



Medienmitteilung

Bern, 06. Mai 2021

Selbsthilfe – vielfältig, kreativ und digital

Viele Menschen in schwierigen Lebenssituationen finden in einer Selbsthilfegruppe Halt und Unterstützung. Am nationalen Tag der Selbsthilfe vom 21. Mai 2021 wird die gemeinschaftliche Selbsthilfe in der Schweiz online erlebbar.

Nationaler Tag der Selbsthilfe

Der nationale Tag der Selbsthilfe findet bereits zum sechsten Mal statt. Er wird getragen und umgesetzt von der Stiftung Selbsthilfe Schweiz und den 22 regionalen Selbsthilfezentren der Schweiz, darunter Selbsthilfe BE.

Online-Kampagne

Während des Tages werden auf tag-der-selbsthilfe.ch sowie auf [Facebook](https://www.facebook.com), [Youtube](https://www.youtube.com) und [Instagram](https://www.instagram.com) Video-Beiträge veröffentlicht. Sie zeigen die grosse Vielfalt und Kreativität der gemeinschaftlichen Selbsthilfe in der Schweiz. Die verschiedenen Stimmen, die dabei zu Wort kommen, eröffnen unterschiedliche Perspektiven auf die Selbsthilfe.

- Selbsthilfezentren gewähren Einblick in ihre Arbeit
- Betroffene und Angehörige erzählen ihre Geschichten
- Fachpersonen beleuchten den Wert der Selbsthilfe für die Gesundheit der Bevölkerung

Obwohl die Selbsthilfe stark von der Gemeinschaft und der physischen Begegnung lebt, zeigen sich die Selbsthilfegruppen auch in der herausfordernden Situation der Corona-Pandemie in ihren digitalen Beiträgen beeindruckend kreativ und engagiert.

1569 Zeichen inkl. Leerzeichen

Selbsthilfe BE

- informiert und berät rund um Selbsthilfe
- vermittelt Kontakte zu Selbsthilfegruppen
- unterstützt und begleitet den Aufbau von neuen Selbsthilfegruppen

0848 33 99 00 selbsthilfe-be.ch



Medienkontakt zum Tag der Selbsthilfe

Selbsthilfe Schweiz:

Sarah Wyss, Geschäftsführerin, 079 811 24 87
s.wyss@selbsthilfeschweiz.ch