

## Pflegen und Betreuen

Selbsthilfegruppe für pflegende und betreuende Angehörige



«Es hilft mir, mich mit Menschen auszutauschen, die in einer ähnlichen Situation sind. Man muss sich nicht immer erklären. Die anderen wissen, wovon ich rede. Schwierige und hilfreiche Erfahrungen zu teilen hilft uns, zu entspannen und neue Perspektiven zu finden».

Wir gründen eine Selbsthilfegruppe für Menschen, die ihre Angehörigen pflegen oder betreuen. Wir suchen weitere Frauen und Männer, die sich in einer Gruppe auf Augenhöhe austauschen möchten.

Sind Sie interessiert? Wir freuen uns, Sie kennen zu lernen.

### Information und Anmeldung

Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Burgdorf  
Lyssachstrasse 91 | 3400 Burgdorf  
0848 33 99 00 | [info@selbsthilfe-be.ch](mailto:info@selbsthilfe-be.ch)

## Pflegen und Betreuen

Selbsthilfegruppe für pflegende und betreuende Angehörige



«Es hilft mir, mich mit Menschen auszutauschen, die in einer ähnlichen Situation sind. Man muss sich nicht immer erklären. Die anderen wissen, wovon ich rede. Schwierige und hilfreiche Erfahrungen zu teilen hilft uns, zu entspannen und neue Perspektiven zu finden».

Wir gründen eine Selbsthilfegruppe für Menschen, die ihre Angehörigen pflegen oder betreuen. Wir suchen weitere Frauen und Männer, die sich in einer Gruppe auf Augenhöhe austauschen möchten.

Sind Sie interessiert? Wir freuen uns, Sie kennen zu lernen.

### Information und Anmeldung

Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Burgdorf  
Lyssachstrasse 91 | 3400 Burgdorf  
0848 33 99 00 | [info@selbsthilfe-be.ch](mailto:info@selbsthilfe-be.ch)