

## Groupes d'entraide dans le canton de Berne

Août 2026

Dans le canton de Berne, des groupes d'entraide autogérés se réunissent autour de thèmes variés pour surmonter ensemble des situations de vie difficiles. Chaque thème peut rassembler plusieurs groupes aux priorités distinctes. Participer à un groupe d'entraide permet d'ouvrir de nouvelles perspectives, de trouver du réconfort et de consolider son parcours personnel. Si vous ne trouvez pas votre thématique ou si vous avez des questions, nous sommes là pour vous conseiller, vous mettre en relation avec un groupe existant ou à soutenir la création d'un nouveau groupe.

| Thèmes A-Z                   | Concerné-e-s | Parents/proches | Langues | Oberland bernois | Berne Mittelland | Bienne-Seeland-Jura b. | Emmental-Haute Argovie | Thèmes A-Z                         | Concerné-e-s | Parents/proches | Langues | Oberland bernois | Berne-Mittelland | Bienne-Seeland-Jura b. | Emmental-Haute Argovie |
|------------------------------|--------------|-----------------|---------|------------------|------------------|------------------------|------------------------|------------------------------------|--------------|-----------------|---------|------------------|------------------|------------------------|------------------------|
| Adoption                     | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Haut potentiel                     |              | •               | A       |                  | •                |                        |                        |
| Alcoolisme                   | •            | •               | A/F     | •                | •                | •                      | •                      | Hypersensibilité                   | •            | •               | A       | •                | •                | •                      | •                      |
| Allergie                     |              | •               | A       |                  | •                |                        |                        | Hypopituitarisme                   | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Aphasie                      | •            | •               | F       |                  |                  | •                      |                        | Hystérectomie                      | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Arthrite                     | •            |                 | A       | •                |                  |                        |                        | Intolérance aux champs magnétiques | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Atrophie musculaire          | •            | •               | A       |                  | •                |                        |                        | Intolérance à l'histamine          | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Bégaiement                   | •            | •               | A       |                  | •                |                        |                        | LGBTIQ+                            | •            | •               | A       | •                | •                |                        |                        |
| Borderline                   | •            | •               | A/F     |                  | •                | •                      | •                      | Lichen scléreux et atrophique      | •            |                 | A/F     |                  | •                | •                      | •                      |
| Boréliose de Lyme            | •            |                 | F       |                  |                  | •                      |                        | Lipoedème                          | •            |                 | A       |                  | •                | •                      |                        |
| Burnout                      | •            |                 | A       |                  | •                | •                      |                        | Lupus érythémateux                 | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Cancer                       | •            | •               | A       | •                | •                |                        | •                      | Lymphome                           | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Cancer de la prostate        | •            |                 | A       |                  | •                | •                      |                        | Maladie de Crohn                   | •            | •               | A/F     |                  | •                | •                      |                        |
| Cancer de la thyroïde        | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Maladie de Gilles de la Tourette   | •            | •               | A       |                  |                  |                        | •                      |
| Cancer de l'intestin         | •            |                 | A       |                  |                  | •                      |                        | Maladie de la peau, div.           | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Cancer du sein               | •            |                 | A/F     | •                | •                | •                      | •                      | Maladie de Parkinson               | •            | •               | A       | •                | •                | •                      | •                      |
| Cardiopathies                | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Maladie mitochondriale             | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Codépendance                 | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Maladie rénale                     | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Coeliakie                    | •            |                 | A       | •                |                  |                        | •                      | Maladies du pancréas               | •            | •               | A       |                  | •                |                        |                        |
| Covid long                   | •            | •               | A       | •                | •                | •                      | •                      | Maladies psychiques                | •            | •               | A       | •                | •                | •                      | •                      |
| Démence                      |              | •               | A       |                  |                  | •                      |                        | Maladies rhumatismales             | •            |                 | A       |                  |                  |                        | •                      |
| Dépendance aux drogues       | •            | •               | A/F     | •                | •                | •                      |                        | Mélanome                           | •            | •               | A       |                  | •                |                        |                        |
| Dépendance, diverses         | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Migration                          | •            |                 | A/F     |                  | •                | •                      | •                      |
| Dépression                   | •            |                 | A       | •                | •                | •                      | •                      | Morbus Bechterew                   | •            |                 | A       |                  |                  |                        | •                      |
| Deuil                        | •            | •               | A/F     | •                | •                |                        | •                      | Myasthénie grave                   | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Diabète                      | •            | •               | A/F     | •                | •                | •                      | •                      | Myélome multiple                   | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Douleur chronique            | •            |                 | A       | •                |                  |                        | •                      | Narcissisme                        |              | •               | A       | •                | •                |                        | •                      |
| Dyslexie                     |              | •               | A       |                  | •                |                        |                        | Néoplasie myéloproliférative       | •            |                 | A       | •                |                  |                        |                        |
| Dystonie                     | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Obésité                            | •            | •               | A       | •                | •                | •                      | •                      |
| Dystrophie musculaire        | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Ostéoporose                        | •            |                 | A       | •                |                  |                        |                        |
| Dystrophie myotonique type I | •            | •               | A       |                  | •                |                        |                        | Paraplégie spastique               | •            | •               | A       |                  | •                |                        |                        |
| Endométriose                 | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Parentalité                        | •            |                 | A       |                  |                  |                        | •                      |
| Enfant du facteur            | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Personnes vivant seules            | •            |                 | A       | •                | •                |                        |                        |
| Épilepsie                    | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Perte d'un enfant                  | •            | •               | A/F     | •                | •                | •                      |                        |
| Expérience de mort imminente | •            |                 | A       |                  |                  | •                      |                        | Phobie sociale                     | •            |                 | A       |                  | •                | •                      |                        |
| Famille monoparentale        | •            |                 | F       |                  |                  | •                      |                        | Placement extrafamilial            | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Fibromyalgie                 | •            |                 | A/F     | •                | •                | •                      | •                      | Plégie                             | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Handicap auditif             |              | •               | A       | •                | •                |                        | •                      | Polyarthrite rhumatoïde            | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Handicap mental              |              | •               | A       | •                |                  |                        |                        | Polyneuropathie                    | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Handicap physique            | •            |                 | A       | •                |                  |                        |                        | Relations de couple difficiles     |              | •               | A       |                  | •                |                        |                        |
| Handicap visuel              | •            |                 | A       | •                |                  | •                      |                        | Rupture des liens familiaux        | •            |                 | A       | •                |                  |                        | •                      |



| Thèmes A-Z                            | Concerné-e-s | Parents/proches | Langues | Oberland bernois | Berne-Mittelland | Bienne-Seeland-Jura b. | Emmental-Haute Argovie | Thèmes A-Z                           | Concerné-e-s | Parents/proches | Langues | Oberland bernois | Berne-Mittelland | Bienne-Seeland-Jura b. | Emmental-Haute Argovie |
|---------------------------------------|--------------|-----------------|---------|------------------|------------------|------------------------|------------------------|--------------------------------------|--------------|-----------------|---------|------------------|------------------|------------------------|------------------------|
| Schizophrénie                         | •            |                 | A       | •                | •                |                        | •                      | Syndrome Ehlers Danlos               | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Sclérodémie                           | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Syndrome maculaire                   | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Sclérose en plaques                   | •            | •               | A       |                  | •                |                        |                        | TDA(H)                               | •            | •               | A/F     | •                | •                | •                      | •                      |
| Scoliose                              | •            | •               | A       |                  | •                |                        |                        | Traumatisme crânien                  | •            | •               | A       | •                | •                | •                      | •                      |
| Seniors                               | •            |                 | A       | •                | •                |                        |                        | Tremor essentiel                     | •            |                 | A       | •                |                  |                        |                        |
| Séparation / Divorce                  | •            | •               | A/F     | •                | •                | •                      |                        | Trouble bipolaire                    | •            |                 | A       | •                | •                |                        | •                      |
| Sortie d'une secte                    | •            |                 | A       | •                |                  |                        |                        | Trouble du spectre de l'autisme      | •            | •               | A/F     | •                | •                | •                      | •                      |
| Spina Bifida                          | •            | •               | A       |                  | •                |                        |                        | Trouble obsessionnel compulsif       | •            |                 | A/F     |                  | •                | •                      |                        |
| Stomie                                | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Troubles anxieux                     | •            |                 | A       | •                | •                |                        |                        |
| Stress post-traumatique               | •            |                 | A       | •                |                  | •                      |                        | Troubles du comportement alimentaire | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Suicide                               |              | •               | A       |                  | •                |                        |                        | Tumeur maligne du larynx             | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Syndrome de fatigue chronique         | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Veuve                                | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Syndrome de Rokitansky-Küster-Hauser  | •            |                 | A       |                  |                  |                        | •                      | VIH                                  | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Syndrome de Stein-Leventhal           | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Violence                             | •            |                 | A       |                  |                  |                        | •                      |
| Syndrome des jambes sans repos        | •            | •               | A       | •                | •                | •                      | •                      | Violences sexuelles                  | •            |                 | A/F     |                  | •                | •                      |                        |
| Syndrome douloureux régional complexe | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |                                      |              |                 |         |                  |                  |                        |                        |

| Groupes en création                                                                   | Concerné-e-s | Parents/proches | Langues | Oberland bernois | Berne-Mittelland | Bienne-Seeland-Jura b. | Emmental-Haute Argovie | Groupes en création                                                 | Concerné-e-s | Parents/proches | Langues | Oberland bernois | Berne-Mittelland | Bienne-Seeland-Jura b. | Emmental-Haute Argovie |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------|---------|------------------|------------------|------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------|---------|------------------|------------------|------------------------|------------------------|
| Adolescent-e-s avec le syndrome d'évitement pathologique des demandes (PDA) - parents |              | •               | A       |                  | •                |                        |                        | Maladies psychiques chez les adolescents et jeunes adultes          |              | •               | A       |                  |                  |                        | •                      |
| AuDAH: Autisme et TDAH                                                                | •            |                 | A       |                  |                  | •                      |                        | Partenaires TDA(H)                                                  |              | •               | A       |                  |                  |                        | •                      |
| Borderline                                                                            | •            |                 | F       |                  |                  | •                      |                        | Proches aidant-e-s                                                  | •            |                 | A       | •                |                  |                        |                        |
| Cancer                                                                                | •            | •               | A       | •                |                  |                        | •                      | Rupture familiale                                                   | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Cancer de la prostate                                                                 | •            |                 | A       | •                |                  |                        |                        | Schizophrénie                                                       | •            |                 | F       |                  |                  | •                      |                        |
| Cancer du sein                                                                        | •            |                 | A       |                  |                  |                        |                        | Sortie d'une communauté religieuse                                  | •            |                 | A       |                  |                  |                        | •                      |
| Dépression                                                                            |              | •               | A       |                  | •                |                        | •                      | Syndrome des jambes sans repos                                      | •            |                 | F       |                  |                  | •                      |                        |
| Dépression CBASP                                                                      | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Syndrome prémenstruel (SPM)                                         | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Deuil après un cancer                                                                 |              | •               | A       | •                |                  |                        |                        | TDA(H) à l'âge adulte                                               | •            |                 | A       | •                |                  |                        | •                      |
| Endométriose/ Adénomyose                                                              | •            |                 | A       |                  |                  | •                      |                        | Traverser le deuil ensemble                                         |              | •               | A       |                  |                  | •                      |                        |
| Enfants avec le syndrome PDA - Grands-parents                                         |              | •               | A       |                  | •                |                        |                        | Trichotillomanie Groupe vidéo                                       | •            |                 | A       | •                | •                | •                      | •                      |
| Harcèlement au lieu de travail (groupe vidéo)                                         | •            |                 | A       | •                | •                | •                      | •                      | Trouble bipolaire                                                   |              | •               | A       | •                |                  |                        |                        |
| Hypersensibilité                                                                      | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        | Trouble du spectre de l'autisme                                     | •            |                 | A       | •                |                  |                        | •                      |
| Jalousie et peurs d'abandon                                                           | •            |                 | A       |                  |                  |                        | •                      | Trouble du spectre de l'autisme chez les enfants et les adolescents |              | •               | A       |                  |                  |                        | •                      |
| Jeune et seul-e                                                                       | •            |                 | A       | •                |                  |                        |                        | Troubles anxieux                                                    | •            |                 | F       |                  |                  | •                      |                        |
| Jeunes adultes en deuil d'un parent                                                   | •            |                 | F       |                  |                  | •                      |                        | Tumeur cérébrale - groupe vidéo                                     |              | •               | A/F     | •                | •                | •                      | •                      |
| Lymphoedème                                                                           | •            |                 | A       | •                |                  |                        |                        | Vertiges                                                            | •            |                 | A       |                  | •                |                        |                        |
| Maladies psychiques                                                                   | •            |                 | A       | •                |                  |                        |                        |                                                                     |              |                 |         |                  |                  |                        |                        |

