

**Gemeinsam  
statt einsam**

”

**Wir unterstützen  
dich auf deinem Weg  
zu einem  
selbstbestimmten  
Leben!**



**Melde dich unter:  
beratung@fasd-netz.de  
09133/6044792**

**Selbsthilfe in Austauschtreffen:  
shg@fasd-netz.de**

**Was ist FASD  
eigentlich genau?**

**[www.fasd-netz.de/ueber-fasd](http://www.fasd-netz.de/ueber-fasd)**



**FASD**  
Netzwerk Nordbayern

FASD Netzwerk Nordbayern e. V., Dr. Gisela Bolbecher  
mit Unterstützung der Selbsthilfegruppe FASD Nordbayern,  
Atzelsberger Str. 10, 91094 Bräuningshof, info@fasd-netz.de,  
Layout und Illustration: Elisabeth Nohel,  
Fotos: istockphoto.com. Alle Rechte vorbehalten.

Gefördert durch:

**Aktion  
MENSCH**

**FASD**  
Netzwerk Nordbayern

aufklären vernetzen begleiten



**Ich und mein  
FASD**

**FASD-Beratung**

## Unterstützung im Alltag

Wir helfen dir, dich bei alltäglichen Herausforderungen besser zurecht zu finden. Struktur und Organisation im Alltag, Termine einhalten – du bekommst von uns viele Tipps und Ideen, die dir den Alltag erleichtern!

## Freizeit

Wie geht es dir in deiner Freizeit?  
Bist du oft allein?  
Lass uns gemeinsam darüber sprechen.

## Wohnen

Bist du auf der Suche nach einer Wohnmöglichkeit?  
Brauchst du dabei Unterstützung?  
Wir können dich beraten.

## Arbeit

Wir unterstützen dich, die passenden Ansprechpartner\*innen bei deiner Suche nach Ausbildung oder Arbeit zu finden.

Du fühlst dich alleine?  
Du möchtest mehr über FASD erfahren?  
Du suchst Menschen, die dich verstehen?

**Wir helfen dir!  
Vertraulich und kostenlos**

”

Wir von der Beratungsstelle nehmen dich, deine Fragen und deine Wünsche ernst.

## Formulare und Unterlagen

Wir helfen dir, die passende Unterstützung zu bekommen, z.B. beim Beantragen eines Schwerbehindertenausweises, einer persönlichen Assistenz oder finanzieller Hilfen.

## Austausch- treff

Wir laden dich zu unserem Austauschtreff ein. Wir treffen uns online und persönlich. Hier gibt es Menschen, die dich verstehen und denen es ähnlich geht wie dir. Komm einfach mal vorbei!

## Behörden- gänge

Wir unterstützen dich bei deinen Behördengängen, setzen uns mit deinen Ansprechpartner\*innen in Verbindung und erklären ihnen ausführlich, was FASD ist und mit welchen Herausforderungen du zu kämpfen hast.

## Wichtige Adressen

Wir finden die richtigen Ansprechpartner\*innen für dich – ob für medizinische Betreuung, therapeutische Hilfe oder bei anderen Fragestellungen rund um FASD.