

Medienmitteilung

Thun, 17. Februar 2025

Neue Selbsthilfegruppe für Menschen mit chronischem Schmerzsyndrom in Thun

Chronische Schmerzen beeinflussen das Leben vieler Betroffener erheblich – körperlich, psychisch und sozial. Um diesen Herausforderungen gemeinsam zu begegnen, entsteht in Thun eine neue Selbsthilfegruppe für Menschen mit chronischem Schmerzsyndrom.

Die Gruppe kann einen geschützten Raum für Austausch, gegenseitige Unterstützung und das Teilen von Bewältigungsstrategien bieten. Betroffene können offen über ihre Erfahrungen, Herausforderungen und Gefühle sprechen, sich vernetzen und voneinander lernen. Gegenseitige Toleranz und eine positive Atmosphäre stehen dabei im Mittelpunkt.

Interessierte können sich unverbindlich bei **Selbsthilfe BE** melden. Eine erfahrene Beraterin von Selbsthilfe BE begleitet die ersten drei Treffen und berät die Teilnehmenden zur gemeinschaftlichen Selbsthilfe. Beratung und Teilnahme sind kostenlos und vertraulich.

Für mehr Informationen wenden Sie sich unverbindlich an Selbsthilfe BE unter 0848 33 99 00.

Mehr Informationen zur Initiative der Selbsthilfegruppe:

[Online-Datenbank für Selbsthilfegruppen im Kanton Bern – Gruppen finden](#)

2'474 Zeichen inkl. Leerzeichen

Kontakt für weitere Informationen:

Regula Maag | Beraterin
Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Thun
Marktgasse 17 | 3600 Thun
033 221 75 76, r.maaq@selbsthilfe-be.ch



Selbsthilfe BE

Selbsthilfe BE ist Anlaufstelle und Drehscheibe für die gemeinschaftliche Selbsthilfe im Kanton Bern und fördert Selbsthilfegruppen zu verschiedenen Themen des Sozial- und Gesundheitsbereiches. Ziel von Selbsthilfe BE ist es, Menschen in ähnlichen Lebenssituationen zusammenzuführen, um ihnen über die gemeinschaftliche Selbsthilfe mehr Lebensqualität zu ermöglichen, sowie die Öffentlichkeit für das Thema Selbsthilfe zu sensibilisieren und zu informieren. Selbsthilfe BE bietet in seinen vier Beratungszentren in Bern, Thun, Biel und Burgdorf folgende kostenlose Dienstleistungen an:

- Information und Beratung rund um das Thema Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen
- Vermittlung und Vernetzung zu Selbsthilfegruppen
- Unterstützung und Begleitung beim Aufbau neuer Selbsthilfegruppen
- Beratung der Selbsthilfegruppen bei Fragen und Herausforderungen

Selbsthilfe BE ist im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern tätig.

Telefonische Beratung:

Mo-Do | 09.00-12.30 und 14.00-16.30 Uhr

0848 33 99 00

info@selbsthilfe-be.ch

www.selbsthilfe-be.ch

[Bilder zum Download](#)