

## Selbsthilfe ist:

**Trost**  
statt Trostlosigkeit

**Gemeinschaft**  
statt Isolation

**Unterstützung**  
statt Überforderung

**Verständnis**  
statt Unverständnis

**Dazugehören**  
statt Ausgrenzung

**Freude**  
statt Trübsal

**Selbstbewusstsein**  
statt Selbstzweifel

**Information**  
statt Fachchinesisch

**Entlastung**  
statt Belastung

## HIER DARF ICH SEIN!



## Selbsthilfe braucht Unterstützung!

Darum bieten wir:

- Vermittlung
- Beratung
- Unterstützung bei Neugründungen
- Vernetzung
- Austausch
- Fortbildung
- Information



# Selbsthilfe. Gruppen. Leben.

*Eine Wanderausstellung zeigt die Vielfalt der Selbsthilfe  
im Rhein-Erft-Kreis*

## 10 Jahre Selbsthilfe-Büro Rhein-Erft-Kreis

**Donnerstag 26.01.2017, um 17:00 Uhr**  
im Foyer des Kreistagsgebäudes in Bergheim

Die Ausstellung wird anschließend auch in  
verschiedenen Rathäusern im Kreisgebiet zu sehen sein.

### **Selbsthilfe-Büro Rhein-Erft-Kreis**

Luxemburger Str. 305  
50354 Hürth

Öffnungszeiten:

Montag 13:30 - 16:30 Uhr

Donnerstag 9:00 - 12:00 Uhr

Tel. 02233 - 97 99 541

Fax. 02233 - 97 99 566

[selbsthilfe-rhein-erft@paritaet-nrw.org](mailto:selbsthilfe-rhein-erft@paritaet-nrw.org)

[www.selbsthilfe-rhein-erft.de](http://www.selbsthilfe-rhein-erft.de)

