

## Mit Menschen leben, die psychisch erkrankt sind

Eltern, Kinder, Partner und Geschwister erleben die Symptome einer psychischen Erkrankung oftmals hautnah mit. Sie sind verunsichert, von (unberechtigten) Schuldgefühlen geplagt und leiden häufig stark mit. Scham und die Angst vor Vorurteilen verändert die Familien und veranlasst sie häufig dazu, sich zurückzuziehen. Zudem sind die psychischen, sozialen und oft auch finanziellen Belastungen enorm.

## Sie sind nicht allein!

Der Landesverband Bayern der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e. V. mit seinem bayernweiten Netzwerk an Selbsthilfegruppen und Mitgliedsvereinen unterstützt Angehörige durch

## Unser Angebot

- Erfahrungsaustausch unter Gleichbetroffenen in Selbsthilfegruppen, bei Seminaren und Tagungen
- Beratung zu Krankheitsauswirkungen und Behandlungsmöglichkeiten (Einzelberatung über den Landesverband)
- Information über sozialrechtliche Fragen und die Rechte von Angehörigen (Rechtsberatung über den Landesverband)
- Vierteljährliche Veröffentlichung der Verbandszeitschrift „unbeirrbar“
- Umfassendes Online-Seminarangebot (über den Landesverband / für Mitglieder kostenfrei)
- Umfassende Angehörigen-Ratgeber
- Interessenvertretung auf landespolitischer Ebene

**Eine psychische Erkrankung trifft niemals nur den Betroffenen allein, sondern immer auch das soziale Umfeld mit.**

## Kontakt

Landesverband Bayern der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e. V.  
(ApK Bayern)  
Pappenheimstraße 7  
80335 München

Tel.: 089 - 51 08 63 25  
Fax: 089 - 51 08 63 28

E-Mail: [info@lapk-bayern.de](mailto:info@lapk-bayern.de)  
Web: [www.lapk-bayern.de](http://www.lapk-bayern.de)

Geschäftszeiten: Montag bis Freitag: 10 - 14 Uhr



PERSÖNLICHE BERATUNG

ERFAHRUNGSAUSTAUSCH

FACHLICHE INFORMATION



# Sind Sie Angehörige/r eines psychisch erkrankten Menschen?

 **ApK Bayern**  
Landesverband Bayern der Angehörigen  
psychisch erkrankter Menschen e. V.

**Wir sind Angehörige. Wir helfen einander.**

## Angehörigenvereine und -gruppen in Bayern

### ASCHAFFENBURG

Verein Angehöriger psychisch Kranker  
Aschaffenburg und Umgebung e.V.  
Eva Mende, Tel. 06021-60710  
E-Mail: eva.mende@gmx.de

### AUGSBURG

Verein der Angehörigen psychisch  
Kranker Augsburg e. V.  
Beate Ragnit, Tel. 0821-48676366  
E-Mail: ragnit@apk-augsburg.de  
Website: [www.apk-augsburg.de](http://www.apk-augsburg.de)

### BAD TÖLZ

Selbsthilfegruppe ApK  
Sozialpsychiatrischer Dienst  
Klosterweg 2, 83646 Bad Tölz  
Tel. 08041-79 31 61 50  
E-Mail: spdi-toelz@caritasmuenchen.de

### DEGGENDORF

Selbsthilfegruppe ApK Deggendorf  
Eckhard Grünhagen, Tel. 0991-33124  
E-Mail: eckhard@gruenhagenweb.de

### EBERSBERG

Selbsthilfegruppe ApK Ebersberg  
Brigitte Weitzer, Tel. 08092-1236  
E-Mail: b.weitzer@yahoo.de

### FREILASSING

Selbsthilfegruppe ApK  
Selbsthilfekontaktstelle BGL  
Reichenberger Straße 1, 83395 Freilassing  
Tel. 08654-77 044 73  
E-Mail: selbsthilfe-bgl@projekteverein.de

### FRIEDBERG

Selbsthilfegruppe ApK Friedberg  
Isolde Heumann, Tel. 0821-604945  
E-Mail: isoldeheumann@online.de

### INGOLSTADT

Angehörige psychisch Kranker Ingolstadt  
und Region 10 e. V.  
Eva Straub, Tel. 08406-631  
E-Mail: eva.straub@bingo-ev.de  
Website: [www.angehoerige-ingolstadt.de](http://www.angehoerige-ingolstadt.de)

### KEMPTEN

Selbsthilfegruppe ApK  
Selbsthilfe-Kontaktstelle Kempten/Allgäu  
St.-Mang-Platz 11, 87435 Kempten  
Tel. 0831-9606091  
E-Mail: shg.kempten@mnet-online.de

### LANDSHUT

Selbsthilfegruppe ApK Landshut  
Gisela Dregelyi, Tel. 08704-1512  
E-Mail: iwan.dregelyi@t-online.de

### MÜHLENDORF

Selbsthilfegruppe ApK Mühlendorf,  
Axel Sauerwald, Tel. 08631-1673522  
E-Mail: schach1602@t-online.de

### MÜNCHEN

Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker,  
ihrer Freunde und Förderer e.V.  
Landsbergerstraße 139 RGB, 80339 München  
Tel. 089-502 46 73  
E-Mail: info@apk-muenchen.de  
Website: [www.apk-muenchen.de](http://www.apk-muenchen.de)

### NÜRNBERG

Verein Angehörige und Freunde psychisch Kranker  
in Mittelfranken e.V.  
Hessestraße 10, 90443 Nürnberg  
Tel. 0911-4248555  
E-Mail: info@apk-nuernberg.de  
Website: [www.apk-nuernberg.de](http://www.apk-nuernberg.de)

### PASSAU

Selbsthilfegruppe ApK Passau  
Silvia Gattinger, Tel. 08507-923087  
E-Mail: silvia.gattinger@gmx.de

### REGENSBURG

Verein der Angehörigen psychisch Kranker  
Regensburg e. V.  
Sieglinde Keim, Tel. 09482-1619 und 0170-5539234  
E-Mail: keim.woerth@t-online.de  
Website: [www.apk-regensburg.de](http://www.apk-regensburg.de)

### SCHWANDORF

Selbsthilfegruppe ApK Schwandorf  
Waltraud Ettl, Tel. 09672-4366  
E-Mail: waltr.ettl@web.de

### VATERSTETTEN

Selbsthilfegruppe ApK Vaterstetten  
Tel. 0151-26 682550  
Website:  
[www.angehoerigevaterstettenshg.jimdofree.com](http://www.angehoerigevaterstettenshg.jimdofree.com)

### WASSERBURG

Selbsthilfegruppe ApK Wasserburg am Inn  
Marianne Deissenböck, Tel. 0174-8813704  
E-Mail: marianne.deissenboeck@kbo.de

### WÜRZBURG

Verein Angehöriger psychisch erkrankter Menschen  
Würzburg und Umgebung e. V.,  
Emmi Wangerin, Tel. 0151/70827928  
E-Mail: emmi.wangerin.1703@gmail.com  
Website: [www.apk-wuerzburg.de](http://www.apk-wuerzburg.de)