



Drei Millionen Menschen sind in der Selbsthilfe aktiv.
Viele von ihnen sind in deinem Alter.

Weitere Informationen gibt's auf:
www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de
oder bei deiner örtlichen Selbsthilfekontaktstelle.

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend