

Medienmitteilung

Thun, 11. März 2024

Erstes Treffen der Selbsthilfegruppe Osteoporose in Thun – Austausch und Unterstützung für Betroffene

In Thun begleitet Selbsthilfe BE den Aufbau einer Selbsthilfegruppe für Betroffene von Osteoporose. Das erste Treffen findet am 23. April 2024 in Thun statt. Das kostenlose Angebot soll den Betroffenen einen regelmässigen Austausch und eine Unterstützung bieten.

Menschen, die mit der Diagnose Osteoporose konfrontiert sind, stehen vor vielfältigen Herausforderungen. Um Betroffenen eine Plattform für den Austausch von Erfahrungen und Unterstützung zu bieten, soll in Thun eine neue Selbsthilfegruppe gegründet werden. Das Teilen von persönlichen Erfahrungen kann nicht nur aufklären, sondern auch ermutigen und den Umgang mit dieser Erkrankung erleichtern.

Die neue Selbsthilfegruppe richtet den Fokus auf verschiedene Aspekte von Osteoporose, unter anderem:

- Leben mit der Diagnose Osteoporose
- Sport und Bewegung
- Ernährung bei Osteoporose
- Behandlungsmöglichkeiten und Erfahrungsaustausch
- Kraftquellen im Alltag

Das erste Treffen findet am 23. April 2024 in Thun statt mit der Begleitung von Selbsthilfe BE. Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist kostenlos. Interessierte sind herzlich eingeladen sich bei Selbsthilfe BE unter 0848 33 99 00 zu melden.

Weitere Informationen zur Selbsthilfe unter www.selbsthilfe-be.ch

2'669 Zeichen inkl. Leerzeichen

Kontakt für Rückfragen zur Medienmitteilung: Gabriela Kühni, Beraterin
Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Thun
Marktgasse 17 | 3600 Thun
033 221 75 76, g.kuehni@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](#)