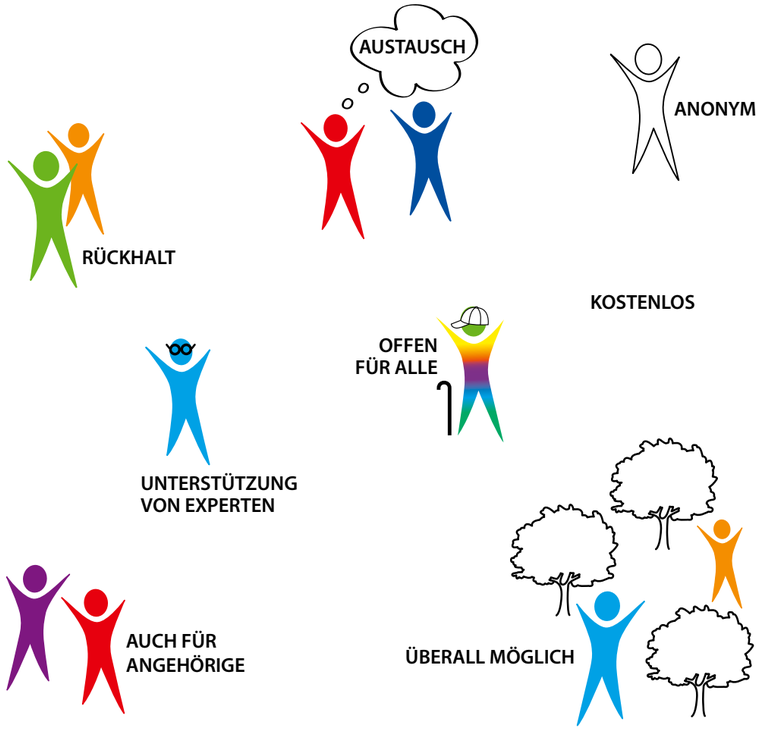
Selbsthilfe, da tut sich was!



SELBSTHILFEZENTRUM TRAUNSTEIN

AWO Träger: Kreisverband Traunstein e.V.

Ansprechpartnerinnen
Christina Hille, Dipl.-Soz.-Päd. (FH), Einrichtungsleitung
Eva Fraunhofer, Sozialarbeiterin B.A.
Karin Klein, Verwaltung

Öffnungszeiten
Montag, Mittwoch und Donnerstag 9 - 12 Uhr
Dienstag 15 - 18 Uhr und nach Vereinbarung
Mehrgenerationenhaus Traunreut (n. Vereinb.)

Adresse Crailsheimstraße 12, 83278 Traunstein
Telefon 0861 / 20 97 64 - 24 oder - 23 oder - 25
E-Mail kontakt@selbsthilfe-traunstein.de
Homepage www.selbsthilfe-traunstein.de

Hier geht es zu unserer Homepage

Der Selbsthilfewegweiser wird von der Arbeitsgemeinschaft der Krankenkassenverbände in Bayern gefördert.

Im Selbsthilfezentrum Traunstein, der Koordinationsstelle im Landkreis Traunstein

Finde ich als Betroffene / Betroffener:
- Hilfe bei der Suche einer passenden Selbsthilfegruppe
- Unterstützung und Begleitung bei einer Gruppengründung

Finde ich als Gruppe:
- Informationsveranstaltungen
- Fortbildungsangebote
- Begleitung in Gruppenbelangen
- Kollegiale Beratung
- Beratung und Unterstützung bei Fördergeldanträgen

Finde ich als Professionelle / Professioneller:
- Einen kompetenten Kooperationspartner
- Einen Ansprechpartner in allen Belangen der Selbsthilfe

Aktuelle Selbsthilfegruppen im Landkreis Traunstein

Stand November 2023

Abhängigkeit
- AA (Anonyme Alkoholiker): Mehrere Gruppen an mehreren Standorten im Landkreis
- CoDa (Coabhängigkeit)
- Gesprächskreis Sucht: Nüchtern sein bedeutet Freiheit
- Kreuzbund: Mehrere Gruppen an mehreren Standorten im Landkreis
- Kreuzbund Frauengruppe
- Kreuzbund Angehörigen-Telefonsprechstunde

Behinderung
- Autismus
- Blinde- und Sehbehinderte: Stammtisch und Telefonsprechstunde
- CI (Cochleaimplantat)
- Gehörlose
- Kontaktgruppe für Körperbehinderte

Eltern und Kinder
- Alleinerziehende Mamas
- Diabetes Typ I bei Kindern und Jugendlichen
- Down-Syndrom

Gesellschaft und Soziales
- Alleinstehende ab 60
- Messie Betroffene und Angehörige
- Singles ab 50
- Teil dich mit – mach dich stark (Betroffene von Mobbing und Cybermobbing)

Gesundheit / Krankheit
- ADHS für Erwachsene
- Covid-19-Betroffene (Long-Covid, Post-Covid, Post-Vac)
- Diabetes Typ II
- Epilepsie Betroffene und Angehörige
- Fibromyalgie
- Herzsport: Mehrere Gruppen an mehreren Standorten im Landkreis
- Kehlkopfoperierte und Kopf-Hals-Tumor-Erkrankte
- Krebs
- Leben braucht Luft (Lungenerkrankungen, wie z. B. Asthma, Allergien, COPD)
- Lupus Erythematodes
- Morbus Bechterew: Mehrere Gruppen an mehreren Standorten im Landkreis
- Multiple Sklerose
- Osteoporose

Nichts dabei? Neugründungen willkommen!

Gesundheit / Krankheit
- Prostatakrebs
- Rheuma-Liga: Austauschtreffen und Funktionstraining
- Schmerzpunkt Traunstein
- Stottern
- Tinnitus
- Zöliakie

Online-Angebote
- Essstörung
- Mediensucht
- Teil dich mit – mach dich stark (Betroffene von Mobbing und Cybermobbing)

Pflege
- Angehörige von Demenz: Mehrere Gruppen an mehreren Standorten im Landkreis
- Café Memory: Mehrere Gruppen an mehreren Standorten im Landkreis
- Pflegende Angehörige: Mehrere Gruppen an mehreren Standorten im Landkreis
- Professionelle Beratung zum Thema Demenz

Seelische Gesundheit
- Angst, Burn-Out, Depression in Kirchanschöring
- Burnout Traunstein
- Dissoziative Persönlichkeitsstörung
- Gesprächskreis für Trauernde
- Kraft der Hoffnung (Wie gehe ich besser mit Sorgen, Ängsten und Depression um?)
- Lichtblick (Gesprächsgruppe Depression)
- Selbsthilfegruppe für ehemalige Patienten der Klinik Heiligenfeld
- Sexuell traumatisierte Frauen
- Sexuell traumatisierte junge Frauen
- Trauer nach Suizid
- Unvergessen (Trauergruppe für junge Erwachsene)
- Verwaiste Eltern