

Medienmitteilung

Bern, 15. Mai 2023

Gemeinsam stark – Dank Selbsthilfe

Zum Tag der Selbsthilfe am 21. Mai 2023 findet dieses Jahr eine ganze Aktionswoche vom 21. – 27. Mai 2023 zugunsten der Zusammenarbeit der Selbsthilfe mit dem Schweizer Gesundheitswesen statt. Im Zentrum der Aktionswoche steht das Projekt «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlicher Spitäler». Im Kanton Bern sind verschiedene Aktivitäten in dieser Woche geplant.

Wenn jemand aus einem Spital entlassen wird oder eine ambulante Behandlung abgeschlossen ist, stehen die Patient:innen zunächst einmal alleine da. Nach der erfolgreichen medizinischen Intervention stellen sich viele Fragen, wie das Leben mit der Erkrankung im Alltag gemeistert werden kann. Dies betrifft besonders Menschen mit chronischen Krankheiten, oder wenn eine Beeinträchtigung zurückbleibt. Auch die Angehörigen der Patient:innen stehen dann manchmal vor grossen Herausforderungen.

Selbsthilfegruppen stellen hier ein bewährtes Unterstützungsangebot dar. In einer Selbsthilfegruppe vermitteln sich die Betroffenen gegenseitig Zugang zu Informationen über ihre Erkrankung und deren Behandlung sowie über die Bewältigung der Herausforderungen, die im Alltag durch diese entstehen. Damit fangen die Selbsthilfegruppen viele soziale und psychische Probleme auf, die im Rahmen der ärztlichen oder pflegerischen Versorgung nicht umfassend bearbeitet werden können.

Selbsthilfefreundliche Spitäler im Fokus

Damit möglichst viele Patient:innen und ihre Angehörigen sowie die im Spital tätigen Fachpersonen die positiven Wirkungen der Selbsthilfe kennenlernen, wird seit 2021 das Modell der «Selbsthilfefreundlichen Spitäler» von Selbsthilfe Schweiz, in Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz, auf nationaler Ebene ausgerollt. Dabei erarbeiten die regionalen Selbsthilfezentren gemeinsam mit Spitälern individuell zugeschnittene Massnahmen, um die Zusammenarbeit von Spital und Selbsthilfe in der Region zu fördern. Das Besondere dabei: Betroffene aus den Selbsthilfegruppen arbeiten als Partner:innen auf Augenhöhe und «Expert:innen aus Erfahrung» bei der Umsetzung mit. Im Kanton Bern ist die Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe BE, die Anlaufstelle für die gemeinschaftliche Selbsthilfe im Kanton, und den Spitälern und Kliniken gut unterwegs: Bereits ausgezeichnet sind das Brust- und Darmkrebszentrum des Spitals Thun. Die Privatklinik Meiringen und das Spitalzentrum Biel-Bienne befinden sich auf dem Weg zur Auszeichnung und eine weitere Kooperation besteht mit dem Onkologiezentrum des Lindenhospitals.

Aktionswoche zum Kennenlernen

Das Ziel der Aktionswoche vom 21. bis 27. Mai 2023 ist es, die erfolgreiche Zusammenarbeit von Selbsthilfegruppen und Gesundheitswesen der Öffentlichkeit und insbesondere Gesundheitsfachleuten vorzustellen. Die Aktionen auf regionaler Ebene werfen ein Schlaglicht auf ein Projekt, das durch die dauerhafte, solide Zusammenarbeit von Spitälern und Kliniken mit der Selbsthilfe positive Wirkungen sowohl für die Patient:innen als auch für das Schweizer Gesundheitswesen erzeugt.



Zur Aktionswoche organisiert Selbsthilfe BE die Informationsveranstaltungen «Treffpunkt Selbsthilfe» für Fachpersonen in ihren vier Beratungszentren:

- Beratungszentrum Biel: 17. Mai 2023, 12:30-13:30 Uhr
- Beratungszentrum Burgdorf: 22. Mai 2023, 16:30-17:30 Uhr
- Beratungszentrum Thun: 23. Mai 2023, 16:00-17:00 Uhr
- Beratungszentrum Bern: 25. Mai 2023, 12:30-13:30 Uhr

Anmeldungen erfolgen per Mail an info@selbsthilfe-be.ch oder per Telefon unter 0848 33 99 00. Weitere Informationen zu den Informationsveranstaltungen:

[Treffpunkt Selbsthilfe 2023 | Selbsthilfe BE \(selbsthilfe-be.ch\)](#)

In der Privatklinik Meiringen, Projektpartner von Selbsthilfe BE, wird ausserdem in dieser Woche speziell zur Selbsthilfe spitalintern sensibilisiert. Zusätzlich werden Ärzt:innen, Psycholog:innen und Psychiater:innen durch Selbsthilfe BE auf das Projekt und die gemeinschaftliche Selbsthilfe mit Infomaterial aufmerksam gemacht.

Mehr Infos zur Aktionswoche zum Tag der Selbsthilfe 2023:

www.selbsthilfeschweiz.ch/tag-der-selbsthilfe

5'439 Zeichen inkl. Leerzeichen

Kontakt für Rückfragen zur Medienmitteilung: Nadia Grether, Kommunikation/Administration
Selbsthilfe BE | Geschäftsstelle
Bollwerk 41 | 3011 Bern
031 311 43 75, n.grether@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](#)