

————— Sinnsprüche —————
————— für die Selbsthilfearbeit —————

Hier kann auch Ihr Sinnspruch stehen!

**„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, mehrt 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 ©

Hinweis:

Der Copyright-Hinweis © gilt ausdrücklich nicht für autonome Selbsthilfegruppen!