

SELBSTHILFE

S

Sich selbst helfen

E

Einsamkeit überwinden

L

Lust am Leben

B

Beziehungen aufbauen

S

Solidarität spüren

T

Treffen und Teilen

H

Hilfe bekommen und geben

I

Informationen sammeln

L

Leute treffen

F

Fähig werden

E

Eigene Kraft spüren
