

Gruppenangebote 2019 im Überblick

Berner Gesundheit - Gratis-Nummer: Tel. 0800 070 070 - beratung@beges.ch

Berner Gesundheit
Santé bernoise



Themen	Alkohol	Alkohol	Alkohol										Alkohol	Alkohol			
	Cannabis	Cannabis	Cannabis	Alkohol	Cannabis	Drogen	Tabak	Essstörungen	Essstörungen	Umfeld	Umfeld	Cannabis	Cannabis				
	Drogen	Drogen	Drogen	Alkohol und andere Suchtmittel			Rückfall- prävention	Cannabis	andere illegale Drogen	Rauchstopp Stop tabac	Essstörungen		Angehörige / Eltern / Familien			Körperorientiert	
Kurs / Zentrum	Männer, die suchtmittelfrei leben wollen Für Männer, die sich mit anderen Männern zu diesem Thema austauschen wollen	Frauen, die suchtmittelfrei leben wollen Für Frauen, die sich mit anderen Frauen zu diesem Thema austauschen wollen	Frauen und Männer, die suchtmittelfrei leben wollen Für Frauen und Männer, die sich mit anderen zu diesem Thema austauschen wollen	Kiss - nicht abstinenter jedoch selbstbestimmt Für Frauen und Männer, die kontrolliert konsumieren wollen	Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention – ein Trainingsprogramm Für Frauen und Männer, die alkoholfrei bleiben wollen	Risiko Cannabis Für Frauen und Männer, die ihren Cannabiskonsum reduzieren oder stoppen wollen	KISS - nicht abstinenter, jedoch selbstbestimmt Für Frauen und Männer, die kontrolliert konsumieren wollen.	Finito (d/f) Die Rauchstopp-Gruppe für Frauen und Männer Un group stop tabac pour adultes	Pfundiges und Wunschgewicht – was kann ich tun? Eine Gruppe für Frauen und Männer mit Übergewicht	Mein Körper – mein Feind? Für Frauen, die an ihrer Einstellung zum Essen und ihrem Essverhalten leiden	Deine Sucht – und ich? Für Frauen und Männer, die von einem Suchtverhalten eines anderen Menschen betroffen sind	Runder Tisch – Eltern und Fachpersonen im Gespräch Für Erziehungsverantwortliche von Jugendlichen	gemeinsam stark - Ein Kursangebot für suchtbetroffene Eltern und ihre Kinder	Achtsamkeitsbasierte Stressbewältigung - Ein Trainingsprogramm Für Betroffene und Angehörige, die in der Berner Gesundheit in Beratung sind	Entspannung und Körperhaltung Für Frauen und Männer, die lernen wollen, sich ohne Substanzkonsum zu entspannen	Détente et expression corporelle Pour les femmes et les hommes qui souhaitent apprendre la détente sans consommation de psychotropes	
Bern Mittelland	jeden 2. Dienstag 18.30 - 20 Uhr fortlaufend	jeden 2. Dienstag 14 -16 Uhr fortlaufend	auf Anfrage	auf Anfrage	Donnerstag 18 - 20 Uhr Start: Herbst 2019	auf Anfrage		Mittwochabend 18.30 - 20 Uhr 6mal Start: 15.5.2019 + 23.10.2019		auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	
Emmental-Oberaargau			jeden 2. Donnerstag 18 - 20 Uhr fortlaufend	auf Anfrage		auf Anfrage		In Zusammen- arbeit mit Bern Mittelland Ort: Zentrum Bern	auf Anfrage		auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	
Jura bernois-Seeland			Montag zwei-wöchentlich fortlaufend 18.30 - 20.30 Uhr Start 7.1.2019	Deutsch: Montagnachmittag 13.30 - 15 Uhr auf Anfrage			siehe unter Alkohol und andere Suchtmittel	Deutsch: Mittwochabend 6mal 17.30-19.00 Start: 20.2.2019		In Zusammen-arbeit mit Bern Mittelland Ort: Zentrum Bern				auf Anfrage	Donnerstag-abend 17 -18 Uhr alle 4 Wochen Start: 24.1.2019	jeudi soir 17h -18h toutes le 4 semaines début: 10.1.2019	
Oberland	jeden 2. Donnerstag 18 - 20 Uhr fortlaufend	jeden 2. Mittwoch 9 - 11 Uhr fortlaufend				Fortlaufend. Einstieg auf Anfrage	auf Anfrage	In Zusammen-arbeit mit Bern Mittelland Ort: Zentrum Bern		auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	Dienstag 18:15 - 20:45 Uhr + ein ganzer Tag 8mal Start 5.2.2019	auf Anfrage	auf Anfrage	

auf Anfrage dieser Kurs wird im entsprechenden Zentrum nicht angeboten
dieser Kurs kann jederzeit gestartet werden, sofern genügend Anfragen eingegangen sind

Stand: 11.12.2018