

Selbsthilfe und Migration

vielfältig – gemeinsam – stark

**Там где мы пропали бы
по одиночке - вместе мы
свернем горы!**

Wo wir alleine schwach sind, versetzen wir zusammen Berge

**Bir elin nesi var,
iki elin sesi var**

Mit einer Hand kann man nicht klatschen - wörtlich: "Was mit einer Hand falsch klingt, gibt mit zwei Händen einen Ton"

**Für Menschen,
mit Menschen,
das ist Selbsthilfe!**

اهل احل قفص تب ام قدحو ديا

Mit einer Hand kann man nicht klatschen

**Trois, s'aidant l'un l'autre,
sont suffisants pour faire
le travail de six.**

Drei, die sich untereinander helfen, können die Arbeit von sechs erledigen

Selbsthilfe ist:

- Gegenseitige Unterstützung
 - Verständnis füreinander
 - Sozialer Zusammenhalt
 - Erfahrungsaustausch
 - Solidarität
 - Freundschaften
 - Politische Interessensvertretung
- Und vieles mehr...

In unseren Videos erklären fünf in Deutschland lebende Menschen mit Migrationshintergrund aus ihrer Sicht, was Selbsthilfe eigentlich genau ist.

Mehr Informationen zum Thema gibt es auf der Homepage der BAG SELBSTHILFE.

www.bag-selbsthilfe.de

