

Sinnsprüche für die Selbsthilfearbeit

**„Unsere Gemeinschaft ähnelt einem Gewölbe,
in dem die Steine einander am Fallen hindern.“**
Seneca

Wer fühlt, was er sieht, gibt, was er kann!
UNESCO

Nichts versprechen - alles halten!
Gerhard Westhoff

**Ein Mensch,
der sich eine Aufgabe gibt,
gibt sich nicht auf.**
Prof. Dr. G. Uhlenbruck - Immunologe

**Wenn man Kummer nicht abwehrt,
verkümmert die Abwehr.**
Prof. Dr. G. Uhlenbruck - Immunologe

**Man hilft den Menschen nicht,
wenn man für sie tut,
was sie selbst tun können.**
Abraham Lincoln

**Der Urquell aller Errungenschaften ist die
göttliche Neugier und der Spieltrieb des
bastelnden und grübelnden Menschen - und
nicht minder seine konstruktive Fantasie.**
Albert Einstein

**Überall auf dieser Welt
entwickeln sich die Chancen
aus den Problemen.**
Nelson Rockefeller

**Nicht mit dem Kopf durch die Wand,
mit den Augen die Tür zu finden,
darauf kommt es an!**

Werner von Siemens

**Helfen kannst du dir nur alleine,
aber alleine schaffst du es nicht!**

(aus der Selbsthilfebewegung)

**Stell` dich auf dein Leid,
dann wirst du größer.**

Epikur

**Die Selbsthilfebewegung ist der Motor
einer neuen Heilkultur des Kommuni-kations-
Zeitalters! Das Pharmakon der Zukunft heißt
„Gesundheitsbildung“.**

Dr. Ellis Huber

(ehem. Präsident der Ärztekammer Berlin
Podiumsdiskussion, MEDICA Düsseldorf am 20.11.1998)

**Schönheit ist nie schön genug,
wenn es darum geht Ware zu
verkaufen!**

...über den Schönheitswahn/ARTE

**„Die Nahrung soll deine Medizin sein
und nicht die Medizin deine Nahrung!“**

HIPPOKRATES

**Eine Veränderung ist noch keine
Verbesserung, aber eine Verbesserung bedarf
der Veränderung!**

Herr van Leeuwen

(Behindertenrat – Stadt Dordrecht)

**Auch ein kleines Licht
gibt Orientierung in der Dunkelheit.**

Werde Licht!

Gerhard Westhoff

**>>Erfolgreiche Netzwerke beruhen auf
der Bereitschaft Ihrer Mitglieder,
sich bei Bedarf die jeweiligen Fähigkeiten und
Kenntnisse gegenseitig zur Verfügung
zu stellen.<<**

Karl Birkhölzer
(Berliner Ökonom)

**Bereitschaft zum Leiden
Des Herzens Woge schäumte nicht
so schön empor und würde Geist,
wenn nicht der alte stumme Fels,
das Schicksal, ihr entgegenstände.**

Hölderlin

**Gesundheits-Selbsthilfegruppen helfen
- ohne Risiko mit Wirkung!**

Gerhard Westhoff

Sucht heißt - nicht mehr suchen!

Prof. Walter Böckmann

(Schüler v. Prof. Viktor E. Frankl)

**Soziale Beziehungen als Kunstwerke und
soziale Plastiken zu denken...**

...fordert Prof. Joseph Beuys

**Die Leidenschaft in der Sache kommt aus der
Überzeugung, dass das, was ich tue, keine
Fiktionen sind. Sie kommt aus dem
Engagement für den Menschen selbst.**

Prof. Dietrich Grönemeyer (in WAZ)

**Der aus Büchern erworbene Reichtum
fremder Erfahrungen heißt Gelehrsamkeit.
Eigene Erfahrung ist Weisheit.
Das kleinste Kapitel von dieser
ist mehr Wert als Millionen von jener.**

Gotthold Ephraim Lessing

**Die Gesundheits-Selbsthilfe:
Gemeinsam nach Gesundheit streben,
beblüht Ideen, mehr das Wohl!**

Gerhard Westhoff

**"Subsidiär zu handeln bedeutet,
einzelne Menschen und Gruppen
vor einer gefährlichen Übernahme
durch größere Einheiten zu schützen."**

Dr. Franz-Josef Overbeck, Bischof .

**"Solidarität ist nicht einfach eine Haltung
des vermeintlich Stärkeren
gegenüber dem Schwächeren,
sondern will die Selbsthilfepotentiale
und die Chancen derer stärken,
die zu den Geschwächten gehören,
damit sie stark werden."**

Dr. Franz-Josef Overbeck, Bischof .

**> Gesundheits-Selbsthilfe <
Die erfahrenen Betroffenen sind es,
von denen die gesunden lernen müssen!**

Gerhard Westhoff

VOM ICH ZUM WIR ...MIT DIR

Gerhard Westhoff

Hinweis:

Der Copyright-Hinweis (©) gilt ausdrücklich nicht für autonome Selbsthilfegruppen!
Quellen-Hinweise sind immer direkt unter den Sinnsprüchen und sind bei immer anzugeben.