



Gemeinsam
stärker
Selbsthilfe
verbindet

Verlassene Eltern

Neue Selbsthilfegruppe in Bern

In Bern entsteht eine neue Selbsthilfegruppe für Mütter und Väter, deren erwachsene Kinder den Kontakt abgebrochen haben.

Für die Eltern sind die Gründe für den Kontaktabbruch oft schwer nachvollziehbar und die Trennung hinterlässt Schmerz, Sehnsucht und Unsicherheit. Der Verlust und die Frage, ob man etwas falsch gemacht hat, können sehr belastend sein.

In einer Selbsthilfegruppe können Betroffene:

- Verständnis und Unterstützung erfahren
- Strategien entwickeln, um mit der Situation umzugehen
- Lernen, gut für sich selbst zu sorgen und den Blick auf das Positive zu richten

Interessiert?

Für mehr Informationen melden Sie sich unverbindlich bei Selbsthilfe BE. Wir beraten zur Selbsthilfe, vermitteln in Gruppen, koordinieren und begleiten die ersten Treffen. Die Beratung und die Teilnahme sind kostenlos und werden vertraulich behandelt.

Wo	Für wen	Kontakt
Bern	Betroffene	0848 33 99 00

