

Gemeinsam mehr erreichen! Zusammenhalt macht stark!

Unser Ziel: Mehr Lebensfreude, Lebensqualität und Wohlbefinden im Alltag!

Selbsthilfe macht stark und hilft

... das Leben selbst in die Hand zu nehmen, denn Sie sind nicht dem Schicksal ausgeliefert, sondern helfen sich selbst. In der Gruppe lernen Sie Menschen kennen, an denen Sie sich orientieren können, weil sie mit den gleichen Problemen fertig werden mussten und müssen, die auch Ihnen jeden Tag begegnen. Das gibt Zuversicht und den Mut, es ebenfalls schaffen zu können!

Selbsthilfe fängt auf

... manchmal kommen Krisen aus dem Nichts. In solchen Situationen hilft die Gruppe, die schwere Zeit zu überbrücken. Die Menschen in der Gruppe sind Verbündete. Sie geben Ihnen Mut und Hoffnung.

Selbsthilfe ist Vertrauenssache

... alle Gespräche in der Gruppe sind vertraulich. Was immer Sie von sich erzählen, es bleibt in der Gruppe. Auch, wer sich trifft, wird nicht nach außen getragen. Selbsthilfegruppen haben Schweigepflicht.

Selbsthilfe funktioniert

... Sie kennen das vielleicht von Krankenkassen und Ämtern: Wer Hilfe benötigt, muss zunächst einen Antrag einreichen. Bis zur Bewilligung kann es wochenlang dauern. Irgendwann liegen die Nerven blank. Auch hier fängt die Gruppe auf. Fast jeder hat im Umgang mit Ämtern usw. Erfahrungen und kann zu diesem Thema beitragen.

... wir wollen ein Netzwerk schaffen zu Apothekern, Ärzten, Rechtsanwälten und anderen Anbietern. Wir wollen Kontakt zu anderen Selbsthilfegruppen pflegen.

... bei uns gibt es keine Anträge, die ausgefüllt werden müssen, denn Selbsthilfegruppen treffen sich aus eigener Initiative. Sie müssen keinerlei Voraussetzungen erfüllen. Kommen Sie einfach vorbei!

Nächstes Treffen: Am Freitag, 8. März 2019 um 15:00 Uhr und dann regelmäßig jeden zweiten Freitag im Monat

**Wo? Ev.-Luth. Elia-Kirchengemeinde
Konrad-Adenauer-Straße 33, 30851 Langenhagen**

Selbsthilfe für mich? JA!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ansprechpartner:

Martin Wulff, Tel. 0511-744845
E-Mail: martin.wulff@hotmail.com

Andreas Schwab, Mobil 0163-6385831
E-Mail: aehschwab@web.de

