

## Medienmitteilung

Bern, 6. November 2024

### **Brustkrebs: Zwei neue Selbsthilfegruppen in Bern**

In Bern entstehen zwei neue Selbsthilfegruppen für Frauen mit Brustkrebs. Die Gruppen bieten die Möglichkeit zum Austausch, zur gegenseitigen Ermutigung und zur Stärkung im Umgang mit der Erkrankung.

**Die Selbsthilfegruppe «Brustkrebs 60+»** richtet sich an lebenserfahrene Frauen ab 60 Jahren, die sich regelmässig treffen möchten, um ihre Erfahrungen zu teilen, sich gegenseitig zu unterstützen.

**Die Selbsthilfegruppe «Brustkrebs mitten im Leben»** wendet sich an Frauen, die mitten im Berufs- und Familienleben stehen und die Diagnose Brustkrebs erhalten haben. Die Teilnehmerinnen haben die Möglichkeit, sich über ihre Ängste, Unsicherheiten und Ressourcen auszutauschen und positive Strategien für den Alltag zu entwickeln.

Die ersten Treffen werden von Selbsthilfe BE begleitet und koordiniert. Die Teilnahme ist kostenlos. Interessierte Frauen können sich für unverbindliche Informationen zu den Gruppengründungen an Selbsthilfe BE wenden. Telefon: **0848 33 99 00**

**Weitere Informationen zur gemeinschaftlichen Selbsthilfe und Selbsthilfe BE:**

[www.selbsthilfe-be.ch](http://www.selbsthilfe-be.ch)

2'452 Zeichen inkl. Leerzeichen

#### **Kontakt für weitere Informationen:**

Daniela Baumgartner | Beraterin  
Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Bern  
Bollwerk 41 | 3011 Bern  
031 311 43 86, [d.baumgartner@selbsthilfe-be.ch](mailto:d.baumgartner@selbsthilfe-be.ch)



## Selbsthilfe BE

Selbsthilfe BE ist Anlaufstelle und Drehscheibe für die gemeinschaftliche Selbsthilfe im Kanton Bern und fördert Selbsthilfegruppen zu verschiedenen Themen des Sozial- und Gesundheitsbereiches. Ziel von Selbsthilfe BE ist es, Menschen in ähnlichen Lebenssituationen zusammenzuführen, um ihnen über die gemeinschaftliche Selbsthilfe mehr Lebensqualität zu ermöglichen, sowie die Öffentlichkeit für das Thema Selbsthilfe zu sensibilisieren und zu informieren. Selbsthilfe BE bietet in seinen vier Beratungszentren in Bern, Thun, Biel und Burgdorf folgende kostenlose Dienstleistungen an:

- Information und Beratung rund um das Thema Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen
- Vermittlung und Vernetzung zu Selbsthilfegruppen
- Unterstützung und Begleitung beim Aufbau neuer Selbsthilfegruppen
- Beratung der Selbsthilfegruppen bei Fragen und Herausforderungen

Selbsthilfe BE ist im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern tätig.

### **Telefonische Beratung:**

Mo-Do | 09.00-12.30 und 14.00-16.30 Uhr

0848 33 99 00

[info@selbsthilfe-be.ch](mailto:info@selbsthilfe-be.ch)

[www.selbsthilfe-be.ch](http://www.selbsthilfe-be.ch)

[Bilder zum Download](#)