

Medienmitteilung

Biel, 22. Februar 2018

Treffpunkt Selbsthilfe

Reden hilft! Reden in der Selbsthilfegruppe hilft! Am Treffpunkt Selbsthilfe wird über die Selbsthilfe informiert und individuell beraten.

Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Biel, lädt ein zum offenen „Treffpunkt Selbsthilfe“ am Mittwoch, 28. Februar, ab 13.30 Uhr bis 16.00 Uhr an der Bahnhofstrasse 30 in Biel. Am Treffpunkt Selbsthilfe sind alle willkommen, die sich kostenfrei über die Selbsthilfe und über geeignete Selbsthilfegruppen informieren wollen.

Gemeinschaftliche Selbsthilfe ist vielseitig und bietet ein breites Themenspektrum. Ob jemand unter Angstzuständen leidet, als Angehörige ein depressives Familienmitglied begleitet oder das Restless Legs-Syndrom hat – reden hilft! Vor allem reden mit Menschen, die ein ähnliches Schicksal haben. In einer Selbsthilfegruppe finden Betroffene und Angehörige Gehör.

Im Kanton Bern sind rund 220 Selbsthilfegruppen aktiv, mehr als 30 davon in der Region Biel-Seeland. Die Teilnahme in Selbsthilfegruppen ist kostenlos.

Selbsthilfe BE informiert und berät rund um das Thema Selbsthilfe. Selbsthilfe BE vermittelt Kontakte zu bestehenden Selbsthilfegruppen. Selbsthilfe BE unterstützt und begleitet den Aufbau von neuen Selbsthilfegruppen. Infos unter www.selbsthilfe-be.ch oder 0848 33 99 00.

992 Zeichen inkl. Leerzeichen (ohne Kasten)

Kontakt: Gabriela Imhof, Co-Fachleiterin
Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Biel
Bahnhofstrasse 30 | 2502 Biel/Bienne
032 323 05 55, 078 808 29 24, g.imhof@selbsthilfe-be.ch