

Medienmitteilung

Thun, 18. September 2022

Lancierung neuer Selbsthilfegruppen zu Lyme-Borreliose, Borderline und PTBS

Das Beratungszentrum Thun von Selbsthilfe BE ist dabei, drei neue Selbsthilfegruppen aufzubauen. Diese richten sich an Menschen mit einer Lyme-Borreliose, Personen mit Borderline-Störung sowie Betroffene einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS). Das kostenlose Angebot besteht in der Region Thun – Berner Oberland.

Selbsthilfegruppen bieten einen geschützten Ort zum Austausch: offen miteinander reden, Erfahrungen austauschen und Verständnis finden. Aber auch gemeinsam neue Impulse für die Alltagsbewältigung schaffen – denn Selbsthilfegruppen stärken das Selbstvertrauen, helfen die eigene Lebensqualität zu verbessern und unterstützen so gesundheitsförderndes Verhalten.

Auf Anfrage von Betroffenen lanciert nun das Beratungszentrum Thun von Selbsthilfe BE drei neue Selbsthilfegruppen zu den Themen Lyme-Borreliose, Borderline und posttraumatische Belastungsstörung (PTBS). Diese entstehen in der Region Thun – Berner Oberland und sollen für die Betroffenen eine wertvolle Stütze im Umgang mit ihrer Erkrankung sein. Die Teilnahme ist kostenlos.

Interessierte Personen können sich bei Selbsthilfe BE unter info@selbsthilfe-be.ch oder unter 0848 33 99 00 melden.

Weitere Informationen zu den aktuellen Gruppengründungen sind auf der [Webseite](#) von Selbsthilfe BE zu finden.

2'683 Zeichen inkl. Leerzeichen

Kontakt für Rückfragen zur Medienmitteilung: Heidi Kaderli, Beraterin
Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Thun
Marktgasse 17 | 3600 Thun
033 221 75 76, h.kaderli@selbsthilfe-be.ch



Selbsthilfe BE

Selbsthilfe BE ist Anlaufstelle und Drehscheibe für die gemeinschaftliche Selbsthilfe im Kanton Bern und fördert Selbsthilfegruppen zu verschiedenen Themen des Sozial- und Gesundheitsbereiches. Ziel von Selbsthilfe BE ist es, Menschen in ähnlichen Lebenssituationen zusammenzuführen, um ihnen über die gemeinschaftliche Selbsthilfe mehr Lebensqualität zu ermöglichen, sowie die Öffentlichkeit für das Thema Selbsthilfe zu sensibilisieren und zu informieren. Selbsthilfe BE bietet in seinen vier Beratungszentren in Bern, Thun, Biel und Burgdorf folgende kostenlose Dienstleistungen an:

- Information und Beratung rund um das Thema Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen
- Vermittlung und Vernetzung zu Selbsthilfegruppen
- Unterstützung und Begleitung beim Aufbau neuer Selbsthilfegruppen
- Beratung der Selbsthilfegruppen bei Fragen und Herausforderungen

Selbsthilfe BE ist im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern tätig.

Telefonische Beratung:

Mo-Do | 09.00-12.30 und 14.00-16.30 Uhr

0848 33 99 00

info@selbsthilfe-be.ch

www.selbsthilfe-be.ch