



9. Dezember
2026

Mobbing am Arbeitsplatz

Neue Video-Selbsthilfegruppe

Werden Sie an Ihrem Arbeitsplatz bereits seit längerer Zeit schikaniert, abgewertet oder ausgegrenzt? Vielleicht haben Sie es lange nicht als Mobbing erkannt, sehen nun aber verschiedene Anzeichen dafür.

Neben dem Aufsuchen von Fachstellen kann auch der Besuch einer Selbsthilfegruppe unterstützend wirken. In der Gruppe können Sie mit anderen Betroffenen über Ihre Erfahrungen sprechen, Entlastung finden, neue Perspektiven gewinnen und gemeinsam nach möglichen Strategien suchen.

Die Selbsthilfegruppe befindet sich noch im Aufbau und wird sich abends online treffen.

Machen Sie den ersten Schritt und melden Sie sich!

Interessiert?

Das erste Treffen zur Gründung findet am 9. Dezember 2026 statt. 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.

Wann	Wo	Für wen	Kontakt
09.12.26	Online	Betroffene	0848 33 99 00



Selbsthilfe BE
Beratungszentrum Bern
Bollwerk 41 | 3011 Bern
0848 33 99 00 | info@selbsthilfe-be.ch

Im Auftrag von



Kanton Bern
Canton de Berne