

Gemeinsam
stärker
Selbsthilfe
verbindet

Angehörige von Menschen mit COPD

Neue Selbsthilfegruppe in Thun

Ein nahestehender Mensch hat COPD? Die Erkrankung kann vieles verändern – im Alltag, in der Beziehung und im gemeinsamen Leben. Auch für Angehörige kann das belastend sein.

In der neuen Selbsthilfegruppe können sich Angehörige von Menschen mit COPD zum Austausch auf Augenhöhe treffen. Hier ist Raum für persönliche Erfahrungen, Fragen, Sorgen und für das, was im Alltag manchmal zu kurz kommt.

Folgende Themen können in der Gruppe besprochen werden:

- Veränderungen im Alltag bewältigen
- Unterstützen und bei sich bleiben
- Sorgen und Ängste teilen
- Nähe, Beziehungen und gemeinsame Aktivitäten gestalten
- Eigene Bedürfnisse wahrnehmen
- Mit Vorurteilen umgehen

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
Thun	Angehörige	0848 33 99 00



Selbsthilfe BE
Beratungszentrum Thun
Marktgasse 17 | 3600 Thun
0848 33 99 00 | info@selbsthilfe-be.ch

Im Auftrag von



Kanton Bern
Canton de Berne