
Konzeption des Selbsthilfezentrums Traunstein



Adresse Crailsheimstraße 12, 83278 Traunstein
Telefon 0861 – 20 97 64 -23, -24 oder -25
Fax 0861 – 209 764-60
E-Mail kontakt@selbsthilfe-traunstein.de
www.selbsthilfe-traunstein.de

Öffnungszeiten im Selbsthilfezentrum Traunstein
Montag, Mittwoch und Donnerstag: 9 - 12 Uhr
Dienstag: 15 - 18 Uhr
und nach Vereinbarung

im Mehrgenerationenhaus Traunreut, Kantstraße 8
nach Vereinbarung

Inhaltsverzeichnis

1.	Geschichtliche Einordnung.....	1
2.	Leitbild der Arbeiterwohlfahrt.....	1
3.	Selbstverständnis des Selbsthilfezentrums.....	1
4.	Selbsthilfezentrum Traunstein.....	1
	4.1 Finanzierung	2
	4.2 Strukturelle Rahmenbedingungen	2
	4.3 Personelle Ausstattung	2
	4.4 Räumliche Ausstattung	2
	4.5 Inhaltliche Aufgaben des Selbsthilfezentrums.....	3
5.	Qualitätssicherung	4

1. Geschichtliche Einordnung

Die Selbsthilfekontaktstelle Traunstein besteht seit 1984 und war bei ihrer Gründung eine der ersten Koordinationsstellen ihrer Art im ländlichen Bereich Bayerns.

Ihre Wurzeln liegen im Forschungsprojekt „Modell Bergen“, einer Studie zur Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die das Gesundheits- und Familienministerium 1984 in Auftrag gab.

Nachdem das Projekt „Modell Bergen“ im Dezember 1991 auslief, bildete sich noch im selben Jahr ein Förderverein, der als Träger auftrat. Im Jahr 1995 übernahm der Kreisverband der Arbeiterwohlfahrt Traunstein e.V. die Trägerschaft. Diese Aufgabe erfüllt er bis heute.

Im Juni 2021 fand ein Umzug von der Crailsheimstraße 6 in die Crailsheimstraße 12 in Traunstein statt. Am neuen Standort ist das Selbsthilfezentrum nun mit eigenen Räumen Teil des großen AWO-Zentrums der Kreisstadt.

Von 2008 bis 2016 war zudem die Geschäftsstelle „Runder Tisch Südostoberbayern“ an die Selbsthilfekontaktstelle angeschlossen.

Die Selbsthilfekontaktstelle Traunstein nennt sich Selbsthilfezentrum Traunstein.

2. Leitbild der Arbeiterwohlfahrt

Die Arbeiterwohlfahrt bestimmt – vor ihrem geschichtlichen Hintergrund als Teil der Arbeiterbewegung – ihr Handeln durch die Werte des freiheitlichen-demokratischen Sozialismus: Solidarität, Toleranz, Freiheit, Gleichheit und Gerechtigkeit. Die sich daraus ableitenden Grundwerte und Leitsätze, die das Handeln der Mitarbeiter im gesellschaftlichen Kontext prägen, finden sich auch in der Arbeit und dem Selbstverständnis des Selbsthilfezentrums Traunstein wieder.

3. Selbstverständnis des Selbsthilfezentrums

Das Selbsthilfezentrum Traunstein fördert demokratisches und soziales Denken und Handeln. Es unterstützt Menschen, ihr Leben eigenständig und eigenverantwortlich zu gestalten und fördert alternative Lebenskonzepte. Solidarität wird praktiziert und stärkt dadurch das Verantwortungsbewusstsein der Menschen für die Gemeinschaft.

Das Selbsthilfezentrum Traunstein toleriert andere persönliche, kulturell oder religiös motivierte Lebensentwürfe und verhält sich vor dem Hintergrund seines Aufgabenfeldes neutral, sofern nicht andere hierdurch in ihren Grundrechten oder -bedürfnissen beeinträchtigt werden.

4. Selbsthilfezentrum Traunstein

Grundgedanke der Selbsthilfe ist, dass Menschen, die vom gleichen Problem betroffen sind, einander verstehen und helfen können. In Selbsthilfegruppen schließen sich Menschen zusammen, die gemeinsam ihre Probleme angehen wollen, unabhängig davon, ob es sich um Krankheiten, psychische Schwierigkeiten, soziale Anliegen oder spezielle Krisensituationen handelt. Sie lernen, ihre Selbsthilfe- und Selbstheilungskräfte zu mobilisieren.

Die Selbsthilfe ist Teil des bürgerschaftlichen Engagements in unseren Städten und Gemeinden. In der ehrenamtlichen Einsatzbereitschaft jedes einzelnen Selbsthilfeaktiven steckt ein enormes gesellschaftliches Potential, welches der Solidargemeinschaft zugutekommt, Betroffenen hilft und Kosten spart.

Das Selbsthilfezentrum Traunstein ist Anlauf- und Koordinationsstelle der Selbsthilfe sowie ein zuverlässiger Ansprechpartner und Begleiter für die Selbsthilfegruppen im Landkreis. Die Einrichtung schafft die Rahmenbedingungen dafür, dass die Selbsthilfebewegung lebendig bleibt und sich frei entfalten kann. Es fördert Austausch- und Weiterbildungsmöglichkeiten für Selbsthilfegruppen und bietet dazu regelmäßig Veranstaltungen an. Des Weiteren wird die Bevölkerung mittels Infomaterialien, wie z.B. Flyern, über Selbsthilfe und deren Angebote vor Ort informiert. Möglichst viele ratsuchende Menschen sollen den Zugang zur Selbsthilfe finden können. Das Selbsthilfezentrum Traunstein vertritt die Idee der Selbsthilfe nach außen und schafft durch gezielte Öffentlichkeitsarbeit ein selbsthilfefreundliches Klima im Landkreis.

4.1 Finanzierung

Das Selbsthilfezentrum Traunstein wird nach § 20h SGB V von der Fördergemeinschaft der gesetzlichen Krankenkassen gefördert. Die Förderung beinhaltet Pauschal- und Projektförderungen. Außerdem erhält das Selbsthilfezentrum kommunale Zuschüsse für die Selbsthilfearbeit vom Landratsamt Traunstein.

4.2 Strukturelle Rahmenbedingungen

Der Landkreis Traunstein liegt im Südosten des Regierungsbezirks Oberbayern, ist in Bezug auf seine Fläche der zweitgrößte Landkreis in Bayern und wird deshalb auch als Flächenlandkreis bezeichnet. Er gehört zur Euregio Salzburg – Berchtesgadener Land – Traunstein.

Als Landkreis umfasst Traunstein 35 Gemeinden. Im Jahr 2021 lag die Zahl der Bevölkerung bei 178.447 Einwohnern. Die drei größten Städte im Kreis sind: Traunreut mit ca. 22.000 Einwohnern, wo das Selbsthilfezentrum eine Außensprechstunde nach Vereinbarung anbietet; Traunstein als Kreisstadt mit ca. 22.000 Einwohnern, Sitz des Selbsthilfezentrums; Trostberg mit ca. 12.000 Einwohnern.

Das Selbsthilfezentrum Traunstein steht in enger Zusammenarbeit mit den Kontaktstellen seiner Nachbarlandkreise: Rosenheim, Mühldorf/Altötting und Berchtesgaden.

Das Büro und die zur Verfügung stehenden Räumlichkeiten der Einrichtung in der Crailsheimstraße ist vom Bahnhof und Busbahnhof in wenigen Gehminuten erreichbar. Auch die räumliche Nähe zu anderen Einrichtungen der gesundheitlichen Versorgung macht Kooperationen und Netzwerkarbeit leicht. Die gleichen, guten Voraussetzungen finden sich auch in Traunreut mit der Nutzung des Wechselbüros im Mehrgenerationenhaus.

4.3 Personelle Ausstattung

Der Personalschlüssel im Selbsthilfezentrum Traunstein ist in 38 Wochenstunden Sozialpädagogik/ Soziale Arbeit und 22 Stunden Verwaltung, insgesamt verteilt auf mehrere Mitarbeiterinnen, gegliedert.

4.4 Räumliche Ausstattung

Die Räumlichkeiten der Crailsheimstraße umfassen drei Büroräume, drei Gruppenräume, eine vollausgestattete Küche, einen Abstellbereich sowie drei Toiletten, eine davon barrierefrei mit Dusche.

Im Selbsthilfezentrum haben die Selbsthilfeaktiven die Möglichkeit kostenfrei Schließfächer zu nutzen, um ihre Materialien aufzubewahren. An technischem Equipment stehen den Gruppen mehrere eingebaute Beamer mit Leinwänden und kostenfreies WLAN zur Verfügung. In den drei Gruppenräumen stehen zusätzlich jeweils ein Leih-Laptop (gefördert durch das Laptop-Projekt von

Seko Bayern) bereit. Eine Infothek, Infotafeln und eine kleine Fachbibliothek sind für Interessierte frei zugänglich.

In Traunstein ist das Parken im Innenstadtbereich nahezu überall kostenpflichtig. 10 Parkplätze sind vor der Tür zur kostenfreien Nutzung vorhanden.

2 Fahrradständer stehen zur Verfügung. Dort können mehrere Fahrräder angeschlossen werden.

Das Selbsthilfezentrum Traunstein erstellt jährlich einen Jahresbericht, der ausliegt und auf Wunsch auch angefordert werden kann. Zudem gibt es einen informativen Flyer wie auch einen Selbsthilfewegweiser, die im Landkreis vielerorts verteilt sind.

Das Selbsthilfezentrum Traunstein hat eine eigene Homepage. Unter www.selbsthilfe-traunstein.de sind alle Informationen zur Kontaktstelle und zu den einzelnen Gruppen sowie natürlich aktuelle Termine zu finden.

Zusätzlich ist das Selbsthilfezentrum mit einer eigenen Facebookseite „Selbsthilfezentrum Traunstein“ aktiv.

4.5 Inhaltliche Aufgaben des Selbsthilfezentrums

Die übergeordnete Aufgabe der Selbsthilfekontaktstelle ist, den Gedanken der Selbsthilfe weiterzuentwickeln, die vorhandene Vernetzung zu stärken und somit die Selbsthilfebewegung im Landkreis Traunstein zu fördern. Die Unterstützung und Kooperation gilt Einzelpersonen, Selbsthilfegruppen und Initiativen wie auch professionellen Einrichtungen, Fachpersonal aus dem Gesundheits- und Sozialbereich und Personen aus der Politik. Sie umfasst:

- Beratung von Einzelpersonen, die auf der Suche nach Selbsthilfeunterstützung sind
- Beratung von professionellen Einrichtungen zum Thema Selbsthilfe
- Pflege und Aktualisierung einer Datenbank über die einzelnen Selbsthilfegruppen
- Unterstützung von Gruppengründungen: Auf Anfrage begleiten wir Betroffene, um eine neue Gruppe zu gründen. Wir helfen bei der inhaltlichen Klärung, bei der Raumsuche und der sich anschließenden Öffentlichkeitsarbeit.
- Betreuung der bestehenden Gruppen: Durch Fortbildungsangebote, kollegiale Beratung, 2mal jährlich stattfindende Austauschtreffen aller Gruppen innerhalb des Landkreises, aber auch durch sozialpädagogische Begleitung werden die Gruppen während der unterschiedlichsten Gruppenphasen unterstützt.
- Öffentlichkeitsarbeit findet in verschiedenen Feldern statt.
 - durch die aktuell wöchentlich zusammengestellten Termine der einzelnen Selbsthilfegruppen für die Landkreiszeitungen
 - regelmäßig stattfindende Infotische, organisiert durch das Selbsthilfezentrum unter der Teilnahme von unterschiedlichen Gruppen, an verschiedenen Orten wie z.B. Kliniken, im öffentlichen Raum oder bei bestimmten Veranstaltungen
 - regelmäßige Verteilung von Flyern
 - aktuelle Homepage
 - Gremienarbeit und Teilnahme an Veranstaltungen des Landratsamtes, der Wohlfahrtsverbände und anderer Vereine, Einrichtungen oder der Kommunen des Kreises.
- Kooperationen gibt es auf unterschiedlichen Ebenen
 - Auf der regionalen Ebene kooperiert das Selbsthilfezentrum mit den Kliniken, Reha Einrichtungen, dem ärztlichen Kreisverband, der Freiwilligenagentur, Behinderten- und Seniorenbeauftragten des Landkreises und den Wohlfahrtsverbänden vor Ort.

- Überregional kooperiert das Selbsthilfezentrum mit den Selbsthilfekontaktstellen der angrenzenden Landkreise. Außerdem ist das Selbsthilfezentrum aktives Mitglied im Verein Selbsthilfekontaktstellen Bayern e.V., Mitglied im deutschlandweit tätigen Verein „Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.“ und dem Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen.

5. Qualitätssicherung

Um die fachliche Qualität dauerhaft zu sichern und weiterzuentwickeln, nehmen alle Mitarbeiter regelmäßig an fachbezogenen Tagungen, Kongressen und Fortbildungen teil.

Zur Reflexion der eigenen täglichen Arbeit, zur Verbesserung der Teamarbeit und für die Einzelfallanalyse ist eine regelmäßige Supervision (4 Termine pro Kalenderjahr) für alle Mitarbeiter verpflichtend.

Stand: 03/23