

SELBSTHILFE KOMPAKT

Selbsthilfe bedeutet Gemeinschaft, Unterstützung und Veränderung. Doch wie funktioniert sie genau?

In einem einstündigen Webinar geben wir einen interessanten Einblick in die Welt der Selbsthilfe.

Erfahren Sie, welche Gruppen es gibt und wie Sie selbst sich engagieren und Unterstützung finden können.

Was erwartet Sie?

- Informationen zu Themen, Arbeitsweisen und Möglichkeiten der Selbsthilfe
- Erfahrungen aus der Praxis einer Selbsthilfekontaktstelle
- Raum für Fragen & Austausch
- Tipps und erste Schritte, wie Sie eine passende Gruppe finden oder selbst eine gründen können

Ob Sie einfach neugierig sind oder selbst nach einer passenden Gruppe suchen – schauen Sie vorbei und lernen Sie die Selbsthilfe kennen!

6. Mai
—
2026

ONLINE

12.30 Uhr
-
13.30 Uhr

Zoom Meeting ID: 827 4258 3014
Kenncode: 69115



Heidelberger Selbsthilfebüro
www.selbsthilfe-heidelberg.de



Mit freundlicher Unterstützung des BKK Landesverbands Süd.