

Medienmitteilung

Burgdorf, 12.12.22

In der Region Burgdorf – Emmental – Oberaargau entstehen neue Selbsthilfegruppen

Das Beratungszentrum Selbsthilfe BE in Burgdorf lanciert mehrere Selbsthilfegruppen zu verschiedenen Themen. Am 20. Dezember 2022 findet ein Treff für Menschen nach der Berufsphase statt. Anfang neues Jahr steht am 16. Januar 2023 in Langnau ein erstes Treffen zur Gruppengründung zum Thema Hochsensibilität fest. Ebenso in Langenthal, wo am 24. Januar 2023 ein Gründungstreffen für Menschen mit sozialen Ängsten stattfindet. Auch weitere Gruppengründungen zu Themen wie Unfallverursachung oder IPP Penisverkrümmung stehen im neuen Jahr an.

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 Initiative von Betroffenen lanciert das Beratungszentrum von Selbsthilfe BE mit Standort Burgdorf aktuell mehrere Gruppen in der Region Burgdorf – Emmental – Oberaargau:

- Treff für Menschen nach der Berufsphase, 20. Dezember 2022, Burgdorf
- Hochsensibilität HSP, 16. Januar 2023, Langnau
- Soziale Ängste, 24. Januar 2023, Langenthal
- Unfallverursachende, 20. März 2023, Burgdorf
- IPP Penisverkrümmung, 29. März 2023, Burgdorf

Ebenso sind verschiedene Gruppengründungen zu Themen wie ADHS, Hörbehinderung, Amputation, chronische Schmerzen, Kaufsucht, Tourette-Syndrom oder verlassene Eltern oder Expartner:in in Planung.

Interessierte Personen können sich bei Selbsthilfe BE unter info@selbsthilfe-be.ch oder unter **0848 33 99 00** melden. Die Teilnahme in einer Selbsthilfegruppe ist kostenlos.

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

3'218 Zeichen inkl. Leerzeichen

Kontakt für Rückfragen zur Medienmitteilung: Silvia Kiener, Beraterin
Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Burgdorf
Lyssachstrasse 91 | 3400 Burgdorf,
034 422 67 05, s.kiener@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