



Neue Selbsthilfegruppe in Thun: mässiger Alkoholkonsum und Umgang mit Emotionen

Mai 2026: Unverbindlicher Infoanlass - melden Sie sich an!

Im Raum Thun besteht Interesse, eine Selbsthilfegruppe mit Schwerpunkt "Mässiger Alkoholkonsum und Umgang mit Emotionen" zu gründen.

Selbsthilfegruppen tragen nachweislich wesentlich dazu bei, durch Abhängigkeit verursachtes Leid zu mindern und die Rückfallgefahr deutlich zu reduzieren. Sie sind eine wichtige Ergänzung zu professionellen stationären und ambulanten Behandlungsangeboten und werden als grosse Bereicherung wahrgenommen, neue Möglichkeiten der Lebensgestaltung zu finden. Das Blaue Kreuz bietet Aufbau, Koordination und Coaching der Selbsthilfegruppen an. In der Regel organisieren sich Selbsthilfegruppen, wie das Wort sagt, selbst. Die Treffen finden ohne Fachperson statt.

Sie sind interessiert, wie eine solche Selbsthilfegruppe funktioniert? Herzlich willkommen an unserem unverbindlichen Info-Anlass!

Datum/Zeit: Dienstag, 19.05.26 / 18.30 Uhr (bis ca. 20.00 Uhr) - bei genügenden Anmeldungen

Ort: Fachstelle Thun, Kasernenstrasse 17, 3600 Thun

Leitung: Evelyne Kalbermatten, Koordinatorin Selbsthilfegruppen Blaubrügg

Kosten: kostenlos

Anmeldung: Erforderlich: 033 222 01 77 / selbsthilfe@blaueskreuzbern.ch
Bei weiteren Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.



www.besofr.blaueskreuz.ch/beratung/selbsthilfegruppen-blaubruegg