



Medienmitteilung

Bern, 7. November 2024

Bern: Selbsthilfegruppe für Menschen ab 60 im Autismus-Spektrum

In Bern wird eine neue Selbsthilfegruppe für Menschen ab 60 Jahren im Autismus-Spektrum gegründet. Die Gruppe richtet sich an ältere Betroffene, die kurz vor oder nach der Pensionierung stehen und vermehrt das Bedürfnis nach Austausch und neuen sozialen Kontakten verspüren.

Für Menschen im Autismus-Spektrum können soziale Interaktionen, Lärm und grelles Licht sehr belastend sein. Zudem kosten die generelle Reizüberflutung sowie die ständige Anpassung an soziale Normen viel Energie. Gerade nach der Pensionierung fehlen oft berufliche Strukturen und Kontakte, was das Bedürfnis nach neuen Beziehungen und tiefgehenden Gesprächen verstärken kann. Die neue Selbsthilfegruppe soll deshalb einen geschützten Rahmen schaffen, in dem sich die Teilnehmenden mit Gleichbetroffenen austauschen, Verständnis erfahren und vertiefte Gespräche führen können.

Selbsthilfe BE koordiniert und begleitet die ersten Treffen. Die Teilnahme ist kostenlos. Interessierte Personen erhalten bei Selbsthilfe BE unter der Nummer 0848 33 99 00 weitere Informationen zur Gruppengründung.

2'471 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



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

www.selbsthilfe-be.ch

[Bilder zum Download](#)