



Caritasverband  
Landkreis Kronach



caritas

# SELBSTHILFE WEGWEISER

FÜR DEN  
LANDKREIS KRONACH

**SELBSTHILFEGRUPPEN**  
**GESUNDHEIT / KRANKHEIT**

**SELBSTHILFEGRUPPEN**  
**SUCHT / PSYCHOSOMATIK**

**SELBSTHILFEGRUPPEN**  
**SOZIALER BEREICH**

**BERATUNGSSTELLEN**  
**HILFSANGEBOTE**

Inhaltsverzeichnis.....	2-3
Grußwort des Landrates.....	4
Vorwort der Geschäftsführerin des Caritasverbandes.....	5
Was sind Selbsthilfegruppen?.....	6-7
Selbsthilfeunterstützungsstelle Kronach.....	8
Selbsthilfekontaktstelle Coburg.....	9

## **Selbsthilfegruppen im Bereich Gesundheit/Krankheit**

AdP Regionalgruppe 95/96.....	10
Aphasiker Selbsthilfegruppe.....	11
Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. ....	12
Dentalinduziert Multisystemisch Erkrankte Kronach (DIMSEK).....	13
Deutsche ILCO e.V. Gruppe Kronach – Lichtenfels.....	14
Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e.V.....	15
FRANCA Frauen nach Carcinom.....	16
Gehörlosenverein Lichtenfels/ Kronach 1935 e.V.....	17
Kontinenz-Selbsthilfegruppe.....	18
Leukämie- und Lymphom-Hilfe in Thüringen und Franken e.V. ....	19
Lip-/ Lymphödeme.....	20
Multiple Sklerose.....	21
MS-Stammtisch Kronach.....	22
„Prognose Hoffnung“ Selbsthilfegruppe für Frauen mit Krebserkrankung	23
Rheuma-Liga Kronach.....	24

## **Selbsthilfegruppen im Bereich Sucht und Psychosomatik**

Alkoholgruppe Kronach.....	25
Anonyme Alkoholiker.....	26
Offener Gesprächskreis Depressionen „Vom Schatten ins Licht“.....	27

## Selbsthilfegruppen im sozialen Bereich

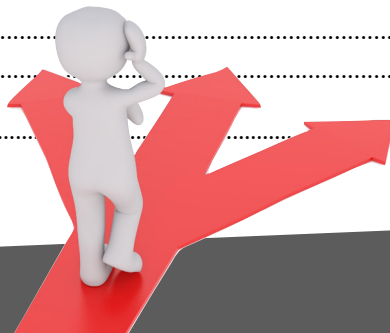
SHG „Vielerlei“ für Menschen mit komplexen Gewalterfahrungen .....	28
Sternenkinder .....	29

<b>Nicht fündig geworden?</b> .....	30
-------------------------------------	----

## Beratungsstellen/weitere Hilfsangebote im Landkreis Kronach

Arbeitslosigkeit .....	31
Behinderung .....	32-35
Betreuung .....	36-37
Ehe-, Familien- und Lebensberatung .....	38
Familie .....	39
Gewalt .....	40-42
Gleichstellung .....	43
Kinder, Kinderschutz .....	44-45
Migration .....	46-47
Psychische Erkrankungen .....	48-49
Schulden .....	50
Schwangerschaft .....	51
Senioren .....	52-54
Soziale Beratung .....	55-56
Sterben, Tod, Trauer .....	57
Sucht .....	58
Wohnen .....	59-60
Weitere Hilfsangebote .....	61-63

<b>Impressum</b> .....	64
------------------------	----



# Grusswort des Landrates



„Selbsthilfe bedeutet, dass sich Menschen mit chronischen Erkrankungen und Behinderungen bzw. in (psycho-)sozialen Problemlagen zusammenschließen, um sich gegenseitig zu unterstützen und gemeinsam ihre Interessen zu vertreten.“ Dieser gängigen Begriffsdefinition muss man, um der Bedeutung der Selbsthilfe für unsere Gesellschaft gerecht zu werden, aber noch hinzufügen: Die Selbsthilfe ist mittlerweile eine der unverzichtbaren Säulen im Gesundheits- und Sozialwesen unseres Landes. Sehr zutreffend formulierte der Schriftsteller

Ernst Ferstl: „Am Fluß des Lebens: Die Brücke der Begegnung heißt Miteinander.“ Auch bei den Selbsthilfeaktivitäten bei uns im Landkreis Kronach genießt dieses notwendige Miteinander einen hohen Stellenwert, was vor allem dem großen Engagement in den einzelnen Gruppen zu verdanken ist. In den Selbsthilfegruppen wirken Menschen mit, die ihre Probleme und Belastungen gemeinsam angehen. Dabei erweist sich die „Kompetenz der Bürgerinnen und Bürger in eigener Sache“ als wesentliches Element der erfolgreichen Arbeit. Doch erfordert und verdient auch die Selbsthilfearbeit Förderung und Hilfestellung durch das Gemeinwesen. Deshalb engagiert sich der Caritasverband vorbildlich für die Koordination und Unterstützung der Selbsthilfe im Landkreis Kronach, was auch durch den Landkreis finanziell mitgetragen wird. Die Selbsthilfeunterstützung durch die Caritas kommt dem Wirken bereits bestehender wie auch der Gründung neuer Selbsthilfegruppen zugute.

Ich hoffe und wünsche, dass sich die vorliegende Broschüre als eine hilfreiche Sammlung von Selbsthilfeorganisationen und Beratungsangeboten in unserem Landkreis erweist. Möge das Heft nicht nur die Selbsthilfeunterstützung des Caritasverbandes für den Landkreis Kronach beflügeln, sondern insgesamt auch das Miteinander im Dienste der Selbsthilfe in unserem Heimatlandkreis Kronach – Oberfrankens Spitze – stärken.“

A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'Klaus Löffler'.

Klaus Löffler  
Landrat des Landkreises Kronach

# vorwort der Geschäftsführerin des Caritasverbandes

Seit mehr als 10 Jahren betreibt der Caritasverband die Selbsthilfeunterstützungsstelle in Nebenaufgabe und steht als Ansprechpartner für Fragen rund um das Thema „Selbsthilfe“ zur Verfügung. Schon lange bieten wir verschiedenen Selbsthilfegruppen, sich in unseren Räumlichkeiten zu treffen. Die Mitarbeiterinnen der Sozialen Beratungsstelle haben die Selbsthilfe stets im Blick, wenn sie Hilfesuchende beraten. Das Landratsamt hat im Jahr 2010 die Selbsthilfeunterstützung an den Caritasverband übertragen. So haben wir die Möglichkeit uns vor Ort intensiver mit Selbsthilfegruppen und ihren Anliegen auseinanderzusetzen und die Gruppen bei ihrer Tätigkeit zu begleiten. Dieser Selbsthilfegewegweiser wurde mit finanzieller Unterstützung der Arbeitsgemeinschaft der Krankenkassenverbände in Bayern und des Landkreises Kronach erstellt. Er soll dazu beitragen, dass sich Betroffene und Interessierte umfassend über Selbsthilfegruppen und das Hilfeangebot im Landkreis und darüber hinaus informieren können.



Cornelia Thron  
Geschäftsführerin des Caritasverbandes

# was sind selbsthilfegruppen?

## Was sind Selbsthilfegruppen?

Selbsthilfegruppen sind selbst organisierte Zusammenschlüsse von Menschen, die an einer Krankheit, an einem sozialen oder psychischen Problem leiden. Ihr Ziel ist es, ihre Lebenssituation zusammen mit anderen Betroffenen selbstinitiativ zu verbessern.



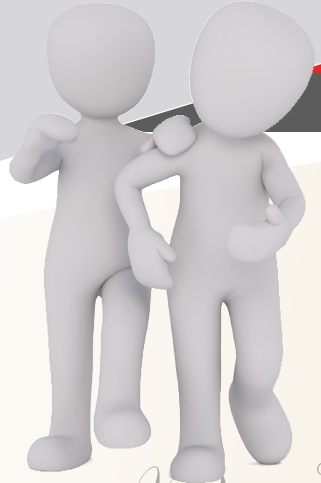
## ...wie sie helfen

Die Menschen in einer Selbsthilfegruppe lernen durch Gespräche, gegenseitige Hilfen, Erfahrungsaustausch und gemeinsame Aktivitäten mit ihrer Krankheit oder ihrem Problem umzugehen.

Mitglieder einer Selbsthilfegruppe leisten einen wesentlichen Beitrag zur Genesung bzw. zur gesundheitlichen und psychosozialen Stabilisierung. Durch die Erkenntnis, „ich bin mit meinem Problem nicht allein“, machen sich die Mitglieder gegenseitig Mut und schöpfen neue Kraft und Hoffnung.

Eine Selbsthilfegruppe kann jedoch keine medizinische oder psychosoziale Fachbehandlung ersetzen.

# was sind selbsthilfegruppen?



## **Nur Mut!**

*Die Zeiten sind schwierig, die Zeiten sind schwer.  
Doch ist es nicht allzu lange her.  
Dass gemeinsam und glücklich wir vieles teilten  
bevor uns diese schrecklichen Nachrichten ereilten.*

*Allein zuhaus – wer mag das schon  
doch was hilft am besten gegen Depression?  
Musik, Freude, bunte Gedanken und lesen  
das ist doch nicht schon alles gewesen?*

*Erinnern wir uns an tolle Tage -  
sie kommen wieder – keine Frage  
Anders wird es künftig doch schon sein,  
doch haben wir nicht vieles gemein?*

*Erinnern wir uns, an das was vorher war,  
war und ist das nicht einfach wunderbar?*

*Zusammen rücken, zusammen halten,  
Und vergessen wir auch nicht die Alten.  
Gemeinsam sind wir in der Krise stark.  
Doch sind wir nicht auch irgendwie autark?*

*Unabhängigkeit so wichtig -  
zusammen – alleine, was ist richtig?  
Wir werden sehen, wie es weiter geht.  
Auch wenn es jetzt noch nicht jeder versteht.*

*Krisen sind eine große Chance.  
Auch wenn sie uns werfen aus der Balance.  
Am Ende wird alles gut  
verliert deshalb nie den Mut!*

**Renate Hartung**

Gedicht aus dem Coronajahr 2020

*Nur Mut  
Die Zeiten sind schwierig,  
die Zeiten sind schwer.  
Doch ist es nicht allzu  
lange her.  
Dass gemeinsam und  
glücklich wir vieles  
teilten  
bevor uns diese schrecklichen  
Nachrichten ereilten.*

## **Selbsthilfeunterstützungsstelle Kronach**

Caritasverband für den Landkreis Kronach e.V.

Adolf-Kolping- Str. 18

96317 Kronach

Ansprechpartnerin: Birgit Weickert

**Tel.** 09261 605620

**Fax** 09261 605650

**E-Mail** [soziale-beratung@caritas-kronach.de](mailto:soziale-beratung@caritas-kronach.de)

**Internet** [www.caritas-kronach.de](http://www.caritas-kronach.de)

### ***Öffnungszeiten:***

Mo-Fr: 09.00 – 12.00 Uhr

Mo-Do: 14.00 – 16.00 Uhr

und nach Vereinbarung

### ***Angebote***

- Unterstützung bei der Suche nach einer Selbsthilfegruppe
- Unterstützung bei der Gruppengründung
- Beratung von Selbsthilfegruppen bei Problemen in der laufenden Gruppenarbeit
- Hilfe bei der Suche nach Räumlichkeiten für die Gruppentreffen, Bereitstellung von Räumen
- Beratung von neuen und bestehenden Selbsthilfegruppen in konzeptionellen, organisatorischen und finanziellen Fragen
- Förderung des Erfahrungsaustausches und der Vernetzung verschiedener Selbsthilfegruppen vor Ort
- Zusammenarbeit mit professionellen Helferinnen und Helfern in Versorgungseinrichtungen, Verbänden, Medien und der öffentlichen Hand
- Schaffung eines selbsthilfefreundlichen Klimas durch gezielte Öffentlichkeitsarbeit



## Die Kontaktstelle Selbsthilfe

- informiert und klärt über Selbsthilfe auf
- vermittelt Kontakt zu bestehenden Selbsthilfegruppen
- hilft in Beratungsgesprächen
- stellt eigene Gruppenräume und Medientechnik zur Verfügung
- unterstützt bei Gruppengründungen und der Durchführung von Veranstaltungen
- berät die bestehenden Gruppen bei Schwierigkeiten, Prozessen und Entwicklungen
- koordiniert den Austausch und eine Zusammenarbeit der Gruppen untereinander
- vermittelt Kontakt zu Fachleuten, Medien und Verbänden
- kooperiert mit Organisationen und Institutionen vor Ort bzw. überregional
- koordiniert den Regionalen Runden Tisch zur finanziellen Förderung der Gesundheits-Selbsthilfegruppen durch die Krankenkassen nach §20 h SGB V für das Einzugsgebiet CO, KC , LIF, BT und KU mit Informationsveranstaltungen und Antragsberatung
- veröffentlicht Flyer, einen Selbsthilfe-Wegweiser über das örtliche Angebot und verleiht die Wanderausstellung „Selbsthilfe (m)eine Chance“.

***Alle Dienste sind kostenlos und werden streng vertraulich behandelt.***

Oberer Bürglaß 1 (Bürglaßschlösschen)  
96450 Coburg

**Tel.** 09561 891576 Fr. Doerenkamp-Steiner

**Tel.** 09561 892576 Fr. Feuerbach-Heim

**E-Mail** [selbsthilfe@coburg.de](mailto:selbsthilfe@coburg.de)

**Internet** [www.coburg.de/selbsthilfe](http://www.coburg.de/selbsthilfe)

### **ADP (Arbeitskreis der Pankreatektomierten und -erkrankten)**

Wir sind Betroffene und Angehörige, die verschiedene Erfahrungen mit der Bauchspeicheldrüse haben.

Wir informieren zu Ernährungsfragen nach einer Operation und bei anderen Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, über die Einnahme von Pankreasenzympräparaten, zu Fragen zum pankreopriven Diabetes, zur Überwindung des Gewichtsverlustes, über Nachsorge und Rentenfragen sowie Fragen zum Behindertenrecht, zu Ärzten, Kliniken und REHA-Einrichtungen.

#### ***Wen unterstützen wir?***

Der Arbeitskreis unterstützt alle Patienten, bei denen eine Erkrankung der Bauchspeicheldrüse vorliegt oder vermutet wird. Dazu gehören partiell und total Pankreatektomierte sowie nicht operierte Bauchspeicheldrüsenerkrankte unter besonderer Berücksichtigung der Krebspatienten und ihrer Angehörigen.

#### **TREFFEN**

Termine können telefonisch erfragt werden.

#### **KONTAKT**

Gudrun Sandler

95336 Mainleus

**Tel.** 09229 245014

**E-Mail** [adp-ku-bt@kabelmail.de](mailto:adp-ku-bt@kabelmail.de)

Peter Koch

Canterstr. 29

96237 Ebersdorf

**Tel.** 0176 52871660

**E-Mail** [peterkochsieg99@googlemail.com](mailto:peterkochsieg99@googlemail.com)

## Aphasie – Sprachstörung

Der Begriff Aphasie bezeichnet allgemein eine Störung des Sprachenzentrums im Gehirn. Ursache einer solchen Schädigung ist oft ein Schlaganfall, ein Hirntumor oder ein Unfall mit Schädel-Hirn-Verletzung. Aphasiker leiden meist unter mehreren sprachlichen Problemen.

In der Selbsthilfegruppe treffen sich Aphasiker und deren Angehörige zur Bewältigung der veränderten Lebenssituation. Sie finden dort Menschen, die aufgrund ähnlicher Erfahrungen einander verstehen. Der gegenseitige Austausch hilft, mit dem veränderten Alltag besser zurecht zu kommen.

### *Das machen wir:*

- Wir treffen uns regelmäßig um Erfahrungen auszutauschen und um uns gegenseitig zu unterstützen.
- Wir laden Fachleute ein, die uns mit Rat und Tat zur Seite stehen.
- Der gesellige Teil kommt bei gemeinsam organisierten Ausflügen, Tagesfahrten und anderen Unternehmungen nicht zu kurz.
- Wir halten Kontakt zum Aphasiker-Zentrum Oberfranken, das uns fachlich und organisatorisch unterstützt.

### TREFFEN

Jeden 2. Samstag im Monat von 14.00 bis 16.00 Uhr  
im Stockheimer Betreuungszentrum  
Kronacher Str. 31  
96342 Stockheim

### KONTAKT

Manuela Reuther

**Tel.** 09265 913571

**E-Mail** [manureuther@t-online.de](mailto:manureuther@t-online.de)

**Beratungszentrum Oberfranken**

**für Menschen nach erworbener Hirnschädigung e.V.**

**im MediClin Reha-Zentrum Roter Hügel**

Jakob-Herz-Straße 1  
95445 Bayreuth

**Tel.** +49 921 309500

**E-Mail** [info@b-z-o.de](mailto:info@b-z-o.de)

**Internet** [www.b-z-o.de](http://www.b-z-o.de)

### Der Bayerische Blinden- und Sehbehindertenbund e.V.

*Wenn die Augen schwächer werden...  
berät und hilft der BBSB mit diesen Angeboten:*

- Ambulanter Reha-Dienst
- Hilfsmittelberatung
- Sozial- UND Rechtsberatung
- Integrationsfachdienst

#### **TREFFEN**

Monatstreff im Gasthaus „Frische Quelle“

Rodacher Straße 30

96317 Kronach

an jedem zweiten Montag im Monat von 11.00 bis 14.00 Uhr

Ansprechpartner:

Rainer Hader

**Tel.** 0170 8203621

#### **KONTAKT**

Für den Landkreis Kronach

BBSB e.V.

Bezirksgruppe Oberfranken,

Carl-Schüller-Str. 10

95444 Bayreuth

**Tel.** 0921 1512600

**E-Mail** bayreuth@bbsb.org

**Selbsthilfegruppe der  
Dentalinduziert Multisystemisch Erkrankten Kronach  
(DIMSEK)**

Die Selbsthilfegruppe DIMSK betreut Menschen mit multisystemischen Erkrankungen und Beschwerden, die mit einer Intoxikation und/oder Allergie zusammenhängen und aus einer Schädigung bzw. Belastung durch dentale Werkstoffe herrühren bzw. herrühren können.

**TREFFEN**

jeden 1. Mittwoch im Monat um 19.30 Uhr  
im Café des BRK-Seniorenhauses  
Friesener Str. 57  
96317 Kronach

**KONTAKT**

Brigitte Hauck  
Jakobsberg 2  
96332 Pressig  
**Tel.** 09265 276  
**E-Mail** shg\_zahn\_kc@yahoo.de  
**Internet** [www.shgdentkc.homepage.t-online.de/](http://www.shgdentkc.homepage.t-online.de/)

Selbsthilfegruppe für Stomaträger (künstlicher Darmausgang oder künstliche Harnableitung) und für Menschen mit Darmkrebs sowie deren Angehörige

- Wo finde ich Fachleute?
- Was bedeutet das Leben mit Stoma oder Darmkrebs für den Alltag?
- Wie kann es gelingen, das Leben mit Stoma/Darmkrebs zu meistern?
- Was sollte ich bei meiner Ernährung beachten?
- Welche Hilfsmittel benötige ich zur Versorgung?
- Wer leitet mich an und kann ich mich selbstständig versorgen?
- Sind Unternehmungen mit anderen noch möglich, kann ich verreisen?

Die ILCO – Gruppe bietet in Kronach die Möglichkeit, mit gleich Betroffenen zu sprechen und aufgrund vielfältiger Erfahrungen den Alltag mit dieser Krankheit und ihrer Folgen besser zu bewältigen.

In unserer Selbsthilfegruppe sind Betroffene herzlich willkommen.

### TREFFEN

Jeden 2. Mittwoch im Monat um 14.00 Uhr  
im Hause des BRK – Kreisverbandes  
Friesener Str. 46  
96317 Kronach

### KONTAKT

1. Gruppensprecherin:  
Brigitte Schedel  
Friedrichsburg 10  
96369 Weißenbrunn  
**Tel.** 09261 1531

2. Gruppensprecher:  
Günter Klarner  
Rosenau 32  
96342 Stockheim  
**Tel.** 09265 1839

Ansprechpartnerin:  
Andrea Fischer  
Fachkrankenschwester  
Alte Poststraße 3  
96328 Küps  
**Tel.** 09264 7119

Die DVMB Gruppe Kronach ist eine Selbsthilfeorganisation, die es sich zum Ziel gesetzt hat, Menschen mit der Erkrankung Morbus Bechterew, auch Spondylitis ankylosans genannt, oder artverwandten Erkrankungen wie Rheumatoide Arthritis, Fibromyalgie, Polymyalgie, Osteoporose und ähnliche zu unterstützen.

Unser Motto lautet:

***Bechterew´ler brauchen BEWEGUNG - BEGEGNUNG - BERATUNG***

Die Gruppe führt wöchentlich abwechselnd Trocken- und Warmwassergymnastik unter Anleitung eigens ausgebildeter Physiotherapeuten durch.

In regelmäßigen Treffen für Betroffene, Angehörige und Interessierte finden Informations- und Erfahrungsaustausch sowie Fachvorträge statt. Weitere gemeinsame Aktivitäten wie Nordic Walking, Ausflüge, Wanderungen, Familienfeste oder Besuche von kulturellen Veranstaltungen runden das Programm ab.

### TREFFEN

Donnerstags, gemäß Therapieplan  
von 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr  
in der Sporthalle Kronach,  
Stadtteil Neuses, Am Damm 19, 96317 Kronach  
oder  
bei der Lebenshilfe Kronach, Innerer Ring 84/96, 96317 Kronach

### KONTAKT

Eberhard Dunst  
Am Damm 9 A  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 94848      **Mobil** 0152 57108959

**E-Mail** [dunst@dvmb-kronach.de](mailto:dunst@dvmb-kronach.de)

**Internet** [www.dvmb-kronach.de](http://www.dvmb-kronach.de)

### **FRANCA** **Frauen nach Carcinom**

Die Frauen nach Krebs möchten in der Gruppe FRANCA ihr Wissen, ihre Erfahrungen, aber auch ihr Mitgefühl an akut Betroffene und ihre Angehörigen weitergeben.

Denn Hoffnung, Vertrauen, Zuversicht sowie ein neues Umgehen mit sich selbst sind wichtige Voraussetzungen für Gesundwerden und Gesundbleiben. Da ist der Umgang mit ebenfalls Betroffenen eine nicht zu unterschätzende Hilfe.

In der Selbsthilfegruppe erfahren Sie, wie Sie mit Krebs leben können und wo Sie Unterstützung finden.

Sie können mit Betroffenen reden und sich ihre Erfahrungen zunutze machen.

#### **TREFFEN**

jeden zweiten Dienstag im Monat (außer im August)  
um 19.30 Uhr  
im Caritashaus  
Adolf-Kolping-Str. 18  
96317 Kronach

#### **KONTAKT**

Christine Kiendl  
**Tel.** 09261 93952



Gehörlose befinden sich den Hörenden gegenüber vor allem dadurch im Nachteil, dass ihnen der Zugang zur Sprache erheblich erschwert ist. Aufgrund dieser Schwierigkeit, die die Eingliederung Gehörloser in die Welt der Hörenden mit sich bringt, schließen sich Gehörlose enger zusammen als jede andere Behindertengruppe.

Der Gehörlosenverein bzw. die Selbsthilfegruppe ist eine Kommunikationsgemeinschaft der Gehörlosen. Die Gebärdensprache ist die Sprache der Gehörlosen. Sie trägt zur Verbesserung der Lebensqualität von Gehörlosen bei. In dieser Gemeinschaft sind Gehörlose nicht mehr in ihrer Kommunikation behindert.

Ihr geselliger Verkehr beschränkt sich überwiegend auf den Kreis der gleichen Schicksalsgenossen. Kristallisationspunkte des Gemeinschaftslebens von Gehörlosen sind daher in erster Linie die Gehörlosenvereine.

In den Diskussionen und Gesprächskreisen berichten die Gehörlosen über ihre Probleme bzw. Schwierigkeiten im Alltag und im Beruf sowie im kulturellen und politischen Leben. Theater, Kino, Rundfunk und zum Teil Fernsehen sind Gehörlosen nahezu verschlossen.

Die Gehörlosen kommen aus allen Einzugsgebieten, auch aus Thüringen (Sonneberg, Saalfeld), weil in ihren Wohnorten kein vergleichbares Angebot vorhanden ist.

#### **KONTAKT**

Torsten Schubert  
Neue Str. 75  
96515 Sonneberg

**E-Mail** [torstenschubert65@live.de](mailto:torstenschubert65@live.de)

### **Kontinenz- Selbsthilfegruppe**

Inkontinenz ist der unwillkürliche Abgang von Urin oder Stuhl, was für Betroffene sehr demütigend und vielfach isolierend ist. Der Erfahrungsaustausch Gleichbetroffener soll Hilfe zur Selbsthilfe bieten, um eine neue Lebensqualität zu erreichen.

#### ***Wir bieten außerdem:***

Vorträge und Zusammenarbeit mit Ärzten, Kliniken und auch Pflegepersonal  
Beratung und Hilfsmittelvorstellung durch Fachkräfte.  
Informationen über Ernährungsfragen und Beckenbodenübungen erhalten sie bei uns.

Wir wollen die Tabuzonen abbauen durch gezielte Öffentlichkeitsarbeit.

#### **TREFFEN**

jeden ersten Mittwoch im Monat  
um 17.00 Uhr  
im Cafe des BRK-Seniorenhauses  
Friesener Str. 57  
96317 Kronach

#### **KONTAKT**

Andrea Fischer  
Alte Poststr. 3  
96328 Küps  
**Tel.** 09264 7119

## LEUKÄMIE- UND LYMPHOM-HILFE IN THÜRINGEN UND FRANKEN E.V.

Die Diagnose „Leukämie“ bedeutet für die meisten Betroffenen und deren Angehörige erst einmal Ratlosigkeit und Verzweiflung. Um sich in dieser Situation orientieren zu können, ist auch das Internet meist nicht sehr hilfreich. Zu viele und manchmal sogar dubiose Beiträge und Eintragungen helfen oftmals nicht weiter.

Hier setzt unser Hilfeangebot an. Wir bieten neu Erkrankten sowie deren Angehörigen die Möglichkeit, sich mit Menschen auszutauschen, welche eine Erkrankung des blutbildenden Systems, also eine Leukämie oder ein Lymphom, erfolgreich überstanden haben.

Darüber hinaus stehen wir auch den Angehörigen bei vielen Problemen des Alltags zur Seite.

Unter unseren Mitgliedern befinden sich außerdem auch Stammzellenspender, sowie andere interessierte Personen.

Eine Mitgliedschaft in unserem Verein ist keine Voraussetzung, um Gespräche mit uns zu führen, an Gruppentreffen teilzunehmen oder Informationsmaterial anzufordern.

Alle Angebote sind selbstverständlich kostenlos.

### TREFFEN

Da wir in Gesamtthüringen sowie in Ober- und Unterfranken tätig sind, haben wir keinen festen Platz, an welchem wir unsere Treffen durchführen. Häufig treffen wir uns in Sonneberg, um aber möglichst viele Betroffene und andere Interessierte zu erreichen, führen wir unsere Treffen auch an anderen Orten im Betreuungsbereich durch. Näheres können Sie dem Internet entnehmen.

In der Regel finden die Treffen an jedem dritten Donnerstag im Monat ab 18.00 Uhr statt.

### KONTAKT

Gerhard Sittig, Eisenbahnstraße 5  
96515 Sonneberg

**Tel.** 03675 7595135; 0152 31702153

**E-Mail** LLTF@online.de

**Internet** www.LLTF.de

Das Lipödem und das Lip-Lymphödem unterscheiden sich von einer ernährungsbedingten Fettleibigkeit oder Adipositas dadurch, dass sich das Fettgewebe durch Diät und Bewegung nicht beseitigen lässt.

Außerdem treten nicht die Stoffwechselstörungen wie Zuckerkrankheit und Fettstoffwechselstörung auf.

***Gemeinsam sind wir stark.***

***Gemeinsam kämpfen wir gegen Vorurteile.***

### **TREFFEN**

Immer am 3. Mittwoch im Monat um 19.00 Uhr  
im Caritashaus „In der Heimat wohnen“  
Hauptstraße 36  
96358 Teuschnitz

### **KONTAKT**

Silke Jakob  
Neufang 25  
96349 Steinwiesen  
**Tel.** 09260 1088  
**E-Mail** eliasjakob1@gmx.de

## MULTIPLE SKLEROSE

Multiple Sklerose (MS) gilt als die Krankheit mit den 1000 Gesichtern. Über 200.000 Menschen leben in Deutschland mit Multipler Sklerose. Dank zahlreicher Therapieansätze können die meisten Patienten trotz Einschränkungen ein ausgefülltes Leben führen. Die MS ist eine chronisch entzündliche, nicht ansteckende Erkrankung des zentralen Nervensystems, d.h. das gesamte Gehirn und Rückenmark können betroffen sein. Durch Schäden an den Nervenbahnen (geschädigte Isolation) leiten die Nerven Informationen langsamer oder überhaupt nicht weiter. Darüber hinaus kann es zu nicht umkehrbaren Schäden an den Nervenzellbahnen kommen (Axonen).

### ***Die monatlichen Treffen bieten die Gelegenheit***

- sich auszutauschen
- psychische Konflikte zu bearbeiten
- Informationen zu verschiedenen Aspekten der Krankheit zu erhalten
- gemeinsam zu lachen und vom Alltag abzuschalten
- sozialer Isolation entgegenzuwirken
- zu einer jährlich stattfindenden Unternehmung, um Kunst und Kultur zu genießen

### **TREFFEN**

Jeden letzten Donnerstag im Monat ab 14.00 Uhr  
im Pfarrzentrum St. Johannes  
Melchior-Otto-Platz 6  
96317 Kronach

### **KONTAKT**

Susanne Reinhart  
Ortsstraße 14  
96279 Weidhausen  
**Tel.** 0160 7506460; 09562 501546

Gisela Zaich  
**Tel.** 09261 92140

Unser Stammtisch trifft sich monatlich zum Austausch und zur Hilfestellung von MS-Betroffenen und deren Angehörigen in geselliger Runde.

### TREFFEN

Einmal im Monat, meistens am ersten Mittwoch im Monat von 17.00 Uhr bis 19.00 Uhr meistens im Café Seebühne auf dem Landesgartenschauengelände Kronach

### KONTAKT

Norbert Geiger  
Adolf-Kolping-Str. 5  
96317 Kronach

**Tel.** 0173 6830669

**E-Mail** [info.jungemsshilfegrkc@yahoo.com](mailto:info.jungemsshilfegrkc@yahoo.com)



## **Selbsthilfegruppe für Frauen mit Krebserkrankung**

- GEDANKENAUSTAUSCH
- INFORMATIONEN
- THEMENVORTRÄGE
- GEMEINSAME FREIZEITGESTALTUNG

In unserer Selbsthilfegruppe erfahren Sie, wie Sie mit Krebs leben können und wo Sie Unterstützung finden.

Sie können mit Betroffenen reden und sich ihre Erfahrungen zunutze machen.

### **TREFFEN**

Jeden ersten Donnerstag im Monat  
17.00 Uhr bis 19.00 Uhr  
im Caritashaus „In der Heimat wohnen“  
Hauptstr. 36  
96358 Teuschnitz

### **KONTAKT**

Hedwig Schnappauf  
Windberg 1  
96358 Teuschnitz  
**Tel.** 09268 6919  
**E-Mail** [hedwig.schnappauf@onlinehome.de](mailto:hedwig.schnappauf@onlinehome.de)

Die Gruppe ist offen für alle Rheumaformen (Arthrose rheumatoide Arthritis, Fibromyalgie, Osteoporose, Psoriasis Arthritis, Polyarthrosen...).

Rheuma kann jeden treffen, junge und alte Menschen, Frauen und Männer, Kinder und Erwachsene.

### **„Aktiv gegen den Rheumaschmerz“**

so lautet das Motto der Rheuma-gruppe Kronach.  
Werden Sie gegen Rheuma aktiv, je früher, umso besser.

Unser Ziel ist es, mit der Behinderung besser umgehen zu lernen.

Nutzen Sie unser Angebot:  
Trocken- und Warmwassergymnastik, Vorträge, Unternehmungen und gesellige Treffen.

### **Beratungsstunden**

Jeden 2. Dienstag im Monat (oder nach telefonsicher Vereinbarung)  
von 15.00 Uhr bis 17.00 Uhr in der Helios Frankenwaldklinik  
Zimmer 7 im 2. Stock,  
oberhalb der Onkologischen Praxis Dr. Anhut  
Friesener Str. 41  
96317 Kronach

### **KONTAKT**

Otto Degenbeck/Barbara Müller

**Tel.** 09261 9100075

**Fax** 09261 63166

**E-Mail** [rlg-kronach@t-online.de](mailto:rlg-kronach@t-online.de)

**Internet** [www.rheuma-liga-kronach.de](http://www.rheuma-liga-kronach.de)



**SELBSTHILFEGRUPPE  
DER ALKOHOLIKER IM LANDKREIS KRONACH**

**Selbsthilfegruppe  
der Alkoholiker im Landkreis Kronach**

Die Selbsthilfegruppe der Alkoholiker versteht sich als eine freiwillige, aus dem Selbsthilfegedanken entstandene, Gemeinschaft von ehemaligen und noch abhängigen Suchtkranken sowie ihren Angehörigen. Die Selbsthilfegruppe bietet allen, die mit Suchtmitteln Probleme haben, einen Weg an, sich selbst zu helfen. Selbstverständlich werden diese Gespräche vertraulich behandelt, denn die wichtigste Grundlage für eine wirkungsvolle Gruppenarbeit ist gegenseitiges Vertrauen und Mut zur Offenheit.

**TREFFEN**

Gruppenabend ist jeden Donnerstag von 19.00 bis 21.00 Uhr im Caritashaus, erster Stock „Blauer Saal“  
Adolf-Kolping-Str. 18  
96317 Kronach

**KONTAKT**

Reinhard und Gerlinde Kolb  
Geschwend 1  
96352 Wilhelmsthal  
**Tel.** 09260 963020  
**E-Mail** r.kolb59@yahoo.de

Bertram Schneider  
Neue Str. 19  
96352 Wilhelmsthal  
**Tel.** 09260 6080980; 0172 8429261  
**E-Mail** schneiderbertram68@gmail.com



### **AA Gruppe Kronach**

Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Frauen und Männern, die miteinander ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören. Die Gemeinschaft kennt keine Mitgliedsbeiträge oder Gebühren, sie erhält sich durch eigene Spenden. Unser Hauptziel ist, nüchtern zu bleiben und anderen Alkoholikern zur Nüchternheit zu verhelfen.

*Gott,  
gebe mir die Gelassenheit,  
Dinge hinzunehmen,  
die ich nicht ändern kann,  
den Mut, Dinge zu ändern,  
die ich ändern kann  
und die Weisheit,  
das eine vom anderen zu unterscheiden.*

### **TREFFEN**

Jeden Freitag von 19.30 – 21.30 Uhr  
Im BRK Seniorenhaus – Speisesaal  
Friesener Str. 57  
96317 Kronach

### **KONTAKT**

Peter  
**Tel.** 0157 71863358  
(auch per WhatsApp erreichbar)  
**E-Mail** peter.lkl.pn@gmail.com

### **KONTAKT FÜR ANGEHÖRIGE**

Angelika  
**Tel.** 09261 53211

## **Offener Gesprächskreis „Depressionen“**

Wir sind Männer und Frauen, die selbst unter Depressionen leiden. Durch regelmäßige Gruppengespräche versuchen wir, Menschen, die sich in einer depressiven Phase befinden, aufzufangen.

### ***Was können wir tun?***

- genau zuhören
- die Depression zulassen und nicht verdrängen, bis es nicht mehr geht
- über eigene Erfahrungen offen sprechen und diese weitergeben
- Selbstmitleid und Ängste abbauen
- Selbstvertrauen stärken

### ***Unsere ziele***

- Überwinden von Isolation und Einsamkeit
- willensstark werden
- sich selbst mögen, so wie man ist
- nicht 100%ig perfekt sein müssen
- wieder Freude am Leben haben

Durch ein persönliches Einzelgespräch mit den Kontaktpersonen wird der Zugang zur Gruppe erleichtert.

### **TREFFEN**

Jeden zweiten Mittwoch im Monat um 18.00 Uhr  
im Haus des BRK-Kreisverbandes  
Friesener Str. 46  
96317 Kronach

### **KONTAKT**

Barbara Bittermann  
**Tel.** 09261 3388

Monika Steinhauser  
**Tel.** 09261 94127

# selbsthilfegruppen sozialer bereich

## SELBSTHILFEGRUPPE „VIELERLEI“ FÜR MENSCHEN MIT KOMPLEXEN GEWALTERFAHRUNGEN

Wir sind eine Selbsthilfegruppe in Oberfranken für Menschen mit komplexen Gewalterfahrungen und einer daraus entstandenen dissoziativen Symptomatik.

Die Gruppenmitglieder möchten zusammen einen sicheren Ort für Austausch, Begegnung und Vernetzung von und für Betroffene gestalten.

Gegenseitiges voneinander lernen, uns gegenseitig empowern, Informationen teilen, uns miteinander und unseren Vernetzungspartnern solidarisieren, soziale Kontakte knüpfen und uns einmal nicht (so) anders fühlen, mit dem was uns (auch) ausmacht.

Wir sind eine Gruppe von Menschen, die trotz und wegen ihrer sehr individuellen und komplexen Gewalterfahrung etwas Gemeinsames und Stärkendes miteinander teilen und aufbauen.

### TREFFEN

Nach Terminplan

### KONTAKT

Susanne Werner  
Roßbachleite 6  
95346 Stadtsteinach  
**Tel.** 0160 1790533  
**E-Mail** [mailfuersusanne@gmail.com](mailto:mailfuersusanne@gmail.com)



## STERNENKINDER

### STERNENKINDER

*„Jedes Leben ist in der Tat ein Geschenk,  
egal wie kurz, egal wie zerbrechlich.*

*Jedes Leben ist ein Geschenk,  
welches für immer in unserem Herzen weiterleben wird.“*

*Hannah Lothrop*

Wir sind Eltern, deren Kinder vor, während oder kurz nach der Geburt verstorben sind und die sich in der schweren Zeit danach gegenseitig unterstützen möchten, um den Trauerprozess besser bewältigen zu können.

#### **Ziele**

Gemeinsam reden, um wieder positiv denken zu können, aber auch gemeinsam weinen und lachen  
Zusammenarbeit mit Klinikpersonal  
Öffentlichkeitsarbeit durch Information und Aufklärung

#### **TREFFEN**

Einmal im Monat in der Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen des Diakonischen Werkes Coburg e.V.

Kriegsopfersiedlung 7  
96317 Kronach

#### **KONTAKT**

Beim Diakonischen Werk:  
Michaela Wittmann

**Tel.** 09261 93299

#### **KONTAKT ZUR GRUPPE**

Anita Tischer

**Tel.** 09571 87952



## nicht fündig geworden?

Sollten Sie in der Auflistung der momentan bestehenden Selbsthilfegruppen keine gefunden haben, in der Sie sich mit Ihrer Krankheit oder Ihrem Problem angesprochen fühlen, wenden Sie sich an die Selbsthilfefeuerstützungsstelle. Wir sind gerne bereit, Ihnen bei der Suche nach einer geeigneten Gruppe in der näheren Umgebung zu helfen oder Sie beim Aufbau einer eigenen Gruppe zu unterstützen.

Außerdem gibt es für bestimmte Krankheiten und Problemlagen auch einzelne Ansprechpartner, an die wir Sie im Bedarfsfall gerne vermitteln können.

***Überregionale Hilfe erhalten Sie durch:***

### **Selbsthilfekoordination (SeKo) Bayern**

Träger: Verein Selbsthilfekontaktstellen Bayern e.V.

Handgasse 8

97080 Würzburg

**Tel.** 0931 20781640

**Fax** 0931 20781646

**E-Mail** [selbsthilfe@seko-bayern.de](mailto:selbsthilfe@seko-bayern.de)

**Internet** [www.seko-bayern.de](http://www.seko-bayern.de)

### **Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS)**

Otto-Suhr-Allee 115

10585 Berlin

**Tel.** 030 31018960

**E-Mail** [selbsthilfe@nakos.de](mailto:selbsthilfe@nakos.de)

**Internet** [www.nakos.de](http://www.nakos.de), [www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de](http://www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de)

### **LAG-Selbsthilfe**

Orleansplatz 3

81667 München

**Tel.** 089 4599240

**Fax** 089 45992413

## **Katholische Arbeitnehmerbewegung**

Die KAB berät in allen Fragen des Arbeits- und Sozialrechtes

**Arbeitsrecht:** Ob bei Kündigung, Abfindung, Arbeitszeugnis, Urlaub oder Weihnachtsgeld – ganz gleich mit welchem Anliegen Sie zu uns kommen, wir helfen Ihnen mit Rat und Tat. Auch bei einem Rechtsstreit steht Ihnen die KAB bei und vertritt Sie vor dem Arbeitsgericht.

**Sozialrecht:** Probleme mit der Krankenkasse, Pflegeversicherung, Schwerbehinderung, Unfallversicherung? Die KAB berät und unterstützt Sie in allen Fragen des Sozialrechtes und vertritt Sie vor dem Sozialgericht. Rentenansprüche können gestellt werden.

Außensprechstunde zu Fragen der Rente, jeden zweiten Donnerstag im Beratungshaus in Steinbach am Wald nach Vereinbarung. **Tel.** 09261 7155

### **KONTAKT**

Klosterstr. 17  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 52015

**Fax** 09261 52678

**E-Mail** [m.maehringer@kab-bamberg.de](mailto:m.maehringer@kab-bamberg.de); [m.gerstner@kab-bamberg.de](mailto:m.gerstner@kab-bamberg.de)

**Internet** [www.kab-bamberg.de](http://www.kab-bamberg.de)

## **Beratungsstelle für Arbeitslose Kulmbach**

Hilfe rund um die Themenbereiche Arbeit/Arbeitslosigkeit und die damit verbundenen Fragestellungen und Belastungen; Psychosoziale Probleme; Rechtliche Beratung (z.B. Alg I und Alg II); Unterstützung bei Bewerbungen; Vorbereitung von Vorstellungsgesprächen etc. Regelmäßige Außensprechstunden in Kronach.

### **KONTAKT**

Kronacher Str. 9  
95326 Kulmbach

**Tel.** 09221 4377

**Fax** 09221 947350

**E-Mail** [alo.beratung.kulmbach@t-online.de](mailto:alo.beratung.kulmbach@t-online.de)

**Internet** [www.arbeitnehmerpastoral-bamberg.de](http://www.arbeitnehmerpastoral-bamberg.de)

**Autismus-Kompetenzzentrum  
Oberfranken gGmbH**

Beratung, Information und Unterstützung von Menschen mit Autismus, deren Angehörigen und Bezugspersonen sowie Fachkräften.

**KONTAKT**

Weihersbach 20

96224 Burgkunstadt

**Tel.** 09572 609660

**Fax** 09572 6096616

**E-Mail** [info@autkom-ofr.de](mailto:info@autkom-ofr.de)

**Internet** [www.autkom-ofr.de](http://www.autkom-ofr.de)

**Beratungsstelle  
für Eltern und Angehörige von Menschen mit Behinderung  
der Lebenshilfe Kronach e.V.**

Beratung in Fragen zum Behindertenrecht, Sozialrecht und Erbrecht für Mitglieder des Vereines; Beratung zum Pflegeversicherungsgesetz.

**KONTAKT**

Beratungsstelle der Lebenshilfe Kronach

Stöhrstr. 17

96317 Kronach

**Tel.** 09261 950268

**E-Mail** [susanne.gerstner@lebenshilfe-kronach.de](mailto:susanne.gerstner@lebenshilfe-kronach.de)

**Internet** [www.lebenshilfe-kronach.de](http://www.lebenshilfe-kronach.de)



### **Beratungsstelle für Familien mit behinderten Angehörigen in Oberfranken**

Wir beraten Familien mit behinderten Angehörigen.  
Auch Familien mit chronischen Erkrankten können kommen.  
Alle aus Oberfranken können Fragen stellen.

- Beratung zu Behinderungen und Erkrankungen
- Hilfe bei Antragstellungen
- Hilfe bei Behördengängen
- Zusammenarbeit mit Anderen

Die Beratungsstelle ist barrierefrei.  
Wir besuchen auch zu Hause.  
Wir haben Schweige-Pflicht.  
Das Angebot kostet kein Geld.

#### **KONTAKT**

Beratungsstelle für Familien mit behinderten Angehörigen  
in Oberfranken

Paritätischer Wohlfahrtsverband Bezirksverband Oberfranken

Leibnizstraße 6  
95447 Bayreuth

**Tel.** 0921 9900873-30

**Fax** 0921 9900873-43

**E-Mail** oberfranken@paritaet-bayern.de

**Internet** www.paritaet-bayern.de

## **Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung – EUTB® Lichtenfels/Kronach**

Die Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung berät alle Menschen mit (drohender) Behinderung, Beeinträchtigung oder eingeschränkter Teilhabe sowie deren Angehörige.

***Der Mensch steht im Mittelpunkt***, das heißt – Jeder ratsuchende Mensch ist willkommen, egal mit welcher Beeinträchtigung, egal wie alt er ist, egal mit welcher Frage der Teilhabe!

Die Beratung kostet kein Geld und ist vertraulich, das heißt – wir sagen nichts weiter!

Sie ist praktisch und unkompliziert, das heißt – wir haben genug Zeit alles zu erklären!

Sie berät unabhängig von Einrichtungen, die Leistungen erbringen oder bezahlen, das heißt

– Ihre Bedürfnisse und Interessen sind entscheidend!

Sie fördert das Prinzip „Betroffene helfen Betroffenen“, das heißt – Menschen mit ähnlichen Erfahrungen helfen einander!

Sie findet heraus, was für Sie wichtig ist und welche Möglichkeiten es für Sie gibt. Sie entscheiden dabei selbst, was Sie machen wollen!

Sie arbeitet mit anderen Beratungsstellen partnerschaftlich zusammen.

### **KONTAKT**

Johannes Gilbert

**E-Mail** [johannes.gilbert@eutb-omf.de](mailto:johannes.gilbert@eutb-omf.de)

**Internet** [www.eutb-omf.de](http://www.eutb-omf.de)

EUTB® Lichtenfels  
Bamberger Straße 40a  
96215 Lichtenfels  
**Tel.** 09571 9493512

EUTB® Kronach  
Rosenau 20  
96317 Kronach  
**Tel.** 09261 9643536

## **Integrationsfachdienst Oberfranken gGmbH Dienststelle Coburg**

Integrationsfachdienste können zur Teilhabe schwerbehinderter Menschen am Arbeitsleben beteiligt werden (§193 SGB IX). Die Integrationsfachdienste werden im Auftrag der Inklusionsämter oder der Rehabilitationsträger tätig.

### **KONTAKT**

Callenberger Straße 21N  
96450 Coburg

**Tel.** 09561 234806 **Fax** 09561 234808

**E-Mail** [coburg@ifd-oberfranken.de](mailto:coburg@ifd-oberfranken.de)

**Internet** [www.ifd-oberfranken.de](http://www.ifd-oberfranken.de)

## **Informations- und Servicestelle für Menschen mit Hörbehinderung in Oberfranken (ISSO)**

Mit dem lebensweltorientierten Ansatz ist die ISSO die zentrale Anlaufstelle für hörgeschädigte Menschen.

Der Schwerpunkt der Arbeit liegt in der Beratung, Information, Vermittlung und Begleitung. Neben dem Angebot von regelmäßigen Beratungsterminen können auch individuelle Termine in Form von Haus- und Betriebsbesuchen vereinbart werden. Die Mitarbeiterinnen sind mit dem unterschiedlichen Kommunikationsformen für Menschen mit Hörbehinderung, wie Gebärdensprache und dem Lorm-Alphabet vertraut. Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der Netzwerkarbeit und der Aufklärung des Sozialraumes zu den Themen rund um die Hörbehinderung und Hörsehbehinderung. Neben den Betroffenen beraten wir auch das soziale und berufliche Umfeld.

### **KONTAKT**

Leibnizstr. 6  
95447 Bayreuth

**Tel.** 0921 9900873-31 **Fax** 0921 9900873-43

**E-Mail** [isso@paritaet-bayern.de](mailto:isso@paritaet-bayern.de)

**Internet** [www.paritaet-bayern.de](http://www.paritaet-bayern.de)

### **Betreuungsstelle für Volljährige des Landratsamtes Kronach**

Mitwirkung in Verfahren, in denen das Amtsgericht – Betreuungsgericht - über die Bestellung einer Betreuerin oder eines Betreuers zur gesetzlichen Vertretung zu entscheiden hat.

Information und Beratung über allgemeine betreuungsrechtliche Fragen, insbesondere über eine Vorsorgevollmacht und über andere Hilfen, bei denen kein Betreuer bestellt wird.

Beglaubigung von Vorsorgevollmachten

#### **KONTAKT**

Landratsamt Kronach

Güterstr. 18

96317 Kronach

**Tel.** 09261 678-431 oder 09261 678-303

**Fax** 09261 678-458

**E-Mail** [claudia.schedel-moeller@lra-kc.bayern.de](mailto:claudia.schedel-moeller@lra-kc.bayern.de) oder  
[sandra.mueller@lra-kc.bayern.de](mailto:sandra.mueller@lra-kc.bayern.de)

**Internet** [www.landkreis-kronach.de](http://www.landkreis-kronach.de)

### **Betreuungsverein des Diakonischen Werkes der Ev.-Luth. Dekanatsbezirke Kronach-Ludwigsstadt/Michelau e.V.**

Führen von gesetzlichen Betreuungen nach dem Betreuungsgesetz, Beratung ehrenamtlicher gesetzlicher Betreuerinnen und Betreuer, Informationen zur Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

#### **KONTAKT**

Rodacher Str. 15

96317 Kronach

**Tel.** 09261 620811

**Fax** 09261 620894

**E-Mail** [Betreuungsverein@diakonie-klm.de](mailto:Betreuungsverein@diakonie-klm.de)

**Internet** [www.diakonie-klm.de](http://www.diakonie-klm.de)

## **Betreuungsverein des Sozialdienstes katholischer Frauen e.V.**

- Führen von rechtlichen Betreuungen nach dem Betreuungsgesetz
- Beratung ehrenamtlicher gesetzlicher Betreuer
- Persönliche Gespräche und Information zu den Aufgaben eines gesetzlichen Betreuers (z.B. Informationen zur Heimunterbringung, Unterstützung bei Antragstellungen, Pflichten eines Betreuers, Abfassen von Berichten u.a.)
- Weiterführende Informationen und Fortbildungen
- Informationen zur Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Jeder Mensch kann durch die Folgen eines Unfalls, einer Krankheit oder altersbedingt, seine persönliche Handlungs- und Entscheidungsfähigkeit verlieren.

Keiner möchte dann auf eine rechtliche Betreuung angewiesen sein.

Daher sollte man rechtzeitig seine persönlichen Wünsche formulieren und festlegen, wer diese Interessen vertreten soll.

Dazu bieten wir:

- Vorträge zur Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung für Gruppen jeglicher Art und jeden Alters
- Individuelle Gespräche zur Information

Entsprechendes Informationsmaterial ist ebenfalls beim Betreuungsverein erhältlich.

### **KONTAKT**

Andreas-Limmer-Str. 5  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 20621

**E-Mail** [skf-kronach@t-online.de](mailto:skf-kronach@t-online.de)

**Internet** [www.skf-kronach.de](http://www.skf-kronach.de)

## **Psychologische Beratung bei Ehe- und Partnerschafts-, Familien- und Lebensfragen**

Wir sind für Sie da

- wenn Sie in Ihrer Ehe oder Partnerschaft unglücklich sind
- wenn Sie im Zusammenhang mit Trennung und Scheidung nicht mehr weiter wissen
- wenn Spannungen und Streit Ihre Familie belasten und bei Generationskonflikten
- wenn Sie sich in einer schwierigen Lebenssituation oder in einer Lebenskrise befinden
- wenn Sie Sinn und Neuorientierung suchen
- wenn Sie ein Thema beschäftigt, über das Sie mit jemandem sprechen möchten

### **KONTAKT**

Adolf-Kolping-Str. 18

96317 Kronach

**Tel.** 09261 605620

**E-Mail** efl.kronach@erzbistum-bamberg.de

**Internet** [www.psychologische-beratung.erzbistum-bamberg.de](http://www.psychologische-beratung.erzbistum-bamberg.de)

## **Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Familien im Landkreis Kronach des Caritasverbandes und des Diakonischen Werkes**

Fragen zur Entwicklung und Erziehung,  
Fragen zur Gestaltung von Familie und Partnerschaft,  
Bewältigung von Trennung und Scheidung für Eltern und Kinder.

### **KONTAKT**

Klosterstr. 3

96317 Kronach

**Tel.** 09261 93730      **Fax** 09261 53320

**E-Mail** [info@eb-kronach.de](mailto:info@eb-kronach.de)

**Internet** [www.caritas-kronach.de](http://www.caritas-kronach.de) und [www.diakonie-kronach.de](http://www.diakonie-kronach.de)

## Familienbildung der katholischen Erwachsenenbildung im Landkreis Kronach e.V.

Angebote zur Gestaltung des Erziehungsalltags;  
Kursangebote zu unterschiedlichen Bereichen der Familien- und  
Erwachsenenbildung;  
Unterstützung und Begleitung neuer und bestehender Eltern-Kind-  
Gruppen.

### KONTAKT

Klosterstr. 1

**Tel.** 09261 61767

**Fax** 09261 6176

**E-Mail** [keb.siebenhaar@gmx.de](mailto:keb.siebenhaar@gmx.de)

**Internet** [www.keb-kronach.de](http://www.keb-kronach.de)

## Mehrgenerationenhaus des BRK Kreisverbandes Kronach

Offene Begegnungen;  
Miteinander der Generationen;  
Angebote für Kinder, Erwachsene und Senioren

### KONTAKT

MGH Kronach

Friesener Str. 57

96317 Kronach

**Tel.** 09261 6072906

**E-Mail** [mgh@kvkronach.brk.de](mailto:mgh@kvkronach.brk.de)

**Internet** [www.brk-kronach.de](http://www.brk-kronach.de)

Standort Buchbach

Laurentiusstr. 17

96361 Steinbach am Wald

**Tel.** 09261 6072906

**E-Mail** [mgh@kvkronach.brk.de](mailto:mgh@kvkronach.brk.de)

**Internet** [www.brk-kronach.de](http://www.brk-kronach.de)

### **Beratungsstelle Frauennotruf Coburg**

Träger: Verein „Keine Gewalt gegen Frauen e.V.“

Beratung und Unterstützung von Betroffenen, Angehörigen und Fachpersonal im Kontext von sexueller, körperlicher und /oder psychischer Gewalt gegen Frauen und Kinder.

Termine sind auch im Beratungshaus Steinbach am Wald möglich und zwar immer am

1. Montag im Monat 14 -18.00 Uhr

3. Montag im Monat 09 -13.00 Uhr nach vorheriger Anmeldung

#### **KONTAKT**

Mohrenstr. 15

96450 Coburg

**Tel.** 09561 90155

**E-Mail** [info@frauennotruf-coburg.de](mailto:info@frauennotruf-coburg.de)

**Internet** [www.frauennotruf-coburg.de](http://www.frauennotruf-coburg.de)

### **Bundesweites Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen**

**Tel.** 0800 116016 (kostenfrei)

### **Frauenhaus Coburg**

Schutz und Hilfe für gewaltbetroffene, bedrohte und misshandelte Frauen und deren Kinder.

#### **KONTAKT**

Postfach 3201

96421 Coburg

**Tel.** 09561 861796

**E-Mail** [info@frauenhaus-coburg.de](mailto:info@frauenhaus-coburg.de)

**Internet** [www.frauenhaus-coburg.de](http://www.frauenhaus-coburg.de)



**O H O OpferHilfe Oberfranken  
Gemeinnütziger Verein zur Vorbeugung gegen Straftaten  
und Hilfe für Opfer von Straftaten e. V.**

Wir bieten über unsere Hotline (0171 30 32 827) direkte Hilfestellung am Telefon. Gemeinsam klären wir Problemfolgen ab und zeigen erste Schritte zur Problembewältigung auf.

Wir möchten Betroffene von Gewalt- und Straftaten dazu ermutigen, sich vertrauensvoll an uns zu wenden und ihnen so den Weg zu professionellen Einrichtungen und konkreter Hilfe vor Ort ermöglichen.

Wir unterstützen bei allen Formen von Gewalt, insbesondere:

- Häusliche Gewalt (psychische, physische und sexualisierte Gewaltakte innerhalb und außerhalb von Beziehungen oder Familien ).
- Stalking
- Mobbing
- digitale Gewalt
- Zwangsheirat
- Gewalt im Namen der Ehre
- Frauenhandel
- Gewalt im Rahmen von Prostitution
- sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz/im öffentlichen bzw. digitalen Raum
- spezielle Gewaltkontexte wie z.B. in Pflegesituationen
- Identitätsdiebstahl

Und vieles mehr

**KONTAKT**

1. Vorsitzender  
Alfons Hrubesch  
Am Steigweg 4  
96274 Itzgrund

**E-Mail** [alfonshrubesch@gmail.com](mailto:alfonshrubesch@gmail.com)

**Tel.** 0171 3032827

**Fax** 09225 9589412

**E-Mail** [info@OpferHilfe-Oberfranken.de](mailto:info@OpferHilfe-Oberfranken.de)

**Internet** [www.opferhilfe-oberfranken.de](http://www.opferhilfe-oberfranken.de)

Post- bzw. Büroanschrift

Susanne Werner

Schriftführerin

Roßbachleite 6

96346 Stadtsteinach

**E-Mail** [mailfuersusanne@gmail.com](mailto:mailfuersusanne@gmail.com)

**WEISSER RING  
Außenstelle Kronach**

Persönlicher Beistand und Betreuung von Opfern und Betroffenen nach einer Straftat;

Finanzielle Unterstützung bei materiellen Notlagen in Zusammenhang mit der Straftat;

Beratungsschecks für Anwalt;

Psychiatrische Hilfe;

Hilfe bei der Bewältigung der Tatfolgen mittel- und langfristig;

Begleitung zu Gerichten und Ämtern

**KONTAKT**

**Tel.** 09263 975910

**E-Mail** wr-kronach@t-online.de

**Internet** www.weisser-ring.de



## **Gleichstellungsstelle des Landkreises Kronach**

Beratung in besonderen Lebenssituationen sowie  
gleichstellungsrelevanten Fragen;  
Aufgreifen von Tabuthemen;  
Vereinbarkeit von Beruf und Familie;  
Informationsveranstaltungen;  
Vernetzung;  
Vollzug des Bayerischen Gleichstellungsgesetzes

### **KONTAKT**

Güterstr. 18  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 678335

**E-Mail** [lisa.gratzke@lra-kc.bayern.de](mailto:lisa.gratzke@lra-kc.bayern.de)

**Internet** [www.landkreis-kronach.de](http://www.landkreis-kronach.de)

### **Kreisjugendamt Kronach**

Das Aufgabenspektrum reicht von der Organisation einer qualitätsvollen Kinderbetreuung über die Erziehungsberatung und den Schutz des Kindeswohls bis hin zur Förderung von Angeboten für Jugendliche und zur Schaffung einer kinder- und familienfreundlichen Umwelt.

Das Jugendamt ist eine zentrale Anlaufstelle für Familien in schwierigen Lebenslagen. Insbesondere Kinder und Jugendliche können sich an das Jugendamt wenden, wenn sie Probleme haben oder in Notsituationen sind.

Mehr unter: [www.unterstuetzung-die-ankommt.de](http://www.unterstuetzung-die-ankommt.de)

#### **KONTAKT**

Güterstr. 18

96317 Kronach

**Tel.** 09261 678267

**Fax** 09261 678457

**E-Mail** [poststelle@lra-kc.bayern.de](mailto:poststelle@lra-kc.bayern.de)

**Internet** [www.landkreis-kronach.de](http://www.landkreis-kronach.de)

### **Koordinierende Kinderschutzstelle (KoKi)**

Die Koordinierende Kinderschutzstelle (KoKi) ist Ansprechpartner für Eltern, Alleinerziehende und junge Mütter mit Kindern bis zu 3 Jahren. Sie berät und unterstützt in Belastungssituationen, um frühzeitig Hilfestellung zu geben, bevor es zu einer Krise in der Familie kommt.

#### **KONTAKT**

Güterstr. 18

96317 Kronach

**Tel.** 09261 678342

**Fax** 09261 678457

**E-Mail** [franziska.neumann@lra-kc.bayern.de](mailto:franziska.neumann@lra-kc.bayern.de)

**Internet** [www.landkreis-kronach.de](http://www.landkreis-kronach.de)

## **Kinderbetreuungsdienst**

Der Kinderbetreuungsdienst unterstützt Familien und Eltern, insbesondere auch Alleinerziehende.

Nicht immer sind Großeltern oder Verwandte, Freunde oder Nachbarn in erreichbarer Nähe, die in dringenden Fällen eine Kinderbetreuung übernehmen können.

Gemeinsam mit dem Caritasverband des Landkreises Kronach e.V. vermittelt die Gleichstellungsstelle die Kinderbetreuungen.

### **KONTAKT**

Caritasverband Kronach  
Adolf-Kolping-Str. 18  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 605620

**Fax** 09261 605650

**E-Mail** [soziale-beratung@caritas-kronach.de](mailto:soziale-beratung@caritas-kronach.de)

**Internet** [www.caritas-kronach.de](http://www.caritas-kronach.de)

Landratsamt Kronach  
Gleichstellungsstelle  
Güterstr. 18  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 678335

**E-Mail** [lisa.gratzke@lra-kc.bayern.de](mailto:lisa.gratzke@lra-kc.bayern.de)

**Internet** [www.landkreis-kronach.de](http://www.landkreis-kronach.de)

## **Flüchtlings- und Integrationsberatung (FIB)**

**Zielgruppe:** bleibeberechtigte Menschen mit Migrationshintergrund, Asylbewerber, geduldete Flüchtlinge, Familienangehörige

**Angebot:** Information und Beratung in asyl- und aufenthaltsrechtlichen Fragen, Hilfestellungen zur Bewältigung des Alltags, Mittlerfunktion zu den Behörden, Förderung des gegenseitigen Verständnisses.

### **KONTAKT**

Beratungszentrum  
Rodacher Str. 15  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 620871

**Fax** 09261 620894

**E-Mail** [weickert@diakonie-klm.de](mailto:weickert@diakonie-klm.de), [jonas@diakonie-klm.de](mailto:jonas@diakonie-klm.de)

**Internet** [www.diakonie-klm.de](http://www.diakonie-klm.de)

## **Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)**

**Zielgruppe:** anerkannte Flüchtlinge, Deutsche mit Migrationshintergrund, EU-Bürger, ausländische Mitbürger und Familienangehörige

**Angebot:** Orientierungshilfe im neuen Lebensumfeld, Förderung und Begleitung des Integrationsprozesses, Unterstützung bei der beruflichen Neuorientierung

### **KONTAKT**

Beratungszentrum  
Rodacher Str. 15  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 620871

**E-Mail** [jonas@diakonie-klm.de](mailto:jonas@diakonie-klm.de); [j.mueller@diakonie-klm.de](mailto:j.mueller@diakonie-klm.de)

**Internet** [www.diakonie-klm.de](http://www.diakonie-klm.de)

## **Jugendmigrationsdienst Oberfranken-West, Außenstelle Kronach**

Wir helfen jungen Menschen mit Migrationshintergrund im Alter von 12-27 Jahren.

Wir unterstützen bei allen Fragen der Integration, z.B. bei Fragen zu Schule, Schulabschlüssen, Ausbildung, Beruf, Deutschkursen und finanzieller Sicherung.

Auch bei Behördenkontakten, der Anerkennung ausländischer Abschlüsse und dem Hochschulzugang helfen wir.

Gemeinsam mit den jugendlichen Migranten/-innen und ihren Familienangehörigen suchen wir – je nach Problemlage – nach individuell passenden Lösungen.

### ***Sprechzeit in Kronach:***

jeden Montag,  
Terminanfragen gerne unter Mail und Mobilnummer

Unser Angebot erklärt in leichter Sprache:

[https://www.jugendmigrationsdienste.de/fileadmin/media/jmd-visitenkarten/579/CHRISTENN\\_JMD-leichte Sprache.pdf](https://www.jugendmigrationsdienste.de/fileadmin/media/jmd-visitenkarten/579/CHRISTENN_JMD-leichte Sprache.pdf)

### **KONTAKT**

Klosterstr. 17  
96317 Kronach

**Tel.** 0176 25287354

**Fax** 0951 8685815

**E-Mail** [j.christenn@skf-bamberg.de](mailto:j.christenn@skf-bamberg.de)

**Internet** [www.skf-bamberg.de](http://www.skf-bamberg.de)

**Fachdienste  
für seelische Gesundheit,  
Arbeiterwohlfahrt  
Bezirksverband Ober- und Mittelfranken e.V.**

Die **AWO Fachdienste für seelische Gesundheit Kronach - Lichtenfels** stehen für ein vielfältiges Beratungs- und Unterstützungsangebot für erwachsene Menschen mit psychischen Erkrankungen und/oder seelischen Notlagen und deren Angehörige.

Unser **Sozialpsychiatrischer Dienst** ist eine Beratungsstelle mit einem erfahrenen therapeutischen Team, das Ihnen kostenfrei und ohne Antragstellung Gespräche in seelischen Notlagen und/oder psychischen Erkrankungen in Kronach und Lichtenfels anbietet.

Unsere **Gerontopsychiatrische Beratung** richtet sich an Menschen ab 65 Jahren mit emotionalen Problemen und psychischen Erkrankungen und deren Angehörige.

Die **Soziotherapie** ist eine begleitende Unterstützung und dient der Motivation und Anleitung psychisch kranker Menschen.

Unser **Ambulant Begleitetes Wohnen** entlastet Menschen in persönlichen Gesprächen und hilft in verschiedensten Lebensbereichen. Ziel ist, Ihnen ein selbstständiges, würdevolles Leben innerhalb der eigenen vier Wände zu ermöglichen.

Die Begegnungsstätten in Kronach und Lichtenfels bieten Ihnen die Möglichkeit zur Begegnung und zum Austausch und zur Begegnung mit Ihren Mitmenschen.

Der Einsatz unseres **Therapiebegleithundes „Oscar“** im Bereich Beratung und Ambulant Begleitetes Einzelwohnen kann Ihnen helfen, Ihre Ängste zu überwinden, Ihre Grenzen wahrzunehmen, sich selbst zu behaupten, Ihr Selbstwertgefühl zu steigern und wieder Freude erleben zu können.



Das Ziel der ***Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung EUTB*** ist, Menschen mit Behinderung zu unterstützen, gleichberechtigt am Leben in der Gesellschaft teilhaben zu können.

### KONTAKT

Beratungsstelle in Kronach:  
Schwedenstr. 2  
96317 Kronach

Beratungsstelle in Lichtenfels:  
Bamberger Str. 40a  
96215 Lichtenfels

**Tel.** 09261 3055

**Fax** 09261 53711

**E-Mail** [spdi.kronach@awo-omf.de](mailto:spdi.kronach@awo-omf.de)

**Internet** [www.awo-fachdienste-lichtenfels.de](http://www.awo-fachdienste-lichtenfels.de)

**Internet** [www.awo-fachdienste-kronach.de](http://www.awo-fachdienste-kronach.de)

## **Schuldner- und Insolvenzberatung**

Die Schuldner- und Insolvenzberatung des Caritasverbandes für die Stadt und den Landkreis Coburg e.V. ist darüber hinaus für den Landkreis Kronach zuständig und wendet sich an Personen mit Zahlungsschwierigkeiten, denen Überschuldung droht oder die bereits überschuldet sind.

### ***Was können wir leisten?***

- Analyse der individuellen Situation
- Aufstellen eines Entschuldungsplans
- Unterstützung bei Verhandlungen mit Gläubigern
- Existenzsichernde Maßnahmen
- Abwehr unberechtigter Ansprüche, gegebenenfalls Vermittlung an einen Anwalt
- Aufarbeitung der Verschuldungsgeschichte
- Pädagogisch-präventive Beratung
- Beratung und Unterstützung Pfändungsschutz
- Beratung und Unterstützung bei der Vorbereitung eines Verbraucherinsolvenzverfahrens

### ***Was können wir nicht leisten?***

- Wir können keine Kredite vermitteln
- Wir können Sie nicht vor Gericht vertreten

## **KONTAKT**

Caritasverband für die Stadt und den Landkreis Coburg e.V.

Diplom Sozialpädagogin Ursula Mintzlauff

**Tel.** 09561 814432

**E-Mail** schuldnerberatung@caritas-coburg.de

**Internet** www.caritas-coburg.de

### ***Jeden Dienstag Sprechstunden in der Außenstelle:***

Geschäftsstelle des Caritasverbandes für den Landkreis Kronach e.V.

Adolf-Kolping-Str. 18, 96317 Kronach

8.30 Uhr bis 11.30 Uhr nach Terminvereinbarung

12.00 Uhr bis 14.00 Uhr offene Sprechstunde (ohne Terminvereinbarung)

14.00 Uhr bis 15.30 Uhr nach Terminvereinbarung

## **SCHWANGERSCHAFT**

### **Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen des Diakonischen Werkes Coburg**

Beratung und Information zu allen Fragen bezüglich Schwangerschaft, finanziellen Hilfen (z.B. Landesstiftung, Elterngeld), zu ungewollter Schwangerschaft, Geburt, Krisen nach Geburt und zur Entwicklung und Erziehung des Kindes bis zum 3. Lebensjahr

#### **KONTAKT**

Kriegsopfersiedlung 7, 96317 Kronach

**Tel.** 09261 93299      **Fax** 09261 627871

**E-Mail** schwangerenberatung\_kronach@diakonie-coburg.org

**Internet** www.diakonie-coburg.de

### **Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen beim Landratsamt Kronach**

- Informationen und praktische Hilfestellung zu allen Themen rund um die Schwangerschaft
- Beratungen nach § 219a StGB
- Vermittlung von finanziellen Hilfen durch die "Landesstiftung Hilfe für Mutter und Kind"
- Beratung zur Vertraulichen Geburt
- psychosoziale Beratung vor, während und nach pränataldiagnostischen Untersuchungen
- Beratung bei Fragen zur Sexualität, Familienplanung und Verhütung
- Beratung bei Kinderwunsch
- Beratung und Betreuung bis zum 3. Lebensjahr des Kindes
- Sexualpädagogik

#### **KONTAKT**

Landratsamt Kronach - Gesundheitsamt

Güterstr. 18, 96317 Kronach

**Tel.** 09261 678387 oder 09261 678388

**E-Mail** schwangerenberatung@lra-kc.bayern.de

angela.stobrawe@lra-kc.bayern.de oder ursula.geiger@lra-kc.bayern.de

## **Quartiersmanagement – Caritas Stützpunkt „In der Heimat wohnen“**

„In der Heimat wohnen“ ermöglicht ein sicheres und selbstbestimmtes Leben in der Heimat für Jung & Alt, für Menschen mit und ohne Behinderung in einer lebendigen Nachbarschaft. Neben 8 barrierefreien Wohnungen verfügt der Stützpunkt über einen Gemeinschaftsraum mit Gemeinschaftsküche und einem Büro für das Quartiersmanagement.

### ***Es finden regelmäßige Veranstaltungen im Gemeinschaftsraum statt:***

- Mittagstisch
- Marktcafé
- Strickstammtisch
- Treffen von Selbsthilfegruppen
- Vorträge zu verschiedenen Themen

### ***Das Quartiermanagement bietet zu folgenden Themen unabhängige und kostenfreie Beratungen an:***

- Patientenverfügung
  - Vorsorgevollmacht
  - Betreuungsverfügung
  - Pflegegradbeantragung
  - Schwerbehindertenausweis
  - Vermittlung von weiteren Hilfen
- Das Angebot richtet sich an alle Bürgerinnen und Bürger der Verwaltungsgemeinschaft Teuschnitz.

### **KONTAKT**

Janet Januszewski  
Hauptstr. 36  
96358 Teuschnitz

**Tel.** 09268 9139017

**Fax** 09261 605650

**E-Mail** janet.januszewski@caritas-kronach.de

**Internet** www.caritas-kronach.de

## **Flexible Altenhilfe – Gemeindeschwestern Teuschnitz**

Das Modellprojekt „Flexible Altenhilfe – Gemeindeschwestern Teuschnitz“ ist angegliedert an den Caritasstützpunkt „In der Heimat wohnen – Teuschnitz“ und wird gefördert durch das Bayerische Landesamt für Pflege.

Die Gemeindeschwestern sind Ansprechpartner für Ihre persönlichen Anliegen. In einem gemeinsamen Gespräch werden konkrete Ziele festgelegt und individuelle Lösungen entwickelt.

### ***Unsere Beratungsleistungen:***

- Die Gemeindeschwestern hören zu, organisieren, unterstützen, ...
- Sie kennen Möglichkeiten, die Ihren Alltag erleichtern können, wie z.B. Freizeitangebote, Nachbarschaftshilfen, ehrenamtliches Engagement oder professionelle Angebote.
- Sie stellen auf Wunsch passende Kontakte her und entwickeln bei Bedarf neue Angebote.

Das Ziel der Gemeindeschwestern ist, Ihr tägliches Leben besser zu strukturieren und damit mehr Lebensqualität zu gewinnen.

Die Gemeindeschwestern kommen gerne zu Ihnen nach Hause.

Beratungstermine finden nach Vereinbarung statt. Die Beratung ist unabhängig und kostenfrei. Sie richtet sich an alle Bürgerinnen und Bürger der Verwaltungsgemeinschaft Teuschnitz.

### **KONTAKT**

Lena Engelhardt und Janet Januszewski

Hauptstr. 36

96358 Teuschnitz

**Tel.** 09268 9139017

**Fax** 09261 605650

**E-Mail** [in-der-heimat-wohnen@caritas-kronach.de](mailto:in-der-heimat-wohnen@caritas-kronach.de)

**Internet** [www.caritas-kronach.de](http://www.caritas-kronach.de)

### **Seniorenbeirat der Stadt Kronach**

Vertretung der besonderen Belange der älteren Bewohnerinnen und Bewohner Kronachs; Ansprechpartner für Stadtrat, Stadtverwaltung, Vereine und Verbände; Mitwirkung bei Planungen und Maßnahmen, die ältere Bürgerinnen und Bürger betreffen.

#### **KONTAKT**

Stadt Kronach

Marktplatz 5

96317 Kronach

**Tel.** 09261 97204

**Fax** 09261 97325

**E-Mail** joerg.schnappauf@stadt-kronach.de

**Internet** www.kronach.de

### **Senioren-gemeinschaft Kronach Stadt und Land e.V.**

Selbsthilfegemeinschaft zur gegenseitigen unkomplizierten Unterstützung mit alltäglichen Hilfen für ältere und hilfsbedürftige Menschen im nahen Umfeld. Hierdurch wird ein selbstbestimmtes Älterwerden mit Verbleib in vertrauter Umgebung ermöglicht.

#### **KONTAKT**

Bianca Fischer-Kilian

Dennig 4

96317 Kronach-Friesen

**Tel.** 09261 9100115

**Fax** 09261 9100116

**E-Mail** info@senioren-gemeinschaft-kronach.de

**Internet** www.senioren-gemeinschaft-kronach.de

### **Allgemeine Soziale Beratungsstelle des Caritasverbandes für den Landkreis Kronach e.V.**

Beratung für Menschen mit persönlichen und sozialen Problemen, bei wirtschaftlichen Notsituationen, bei Erholungs- und Kurbedürftigkeit. Nach Voranmeldung auch Außensprechstunden im Beratungshaus in Steinbach am Wald.

#### **KONTAKT**

Adolf-Kolping-Str. 18  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 605620

**Fax** 09261 605650

**E-Mail** soziale-beratung@caritas-kronach.de

**Internet** www.caritas-kronach.de

### **Beratungsstelle der Kirchlichen Allgemeinen Sozialarbeit (KASA) des Diakonischen Werkes Ev. Luth. Dekanatsbezirke Kronach-Ludwigsstadt/Michelau e.V.**

- Beratung für Hilfesuchende mit unterschiedlichen Problemlagen
- Vermittlung von Mutterkuren, Mutter- bzw. Vater-Kind-Kuren
- Unterstützung für Alleinerziehende
- Koordinationsstelle für Senioren und Seniorinnen im Landkreis
- Soziale Projekte
- Suppenküche mit Kaffee-Sorgenfrei
- Wärmestube

#### **KONTAKT**

Rodacher Str. 15  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 620845

**Fax** 09261 620894

**E-Mail** brauer@diakonie-klm.de

**Internet** www.diakonie-klm.de

## **Allgemeine Soziale Beratung des Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Kronach**

Die allgemeine soziale Beratung versteht sich als ein Angebot an Frauen und Männer, die Rat und Hilfe in sozialen, familiären, persönlichen und finanziellen Problemlagen suchen.

### ***Wir informieren und beraten Sie insbesondere:***

- bei Fragen zu Sozialleistungen und deren Anspruchsvoraussetzungen
- bei Behördenangelegenheiten und Antragstellungen
- bei Problemen in der Partnerschaft und Familie
- bei Existenzsorgen und finanziellen Schwierigkeiten
- in Krisensituationen wie Trennung, Krankheit und Arbeitslosigkeit

Falls erforderlich vermitteln wir Sie an geeignete Fachdienste und Einrichtungen weiter.

Selbstverständlich ist dieses Angebot vertraulich, kostenlos und unabhängig von Konfession und Nationalität.

Termine nach telefonischer Vereinbarung.

### **KONTAKT**

Andreas-Limmer-Str. 5  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 20621

**E-Mail** [skf-kronach@t-online.de](mailto:skf-kronach@t-online.de)

**Internet** [www.skf-kronach.de](http://www.skf-kronach.de)



## **Hospizverein Kronach e.V.**

Die Ausrichtung der Hospizarbeit ist unabhängig von Konfession und Nationalität. Wir arbeiten ehrenamtlich. Beratung und Begleitung sind kostenlos und vertraulich.

### ***Unsere Angebote:***

- Begleitung von Schwerstkranken und Sterbenden in ihrer gewohnten Umgebung oder stationären Einrichtungen
- Entlastung und Begleitung von Familienangehörigen und Zugehörigen
- Hospizbegleitung von Kindern, die unheilbar erkrankt sind
- Informationsgespräche/Beratung zur Erstellung einer Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- Trauerbegleitung: Einzelgespräche, Trauergruppe „Brücke“ für Erwachsene, Trauergruppe „Horizont“ für Kindern, Offener Gesprächskreis → offenes Treffen, um mit anderen Betroffenen Kontakt aufnehmen zu können
- Hospiz-Cafe'chen: Möglichkeit, sich über die Angebote/Arbeit des Vereins zu informieren

Informationsveranstaltungen/Projekte für Einrichtungen, Vereine und Schulen zur Hospizarbeit, z.B. Letzte-Hilfe-Kurse, Hospiz geht in die Schule

### **KONTAKT**

Lucas-Cranach-Str. 10  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 52367 oder 0160 5509952

**Fax** 09261 530403

**E-Mail** [info@hospizverein-kronach.de](mailto:info@hospizverein-kronach.de)

**Internet** [www.hospizverein-kronach.de](http://www.hospizverein-kronach.de)

### **Suchtberatungsstelle des Diakonischen Werkes e.V.**

Beratung für Suchtkranke und Suchtgefährdete, sowie deren Angehörige und Freunde.

#### **KONTAKT**

Kriegsopfersiedlung 7  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 93299

**Fax** 09261 627871

**E-Mail** suchtberatung\_kronach@diakonie-coburg.org

**Internet** www.diakonie-coburg.de

### **Blaukreuz-Zentrum Coburg/Außenstelle Kronach**

**Zielgruppe/Angebote für chronisch Abhängige ab 18 Jahren, die:**

- Schwierigkeiten bei den verschiedenen Alltagsanforderungen erleben
- Stabilisierung nach einer Leistung zur medizinischen Rehabilitation bzw. einer stationären Entwöhnungstherapie benötigen
- mehrere erfolglose Entwöhnungsbehandlungen hinter sich haben

**sowie Abhängigkeitskranke, bei denen:**

- stationäre oder ambulante Entwöhnungsbehandlungen nicht möglich sind (zum Beispiel wegen fehlender Struktur und Stabilität)
- eine sozialtherapeutische Wohnform noch zu umgehen ist

**wir unterstützen Sie bei:**

- finanzielle Sicherung Ihres Lebensunterhaltes
- Suche oder Erhalt des Arbeitsplatzes
- Abstinenz-Motivation sowie Rückfallvorbeugung und Rückfallaufarbeitung
- praktische Alltagsbewältigung (Haushalt, Einkauf, Haushaltsplanung, Begleitung zu Ämtern, Ärzten usw.)
- Bewältigung von persönlichen Krisen und schwierigen Situationen
- sinnvoller Freizeitgestaltung

#### **KONTAKT**

Steinmühlgäßchen 2  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 9637093

**Fax** 09261 9637094

**E-Mail** abw.kronach@blaues-kreuz.de

**Internet** www.blaues-kreuz.de/coburg

## **Fachstelle für Wohnraumsicherung und Wohnungslosenhilfe**

Beratung und Hilfe für Menschen, die sich in Not befinden, da ihnen ein Wohnungsverlust droht oder sie ihren Wohnraum bereits verloren haben und in einer Übergangslösung bei Bekannten oder einer Obdachlosenunterkunft leben.

Termine sind auch im Beratungshaus Steinbach am Wald möglich.

### **KONTAKT**

Caritasverband für den Landkreis Kronach e.V.

Adolf-Kolping-Str. 18

96317 Kronach

**Tel.** 09261 605620

**E-Mail** [wohnungshilfe@caritas-kronach.de](mailto:wohnungshilfe@caritas-kronach.de)

## **Wohnberatung für Senioren und Menschen mit Behinderung im Landkreis Kronach**

### *Barrierefrei wohnen – selbstbestimmt leben*

Die Wohnberatung entwickelt gemeinsam mit Ihnen individuelle Lösungsmöglichkeiten mit dem Ziel, die Selbstständigkeit zu erhöhen und den Verbleib in der eigenen Wohnung zu sichern.

#### **Unsere Beratungsthemen:**

- Information über Möglichkeiten der Wohnungsanpassung
- Beratung und Veranschaulichung von Alltagshilfen und technischen Assistenzsystemen
- Beratung zu alternativen Wohnformen
- Informationen und Beratung zu Finanzierungsmöglichkeiten

Unsere Beratung ist unabhängig und kostenfrei. Das Beratungsangebot richtet sich an alle Menschen im Landkreis Kronach. Beratungstermine finden nach Vereinbarung statt. Wir kommen gerne zu Ihnen nach Hause!

#### **Ihre Vorteile auf einen Blick:**

- **Vertraulich:** Sie können sich unverbindlich über die Möglichkeiten von senioren- und behindertengerechtem Wohnen informieren.
- **Neutral:** Die WohnberaterInnen suchen mit Ihnen gemeinsam individuelle Lösungen.
- **Kostenlos:** Sie erhalten eine kompetente Beratung in allen Fragen rund um eine sichere Wohnraumgestaltung und deren Finanzierungsmöglichkeiten.
- **Umfassend:** Neben der Beratung werden Sie auf Wunsch auch bei der praktischen Umsetzung begleitet und unterstützt.
- **Selbstbestimmt:** So können Sie so lange wie möglich selbstständig in Ihrer Wohnung leben.

#### **KONTAKT**

Janet Januszewski

Hauptstr. 36, 96358 Teuschnitz

**Tel.** 09268 9139017    **Fax** 09261 605650

**E-Mail** [wohnberatung@caritas-kronach.de](mailto:wohnberatung@caritas-kronach.de)

**Internet** [www.caritas-kronach.de](http://www.caritas-kronach.de)

## Katholische Betriebsseelsorge

### *Wir sind...*

... eine Einrichtung der katholischen Kirche für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer. Wir gehen in Industriebetriebe, Dienstleistungsunternehmen und öffentliche Verwaltungen hinein, um uns dort für die Belange der Arbeitenden einzusetzen.

Dabei sind unsere ersten Ansprechpartner die gewählten Arbeitnehmervertreterinnen und -vertreter.

### *Wir wollen...*

... daran mitarbeiten, die gesellschaftlichen und betrieblichen Strukturen menschenwürdig, sozial gerecht und solidarisch zu gestalten.

... uns vorrangig auf die Seite der kleinen Leute stellen, der strukturell Schwächeren im Wirtschaftsprozess, und auch auf Seiten jener, die davon ausgegrenzt werden.

### *Unsere Themen*

... sind vielfältig und haben eines gemeinsam:

***Der Mensch steht im Mittelpunkt.***

### **KONTAKT**

Klosterstr. 17  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 52016

**E-Mail** [e.j.schneider@arbeitnehmerpastoral-bamberg.de](mailto:e.j.schneider@arbeitnehmerpastoral-bamberg.de)

**Internet** [www.arbeitnehmerpastoral-bamberg.de](http://www.arbeitnehmerpastoral-bamberg.de)

## **Humanitäre Hilfe für Menschen in Not e.V.**

Der Verein hat sich zum Ziel gesetzt, Menschen in unterschiedlichen Notlagen und Schwierigkeiten schnell und unbürokratisch zu begleiten sowie materielle, finanzielle und beratungstechnische Hilfen zu geben.

Bei allen Angeboten der „Hilfe zur Selbsthilfe“ wird darauf geachtet, nachhaltig und meist über einen längeren Zeitraum konkrete Hilfestellung zu geben.

### ***Voraussetzung hierfür ist:***

- Bereitschaft von Seiten der Betroffenen konstruktiv mitzuwirken
- Einsicht in die persönliche und wirtschaftliche Situation der Hilfesuchenden
- Ggf. notwendige Schweigepflichtsentbindung gegenüber anderen Behörden und Organisationen

### ***Weitere Aktivitäten zugunsten betroffener Menschen:***

„NIKOLAUS ONTOUR“ – Live-Konzerte – „HAUS LICHTZEICHEN“ (samstags von 09.00 – 12.00 Uhr) → wird ab Januar 2021 geschlossen sein, jedoch nach vorheriger Terminvereinbarung im Einzelfall öffnen. (erhältlich sind Bekleidung für Kids und Erwachsene, Kinderspielsachen, Haushaltswaren, uvm.)

### **KONTAKT**

Grüner Straße 3

96369 Weißenbrunn

**Tel.** 09261 94738 oder 0178 6655848

**E-Mail** [human.help@gmx.de](mailto:human.help@gmx.de)

**Internet** [www.humanitaere-hilfe-weissenbrunn.de](http://www.humanitaere-hilfe-weissenbrunn.de)

### **Sozialverband VdK Kronach**

Wir beraten und vertreten unsere Mitglieder auf folgenden Rechtsgebieten:

- Gesetzliche Rentenversicherung (SGB VI)
- Rehabilitation und Schwerbehindertenrecht (SGB IX)
- Gesetzliche Unfallversicherung (SGB VII)
- Gesetzliche Krankenversicherung (SGB V)
- Gesetzliche Pflegeversicherung (SGB XI)
- Arbeitsförderungsrecht (SGB III)
- Soziales Entschädigungsrecht (BVG, SVG, OEG)

***Beratungen finden nur nach Terminvereinbarung statt.***

***Bitte vereinbaren Sie einen Termin.***

#### **KONTAKT**

Am Flügelbahnhof 5a  
96317 Kronach

**Tel.** 09261 2291

**Fax** 09261 51478

**E-Mail** kv-kronach@vdk.de

**Internet** [www.vdk.de/kv-kronach/](http://www.vdk.de/kv-kronach/)

## Herausgeber

Caritasverband für den Landkreis Kronach e.V.

Adolf-Kolping-Str. 18

96317 Kronach

**Tel.** 09261 605620

**Fax** 09261 605650

**E-Mail** [info@caritas-kronach.de](mailto:info@caritas-kronach.de)

**Internet** [www.caritas-kronach.de](http://www.caritas-kronach.de)

## Redaktion

Birgit Weickert

## Grafik, Layout, Satz

Günter Schnappauf

Alle verwendeten Bilder entnommen von [pixabay.com](http://pixabay.com)

## Auflage

momentan nur Onlineversion

## Stand

Juni 2021

Die Erstellung der Broschüre wurde durch die Arbeitsgemeinschaft der Krankenkassenverbände in Bayern und durch den Landkreis Kronach bezuschusst.



Landkreis Kronach





# SELBSTHILFEGRUPPE

**S**tabilität  
**E**ntlastung  
**L**ebendigkeit  
**B**ewegung  
**S**trohalm  
**T**ränen  
**H**ilfestellung  
**I**ndividualität  
**L**agebesprechung  
**F**reude  
**E**rgänzung  
**G**emeinschaft  
**R**ichtungswechsel  
**U**nterstützung  
**P**rävention  
**P**robleme  
**E**hrlichkeit