

Gruppenangebote Offres de groupes

Januar bis Dezember 2012

Janvier à Décembre 2012



Inhaltsverzeichnis/Sommaire

Geniessen – auch ohne Alkohol	6
Für Frauen und Männer, die alkoholfrei leben wollen	
Männer und Alkohol	9
Für Männer bis 50, die sich mit ihrem Alkoholkonsum auseinandersetzen wollen	
Kontrolliertes Trinken	10
Für Frauen und Männer, die ihren Alkoholkonsum reduzieren wollen	
Zwischen Genuss und Verdruss	11
Für Frauen und Männer mit risikoreichem Suchtmittelkonsum	
Deine Sucht – und ich?	12
Für Frauen, die vom Suchtverhalten eines anderen Menschen betroffen sind	
Finito: Zug um Zug zur Rauchfreiheit	14
Die Rauchstopp-Gruppe für Frauen und Männer	
Mein Körper – mein Feind?	17
Für junge Frauen, die an ihrer Einstellung zum Essen und ihrem Essverhalten leiden (BMI mind. 17)	
Unsere Tochter/unser Sohn hat eine Essstörung. Was können wir tun?	18
Gesprächs- und Informationsabende für Eltern von erwachsenen Kindern	
Finito: Pas à pas – lâcher le tabac	19
Un groupe stop tabac pour adultes	
Anmeldung/Inscription	20
Kontaktadressen/Coordonnées	21

**Liebe Leserin,
Lieber Leser,**

Weshalb bieten wir neben Einzel-, Paar- und Familienberatungen auch Gruppenangebote an? Unsere Gruppen bieten die Möglichkeit Erfahrungen auszutauschen, Solidarität zu erleben und Neues zu wagen. Die Erkenntnis, mit der eigenen Situation nicht allein zu sein, gibt Halt und macht Mut. Die Gruppe gibt Impulse und Lösungsideen, um die gegenwärtige Situation besser zu bewältigen und neue Wege zu finden.

Unsere Fachmitarbeitenden, welche die Gruppen leiten, verfügen nebst Grundausbildungen in Sozialarbeit, Sozialpädagogik oder anderen gleichwertigen Ausbildungen über therapeutische Zusatzausbildungen sowie über eine langjährige Berufserfahrung im Suchtbereich. Sie bilden sich laufend weiter und reflektieren ihre Arbeit mittels Inter- und Supervision. Sie arbeiten ressourcen- und lösungsorientiert. Unsere Fachpersonen stehen unter beruflicher Schweigepflicht.

Auf den kommenden Seiten finden Sie kurze Beschreibungen aller Gruppen, welche wir im 2012 anbieten.

Freundliche Grüsse
Ihre Berner Gesundheit

**Chère lectrice,
Cher lecteur,**

Notre offre comporte des entretiens individuels, de couple et de famille ainsi que des groupes. Ces derniers, animés par des professionnels-le-s, offrent la possibilité d'échanger des expériences dans un cadre familial, de vivre la solidarité et d'oser faire de nouveaux pas. Reconnaître que «je ne suis pas seul-e dans ma situation» peut donner du courage pour mieux supporter sa propre situation ou pour mieux la gérer. Le groupe donne des impulsions et un soutien pour atteindre des objectifs personnels.

En plus d'une formation de base en travail social, pédagogie sociale ou d'autres formations équivalentes, nos professionnels-le-s sont au bénéfice de formations complémentaires thérapeutiques, ainsi que d'une longue expérience professionnelle dans le domaine des dépendances. Ils se perfectionnent continuellement et analysent leur travail lors d'intervisions et de supervisions. Leur travail est orienté sur les ressources et les solutions des clients-te-s. Nos spécialistes sont soumis au secret professionnel.

Dans cette brochure, vous trouverez de brèves descriptions de nos cours organisés en 2012.

Meilleures salutations
Santé bernoise

Geniessen – auch ohne Alkohol

(Gruppe 1)

Für Frauen und Männer, die alkoholfrei leben wollen

Möchten Sie Ihre Alkoholabstinenz aufrechterhalten?
Wollen Sie wissen, wie Sie Ihr Rückfallrisiko verringern können?
Sind Sie an den Erfahrungen anderer interessiert?

In geleiteten Gruppensitzungen

- informieren wir Sie über Alkohol und Rückfallprävention
- lernen Sie den Umgang mit Risikosituationen und Alkoholverlangen
- erfahren Sie, wie Sie sich bei einem Rückfall oder Ausrutscher verhalten können
- lernen Sie, unangenehme Gefühle wahrzunehmen und zu bewältigen
- erkennen und mobilisieren Sie eigene Stärken
- besprechen Sie den Umgang mit Angehörigen
- erhalten Sie Impulse für die Freizeitgestaltung und das Verhalten am Arbeitsplatz

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

Ort	Bern, Biel, Burgdorf, Thun
Leitung	Fachmitarbeitende der Berner Gesundheit
Unkostenbeitrag	Fr. 10.–
Anmeldung	siehe Seite 20 oder auf www.bernergesundheit.ch

Zentrum Bern

GRUPPE FÜR MÄNNER AB 50 JAHREN

(Nr. 1A/Bern)

Start	3. Januar 2012
Dauer	Fortlaufend, jeden zweiten Dienstag
Zeit	18.30 bis 20.30 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Eigerstrasse 80, 3007 Bern
Leitung	Sergio Thanei
Anmeldefrist	Derzeit keine freien Plätze; bei Interesse bitte bei der Gruppenleitung melden

GEMISCHTE GRUPPE

(Nr. 1B/Bern)

Start	19. Januar 2012
Dauer	Fortlaufend, jeden zweiten Donnerstag
Zeit	18.00 bis 19.30 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Eigerstrasse 80, 3007 Bern
Leitung	Franziska Löw, Christina Messerli, Rolf Tschanz
Anmeldefrist	Einstieg jederzeit möglich

Zentrum Emmental-Oberaargau

GEMISCHTE GRUPPE

(Nr. 1/Burgdorf)

Start	24. Januar 2012
Dauer	Fortlaufend, jeden zweiten Dienstag
Zeit	18.00 bis 20.00 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Bahnhofstrasse 90, 3400 Burgdorf
Leitung	Matthias Rauh, Monika Trapp
Anmeldefrist	Einstieg jederzeit möglich

Zentrum Jura bernois-Seeland

GEMISCHTE GRUPPE

(Nr. 1/Biel)

Start	16. Januar 2012
Dauer	Fortlaufend, jeden zweiten Montag
Zeit	18.30 bis 20.30 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, J. Verresius-Strasse 18, 2501 Biel
Leitung	Anna Bischoff, Enrico Odermatt
Anmeldefrist	Einstieg jederzeit möglich

Fortsetzung siehe Seite 8

Geniessen – auch ohne Alkohol

Zentrum Oberland

GRUPPE FÜR FRAUEN

(Nr. 1A/Thun)

Start	11. Januar 2012
Dauer	Fortlaufend, jeden zweiten Mittwoch
Zeit	09.00 bis 11.00 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Aarestrasse 38 B, 3601 Thun
Leitung	Marlen Ammon-Balmer, Ilona Hunziker-Kiss
Anmeldefrist	Einstieg jederzeit möglich

GRUPPE FÜR MÄNNER

(Nr. 1B/Thun)

Start	12. Januar 2012
Dauer	Fortlaufend, jeden zweiten Donnerstag
Zeit	19.00 bis 21.00 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Aarestrasse 38 B, 3601 Thun
Leitung	Marcel Giger
Anmeldefrist	Einstieg jederzeit möglich

Männer und Alkohol

(Gruppe 2)

Für Männer bis 50, die sich mit ihrem Alkoholkonsum auseinandersetzen wollen

Möchten Sie sich mit anderen Männern über ihren Alkoholkonsum austauschen?
Sind Sie an den Erfahrungen anderer interessiert?

In geleiteten Gruppensitzungen

- haben Sie die Möglichkeit, sich mit anderen Männern auszutauschen
- informieren Sie sich über das Thema Alkohol
- lernen Sie den Umgang mit Risikosituationen und Alkoholverlangen
- lernen Sie, unangenehme Gefühle wahrzunehmen und zu bewältigen
- erkennen und mobilisieren Sie eigene Stärken
- erhalten Sie Impulse für die Freizeitgestaltung und das Verhalten am Arbeitsplatz

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

Ort	Bern
Leitung	Fachmitarbeitende der Berner Gesundheit
Unkostenbeitrag	Fr. 10.–
Anmeldung	siehe Seite 20 oder auf www.bernergesundheit.ch

Zentrum Bern

(Nr. 2/Bern)

Start	10. Januar 2012
Dauer	Fortlaufend, jeden zweiten Dienstag
Zeit	18.30 bis 20.00 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Eigerstrasse 80, 3007 Bern
Leitung	Basil Glanzmann
Anmeldefrist	Einstieg jederzeit möglich

Kontrolliertes Trinken

(Gruppe 3)

Für Frauen und Männer, die ihren Alkoholkonsum reduzieren wollen

Haben Sie oder andere den Eindruck, dass Ihr Alkoholkonsum zu hoch ist?

Wollen Sie Ihren Alkoholkonsum reduzieren?

Haben Sie gemerkt, dass eine Reduktion gar nicht so einfach ist?

Möchten Sie von den Erfahrungen anderer profitieren?

In zehn geleiteten Gruppensitzungen können Sie die Methode des kontrollierten Trinkens lernen, um es im Alltag erfolgreich anzuwenden. In den Besprechungen

- informieren wir Sie über Alkohol und den Alkoholkonsum
- ziehen Sie eine persönliche Bilanz zum bisherigen Alkoholkonsum
- entwickeln Sie hilfreiche Ziele und Absichten
- lernen Sie, Ihren Alkoholkonsum zu steuern und zu kontrollieren
- erfahren Sie, wie Sie mit Risikosituationen und Ausrutschern umgehen können
- lernen Sie, Belastungssituationen besser zu bewältigen
- erhalten Sie Impulse für die Freizeitgestaltung

Wir vermitteln die Methode des kontrollierten Trinkens auch in Einzelgesprächen.

Ort	Berner Gesundheit, Eigerstrasse 80, 3007 Bern
Dauer	10-mal
Start/Zeit	Auf Anfrage
Leitung	Fachmitarbeitende der Berner Gesundheit
Unkostenbeitrag	Fr. 55.– für Unterlagen
Anmeldung	Die Gruppe «Kontrolliertes Trinken» wird auf Anfrage überregional organisiert, so dass zum Zeitpunkt des Drucks die konkreten Termine noch nicht bekannt waren. Interessenten wenden sich bitte an das Sekretariat des Zentrums Bern (siehe Seite 21).

Zwischen Genuss und Verdruss

(Gruppe 4)

Für Frauen und Männer mit risikoreichem Suchtmittelkonsum

Konsumieren Sie gerne Alkohol oder andere Substanzen?

Wird Ihnen Ihr Konsum manchmal zum Verdruss?

Möchten Sie Ihren Suchtmittelkonsum überdenken?

Sind Sie an Erfahrungen anderer interessiert?

In den geleiteten Gruppensitzungen geht es um folgende Inhalte:

- aktive Auseinandersetzung mit Ihrer Lebenssituation
- spielerische Entwicklung von neuen Ideen und Alternativen zu Ihrem Konsum
- Neues wird spür- und erlebbar gemacht
- Erfahren von Solidarität und Unterstützung durch die Gruppe
- Stärken von persönlichen Zielen und Absichten

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

Ort	Bern
Leitung	Fachmitarbeitende der Berner Gesundheit
Unkostenbeitrag	Fr. 10.–
Anmeldung	siehe Seite 20 oder auf www.bernergesundheit.ch

Zentrum Bern

(Nr. 4/Bern)

Start	6. März 2012
Dauer	Fortlaufend, jeden zweiten Donnerstag
Zeit	18.00 bis 19.30 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Eigerstrasse 80, 3007 Bern
Leitung	Ruth Rihs, Rolf Tschanz
Anmeldefrist	Einstieg jederzeit möglich

Deine Sucht – und ich?

(Gruppe 5)

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.

Ort	Bern, Biel, Burgdorf
Leitung	Fachmitarbeitende der Berner Gesundheit
Unkostenbeitrag	Fr. 10.–
Anmeldung	siehe Seite 20 oder auf www.bernergesundheit.ch

Zentrum Bern**(Nr. 5/Bern)**

Start	7. März 2012
Dauer	8-mal, jeweils mittwochs
Zeit	14.00 bis 16.00 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Eigerstrasse 80, 3007 Bern
Leitung	Sarah Mollet, Ruth Rihs
Anmeldefrist	28. Februar 2012

Zentrum Emmental-Oberaargau**(Nr. 5/Burgdorf)**

Start	26. Januar 2012
Dauer	Fortlaufend, jeden zweiten Donnerstag
Zeit	14.00 bis 16.00 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Bahnhofstrasse 90, 3400 Burgdorf
Leitung	Sonja Scheuner
Anmeldefrist	Einstieg jederzeit möglich

Zentrum Jura bernois-Seeland**(Nr. 5/Biel)**

Start	26. Januar 2012
Dauer	jeweils donnerstags, in Themen-Zyklen
Zeit	18.00 bis 19.30 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, J. Verresius-Strasse 18, 2501 Biel
Leitung	Erika Amrein, Heidi Oberli
Anmeldefrist	23. Januar 2012

Finito: Zug um Zug zur Rauchfreiheit

Die Rauchstopp-Gruppe für Frauen und Männer

(Gruppe 6)

Möchten Sie mit dem Rauchen aufhören?

Suchen Sie dafür die Unterstützung einer fachlich geleiteten Gruppe?

Sind Sie an den Erfahrungen anderer interessiert?

Unser bewährtes 6-Schritte-Programm unterstützt Sie auf dem Weg in die Rauchfreiheit. In geleiteten Gruppensitzungen

- erhalten Sie Informationen zu Tabak und Rauchen
- beobachten und verstehen Sie Ihr eigenes Verhalten
- entdecken Sie die Vorteile des Rauchstopps
- planen Sie den Rauchstopp nach Ihren Bedürfnissen
- finden Sie sinnvolle Alternativen zum Rauchen
- werden Sie sich der Stolpersteine bewusst
- erhalten Sie Anregungen für die Gestaltung Ihres rauchfreien Lebens

Gerne unterstützen wir Sie auch in Einzelgesprächen.

Unser Angebot für Betriebe

Nach Möglichkeit führen wir Gruppenberatungen auch innerbetrieblich durch.

Setzen Sie sich zur Abklärung bitte mit uns in Verbindung.

Ort	Bern, Biel, Burgdorf, Thun
Leitung	Fachmitarbeitende der Berner Gesundheit
Unkostenbeitrag	Fr. 10.–
Anmeldung	siehe Seite 20 oder auf www.bernergesundheit.ch

Zentrum Bern**(Nr. 6/Bern)**

Start	20. Februar 2012
Dauer	6-mal, jeweils montags
Zeit	18.30 bis 20.00 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Eigerstrasse 80, 3007 Bern
Leitung	Stephan Bonassi
Anmeldefrist	15. Februar 2012

Zentrum Emmental-Oberaargau**(Nr. 6A/Burgdorf)**

Start	29. Februar 2012
Dauer	6-mal, jeweils mittwochs
Zeit	17.30 bis 19.00 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Bahnhofstrasse 90, 3400 Burgdorf
Leitung	Eva Guldener, Theo Hirter
Anmeldefrist	27. Februar 2012

Start	17. Oktober 2012	(Nr. 6B/Burgdorf)
Dauer	6-mal, jeweils mittwochs	
Zeit	17.30 bis 19.00 Uhr	
Ort	Berner Gesundheit, Bahnhofstrasse 90, 3400 Burgdorf	
Leitung	Eva Guldener, Theo Hirter	
Anmeldefrist	15. Oktober 2012	

Zentrum Jura bernois-Seeland**(Nr. 6/Biel)**

Start	6. Juni 2012
Dauer	6-mal, jeweils mittwochs
Zeit	17.00 bis 18.30 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, J. Verresius-Strasse 18, 2501 Biel
Leitung	Anna Bischoff, Cécile Brunnschweiler
Anmeldefrist	1. Juni 2012

Fortsetzung siehe Seite 16

Finito: Zug um Zug zur Rauchfreiheit

Zentrum Oberland

(Nr. 6A/Thun)

Start 1. März 2012
Dauer 6-mal, jeweils donnerstags
Zeit 19.00 bis 20.30 Uhr
Ort Berner Gesundheit, Aarestrasse 38 B, 3601 Thun
Leitung Lea Anderegg, Marcel Giger
Anmeldefrist 22. Februar 2012

Start 25. Oktober 2012 **(Nr. 6B/Thun)**
Dauer 6-mal, jeweils donnerstags
Zeit 19.00 bis 20.30 Uhr
Ort Berner Gesundheit, Aarestrasse 38 B, 3601 Thun
Leitung Lea Anderegg, Marcel Giger
Anmeldefrist 17. Oktober 2012

Mein Körper – mein Feind?

(Gruppe 7)

Für junge Frauen, die an ihrer Einstellung zum Essen und ihrem Essverhalten leiden (BMI mind. 17)

Ist Ihnen Ihr Körper zum Feind geworden?

Möchten Sie ihn wieder zum Freund werden lassen?

Möchten Sie an Ihrem Essverhalten etwas ändern?

Würden Sie gerne Ihre Erfahrungen mit anderen Frauen austauschen?

In geleiteten Gruppensitzungen

- erhalten Sie Informationen zu den einzelnen Essstörungen
- lernen Sie einen Zusammenhang zwischen gesellschaftlichen Rollen/Werten/ Vorbildern und ihrem eigenen Verhalten erkennen
- können Sie ausprobieren, wie durch Entspannungsübungen ein besseres Körperbewusstsein entsteht
- erweitern Sie im Austausch mit den anderen Teilnehmerinnen Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung
- trainieren Sie Ihre Fähigkeit, konstruktiv Kritik zu äussern bzw. entgegen zu nehmen
- setzen Sie sich mit Denkmustern und Handlungen auseinander, die sich förderlich oder destruktiv auf das Essverhalten auswirken
- erhalten Sie Informationen über weitere Behandlungsmöglichkeiten

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

Ort	Bern
Leitung	Fachmitarbeiterinnen der Berner Gesundheit
Unkostenbeitrag	Fr. 10.–
Anmeldung	siehe Seite 20 oder auf www.bernergesundheits.ch

Zentrum Bern

(Nr. 7/Bern)

Start	27. Februar 2012
Dauer	6-mal, jeden zweiten Montag
Zeit	16.30 bis 18.30 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Eigerstrasse 80, 3007 Bern
Leitung	Franziska Löw, Marion Thalmann
Anmeldefrist	10. Februar 2012

Unsere Tochter/ unser Sohn hat eine Essstörung. (Gruppe 8) Was können wir tun?

Gesprächs- und Informationsabende für Eltern von erwachsenen Kindern

In geleiteten Gesprächsabenden

- erhalten Sie Informationen zu den einzelnen Essstörungen
- reflektieren Sie Ihr Kommunikationsverhalten innerhalb der Familie
- können Sie herausfinden, welche Faktoren eher zu einer Aufrechterhaltung der Essstörung beitragen
- erhalten Sie im Austausch mit anderen Eltern Anregungen und Unterstützung zur Verbesserung Ihres familiären Wohlbefindens und mobilisieren eigene Ressourcen
- erhalten Sie Informationen über weitere Behandlungsmöglichkeiten

Die vier Abende sind jeweils einem Schwerpunktthema zugeordnet:

- Den Essstörungs-Teufelskreis in den Beziehungen erkennen und durchbrechen
- Hilfe, die Essstörung frisst uns auf! Wie können wir den Blickwinkel erweitern?
- Einfühlung und Verbesserung der Kommunikation im Umgang mit Betroffenen
- Sorge, emotionale Wärme, Verantwortung – die richtige Balance finden

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

Ort	Bern
Leitung	Fachmitarbeitende der Berner Gesundheit
Unkostenbeitrag	Fr. 10.–
Anmeldung	siehe Seite 20 oder auf www.bernergesundheit.ch

Zentrum Bern

(Nr. 8/Bern)

Start	14. März 2012
Dauer	4-mal, jeden zweiten Mittwoch
Zeit	18.00 bis 19.30 Uhr
Ort	Berner Gesundheit, Eigerstrasse 80, 3007 Bern
Leitung	Stephan Bonassi, Franziska Löw
Anmeldefrist	2. März 2012

Finito : Pas à pas – lâcher le tabac

(Groupe 9)

Un groupe stop tabac pour adultes

Souhaitez-vous arrêter de fumer ?

Souhaitez-vous participer à un groupe animé par des professionnels-le-s ?

Souhaitez-vous partager vos expériences avec d'autres personnes engagées dans la même démarche ?

Notre programme en 6 étapes vous permet de trouver votre propre chemin pour arrêter de fumer. Durant les séances, les animateurs vous proposent :

- d'acquérir des savoirs concernant le tabac et le comportement tabagique
- d'observer et de comprendre votre propre comportement
- de découvrir les avantages d'une vie sans tabac
- de planifier le jour d'arrêt définitif
- de trouver des alternatives à la cigarette
- de vaincre les obstacles
- de commencer une vie sans tabac

Nous offrons également des consultations individuelles.

Notre offre pour les entreprises

Selon nos possibilités, nous organisons également des séances de groupe au sein de votre entreprise. Prenez contact avec nous pour un entretien d'information.

Lieu	Tramelan
Animation	les professionnels-le-s de Santé bernoise
Prix	Fr. 10.–
Inscription	voir page 20 ou sur www.santebernoise.ch

Centre Jura bernois-Seeland

(No 9/Tramelan)

Début	29 octobre 2012
Durée	6 x le lundi
Horaire	18h30 à 20h30
Lieu	L'Envol, Grand-Rue 157, 2720 Tramelan
Animation	Jacqueline Halaba-Prébandier
Délai d'inscription	22 octobre 2012

Anmeldung

Sie können sich telefonisch oder schriftlich mit der beigelegten Karte anmelden. Bitte geben Sie die Gruppen-Nummer inklusive Ort an. Füllen Sie auf der Antwortkarte auch die Empfängeradresse aus. Die Adressen unserer vier Regionalzentren finden Sie auf der folgenden Seite.

Bitte beachten Sie die Anmeldefristen.

Sie können sich auch auf **www.bernergesundheits.ch** anmelden oder sich dort über aktuelle Informationen zu den Gruppen erkundigen.

Nach Ihrer Anmeldung laden wir Sie zu einem unverbindlichen Vorgespräch ein.

Inscription

Vous pouvez vous inscrire téléphoniquement ou par écrit au moyen de la carte ci-jointe. Merci d'indiquer le numéro du groupe y compris le lieu. Veuillez indiquer également l'adresse du destinataire sur la carte-réponse (voir page ci-contre pour les adresses des centres).

Merci de respecter les délais d'inscription.

Vous pouvez aussi vous inscrire par internet: **www.santebernoise.ch**
Vous y trouverez des renseignements détaillés.

Suite à votre inscription, nous vous inviterons à un entretien sans engagement.

Kontaktadressen/Coordonnées

Haben Sie Fragen? Nehmen Sie mit uns Kontakt auf. Wir unterstützen Sie gerne auch in Einzelgesprächen.

Avez-vous des questions ? Prenez contact avec nous. Nous vous proposons également des entretiens individuels.

Berner Gesundheit
Zentrum Bern
Eigerstrasse 80
3007 Bern
Beratungsstützpunkte: Belp, Jegenstorf, Laupen, Schwarzenburg

Tel. 031 370 70 70

Fax 031 370 70 71

bern@beges.ch

Berner Gesundheit
Zentrum Emmental-Oberaargau
Bahnhofstrasse 90
3400 Burgdorf
Beratungsstützpunkte: Langenthal, Langnau, Worb

Tel. 034 427 70 70

Fax 034 427 70 71

burgdorf@beges.ch

Berner Gesundheit/Santé bernoise
Zentrum/Centre Jura bernois-Seeland
J. Verresius-Strasse 18
2501 Biel/Bienne
Beratungsstützpunkte/antennes de consultation: Ins, Lyss, Moutier, St-Imier, Tavannes

Tel. 032 329 33 70 (d) / 73 (f)

Fax 032 329 33 71

biel@beges.ch

bienne@beges.ch

Berner Gesundheit
Zentrum Oberland
Aarestrasse 38 B
3601 Thun
Beratungsstützpunkte: Erlenbach, Frutigen, Interlaken, Meiringen, Zweisimmen

Tel. 033 225 44 00

Fax 033 225 44 01

thun@beges.ch

Notizen / Notes

Anmeldung/Inscription

Gruppe Nr./Groupe no: _____ Ort/Lieu: _____

Name/Nom: _____

Vorname/Prénom: _____

Adresse: _____

PLZ, Ort/NPA, lieu: _____

Tel./Tél.: _____

Unterschrift/Signature: _____

Anmeldung/Inscription

Gruppe Nr./Groupe no: _____ Ort/Lieu: _____

Name/Nom: _____

Vorname/Prénom: _____

Adresse: _____

PLZ, Ort/NPA, lieu: _____

Tel./Tél.: _____

Unterschrift/Signature: _____

Bitte frankieren

Affranchir s.v.p.

Berner Gesundheit/Santé bernoise

Zentrum/Centre _____

Bitte frankieren

Affranchir s.v.p.

Berner Gesundheit/Santé bernoise

Zentrum/Centre _____

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 Beratungspunkten im gesamten Kanton sind wir überall in Ihrer Nähe.

Agir ensemble pour une vie saine

Nous nous investissons dans la promotion de la santé pour qu'elle reste sous le signe de l'efficacité et du professionnalisme. Nos tâches principales sont la consultation en matière d'addictions et la prévention. C'est sur mandat de la Direction cantonale de la santé publique et de la prévoyance sociale que notre fondation est invitée à fournir ses prestations. La gestion de la qualité nous tient à coeur et nous sommes certifiés QuaTheDA.

Nous sommes proches de vous avec notre centre bilingue à Bienne, et nos antennes de consultation à Moutier, St-Imier et Tavannes. Les autres centres se trouvent à Berne, Berthoud et Thoune, avec leurs 14 antennes de consultation.

www.bernergesundheit.ch
www.santebernoise.ch

