

## Medienmitteilung

Bern, 16. Oktober 2023

### **Selbsthilfe zum «Reinschnuppern»: Die Selbsthilfegruppen Burnout und Adoptierte Erwachsene laden zum offenen Treffen in Bern ein**

**In Bern finden demnächst zwei offene Treffen der Berner Selbsthilfegruppen Adoptierte Erwachsene am 28. Oktober 2023 und Burnout am 2. November 2023 statt. Betroffene, Angehörige und weitere Interessierte haben dabei die Gelegenheit, die Selbsthilfegruppen und deren Mitglieder kennenzulernen und sich miteinander auszutauschen.**

Die Berner Selbsthilfegruppen Burnout und Adoptierte Erwachsene laden jeweils zu einem Infotreffen in Bern ein. Ziel der Treffen ist es, interessierten Personen die Selbsthilfegruppen, deren Mitglieder und Ziele vorzustellen und miteinander in den Austausch zu kommen.

Adoptierte Betroffene, sowie Angehörige oder auch vom Thema Adoption interessierte Personen haben am 28. Oktober 2023 die Gelegenheit, die Selbsthilfegruppe und deren Mitglieder kennenlernen. Der Anlass findet von 14:00 bis 17:00 Uhr in den Räumlichkeiten des Beratungszentrums Bern von Selbsthilfe BE, der kantonalen Beratungs- und Informationsstelle für Selbsthilfe-Anliegen, statt.

Das Treffen der Selbsthilfegruppe Burnout findet am 2. November 2023 in Bern statt und richtet sich an Personen, welche von Burnout betroffen sind. Ort und Zeitpunkt des Treffens werden nach der Anmeldung bekannt gegeben.

Die Teilnahme an den Treffen ist kostenlos. Interessierte Personen können sich bei Selbsthilfe BE unter 0848 33 99 00 melden.

Mehr Infos zum Treffen Adoptierte Erwachsene vom 28. Oktober 2023:

[Offenes Treffen - Adoptierte Erwachsene | Selbsthilfe BE \(selbsthilfe-be.ch\)](#)

Mehr Infos zum Treffen für Burnout-Betroffene vom 2. November 2023:

[Offenes Treffen Burnout | Selbsthilfe BE \(selbsthilfe-be.ch\)](#)

3'067 Zeichen inkl. Leerzeichen

Kontakt für Rückfragen zur Medienmitteilung: Christine Wetli, Beraterin  
Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Bern  
Bollwerk 41 | 3011 Bern  
031 311 43 86, [c.wetli@selbsthilfe-be.ch](mailto:c.wetli@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](mailto:info@selbsthilfe-be.ch)

[www.selbsthilfe-be.ch](http://www.selbsthilfe-be.ch)

[Bilder zum Download](#)