



**Begegnungen gestalten.  
Nachbarschaft leben.  
Freunde finden.**

**Treffpunkt Auszeit**



## Ein Angebot für alle. Von allen.

Im DRK-Selbsthilfzentrum an der Bahnstraße 43 in Erbach – der Eingang befindet sich »ums Eck« in der Alten Poststraße – findet sich ein Ort zum Kreativsein, zum gemeinsamen Kochen, Reden, Kaffeetrinken oder einfach nur zum Nicht-allein-Sein. Der Treffpunkt Auszeit lebt vom Engagement derjenigen, die sich einbringen wollen. Endlich bekommen mit diesem Angebot alle die Möglichkeit, sich den ein oder anderen kleinen Wunsch im Leben zu erfüllen.

## Vorbeikommen und mitmachen

Wie wäre es, gemeinsam neue Rezepte auszuprobieren und dann die Leckereien zu genießen? Die neu eingerichtete Küche lässt kaum Wünsche offen. Wenn das eine oder andere doch fehlen sollte – dann wird eben improvisiert. Denn auch darum geht es im Treffpunkt Auszeit: auf neue Ideen kommen, von Erfahrungen anderer profitieren, selbst Tipps und Tricks geben, auch mal neue Wege gehen und sich auf ein kleines Abenteuer im Alltag einlassen.





## **Wir sind alle abhängig ... voneinander**

Die Idee der Selbsthilfe ist in unserer Gesellschaft oftmals leider immer noch mit einem Stigma belegt: »Die sind doch alle abhängig!« Aber: Wir sind alle abhängig ... voneinander! Ziel des Treffpunkt Auszeit ist es, Berührungängste abzubauen, aufeinander zuzugehen. Hier findet jeder und jede seinen Platz – ganz unabhängig von den Selbsthilfegruppen, die sich ebenfalls regelmäßig im DRK-Selbsthilfezentrum treffen.

## **Barrierefrei – im Kopf und in den Räumen**

Selbstverständlich ist das Selbsthilfezentrum behindertengerecht konzipiert worden – alles befindet sich auf einer Ebene. Auch die Gästetoiletten sind ebenerdig zu erreichen. Insgesamt bietet der Treffpunkt Auszeit auf gut 50 Quadratmetern Sitzplätze für 20 bis 35 Personen. Zwei Tische mit Echtholzplatten sowie vier Bänke, zwei Stuhl-sessel an einem Extratischen für private Gespräche und weitere Stühle laden zum Verweilen ein.





## Aktiv sein und Spaß haben

Hier ein kleiner Überblick, was derzeit im Treffpunkt Auszeit an Aktivitäten stattfindet. Bitte beachten Sie: Es kann schon viele neue Angebote geben. Ein Blick auf unsere Internetseite informiert Sie über die aktuellen Aktivitäten. Noch besser: Sie schauen einfach mal persönlich bei uns vorbei!

- Malen und Basteln
- Dartspielen
- Gemeinsam Kochen
- Schach
- Tanzen

## Verwirklichen Sie Ihre eigene Idee!

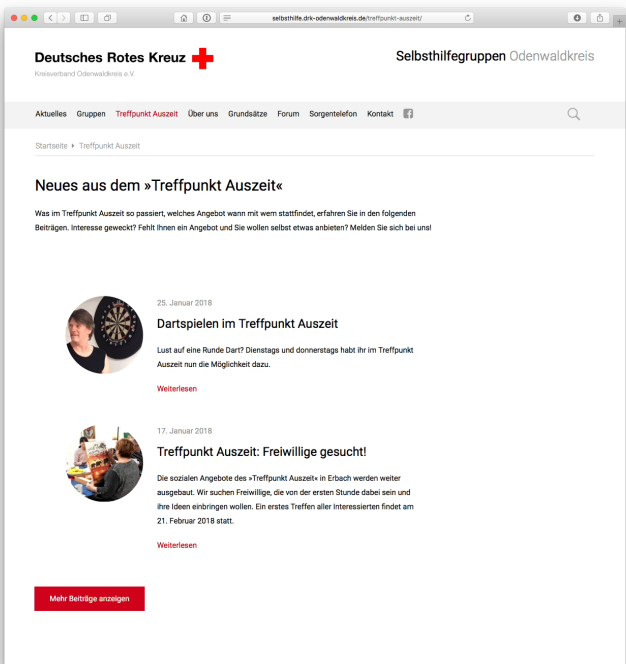
Ihnen fehlt ein Angebot? Nehmen Sie die Sache selbst in die Hand – wir unterstützen Sie dabei!

Wir suchen ehrenamtliche Helfer, um den Treffpunkt Auszeit mit Leben zu füllen und ein breites Angebot zu etablieren.

Melden Sie sich bei Friedel Weyrauch, der Leiterin des Selbsthilfezentrums, unter 06062-60760 oder per E-Mail an:  
[selbsthilfe@drk-odenwaldkreis.de](mailto:selbsthilfe@drk-odenwaldkreis.de)

**Wir freuen uns auf Sie!**





## Auf dem neusten Stand bleiben

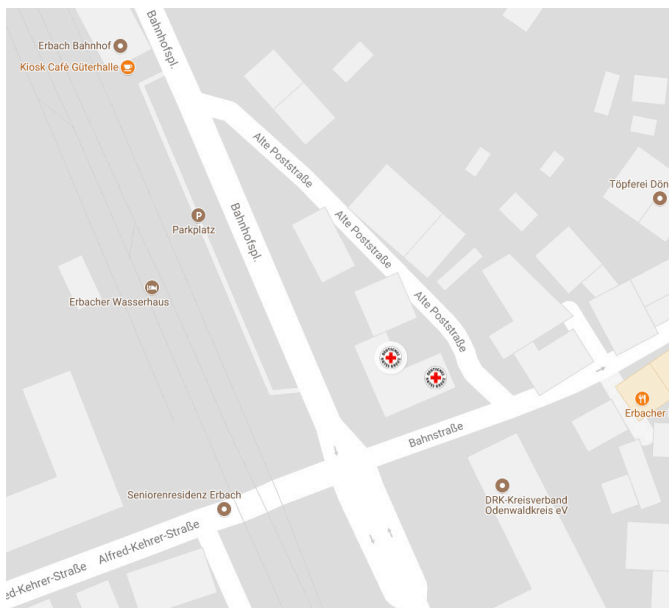
**Interesse geweckt? Lust auf Kochen, Basteln, Musizieren, Spielen, Treffen, Reden, Zuhören?**

Was im Treffpunkt Auszeit gerade so passiert, welches Angebot wann mit wem stattfindet, erfahren Sie auf der Internetseite der Selbsthilfegruppen des DRK-Odenwaldkreis unter der folgenden Adresse:



*Tipp: Der obenstehende QR-Code bringt Sie direkt zu unserem Angebot. Einfach mit Ihrem Smartphone einscannen.*

**selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/treffpunkt-auszeit**



Herausgeber:

**DRK-Kreisverband Odenwaldkreis e.V.**

Bahnstraße 43

64711 Erbach

Telefon: 06062 60760

E-Mail: [selbsthilfe@drk-odenwaldkreis.de](mailto:selbsthilfe@drk-odenwaldkreis.de)

Wir bedanken uns bei der AOK Hessen, die die Öffentlichkeitsarbeit für den Treffpunkt Auszeit großzügig unterstützt und fördert.

