

## Medienmitteilung

Bern, 14. Oktober 2024

### Neue Selbsthilfegruppe in Bern im Aufbau: Gemeinsam stark gegen PCOS

In Bern wird eine neue Selbsthilfegruppe für Frauen initiiert, die an Polyzystischem Ovarialsyndrom (PCOS) leiden. PCOS ist eine hormonelle Störung, die Frauen im gebärfähigen Alter betrifft. Symptome sind beispielsweise Übergewicht, Hautprobleme, vermehrte Körperbehaarung und Unfruchtbarkeit. Dies kann die Lebensqualität sowie die Sexualität beeinträchtigen. Das erste Gründungstreffen der Selbsthilfegruppe findet am **9. Januar 2025** in Bern statt.

Das Ziel dieser Selbsthilfegruppe ist es, betroffene Frauen zusammenzubringen, um den Austausch von Erfahrungen zu ermöglichen und einen angemessenen Umgang mit der Krankheit zu finden. Der offene Dialog im geschützten Rahmen kann eine wertvolle Ressource für das Wohlbefinden der Teilnehmerinnen sein.

Mögliche Themen der Treffen können unter anderem sein:

- Welche Veränderungen im Lebensstil können PCOS-Symptome lindern?
- Welche Behandlungsmethoden haben andere Betroffene ausprobiert?
- Wie lässt sich ein guter Umgang mit der Erkrankung finden?

Das Gründungstreffen der neuen PCOS-Selbsthilfegruppe findet am **9. Januar 2025** in Bern statt. Interessierte Frauen sind eingeladen, sich unverbindlich bei Selbsthilfe BE unter 0848 33 99 00 zu melden, um weitere Informationen zu erhalten. Die Beratung und die Teilnahme an der Gruppe sind kostenlos und werden vertraulich behandelt.

Selbsthilfe BE unterstützt Selbsthilfegruppen in der Region, vermittelt interessierte Teilnehmende in bestehende Gruppen und begleitet die ersten Treffen.

Weitere Informationen zur Initiative der Selbsthilfegruppe:

[Gründungstreffen polyzystisches Ovarialsyndrom | Selbsthilfe BE \(selbsthilfe-be.ch\)](#)

3'037 Zeichen inkl. Leerzeichen

#### Kontakt für weitere Informationen:

Elisabeth Adlberger, Beraterin

Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Bern

Bollwerk 41 | 3011 Bern

031 311 43 86, [e.adlberger@selbsthilfe-be.ch](mailto:e.adlberger@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](#)