

Medienmitteilung

Thun, 28. August 2024

Neue Selbsthilfegruppe in Thun: Unterstützung für Menschen nach dem Austritt aus religiösen Gemeinschaften

In Thun befindet sich eine neue Selbsthilfegruppe im Aufbau für Menschen, die aus einer religiösen Gemeinschaft ausgetreten sind oder diesen Schritt planen. Diese Initiative bietet Betroffenen die Möglichkeit, sich in einem geschützten Rahmen über ihre Erfahrungen auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen.

Viele Menschen, die in einer Freikirche oder einer anderen religiösen Gemeinschaft aufgewachsen sind oder sich später dieser angeschlossen haben, erleben Manipulation, übermäßige Kontrolle und ein starkes Zugehörigkeitsgefühl, das sie in ihrem Leben nachhaltig prägt. Der Wunsch, sich von diesen Strukturen zu lösen, kann zu erheblichen psychischen Belastungen führen, insbesondere wenn man nicht den vorgegebenen Normen entspricht oder sich distanzieren möchte.

Die neu entstehende Selbsthilfegruppe in Thun wurde auf Initiative einer betroffenen Person ins Leben gerufen und richtet sich an alle, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Die Treffen bieten einen sicheren Ort für den Austausch von Erlebnissen, das gemeinsame Verarbeiten und das Finden neuer Wege im Umgang mit der eigenen Vergangenheit.

Die Gruppe befindet sich derzeit noch im Aufbau. Interessierte können sich unverbindlich bei Selbsthilfe BE unter 0848 33 99 00 melden. Selbsthilfe BE ist politisch und konfessionell neutral und bietet Beratung zur Selbsthilfe, vermittelt in Gruppen und begleitet die ersten Treffen. Die Teilnahme an der Selbsthilfegruppe ist kostenlos und wird vertraulich behandelt.

Weitere Informationen zur Selbsthilfe und den verschiedenen Selbsthilfegruppen sind auf der Website www.selbsthilfe-be.ch zu finden.

3'411 Zeichen inkl. Leerzeichen

Kontakt für Rückfragen zur Medienmitteilung
und Vermittlung für ein Interview mit dem
Initianten zur neu entstehenden
Selbsthilfegruppe:

Gabriela Kühni, Beraterin
Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Thun
Marktgasse 17 | 3600 Thun
033 221 75 76, g.kuehni@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](#)