



Und eines schönen Tages  
spürst du genügend Kraft,  
Mut und Zuversicht,  
um dich von den  
Fesseln des Zögerns  
und der Angst  
zu befreien und  
etwas Neues  
zu beginnen.

Jochen Mariss

### Kontaktadresse

Falls Sie Interesse  
an unserem Verein haben,  
können Sie sich gerne  
an die Vereinsadresse wenden:

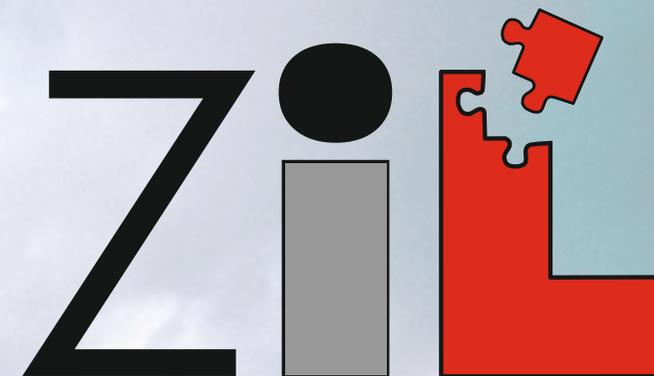
**Zurück ins Leben e.V.**  
**Antonstraße 5**  
**88400 Biberach**

**Tel. 073 51-577 2005**

**www.ZiL-BC.de**

### Bankverbindung

Zurück ins Leben e.V.  
IBAN: DE04 6545 0070 0007 3272 29  
Kreissparkasse Biberach  
BIC: SBCRDE66



Zurück ins Leben e.V.

Im Gedenken  
an  
**Horst Sauter**

## Was wollen wir?

Der Grundgedanke des Vereins besteht darin, ein Netzwerk an Hilfen aufzubauen, um Menschen mit psychischen Problemen (Depressionen) oder in instabilen Lebenssituationen in ihrer Krise zu unterstützen.

Der Gang zum Psychologen oder zu einer Beratungsstelle stellt für viele Menschen eine große Hemmschwelle dar. Dies ist häufig mit der Angst verbunden, nicht akzeptiert und als weniger leistungsfähig "abgestempelt" zu werden.

Die von uns unterstützten Angebote können eine erste Anlaufstelle sein, in welcher der Hilfesuchende zunächst Entlastung und bei Bedarf Informationen, sowie weitere Hilfen erhalten kann.

Der Verein arbeitet eng mit Ärzten, Psychologen, kirchlichen Trägern und anderen Selbsthilfegruppen zusammen.

## Was ist unsere Zielgruppe?

Menschen, die nicht mehr weiter wissen

Menschen mit psychischen Problemen (Depressionen) oder in instabilen Lebenssituationen

Menschen, die sich Sorgen um ihre Angehörigen oder um andere Personen machen

## Was bieten wir an?

Unterstützung von Selbsthilfegruppen

für Menschen da sein, die Hilfe brauchen

Rat, Hilfe und Unterstützung im Rahmen unserer Möglichkeiten

Fortbildungsangebote

Aktionen

## Wie können Sie unsere Arbeit unterstützen?

Sie haben dazu folgende Möglichkeiten:

1. Indem Sie als ehrenamtlicher Helfer tätig werden und Menschen in Krisensituationen begleiten.
2. Indem Sie durch eine Mitgliedschaft die Arbeit des Vereins ideell und finanziell fördern.
3. Indem Sie uns mit einer Spende unterstützen.

(Eine Spendenbescheinigung kann selbstverständlich auf Wunsch ausgestellt werden.)

Zurück  
zurück ins  
Leben!