



Deine Sucht - und ich?

Für Frauen, die vom Suchtverhalten eines anderen Menschen betroffen sind

Pendeln Sie zwischen Hoffnung und Enttäuschung?
Möchten Sie mehr an sich selber denken?
Wollen Sie wissen, wie Sie sich verhalten können?
Sind Sie an den Erfahrungen anderer Frauen interessiert?

In geleiteten Gruppensitzungen

- informieren wir Sie über Sucht und deren Folgen
- besprechen Sie Verhaltensweisen gegenüber Menschen mit Suchtproblemen
- reflektieren Sie Ihren Umgang mit Nähe, Distanz und Verantwortung
- entdecken Sie Ihre eigenen Stärken und Fähigkeiten neu
- können Sie Schritte planen, um Ihre Lebenssituation zu verändern

Gerne unterstützen wir Sie auch in Einzel-, Paar- und Familiengesprächen.

Zentrum Bern

Eigerstrasse 80, 3007 Bern, Tel. 031 370 70 70, bern@beges.ch

Ort	Berner Gesundheit, Eigerstrasse 80, 3007 Bern
Leitung	Sarah Mollet, Ruth Rihs
Unkostenbeitrag	Fr. 10.-
Anmeldung	Sie können sich telefonisch (031 370 70 70) oder per E-Mail (bern@beges.ch) anmelden. Nach Ihrer Anmeldung laden wir Sie zu einem unverbindlichen Vorgespräch ein.
Start	Mittwoch, 21. März 2012
Dauer, Zeit	8-mal, jeweils mittwochs von 14.00 bis 16.00 Uhr
Folgedaten	4. und 18. April 2012, 2. und 16. und 30. Mai 2012, 13. und 27. Juni 2012
Anmeldefrist	28. Februar 2012

Gemeinsam für mehr Gesundheit

Wir engagieren uns für eine wirkungsvolle und professionelle Gesundheitsförderung im Kanton Bern. Unsere Kernaufgaben sind Suchtberatung, Prävention und Sexualpädagogik. Die Dienstleistungen erbringt unsere Stiftung im Auftrag der kantonalen Gesundheits- und Fürsorgedirektion. Wir betreiben ein aktives Qualitätsmanagement und sind QuaTheDa zertifiziert.

Mit den 4 Regionalzentren in Bern, Biel, Burgdorf und Thun sowie den 17 Beratungstützpunkten im gesamten Kanton sind wir überall in Ihrer Nähe.

www.bernergesundheit.ch