



SELBSTHILFE VERBINDET

Impulsabend zur Bedeutung und Wirkung der Selbsthilfe

13. Oktober 2026, 18.00 - 20.00 Uhr

Tellspiel-Areal, Tellweg 5, 3800 Matten bei Interlaken

Selbsthilfegruppen leisten einen wichtigen Beitrag zur psychosozialen Gesundheit und ergänzen die professionelle Versorgung. Sie schaffen Räume für gegenseitige Unterstützung und Erfahrungsaustausch, wodurch sie die persönliche Selbst- und Gesundheitskompetenz stärken. Obwohl im Berner Oberland bereits viele Gruppen bestehen und neue entstehen, ist das vielfältige Angebot noch wenig bekannt, während der Bedarf an Vernetzung weiter wächst.

Der öffentliche Impulsabend gibt Einblicke in die Welt der gemeinschaftlichen Selbsthilfe, stellt bestehende Gruppen aus der Region vor und fördert den Austausch zwischen Betroffenen, Angehörigen und Fachpersonen. Durch Erfahrungsberichte und ein Fachreferat wird praxisnah gezeigt, welchen Beitrag Selbsthilfe leistet und wie sie Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen unterstützt.

Programm

18.00 - 18.15 Uhr	Öffnung der Türen Besichtigung der Informationsstände
18.15 - 18.20 Uhr	Begrüssung Lisa Randazzo, Präsidentin Selbsthilfe BE
18.20 - 18.30 Uhr	Selbsthilfe BE - Wirkung der Selbsthilfe und Angebote im Berner Oberland Regula Maag, Beraterin bei Selbsthilfe BE
18.30 - 19.00 Uhr	Erfahrungsberichte aus der Selbsthilfe Mitglieder aus Selbsthilfegruppen
19.00 - 19.30 Uhr	Selbsthilfe und psychosoziale Gesundheit PD Dr. med. Elisabeth Balint, Leitende Ärztin, Privatklinik Meiringen
19.30 - 20.00 Uhr	Apéro (alkoholfrei)

Mehr Informationen:

r.maag@selbsthilfe-be.ch / Tel. 033 221 75 76