-am-arbeitsplatz.de

Aktivbüro, Tel. 37-3706

Würzburger Initiative Psychiatrie-Erfahrener (WIP)

Stefan Scherg, Tel. 0931/6 87 53

info@wip-wuerzburg.de

www.wip-wuerzburg.de

Aktivbüro, Tel. 37-3706

Gesprächs- und Freizeitgruppen der Sozialpsychiatrischen Dienste

Tel. 0931/41 30 80 (SPDI BRK),

Tel. 0931/5 54 45 (SPDI, ESW)

Erfahrungsaustauschgruppe Betroffene für Betroffene

für Menschen mit seelischer Erkrankung

Tel. 0931/5 54 45 (SPDI)

spdi.wuerzburg@erthal-sozialwerk.de

Glückskekse Würzburg

Freizeitgruppe für junge Erwachsene mit

psychischer Belastung

kontakt.glueckskekse.wuerzburg@gmail.com

www.glueckskekse-wuerzburg.de

Aktivbüro, Tel. 37-3706

Anzeige

Pflege und Therapie in idyllischer Umgebung



Wir bieten Ihnen:

- kompetente **Kurzzeit-** und **Langzeitpflege**
- **Betreutes Wohnen** für Senioren
- **Spezialpflege** Wachkoma/Beatmung
- Pflege u. Therapie für neurologisch betroffene **jüngere Personen**

**GESUNDHEITZENTRUM
MAIN-SPESSART**
Pflege & Therapie

92732 Gemünden · Klinikstraße 1 · Tel. 09351 8030
info@qsmssp.de · www.qsmssp.de

Anzeige

profamilia
Unterfranken



mit uns können
Sie reden

Beratungsstelle Würzburg

Semmelstr. 6 · 97070 Würzburg

Tel. 0 931 - 460 650

www.profamilia.de/wuerzburg

wuerzburg@profamilia.de

Der Regenbogen e.V.
Verein der Freunde und Förderer der psychiatrischen Tagesklinik Würzburg
Tel. 0931/20 17 77 30

Selbsthilfegruppe ehemaliger Patienten der Klinik Heiligenfeld, Gruppe Würzburg
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Soziale Phobie
sophie-wue@gmx.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Gruppenangebote für Student/innen, Schüler/innen etc.
Tel. 0931/796 19 14 (ESG),
Tel. 0931/35 45 30 (KHG)

Krankenhaus / Kranke daheim

Besuchsdienste
Aktivbüro, Tel. 37-3706

KIWI – Interessengemeinschaft zur Förderung der Kinder der Würzburger Intensivstation e.V.
Ina Schmolke, Tel. 0931/20 12 74 60
info@kiwiev.de, www.kiwiev.de

Pflegestammtisch (nur Info, keine Treffen)
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Tiere helfen Menschen e.V.
Simone Kilian
info@thmev.de, www.thmev.de

Trauer und Tod

Alleinerziehend durch Todesfall
Ulrike Langhans, Tel. 0178/2 06 32 63
ullilanghans@gmx.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Angehörige um Suizid (AGUS)
Gruppe für betroffene Eltern, Geschwister, Großeltern und sonstige Angehörige
Frau Brick, brigitte.brick@web.de

Angehörige um Suizid (AGUS)
Gruppe für betroffene Partner/-innen und Elternverlust
Dietlind Marsch, Tel. 09324/28 96

Angehörige um Suizid (AGUS)
Gruppe für betroffene Eltern, Geschwister, Großeltern und sonstige Angehörige
Helga Mend, Tel. 0931/9 43 62
www.agus-selbsthilfe.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

„Junge Erwachsene“ (Offener Gesprächskreis für Trauernde von ca. 18 bis ca. 30 Jahre)
Hospizverein Würzburg e. V.
Tel. 0931/5 33 44
Fax: 0931/5 66 86
hospizverein.wuerzburg@t-online.de
www.hospizverein-wuerzburg.de

„Trauern und Trösten“ (offener Gesprächskreis für Trauernde)
Hospizverein Würzburg e. V.
Tel. 0931/5 33 44
Fax: 0931/5 66 86
hospizverein.wuerzburg@t-online.de
www.hospizverein-wuerzburg.de

„Verwaiste Eltern“ (offener Gesprächskreis für Familien über den Verlust eines Kindes)
Hospizverein Würzburg e. V.
Tel. 0931/5 33 44
Fax: 0931/5 66 86
hospizverein.wuerzburg@t-online.de
www.hospizverein-wuerzburg.de

„Leere Wiege“ – seelsorgerliche Einzelgespräche (nur Info, keine Gruppe)
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Verwaiste Familien – Elterninitiative leukämie- und tumorkranker Kinder Würzburg e.V.
Karin Rost, Tel. 0931/2 99 42 44
initiative.regenbogen@t-online.de
Jana Lorenz-Eck

„Sternenkinder“ – Gruppe für den Verlust eines Kindes vor, während oder nach einer Geburt
Malteser Hospizdienst e. V.
Tel. 0931/4 50 52 27
Fax: 0931/4 50 52 29
hospiz-wue@malteser.org
www.malteser-unterfranken.de

Trauergruppe für Kinder und Jugendliche Malteser Hilfsdienst e. V.
Tel. 0931/4 50 52 25
hospiz-wue@malteser.org
www.malteser-unterfranken.de

Netzwerk für Angehörige von Organspendern
Heiner Röschert, Tel. 0173/6 54 11 93
phroesch@gmx.de

Partnerverlust durch Todesfall – wie geht es jetzt weiter?
Ulrike Langhans, Tel. 0178/2 06 32 63
ullilanghans@gmx.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Trauerwandern
Malteser Hilfsdienst e. V.
Tel. 0931/4 50 52 25
hospiz-wue@malteser.org
www.malteser-unterfranken.de

Verein verwitwet.de
www.verein-verwitwet.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Sucht

Kontaktstelle der Anonymen Alkoholiker (AA)
Tel. 0931/1 92 95 (von 7–23 Uhr erreichbar)

AA – International
Englischsprachiges Meeting
Thomas, Tel. 0163/2 89 16 60
www.aa.org
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Adipositas – Abnehmen
(nur Info, keine Gruppe)
Ursula Nickel, Tel. 01520/9 27 21 60
shg-unterfranken@web.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Adipositas Selbsthilfegruppe Würzburg
Sie sind nicht allein!
Dagmar Feder, Tel. 09771/99 15 82
(Mo + Do 18–20 Uhr)
www.shg-wuerzburg.de
0160/99304792 (sms immer)

Sportgruppe Adiposiv (Übergewicht)
DJK Sportzentrum Würzburg,
Tel. 0931/41 51 51

**Al-Anon – Erwachsene Kinder aus
alkoholkranken Familien**
Alexander, Tel. 0163/2 53 33 21
www.al-anon.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Al-Anon – International
Englischsprachiges Meeting
www.al-anon.de

Al-Anon Familiengruppe
Anita und Peter, Tel. 09721/4 20 12
Fax: 09721/2 87 78
Aktivbüro, Tel. 37-3706

easy life
Selbsthilfegruppe bei Alkoholsucht
Aktivbüro, Tel. 37-3706

**Selbsthilfegruppe für Frauen mit
Alkoholproblemen**
Frau Scheller, Tel. 0931/4 98 90
beate.scheller@kabelmail.de

AAS – Anonyme Arbeitssüchtige
Aktivbüro, Tel. 37-3706
Bernhard, Email: orf_info@yahoo.de

**Anonyme Sexaholiker AS Deutschland,
Gruppe Würzburg**
Tel. 0175/7 92 51 13
as-wuerzburg@gmx.de
www.anonyme-sexsuechtige.de

Blaues Kreuz, Ortsverein Würzburg
Selbsthilfegruppen für Menschen mit
Suchtproblematik, Angehörige und Paare
Hans Georg Schmidt, Tel. 09331/98 32 50
hansochsenfurt@web.de
Blaues Kreuz, Tel. 0931/35 90 52 20
Martin-Luther-Str. 5 b, 97072 Würzburg
Fax: 0931/3 53 41 60
ortsverein.wuerzburg@blaues-kreuz.de

Psychosoziale Beratungsstelle Blaues Kreuz
Beratungsstelle für Menschen mit Suchtpro-
blematik und deren Angehörige
Tel. 0931/35 90 52 20
Haugerring 8, 97070 Würzburg
suchtberatung.wuerzburg@blaues-kreuz.de
www.wuerzburg.blaues-kreuz.de

Angehörige von Drogenabhängigen
Helga Müller
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Elternhilfe gegen Drogen e.V.
Jugend- und Drogenberatungsstelle ,
Tel. 0931/5 90 56

Essstörungen
(angeleitete Gruppe für Angehörige)
Katrin Ertl, Tel. 0931/38 65 91 80
k.ertl@caritas-wuerzburg.org
www.suchtberatung-wuerzburg.de
Psychosoziale Beratungsstelle für Suchtpro-
bleme

Essstörungen
Selbsthilfegruppe „Overeaters Anonymous“
Karola, Tel. 09358/14 23
gemuenden.a.m@overeatersanonymous.
www.overeatersanonymous.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Essstörungen
(angeleitete Gruppe für Betroffene von Ess-
störungen)
Christiane Meisterernst, Tel. 0931/38 65 91 80
c.meisterernst@caritas-wuerzburg.org
www.suchtberatung-wuerzburg.de
Psychosoziale Beratungsstelle für Suchtpro-
bleme

Essstörungen
Betroffene beraten Betroffene und Ange-
hörige
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Essstörungen
Selbsthilfegruppe „Overeaters Anonymous“
www.overeatersanonymous.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706
Keine Mitgliedsbeiträge, kein Wiegen! Jeder
ist willkommen.
Das erste Meeting im Monat ist geöffnet für
Nicht-Betroffene, z. B. Angehörige!

Kreuzbund DV Würzburg e. V.
Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für
Suchtkranke und Angehörige
Heinz Dengel
Kreuzbund DV Würzburg e. V. Geschäfts-
stelle , Tel. 0931/38 65 85 50
info@kreuzbund-wuerzburg.de
www.kreuzbund-wuerzburg.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Aktiv gegen Mediensucht e. V.
info@agmev.de
www.aktiv-gegen-mediensucht.de

NA – Narcotics Anonymous
Ben, Tel. 0176/30 17 82 64
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Nichtraucherinitiative Würzburg
(nur Info, keine Gruppe)
Aktivbüro, Tel. 37-3706



jugend.beratung.drogen

Augustinerstr. 2
97070 Würzburg Tel.: 0931 - 59 0 56
mail@drogenberatung-wuerzburg.de
www.drogenberatung-wuerzburg.de

Öffnungszeiten: Mo. - Do. 09:00 - 17:00 Uhr, Fr. 09:00 - 16:00 Uhr; Beratungstermine bitte vereinbaren.

PHOENIX – Selbsthilfegruppe für Alkohol- und Suchtkranke

Bärbl Puls

phoenix-shg-wuerzburg@gmx.de
www.phoenix.selbsthilfe-wue.jimdo.com
Aktivbüro, Tel. 37-3706

PHOENIX – Selbsthilfegruppe für drogenabhängige Menschen

Bärbl Puls

phoenix-shg-wuerzburg@gmx.de
Jan, Tel. 0151/15 73 90 42

Russisch sprachige Selbsthilfegruppe für Suchterkrankungen auf dem Heuchelhof
auch für nicht-stoffgebundene Süchte
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Spielsucht

(angeleitete Gruppe für Betroffene)

Tel. 0931/38 65 91 80
sucht@caritas-wuerzburg.org
www.suchtberatung-wuerzburg.de
Psychoziale Beratungsstelle für Suchtprobleme

Förderverein Selbsthilfe e. V.

Wir öffnen Türen ...

Unterstützung und Förderung
von Selbsthilfegruppen und
Initiativen in Würzburg

Werden Sie Mitglied!

Kontakt über Aktivbüro, Tel. 37-3468
www.foerderverein-selbsthilfe.de

Spielsucht

(angeleitete Gruppe für Angehörige)

Tel. 0931/38 65 91 80
sucht@caritas-wuerzburg.org
www.suchtberatung-wuerzburg.de
Psychoziale Beratungsstelle für Suchtprobleme

Spielsüchtige

(keine Gruppe, nur Beratung)

Jugend- und Drogenberatungsstelle,
Tel. 0931/5 90 56

Psychoziale Beratungsstelle für Suchtprobleme

Fachstelle der Landesstelle Glücksspielsucht
in Bayern

Caritasverband für die Stadt und den Landkreis Würzburg e. V., Tel. 0931/38 65 91 80
Röntgenring 3, 97070 Würzburg
sucht@caritas-wuerzburg.org
www.suchtberatung-wuerzburg.de

Senioren

BRK – Bücherdienste

Tel. 0931/37 34 26

Initiativkreis STEG

Sanderauer tuen Ehrenamtliches gemeinsam
Martina Mirus, Tel. 0931/8 80 35 28
martina.mirus@st-thekla.de

Nachbarschaftshilfen und Besuchsdienste

Aktivbüro, Tel. 37-3706

Wohnen in Gemeinschaft – Jung und Alt e. V.

Hermann Würdehoff, Tel. 0931/6 88 68
info@gemeinsam-wohnen-und-leben.de
Marianne Stingl, Tel. 09321/2 48 58 (abends)
marianne.stingl@t-online.de
www.gemeinsam-wohnen-und-leben.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Internetcafe „Von Senioren für Senioren“

Peter Wisshofer
www.i4s.de
Caritas Seniorenzentrum St. Thekla,
Tel. 0931/7 84 77 35
Ludwigkai 12, 97070 Würzburg

Ökumenische Nachbarschaftshilfe Sanderau
Heinrich J. Haßbach, Tel. 0176/58 80 11 45
einestundezeit@pg-sanderau.de
www.pg-sanderau.de

Beratungsstelle für pflegende Angehörige Halma e.V.

Beratungs-, Unterstützungs- und
Vernetzungsstelle
Tel. 0931/20 78 14 20
www.halmawuerzburg.de

Zeit für mich – Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Demenzerkrankten
Tel. 0931/38 65 91 00

Selbsthilfegruppe der russisch sprachigen Senioren

„Klub der Senioren“
Albina Baumann, Tel. 09381/84 73 87
a.baumann@lmdr.de
www.lmdr.de (Ortsgruppe Würzburg)

Seniorenkreise/Wandergruppen

Beratungsstelle für Senioren, Tel. 37 35 08

Strickkreis für Strickinteressierte – Hilfe bei Strickanleitungen

Kontakt, nette Gesellschaft und
Kaffee trinken
Margarete Rodamer, Tel. 0931/87 07 70
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Ausland/Eine-Welt

Afrikanisch-Deutsche Begegnung – Habescha-Deutsche Begegnung

Seyfe Amanuel
seyfe.amanuel@gmx.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Würzburger Ägyptischer Club e. V.

(Offen für alle Interessierte)
Aktivbüro, Tel. 37-3706

ArGe Internationale Gesellschaften AG

Kontakte zu über 40 Nationen
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Asyl-Seelsorge Bistum Würzburg
Tel. 0931/4 60 64 92

Ausländer- und Integrationsbeirat
Geschäftsstelle
Tel. 0931/37 32 29

Selbsthilfe-Initiative „Beschnittene
Frauen“
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Despertar
Spanischsprechende Gesellschaft e. V.
info@despertar.de, www.despertar.de

Frauenlar
Gruppe für Frauen aus dem Orient und
Okzident
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Freundeskreis ausländischer Flüchtlinge im
Regierungsbezirk Unterfranken e.V.
Antonino Pecoraro
nupec@gmx.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Verband binationaler Familien und
Partnerschaften, IAF e.V.
Beratung im Selbsthilfehaus: jeden Dienstag
19.00–20.30 Uhr im Gruppenbüro
Tel. 0931/57 31 60
wuerzburg@verband-binationaler.de
www.verband-binationaler.de

Philippinischer Frauenkreis
Von Philippinas für Philippinas
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Thai Fern Kurs
Nilubol Haas
nilubolhaas@yahoo.com

Thailändische Frauen Selbsthilfegruppe
Bayan Waigand, Tel. 0931/96 07 71, 0173/3
06 94 06, 0174/2 05 90 84
bayan@philaclassica.de

Thailändischer Sprachkurs für Kinder und
Jugendliche
Sudaporn Joa, Tel. 09360/9 93 97 06
sudaporn@j-o-a.de

Sonstige Gruppen

Aktivsenioren Bayern e.V.
Region Unterfranken
Helfer in Wirtschaft und Technik
Eugen Volbers, Tel. 0151/28 04 58 87
rl.ufr@aktivsenioren.de
www.aktivsenioren.de

Treffpunkt für Alleinstehende
(30 bis 55 Jahre)
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Alt hilft Jung e.V.
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Luftschloss e. V. – Umsonstladen Würzburg
umsonstladen.wuerzburg@posteo.de
www.umsonstladen4wuerzburg.wordpress.
com

Café im Bürgerhaus Pleich
Offener Cafëbetrieb für jedermann/frau
Tel. 0931/1 81 80

Angestöpselt e.V. – Verein für Digital-
kompetenz
Tel. 0931/32 09 14 94
info@angestoepselt.de
www.angestoepselt.de

Erwerbslos 50plus
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Erwachsene Legastheniker
Tel. 0931/4 01 29

NaWü
Naturwissenschaftliche Ab-
solventen Würzburg
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Selbsthilfegemeinschaft
Medizingeschädigter
– Patient im Mittelpunkt –
e.V.
Tel. 0911/4 74 65 28
buero@sgmev.de
www.sgmev.de

Gemeinschaft Sant' Egidio
Tel. 0931/32 29 40

Single Treff „Ü-50“
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Ubuntu Würzburg
Rudolf Langer, Tel. 0170/7 53 99 93
langer@ecofairpr.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Weisser Ring – Hilfe für Opfer von
Gewalttaten
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Mehrgenerationenwohnen Würzburg e. V.
Ingo Braun, Tel. 0931/6 60 74 33
info@mehrgenerationenwohnen-wuerz-
burg.de

Wohnprojekt Wohnen im Werden –
Gemeinsames Wohnen für Jung und Alt
wohnprojekt-im-werden@web.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706

Würzburger Tafel e.V. – Laden
Andreas Mensing, Tel. 0931/27 26 04

Zeitbank Würzburg
www.zeitbank-wuerzburg.jimdo.com
zbw-zeitkonten@online.de
Aktivbüro, Tel. 37-3706



Erbrecht
Fachanwältin für
Familienrecht

Mediatorin (BAFM)
Tätigkeitsschwerpunkte
Familien- u. Erbrecht
Sanderstraße 31
97070 Würzburg

Tel. (09 31) 5 66 82
info@fachanwaeltin-harff.de
www.fachanwaeltin-harff.de




Hilfe bei Krisen

- Telefonseelsorge (rund um die Uhr):
Tel. 0800/1110222 oder 0800/1110111
- Krisendienst: Tel. 571717
- Gesprächsladen: Tel. 55800
- Internetseelsorge, Bistum Würzburg:
internetseelsorge@bistum-wuerzburg.de
www.internetseelsorge/seelsorge

Chronische Erkrankungen

- AIDS-Beratung: Tel. 38658200
- Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft e.V., Beratungsstelle Unterfranken:
Tel. 407485, www.dmsg-bayern.de,
unterfranken@dmsg-bayern.de
- Epilepsieberatung: Tel. 3931580
- Krebsberatung: Tel. 280650

Menschen mit Behinderungen

- Autismus Kompetenzzentrum Unterfranken: Tel. 25080284
- AZU – Zentrum für Aphasie und Schlaganfall Aphasikerzentrum Unterfranken:
Tel. 29975-0
- Beratungsstelle der Lebenshilfe Würzburg für Stadt und Landkreis Würzburg und Kitzingen: Tel. 78012903
- Beratungsstelle für Menschen mit Behinderungen (Stadt Würzburg):
Tel. 37-3569
- Beratungsstelle für Menschen mit Sehbehinderung, Blickpunkt Auge – Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund: Tel. 465295-0
- Beratungszentrum Sehen:
Tel. 0800/2092200 (kostenfrei)
- Integrationsfachdienst für Menschen mit chronischer Erkrankung oder Behinderung: Tel. 32940-0
- Kontakt- und Informationsstelle für Studierende mit Behinderung und chronischer Erkrankung (KIS): Tel. 31-84052
- Offene Behindertenarbeit, Diakonisches Werk: Tel. 80487-48

Eltern – Kind – Familie

- AWO Family Power – Beratungsstelle für Familien und Lebensgemeinschaften in Krisensituationen: Tel. 46065-23
- Katholische Beratungsstelle (Ehe-, Familien- und Lebensfragen): Tel. 38669000

- Evangelische Beratungsstelle (Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen): Tel. 305010
- Pro Familia: Tel. 460650
- Beratung für Alleinerziehende (Diakonie):
Tel. 8048750
- Beratungsstelle für hochbegabte Kinder:
Tel. 4607438
- Krisen um die Geburt, Beratungs- und Hilfsangebote in Stadt und Landkreis Würzburg, Gesundheitsregion plus:
Tel. 0931/8003-662
- Frühförderstelle: Tel. 980810
- Jugend- und Familieninformationszentrum (Stadt Würzburg):
Tel. 37-3346 oder 37-3344
- Psychologischer Beratungsdienst für Familien mit Kindern und Jugendlichen (Stadt Würzburg):
Heuchelhof: Tel. 68422
Lindleinsmühle: Tel. 283335
- Psychotherapeutischer Beratungsdienst für Eltern, Jugendlichen- und Erziehungsberatung (SkF): Tel. 4190461, aufsuchende Erziehungsberatung im Stadtteil Zellerau: Tel. 43775

Frauen und Männer

- Frauenberatungsstelle des SkF: Tel. 450070
- Frauenhaus der AWO: Tel. 619810
- Frauenhaus des SkF: Tel. 450070
- Haus Antonie Werr, Hilfen für Frauen in Krisensituationen: Tel. 797230
- Kathol. Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen: Tel. 13811
- Schwangerschaftsberatung proFamilia:
Tel. 460650
- Schwangerenberatung Landratsamt – Gesundheitsamt: Tel. 8003-5990
- Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen im Evangelischen Beratungszentrum,
Tel. 4044855
- Wildwasser Würzburg e.V. – Beratung, Information und Selbsthilfe bei sexueller Gewalterfahrung: Tel. 13287
- KOFIZA (Beratungsstelle für Migrantinnen): Frau Klüpfel, Tel. 38666728
- Referat Frauenseelsorge, Alleinerziehende Mütter und Väter: Tel. 38663343

Homosexualität

- WuF-Zentrum, info@rosahilfe.de und lilafon-wuerzburg@gmx.de

Psychosozialer Bereich

- Sozialpsychiatrischer Dienst:
– BRK: Tel. 413080
– Erthal-Sozialwerk: Tel. 55445
– Landratsamt – Gesundheitsamt:
Tel. 8003-650
- Mainwohl – Netzwerk psychische Gesundheit: Tel. 29938-0

Krankenhaus/Kranke daheim

- Hilfen für alte Menschen im Alltag (HALMA): HALMA e. V. – Beratungsstelle für pflegende Angehörige, Tel. 20781420
Pflegestützpunkt: Tel. 20781414

Sucht

- Blaues Kreuz: Psychosoziale Beratungsstelle, Tel. 35905220
- Jugend- und Drogenberatung (Stadt Würzburg): Tel. 59056
- Kontaktstelle der Anonymen Alkoholiker:
Tel. 19295 (7.30 bis 23.00 Uhr)
- Psychosoziale Beratungsstelle der Caritas für Suchtprobleme: Tel. 386-59-180,
sucht@caritas-wuerzburg.org
www.suchtberatung-wuerzburg.de
- Würzburger Fachambulanz, Hephata, Diakonie, Tel. 3535155

Senioren

- Beratungsstelle für Senioren (Stadt Würzburg): Tel. 37-3508
- Beratung und aufsuchende Hilfe für Senioren (Stadt Würzburg): Tel. 37-2508

Sonstige

- AGS (Aktionsgemeinschaft Sozialisation; für gefährdete straffällige junge Menschen): Tel. 56224
- Bahnhofsmision: Tel. 73048800 rund um die Uhr
- Betreuungsstelle, Beratungsstelle für Betreuer (Stadt Würzburg): Tel. 37-3540
- Hilfe und Beratung zum Vermüllungssyndrom: Gesundheitsamt Würzburg,
Tel. 0931/8003-656
- Psychotherapeutische Beratungsstelle des Studentenwerks: Tel. 8005-101
- Schuldnerberatung: Tel. 322413