



Selbsthilfezentren BE
Centres pour l'entraide autogérée

Information | Beratung | Koordination
Informations | conseils | coordination

Jahresbericht | Rapport d'activité | **2010**



Impressum

Herausgeber/Editeur:

Selbsthilfezentren Kanton Bern/

Centres pour l'entraide autogérée du canton de Berne

Redaktion/Rédaction:

Andrea Lüthi, Melanie Häberli

Übersetzung/Traduction:

Martine Fuchs

Grafik und Gestaltung/Graphisme et mise en page:

Michèle Petter Sakthivel

Druck/Impression: Geiger AG Bern

Inhaltsverzeichnis/Sommaire

Inhalt

Das Team
L'équipe | 4

Das Patronatskomitee
Le Comité de patronage | 5

Loslassen zur rechten Zeit...
Se retirer au bon moment... | 6–7

Die erste Hälfte 2010: Endspurt für die «alte» Co-Leitung
La première moitié de 2010, dernière ligne droite pour
«l'ancienne» co-direction | 8–9

Die zweite Hälfte 2010: Start für die neue Geschäftsleitung
La deuxième moitié de 2010, nouvelle direction | 10–11

Neue Gruppen und Initiativen
Nouveaux groupes et projets de groupes | 12–13

Die Seiten der Gruppen
Parole aux groupes | 14–19

Statistiken
Statistiques | 20–23

Beiträge und Spenden
Contributions et dons | 24

Dank
Remerciements | 25

Ausblick
Perspectives d'avenir | 26–27

Adressen
Adresses | 28

Team

L'équipe

Das Team

L'équipe

Roland Bommeli | 50%/70%
Sozialarbeiter/Assistant social

Heidi Brechbühler | 50%
Sozialarbeiterin/Assistante sociale

Karin Bucher | 50%
Sozialarbeiterin/Assistante sociale

Susanne Gerber Kammermann | 40%
Sozialpädagogin/Educatrice spécialisée

Brigitte Gidl | 50%
Sozialarbeiterin/Assistante sociale

Melanie Häberli | 50%
Administratorin/Administratrice

Andrea Lüthi | 40%
Geschäftsleiterin/Directrice
seit/dès le 1.7.2010

Ester Maaouia-Brancher | 50%
Sozialarbeiterin/Assistante sociale

Silvia Rindlisbacher-Bebion | 50%
Sozialarbeiterin/Assistante sociale
bis/jusqu'au 30.06.2010

Adrienne Scheurer-Villet | 20%/40%
Sozialpädagogin/Educatrice spécialisée
seit/dès le 1.8.2010

Klaus Vogelsänger | 60%
Sozialpädagoge/Educateur spécialisé

Projektplanungsgruppe

Groupe de pilotage

bis/jusqu'au 30.06.2010

Vreni Vogelsänger,
Geschäftsleiterin KOSCH
Directrice du secrétariat national
KOSCH
bis/jusqu'au 31.3.2010

Renate Lükling
Vertretung/Représentation KOSCH
ab/dès le 1.4.2010

Silvia Rindlisbacher-Bebion,
Co-Leiterin Selbsthilfzentren Kanton
Bern
Co-directrice des centres pour
l'entraide autogérée du canton de
Berne

Klaus Vogelsänger,
Co-Leiter Selbsthilfzentren Kanton
Bern
Co-directeur des centres pour l'en-
traide autogérée du canton de Berne

Die Trägerschaft

Organisation responsable

Stiftung KOSCH (Koordination und
Förderung von Selbsthilfgruppen in
der Schweiz), Basel

Fondation KOSCH (Coordination et
promotion des groupes d'entraide en
Suisse), Bâle



Patronat

Patronatskomitee/Le Comité de patronage



Martin Dumermuth

Direktor Bundesamt für Kommunikation (BAKOM), Biel | Directeur de l'Office fédéral de la communication (OFCOM), Bienne



Matthias Egger

Prof. Dr. med., Direktor des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin, Bern
Directeur de l'Institut de médecine sociale et préventive, Université de Berne



Ursina Greuter

bis/jusqu'au 31.12.2010
Ex-Rollstuhlsportlerin, Gurbrü | Ex-sportive en chaise-roulante, Gurbrü



Peter Mürner

Prof. Dr. phil. nat., emeritierter Professor für Mathematik Uni Bern, Zauber-künstler «Siderato», Gunten
Professeur émérite de mathématique, Université de Berne, «Siderato» magicien, Gunten



Martin Nobs

bis/jusqu'au 31.12.2010
Geschäftsführer Bernische Krebsliga, Bern | Directeur de la ligue bernoise contre le cancer, Berne



Philippe Perrenoud

Regierungsrat, Gesundheits- und Fürsorgedirektor Kanton Bern | Membre du Conseil exécutif, directeur de la santé publique et de la prévoyance sociale du canton de Berne



Peter Reber

bis/jusqu'au 30.4.2010
Musiker, Herrenschwanden
Musicien, Herrenschwanden



Simonetta Sommaruga

bis/jusqu'au 31.12.2010
alt Ständerätin, Bundesrätin | Ex-conseillère aux Etats, conseillère fédérale



Ruth-Gaby Vermot-Mangold

Dr. phil., alt Nationalrätin, Europarätin, Bern | Ex-conseillère nationale et membre du Conseil de l'Europe, Berne



Andreas Zeller

Pfr. Dr. theol., Präsident des Synodalrates, Ref. Kirchen Bern-Jura-Solothurn, Bern | Pasteur, dr théol., Président du Conseil synodal des Eglises réformées Berne-Jura-Soleure, Berne

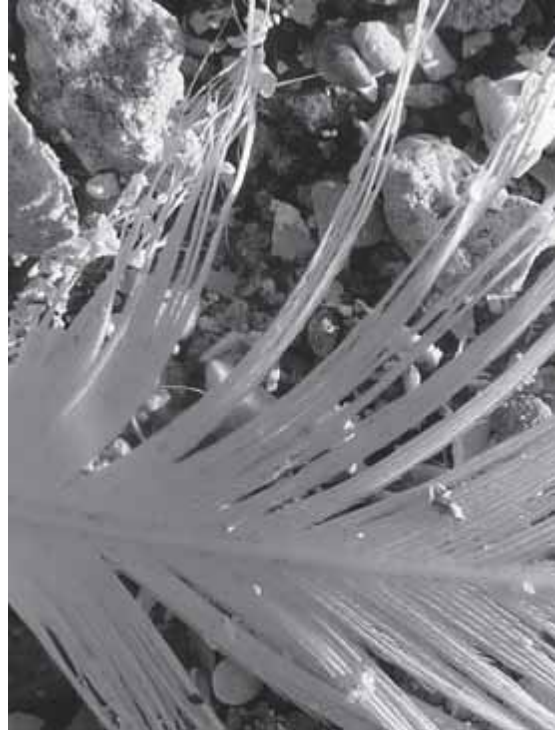
Rückblick

Loslassen zur rechten Zeit...

Ein halbes Jahr nach meiner «selbstgewählten» Frühpensionierung kann ich bereits mit ein wenig Abstand zurückschauen.

Der Aufbau des Selbsthilfezentrums Kanton Bern in Thun Ende 2003 und die ersten Jahre waren eine grosse Herausforderung für mich, aber auch eine sehr wertvolle Erfahrung. Mit viel Mut und wenig Geld haben wir es gewagt, anfangs Januar 2004 das kleine Büro und einen ebenso kleinen Gruppenraum zu beziehen.

Viel Energie, Optimismus und Durchhaltewillen brauchte es von verschiedenster Seite in den letzten sieben Jahren. Was daraus geworden ist, lässt sich sehen und erfüllt mich mit grosser Freude und auch ein wenig mit Stolz. Durch die vier Zentren ist jetzt eine flächendeckende Selbsthilfeförderung im ganzen Kanton Bern Wirklichkeit geworden. Eine grosse Chance für die Bevölkerung und eine wichtige Ergänzung zu den bestehenden Angeboten im Gesundheitswesen. Selbsthilfegruppen bestehen auch im Kanton Bern ja bereits seit vielen Jahren. Früher wurden sie mit viel Enthusiasmus durch ehrenamtliche Vereinigungen begleitet. Die Zeiten haben sich auch hier geändert: Dass es jetzt eine Geschäftsleiterin und neun Mitarbeitende in den vier Zentren sowie einen Verein Selbsthilfezentren BE gibt, scheint mir folgerichtig und verspricht auch für die Zukunft ein gutes Dienstleistungsangebot im Bereich der Selbsthilfe.



Ich wünsche euch allen weiterhin viel Freude und Kraft für die wichtige Förderarbeit für Selbsthilfegruppen im Kanton Bern und werde sehr gerne von weitem die Entwicklung mitverfolgen.

*Silvia Rindlisbacher-Bebion
Co-Leiterin Selbsthilfezentren Kanton Bern*

Rétrospective

Se retirer au bon moment...



Six mois après ma retraite anticipée librement choisie, c'est avec un certain recul que je peux déjà jeter un coup d'œil en arrière.

La mise sur pied du centre pour l'entraide autogérée du canton de Berne à Thoun à fin 2003 et les premières années ont été pour moi un grand défi mais aussi une expérience très gratifiante. Avec beaucoup de courage et peu de moyen financier, nous nous sommes hasardés, début 2004, dans un petit bureau et une salle de groupes tout autant petite.

Il a fallu beaucoup d'énergie, d'optimisme et de persévérance de la part de toutes les parties concernées au cours de ces sept dernières années; les résultats sont palpables et me comblent de joie et aussi c'est vrai d'un peu de fierté. Grâce aux quatre centres, l'encouragement à l'entraide est devenu maintenant réalité dans tout le canton de Berne. Ceci représente une grande chance pour la population et un important complément aux services existants dans le domaine de la santé publique. Des groupes d'entraide existent dans le canton de Berne depuis de nombreuses années déjà. Auparavant, ils étaient accompagnés avec beaucoup d'enthousiasme par des associations bénévoles. Mais les temps ont aussi changé à ce niveau-là: le fait qu'une nouvelle directrice et neuf collaborateurs/trices soient engagés dans les quatre centres ainsi que l'association des centres pour l'entraide autogérée BE ait pu être créée me semble logique et promet pour l'avenir une offre de prestations de services de qualité dans le domaine de l'entraide.

Je vous souhaite à tous beaucoup de joie et de force pour l'important travail de soutien dans les groupes d'entraide du canton de Berne et serai ravie d'en suivre l'évolution avec du recul.

Silvia Rindlisbacher-Bebion
Co-directrice des centres pour l'entraide autogérée du canton de Berne

Das Jahr

Die erste Hälfte 2010: Endspurt für die «alte» Co-Leitung

Fast geschafft...!

Mit der offiziellen Eröffnung des Selbsthilfezentrums Biel-Seeland-Berner Jura im März 2010 wurde der ehrgeizige Plan einer flächendeckenden «Versorgung» mit Selbsthilfezentren im Kanton Bern fast abgeschlossen.

Das Team war mittlerweile auf 9 Mitarbeitende angewachsen. Es wurde immer deutlicher, dass das bisherige Modell der Co-Leitung an seine Grenzen stösst. Gleichzeitig hatte sich meine Co-Leitungskollegin Silvia Rindlisbacher entschieden, im Sommer 2010 in den wohlverdienten Ruhestand zu treten. Ich möchte mich hier noch einmal ganz herzlich für diese spannende, intensive und wertschätzende Zusammenarbeit bei Silvia bedanken.

Ein professionell begleiteter Organisationsentwicklungsprozess, der bereits Ende 2009 startete, führte dann zu der wegweisenden Entscheidung die Stelle einer qualifizierten Geschäftsleitung auszuschreiben, um somit den Anforderungen einer professionellen Leitung gerecht zu werden.

Gleichzeitig begannen die Vorbereitungen für den Aufbau eines eigenen, kantonal verankerten Trägervereins. Die bisherige Trägerschaft durch die Stiftung KOSCH in Basel sollte mit dem Aufbau aller vier Zentren enden und in einen kantonalen Verein überführt werden. Gemeinsam mit dem Gesamtteam machten wir uns auf die Suche nach interessierten, engagierten und kompetenten Kandidatinnen und Kandidaten für den Vorstand des zukünftigen Vereins. Viele Telefonate waren

nötig, bis schlussendlich einige bekannte Persönlichkeiten aus dem Kanton Bern ihre Bereitschaft zu einem Engagement im zukünftigen Vereinsvorstand deutlich machten.

Und dann ging plötzlich alles ganz schnell... Die Stelle für die zukünftige Geschäftsleitung wurde ausgeschrieben und am 1. Juli konnte Andrea Lüthi beginnen, die weitere Entwicklung der Selbsthilfezentren zu leiten und zu gestalten. Für mich persönlich war das eine grosse Entlastung, da mir immer bewusster wurde, dass mein Herz für die direkte Arbeit im Zentrum in Bern, und somit für die eigentliche Kernaufgabe eines Selbsthilfezentrums schlägt. Ich bedanke mich bei allen, die mich in den ersten vier Jahren kooperativ unterstützt haben und gehe mit vielen wertvollen Erfahrungen aus dieser Aufbauzeit «zurück zu den Wurzeln» der Selbsthilfeunterstützung.

Klaus Vogelsänger

Co-Leiter Selbsthilfezentren Kanton Bern bis zum 30.6.2010

2010

La première moitié de 2010, dernière ligne droite pour «l'ancienne» co-direction

On y est presque ...!

Avec l'ouverture officielle du centre pour l'entraide autogérée Jura bernois-Bienne-Seeland en mars 2010, l'ambitieux plan d'assurer la couverture globale du canton de Berne par des centres pour l'entraide autogérée est presque terminé. L'équipe de tous les centres a passé entretemps à neuf collaborateurs/trices. Il est devenu de plus en plus clair que l'ancienne configuration de la co-direction est arrivée à ses limites. Durant la même période, ma collègue de la co-direction a décidé en été 2010 de prendre une retraite bien méritée. Par ces lignes, j'aimerais remercier chaleureusement encore une fois Silvia pour cette collaboration passionnante, intense et très estimée. Un processus du développement de l'organisation et un accompagnement professionnel, qui a déjà débuté à fin 2009, a débouché sur la mise au concours de la place d'une direction qualifiée de manière à satisfaire aux exigences d'une gestion professionnelle des besoins.

En même temps, les préparatifs ont commencé pour mettre sur pied une propre organisation responsable cantonale. L'ancienne organisation faîtière de la fondation KOSCH à Bâle s'est achevée par la mise en place des quatre centres et a été transformée en une association cantonale. En collaboration avec toute l'équipe, nous avons commencé de rechercher des candidats intéressés, engagés et compétents pour le comité de la future association. Bon nombre de téléphones ont été néces-

saires pour qu'enfin quelques personnalités connues du canton de Berne soient d'accord de s'engager au sein du futur comité de l'association.

Puis soudain, tout s'est précipité... La place pour la future direction a été mise au concours et le 1er juillet Andrea Lüthi a commencé de diriger et de suivre le développement des centres pour l'entraide autogérée. Ce fut pour moi personnellement un grand soulagement car j'ai toujours su que mon cœur battait pour le travail se réalisant dans le centre de Berne et donc pour les tâches essentielles d'un centre d'entraide. Je remercie toutes les personnes qui m'ont soutenu durant ces quatre premières années et je ressors de cette période constructive «de retour à mes racines» pour soutenir les groupes de travail, avec beaucoup d'expériences enrichissantes.

Klaus Vogelsänger

Co-directeur des centres pour l'entraide autogérée du canton de Berne, jusqu'au 30.6.2010

Die zweite Hälfte 2010: Start für die neue Geschäftsleitung

Auf den 1. Juli 2010 wurde für die vier Selbsthilfezentren im Kanton Bern eine Geschäftsleitungsstelle im Umfang eines 40%-Pensums geschaffen. Über meine Wahl habe ich mich sehr gefreut und ich hoffe, mit meiner beruflichen Erfahrung und meiner Vernetzung im Sozialwesen und in der Politik des Kantons Bern die Weiterentwicklung der Organisation zu unterstützen.

Ich traf ein kompetentes Team von neun Mitarbeitenden an, welches mit der bisherigen Co-Legung viele Vorarbeiten für die neue Organisationsstruktur geleistet hatte. Mir kam es vor, als könnte ich nur noch ernten, was bereits gesät worden war. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wurden dank der Geschäftsleitung von organisatorischen und betrieblichen Aufgaben entlastet und konnten sich wieder verstärkt der Basisarbeit mit Gruppen und Einzelpersonen sowie der Öffentlichkeitsarbeit widmen.

Auch die Suche nach Vorstandsmitgliedern für den neu zu gründenden Verein war bereits weit vorangeschritten. Im gemeinsamen Gespräch mit Interessierten fanden wir rasch einen guten Draht zueinander, so dass im Oktober 2010 der Verein Selbsthilfezentren BE mit sieben motivierten und engagierten Vorstandsmitgliedern gegründet werden konnte.

Eine erste Herausforderung war die Aushandlung des Leistungsvertrages mit der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern. Der Kanton hatte während der letzten vier Jahre den Aufbau der vier Zentren mit einem Rahmenvertrag finanziert. Nun ging es darum, konkrete Leistungen zu definieren und anzubieten. Wir sties- sen auf sehr viel Wohlwollen seitens der kantonalen Verwaltung und der Leistungsvertrag für das Jahr 2011 konnte rechtzeitig abgeschlossen werden. Die Budgetierung der Finanzen und die Planung der Anzahl Dienstleistungsstunden glichen zwar einem «Blindflug». Da der Aufbau der vier Zentren erst anfangs 2010 abgeschlossen war, konnten wir noch nicht auf vergleichbare Vorjahreszahlen zurückgreifen. Wir sind jedoch optimistisch, dass der Radar funktioniert und wir unsere Leistung in guter Qualität und im abgesteckten Rahmen erbringen können.

Zurzeit produzieren wir noch unglaublich viel Papier: neue Reglemente, Konzepte, Leitfäden, Leitbilder usw. Auch wenn der Organisationsentwicklungsprozess abgeschlossen ist, gibt es noch einige Pendenzen zu erledigen. Vor allem die Auseinandersetzung mit fachlichen Themen ist aber sehr spannend und tut uns allen gut.

*Andrea Lüthi
Geschäftsleiterin*

2010

La deuxième moitié de 2010, nouvelle direction

Le 1er juillet 2010, un poste à 40% pour la direction des quatre centres pour l'entraide autogérée du canton de Berne a été créé. J'ai été très contente d'avoir été choisie comme candidate et j'espère pouvoir soutenir le développement de l'organisation grâce à mon expérience professionnelle et mes contacts dans le domaine social et de la politique du canton de Berne.

J'ai fait la connaissance d'une équipe compétente de 9 collaborateurs/trices qui avait fourni, en collaboration avec l'ancienne co-direction, un grand travail préparatoire pour la nouvelle structure de l'organisation. Il m'a semblé que je pouvais simplement récolter ce qui avait déjà été semé. Les collaboratrices et collaborateurs ont pu être déchargés des travaux d'organisation et des tâches fonctionnelles grâce à la direction et ont pu, à nouveau, se consacrer davantage au travail de base avec les groupes et les personnes ainsi qu'aux travaux de relations publiques.

La recherche de membres pour le comité de la nouvelle association à créer était également bien avancée. Lors d'une discussion commune avec les personnes intéressées, nous nous sommes rapidement mis d'accord si bien qu'en octobre 2010, l'association des centres pour l'entraide autogérée BE a pu être créée avec sept membres de comité, engagés et motivés.

Un premier défi a été la négociation du contrat de prestations avec la direction de la santé publique et de la prévoyance sociale du canton de Berne. Durant les quatre dernières années, le canton avait financé la mise sur pied des quatre centres sur la base d'une convention. Il s'agissait maintenant de définir et d'offrir des prestations. L'administration cantonale a fait preuve de beaucoup de bonne volonté et le contrat de prestations pour 2011 a pu être conclu dans les délais. La budgétisation des finances et la planification du nombre d'heures des prestations de service ont été faites, il est vrai, à l'aveuglette. Comme la mise sur pied des quatre centres n'a été achevée qu'au début 2010, nous ne pouvions pas nous baser sur les chiffres de l'année précédente. Nous sommes toutefois optimistes et pensons que la tour de contrôle va fonctionner et que nous pourrions fournir des prestations de qualité se situant dans le cadre fixé.

Pour l'instant nous produisons une quantité incroyable de papiers: nouveaux règlements, concepts, guides, lignes directrices etc. Bien que le processus de développement de l'organisation soit terminé, il y a encore quelques questions en suspens à traiter. En particulier le traitement et les discussions sur des thématiques professionnelles nous captivent.

Andrea Lüthi
Directrice

1 1

Neue Gruppen und Initiativen *Nou*

Neben der Vermittlung von Selbsthilfegruppen gehört es zu unseren Hauptaufgaben, Interessentinnen und Interessenten bei der Gründung von neuen Gruppen zu unterstützen. Bei Bedarf wird der gesamte Prozess der Gründung begleitet: vom ersten Beratungsgespräch über die Hilfe bei der Öffentlichkeitsarbeit bis hin zur Begleitung der ersten Gruppentreffen. Manche Gruppen entstehen auch ohne Unterstützung der Selbsthilfzentren.

Im vergangenen Jahr konnten folgende neuen Gruppen gegründet werden:

Angehörige von Menschen mit bipolarer Störung, Bern-Mittelland
Depressionen (für Angehörige), Bern-Mittelland
Eltern mit konfliktreichen Beziehungen zu ihren jugendlichen und erwachsenen Kindern, Bern-Mittelland
Histaminintoleranz, Bern-Mittelland
Mobbing, Bern-Mittelland
Selbstverletzung, Emmental-Oberaargau
Unerfüllter Kinderwunsch, Bern-Mittelland

Zu folgenden Themen sind wir mit Initiantinnen und Initianten in Kontakt:

Borderline, Emmental-Oberaargau
Chronische Schmerzen, Emmental-Oberaargau
Emotions Anonymous (EA), Bern-Mittelland
Endometriose (2), Emmental-Oberaargau
Faktor V-Leiden, Biel-Seeland-Berner Jura



Histaminintoleranz, Emmental-Oberaargau
Multiple Sklerose (leichtere Formen), Biel-Seeland-Berner Jura
Nachtschwärmer, Bern-Mittelland
Partnerverlust, Emmental-Oberaargau
Sexueller Missbrauch (Frauen), Bern-Mittelland
Sexueller Missbrauch (Männer), Bern-Mittelland
Soziale Phobie, Biel-Seeland-Berner Jura
Spina Bifida und Hydrocephalus, Bern-Mittelland
Stimmen hören, Bern-Mittelland

beautés

Nouveaux groupes et projets de groupes



Outre la mise en relation avec les groupes existants, l'aide au démarrage de nouveaux groupes fait également partie intégrante de nos activités. Le cas échéant, nous accompagnons l'ensemble du processus de lancement, depuis les premiers contacts avec des personnes intéressées jusqu'à la première rencontre du groupe, en passant par les relations publiques. Certains groupes voient le jour sans l'aide d'un centre. L'an passé, les groupes suivants se sont formés:

Automutilation, Emmental-Haute Argovie

Dépressions (pour proches), Berne-Mittelland

Désir d'enfant non-réalisé, Berne-Mittelland

Intolérance à l'histamine, Berne-Mittelland

Mobbing, Berne-Mittelland

Relations conflictuelles avec des jeunes ou des adolescents (groupe de parents)

Trouble bipolaire (pour proches), Berne-Mittelland

Nous sommes aussi en contact avec des personnes intéressées à fonder des groupes/des groupes émergents autour des thèmes suivants:

Abus sexuel (femmes), Berne-Mittelland

Abus sexuel (hommes), Berne-Mittelland

Borderline, Emmental-Haute Argovie
Douleur chronique, Emmental-Haute Argovie

Emotions Anonymous (EA), Berne-Mittelland

Endométriose (2), Emmental-Haute Argovie

Intolérance à l'histamine, Emmental-Haute Argovie

Noctambulisme, Berne-Mittelland

Phobie sociale, Jura bernois-Bienne-Seeland

Perte d'un partenaire, Emmental-Haute Argovie

Personnes entendant des voix, Berne-Mittelland

Sclérose en plaque (formes légères), Jura bernois-Bienne-Seeland

Spina Bifida et hydrocéphalie, Berne-Mittelland

Thrombophilie par mutation du facteur V, Jura bernois-Bienne-Seeland

Die Seiten der Gruppen

Grup

Mit den folgenden beiden Berichten möchten wir konkrete Eindrücke und Erlebnisse aus Selbsthilfegruppen weiter geben. Es handelt sich dabei um zwei regional als auch thematisch ganz verschiedene Gruppen aus Bern und Biel.

Selbsthilfegruppe für Aphasie Betroffene, Bern

Ein Wort... Aphasie, so einfach für gesunde Leute ein Wort auszusprechen, nicht so für Aphasiker. Aphasie, Verlust der Sprache, eine Welt ohne Worte. Nach einer Hirnverletzung, sei dies durch einen Hirninfarkt, eine Hirnblutung, Tumor, Krankheit oder Schädel-Hirn-Trauma, kann im Hirn das Sprachzentrum geschädigt sein. Damit einher gehen Sprachstörungen bis zum Totalverlust der Sprache. Buchstaben werden möglicherweise zu komischen Zeichen ohne Bezug zu einem Laut.

Aphasie trifft einen Menschen in seinem innersten Selbstverständnis. Von einer Sekunde auf die andere wird seine Welt verändert. Er kann nicht mehr mit seinen Nächsten kommunizieren, seine Wünsche, seine Meinung, seine Befindlichkeit, sein Wissen nicht mehr mitteilen. Er ist abgeschnitten, ausgegrenzt. Diese Hilflosigkeit in der Kommunikation hat für die Betroffenen grosse Auswirkungen. Telefonieren, Billette kaufen, einem Verkäufer erklären was gewünscht wird... unmöglich. Zudem werden Aphasiker oft als dumm, blöd, beschränkt, gar als geistig behindert beurteilt, bloss weil sie sich sprachlich nicht mehr mitteilen können. Dabei sind die geistigen Fähigkeiten voll da. Das sind für Betroffene echt erniedrigende Situationen.

Um durch Aphasie betroffene Menschen aus der drohenden Vereinsamung, Isolation heraus zu holen, hat in Bern vor 14 Jahren Gertrud Liebermann (selber Betroffene), die «Aphasie-Gruppe Bern» gegründet. Es ist eine selbständige Selbsthilfegruppe unter der Dachorganisation «aphasie suisse». Die Mitglieder dieser Gruppe treffen sich einmal im Monat. Dabei sind der Austausch und das gesellige Zusammensein im Vordergrund. Ausflüge, Kino- und Museumsbesuche, gemeinsames Spielen gehören auch dazu. Dadurch lernen sich Betroffene kennen und es entstehen Freundschaften, welche auch ausserhalb der Gruppe bestehen und den Betroffenen Mut, Halt und Zuversicht geben.

INFO zur Selbsthilfegruppe:
<http://www.aphasie.org/index.php?id=167>

Aphasiker singen.... wie ist das möglich? Im Gehirn ist die Region für die Sprache nicht identisch mit der Region für Musik, Töne und Singen. Darum ist es möglich, dass ein Aphasiker durchaus ihm bekannte Lieder singen oder mitsummen kann. Dies ist kaum zu glauben, aber wahr. Darum wurde in Bern im letzten Jahr durch Marco G. Bonetti (selber Betroffener) und Renate Bichsel (Chorleiterin) ein Aphasiker Chor, die «AphaSingers Bern» gegründet. Die SängerInnen treffen sich



alle zwei Wochen zum gemeinsamen Proben in der Markuskirche Bern. Unter dem Motto: «Wir singen weil es uns Freude macht» sind die SängerInnen mit enormer Begeisterung dabei.

INFO zum Chor:

http://www.aphasie.org/upload/aphasie/files/Choraussschreibung_Insel_2011.pdf

Marco G. Bonetti

Selbsthilfegruppe Depression (Betroffene) in Biel

Die Selbsthilfegruppe Depression existiert schon seit 2002, mit zahlenmässig stärkeren und auch schwächeren Zeiten. Deutlich war spürbar, dass seit der Eröffnung des Selbsthilfezentrums Mitte 2009 die Beteiligung und das Interesse gestiegen sind. Das führe ich vor allem auch auf die gute Lage des Zentrums an der Bahnhofstrasse zurück. Immer wieder stossen neue Leute dazu, einige hören aber auch auf. So ändert sich die Zusammensetzung immer wieder, und man muss sich wieder neu kennenlernen. Es gibt aber

auch Phasen, in denen die Gruppe gleich bleibt. Der Kern bestand im vergangenen Jahr aus sechs Personen, die Anzahl der Teilnehmenden schwankte zwischen fünf und acht. Wir treffen uns alle zwei Wochen, meistens am Dienstag, für zwei Stunden. Bei denen, die aufhörten, gab es auch solche, denen es deutlich besser ging. Sie wollten darum die Zeit in der Selbsthilfegruppe abschliessen.

Neben dem Selbsthilfezentrum arbeiten wir mit «Equilibrium» (Selbsthilfe für von Depressionen Betroffene) zusammen. Von dieser Organisation aus werden drei Regionaltreffen im Jahr von Kontaktpersonen von Selbsthilfegruppen organisiert (unsere Region ist Bern, Deutschwallis und Deutschfreiburg). Ferner gibt es das Angebot eines Schulungstages, der einmal im Jahr für die ganze Schweiz stattfindet.

Bei der offiziellen Eröffnungsfeier des Selbsthilfezentrums am 9. März 2010 haben wir einen Stand gehabt, an dem wir die Broschüren von «Equilibrium» präsentieren konnten. Vor allem die deutschsprachigen Publikationen sties- sen auf Interesse. Tatsächlich sind nur zwei Mitglieder der Gruppe französischer Muttersprache, und es sind nicht solche, die regelmässig erscheinen.

Eine Frau aus der Selbsthilfegruppe hat erfolgreich die 13wöchige Ausbildung im Besuchsdienst in Solothurn (Solodaris) absolviert und kann nun bezahlt alte oder behinderte Menschen besuchen. Ich selbst konnte 2010 (im September) mit der Ausbildung «Expe-

rienced Involvement» an der Fachhochschule Gesundheit Bern beginnen. Das ist ein Nachdiplomstudium von drei Semestern für Leute, die selbst einmal Patient in der Psychiatrie gewesen sind. Sie sollen als Ausbilder und Genesungsbegleiter geschult werden. In der Schweiz wird diese Ausbildung zum ersten Mal durchgeführt.

Eine Zusammenarbeit von Psychiatrie-Erfahrenen und psychiatrischen Fachkräften, Forschern und Lehrkräften soll entstehen. Dadurch sollen mehr und mehr Arbeitsmöglichkeiten für Psychiatrie-Erfahrene angeboten werden. Erfreulicherweise ist unsere Selbsthilfegruppe dort zu zweit vertreten; neben mir hat eine Teilnehmerin ebenfalls diese Weiterbildung begonnen. Wir beide sind in diesem Pilot-Projekt die einzigen, die aus der Selbsthilfeorganisation «Equilibrium» kommen.

Lukas Hohl

Parole aux groupes d'entraide *Groupes*

Les deux textes qui suivent permettent de mieux comprendre ce qui se vit concrètement dans un groupe d'entraide. Pour illustrer ce qui s'y passe, nous avons choisi deux groupes très différents, aussi bien par leur thématique que par la région concernée, l'un se rencontrant à Berne, l'autre à Bienne.

Groupe d'entraide aphasie

Un mot... l'aphasie, c'est si facile de prononcer un mot pour les personnes en bonne santé mais pas pour les patients aphasiques. L'aphasie, la perte du langage, un monde sans parole. Après une lésion cérébrale, provoquée par un accident vasculaire cérébral, une hémorragie cérébrale, une tumeur, une maladie ou un traumatisme crânien, le centre du langage dans le cerveau peut être endommagé. Cela peut entraîner des problèmes d'élocution jusqu'à la perte totale de la parole. Les lettres peuvent ressembler à des caractères bizarres sans aucune référence à un son.

L'aphasie touche une personne au plus profond de soi. D'une seconde à l'autre, son monde bascule. Elle ne peut plus communiquer avec son prochain, partager ses désirs, ses pensées, ses états d'âme, ses connaissances. Elle est coupée du monde extérieur, exclue. Cette détresse au niveau de la communication a des conséquences importantes pour les personnes touchées. Téléphoner, faire ses commissions, expliquer à un vendeur ce que l'on désire... impossible. En outre, les patients aphasiques sont souvent considérés comme bêtes, stupides, limités, et même prises pour des personnes handicapées mentales, simplement parce qu'ils ne peuvent plus communiquer verbalement. Pourtant, les ca-

pacités mentales sont tout à fait là. Ces situations sont vraiment humiliantes pour les personnes concernées. Afin de sortir les personnes aphasiques de leur isolement, Gertrud Liebermann (elle-même concernée) a fondé il y a 14 ans à Berne, le «Groupe aphasie Berne». C'est un groupe d'entraide autonome, chapeauté par l'organisation faîtière «aphasie suisse». Les membres de ce groupe se retrouvent une fois par mois. L'échange et les rencontres conviviales sont placés au premier plan. Des excursions, aller au cinéma, visiter des musées, faire des jeux de société font aussi partie de ces réunions. Les personnes concernées apprennent à se connaître et des amitiés se créent qui perdurent en dehors du groupe pour se donner courage, réconfort et confiance.

INFO concernant le groupe d'entraide:
<http://www.aphasie.org/index.php?id=167>

Des patients aphasiques chantent... comment est-ce possible? Dans le cerveau, la région pour la parole n'est pas identique que pour la musique, les sons et le chant. Par conséquent, il est possible qu'un patient aphasique puisse chanter ou fredonner une chanson lui étant bien connue. C'est difficile à croire, mais vrai. C'est pour quoi, l'année dernière à Berne, Marco



G. Bonetti (lui-même concerné) et Renate Bichsel (cheffe de chorale) ont fondé une chorale pour personnes aphasiques, les «AphaSingers Bern». Les chanteurs et chanteuses se réunissent toutes les deux semaines à l'église Markuskirche à Berne pour des répétitions. Sous le slogan: «Nous chantons parce que cela nous fait plaisir», les chanteurs et chanteuses se retrouvent avec un énorme enthousiasme.

INFO sur la chorale: http://www.aphasie.org/upload/aphasie/files/Chorauschreibung_Insel_2011.pdf

Marco G. Bonetti

Groupe d'entraide «Dépression» (malades) de Bienne

Le groupe d'entraide «Dépression» existe déjà depuis 2002, avec des périodes de fréquentation plus ou moins intenses. Ce que l'on constate, c'est que la participation et l'intérêt pour ce groupe ont nettement augmenté depuis l'ouverture du centre pour l'entraide autogérée en 2009. A mon avis, c'est parce que le centre se trouve à la Rue de la Gare et qu'il est donc très bien situé. De nouvelles personnes rejoignent assez régulièrement notre groupe; quelques autres s'en vont. Il change donc souvent de composition et il faut refaire connaissance. Mais il

y a aussi des périodes durant lesquelles le groupe reste le même. L'année passée, six personnes formaient son «noyau solide» et le nombre de personnes présentes aux rencontres variait entre cinq et huit. Nous nous rencontrons durant deux heures toutes les deux semaines, généralement le mardi. Parmi les personnes qui ont arrêté, il y en avait qui allaient beaucoup mieux et qui ont donc trouvé qu'il était temps de passer à autre chose.

A côté du centre pour l'entraide auto-gérée, nous collaborons aussi avec «Equilibrium» (Association suisse d'entraide contre la dépression). Chaque année, cette organisation met sur pied trois rencontres régionales pour les responsables des groupes d'entraide (notre région englobe le canton de Berne et les parties des cantons de Fribourg et du Valais où on parle allemand). De plus, une journée de formation est organisée une fois par an pour toute la Suisse.

A l'inauguration officielle du centre biennois pour l'entraide autogérée, le 9 mars 2010, nous avons tenu un stand où nous avons présenté les brochures réalisées par «Equilibrium». Ce sont surtout les publications en allemand qui ont suscité de l'intérêt. Il est vrai que seulement deux membres de notre groupe sont de langue française et que ce ne sont pas les plus réguliers.

Une des femmes qui participe au groupe d'entraide a suivi avec succès les 13 semaines de formation pour entrer dans le service de visites de Soleure

(Solodaris). Elle a maintenant commencé son travail – salarié – de visiteuse pour personnes âgées ou handicapées. Moi-même, j'ai pu débiter en septembre 2010 avec une formation en «Experienced Involvement» à la Haute Ecole spécialisée en santé de Berne.

Il s'agit de trois semestres d'études postgrade destinées aux personnes qui ont elles-mêmes été des patients psychiatriques et qui sont formées pour devenir des «pairs aidants», c'est-à-dire former à leur tour et accompagner des malades psychiques dans leurs processus de rétablissement. C'est la première fois que ce cursus est offert en Suisse. Le but est de stimuler la collaboration entre personnes ayant reçu des soins psychiatriques et professionnels de la psychiatrie, scientifiques et enseignants et d'offrir ainsi toujours davantage de possibilités d'insertion professionnelle aux patients de la psychiatrie. Fort heureusement, nous sommes deux de notre groupe d'entraide à suivre cette formation; une autre membre s'est également lancée. Nous sommes les deux seules personnes présentes dans ce projet à venir de l'association d'entraide «Equilibrium».

Lukas Hohl

Statistiken

Vermittlungen und Kurzberatungen

Eine Kernaufgabe der Selbsthilfezentren sind die Informationen über die Selbsthilfegruppen und die Kontaktvermittlung zu diesen Gruppen. Die folgenden Tabellen geben Auskunft über Anzahl, Verteilung und Art der Leistungen. Im 2010 bekamen die Selbsthilfezentren erneut mehr Anfragen als im Vorjahr. Die Verteilung präsentiert sich sehr ähnlich wie im Vorjahr.

1. Anfragende Personen

	2010	2009
Betroffene (weiblich)	569	522
Betroffene (männlich)	214	195
Angehörige (weiblich)	192	158
Angehörige (männlich)	34	36
Drittpersonen (weiblich)	33	25
Drittpersonen (männlich)	16	18
Selbsthilfegruppen	107	0
Selbsthilfeorganisationen/Ligen	45	7
Fachpersonen	211	160
Medien	28	1
Studierende	29	15
Verschiedene	6	64
Total	1484	1201

2. Thematische Verteilung

Körperliche Krankheiten	332	305
Psychische Erkrankungen und Probleme	518	337
Behinderungen	60	35
Sucht	148	126
Besondere Lebenssituationen	263	229
Suizid, Tod, Trauer	62	72
Gewalt, sexueller Missbrauch	39	33
Diverses	62	64
Total	1484	1201



3. Art der Leistungen

	2010	2009
Informationen ohne Vermittlung	395	403
Vermittlung an bestehende Selbsthilfegruppe	566	304
Vermittlung an Fachstellen, Fachpersonen	343	358
Vermittlung an Selbsthilfegruppe im Aufbau	70	78
Vermittlung an schweizerische/regionale Organisation	17	14
Vernetzung von seltenen Themen	29	16
Vermittlung an andere Kontaktstelle	11	22
Diverses	53	6
Total	1484	1201

Mises en relations et brefs conseils

Les centres ont pour tâches fondamentales d'informer sur les groupes d'entraide et de mettre les personnes intéressées en contact avec le groupe adéquat. Les tableaux ci-dessous montrent le nombre de prestations fournies en 2010, ainsi que leur répartition et leur nature.

En 2010, le nombre de demandes adressées aux centres pour l'entraide auto-gérée a donc continué sa progression. Les différentes catégories restent à peu près celles de 2009.

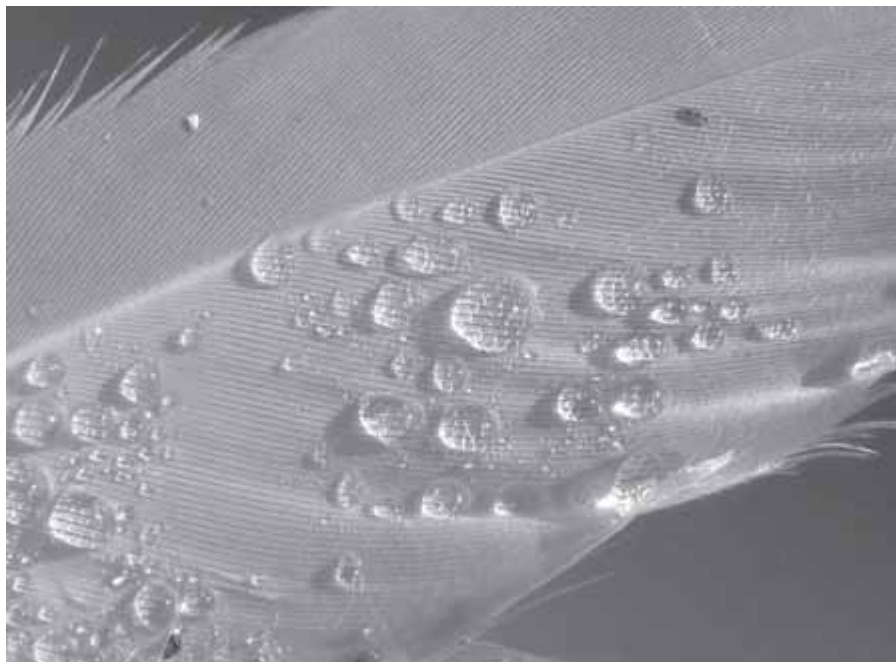
1. Personnes ayant fait une demande

	2010	2009
Personnes concernées (féminin)	569	522
Personnes concernées (masculin)	214	195
Proches (féminin)	192	158
Proches (masculin)	34	36
Tierces personnes (féminin)	33	25
Tierces personnes (masculin)	16	18
Groupes d'entraide autogérée	107	0
Organisations d'entraide/ligues	45	7
Professionnel-le-s	211	160
Médias	28	1
Etudiant-e-s	29	15
Divers	6	64
Total	1484	1201

2. Répartition thématique

Maladies physiques	332	305
Problèmes et maladies psychiques	518	337
Handicaps	60	35
Dépendances	148	126
Situations de vie particulières	263	229
Suicide, décès, deuil	62	72
Viol, abus sexuel	39	33
Divers	62	64
Total	1484	1201

ques



3. Genre de prestations

	2010	2009
Information sans transmission	395	403
Transmission au groupe d'entraide existant	566	304
Transmission aux bureaux spécialisés, ou des professionnel-le-s	343	358
Transmission au groupe d'entraide en phase de création	70	78
Transmission aux organisations suisses/régionales	17	14
Mise en réseau de thèmes rares	29	16
Transmission aux autres lieux de contact	11	22
Divers	53	6
Total	1484	1201

Merçi

Beiträge und Spenden Contributions et dons

Bundesamt für Sozialversicherungen (über KOSCH) / Office fédéral des assurances sociales (par l'intermédiaire de KOSCH) 42'796
Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern / Direction de la santé public et de la prévoyance sociale du canton de Berne 632'570

Politische Gemeinden/Communes politiques

Biel 1500
Nidau 400

Kirchliche Institutionen/Institutions ecclésiastiques

Ref. Kirchgemeinde Burgdorf 300
Ref. Kirchgemeinde Lerchenfeld 350
Ref. Kirchgemeinde Lyss 500
Ref. Kirchgemeinde Münsingen 1000
Ref. Kirchgemeinde Petrus Bern 501
Ref. Kirchgemeinde Steffisburg 2000
Ref. Gesamtkirchgemeinde Thun 350
Ref. Kirchgemeinde Zollikofen 2000

Vereine/Associations

Frauenverein Bremgarten 300
Frauenverein Interlaken 200
Frauenverein Twann 200
Frauenverein Unterseen 200

Verschiedene Spenden/Autres dons

AEK Bank 1826, Thun 2000
Bernische Krebsliga 1000
Gesellschaft zu Ober-Gerwern 500
Helsana Versicherungen 500
Patrick Knaus-Hanke, Bern 200
Peter Reber, Herrenschwanden 3000

Über Spenden unter Fr. 200.– freuen wir uns ebenso, auch wenn wir sie aus Platzgründen nicht einzeln aufführen können.
Herzlichen Dank allen Spenderinnen und Spendern!

Nous sommes également reconnaissants pour tous les dons de moins de 200 Fr., même si nous ne pouvons pas les mentionner séparément pour faute de place.
Un grand merci à tous nos donateurs-trices!

Danke

Für die Selbsthilfeförderung im Kanton Bern setzen sich seit Jahren viele Menschen und Institutionen ein. Den folgenden möchten wir speziell danken:

- **der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern**
- **der Stiftung KOSCH**
- **den Kontaktpersonen und Mitgliedern aller Selbsthilfegruppen**
- **dem Patronatskomitee**
- **den Arbeitsgruppen «Team Selbsthilfe»**
- **den Spenderinnen und Spendern sowie den Spender-Institutionen**

sowie allen Personen und Organisationen, die uns in irgendeiner Form ideell unterstützten.

Grand nombre de personnes et d'institutions s'investissent depuis plusieurs années en faveur de l'encouragement à l'entraide dans le canton de Berne:

- **direction de la santé publique et de la prévoyance sociale du canton de Berne**
- **la fondation KOSCH**
- **les personnes de contact et les membres de tous les groupes d'entraide autogérée**
- **le comité de patronage**
- **les groupes de travail «team groupe d'entraide»**
- **les donateurs-trices et institutions nous soutenant**

Ainsi que toutes les personnes et organisations qui nous soutiennent de par n'importe quelle forme idéaliste.

Information

Jahresrechnung 2010 und Bilanz | Unsere vollständige Jahresrechnung 2010 finden Sie unter Downloads auf: www.selbsthilfe-kanton-bern.ch/Downloads

Comptes annuels 2010 et bilan | Vous pouvez télécharger nos comptes annuels 2010 sur: www.entraide-autogeree.ch.ch/Downloads

Das neue Dach ist errichtet!

Perspec

«Jetzt fehlt nur noch das neue Dach...» stand vor einem Jahr an dieser Stelle geschrieben. Nun, dieses neue Dach der Selbsthilfe im Kanton Bern wurde am 22. Oktober 2010 unter dem Namen «Verein Selbsthilfezentren BE» errichtet. Der Vorstand des neuen Vereins besteht aus sieben Personen mit je ganz unterschiedlichen persönlichen, beruflichen und geographischen Hintergründen.

Per 1. Januar 2011 hat der Verein von der Stiftung KOSCH die Trägerschaft für die vier kantonalen Selbsthilfezentren übernommen. Umfangreiche Vorbereitungsarbeiten waren nötig, um den Trägerschaftswechsel möglichst geräuschlos über die Bühne zu bringen. Dank der Bereitschaft des Kantons Bern, den Leistungsvertrag zu verlängern, steht die neue Trägerschaft finanziell auf solidem Boden. Zudem bleibt mit Geschäftsleiterin Andrea Lüthi und ihrem Team personell alles beim Bewährten. Das Tagesgeschäft war dadurch von Anfang an sichergestellt.

Wichtigstes Ziel für das laufende Jahr ist es, die neuen Trägerschaftsstrukturen zu optimieren. Ein Schwergewicht ist auch auf die Öffentlichkeitsarbeit zu legen: Die Selbsthilfe soll als eigenständiges Standbein des Gesundheits- und Sozialwesens im Kanton Bern zur Ergänzung der traditionellen Angebote verstanden und vermittelt werden. Hierfür werden die Mitarbeitenden der vier Zentren in Bern, Biel, Burgdorf und Thun verstärkt den Kontakt zu Fachorganisationen, Bera-

tungsstellen, Ärzten, Spitälern, Kliniken, Kirchen und Schulen etc. suchen. Auf Ebene des Vorstandes werden wir eine längerfristige Strategie für die Selbsthilfezentren im Kanton Bern definieren und uns dabei auch Themen wie dem Fundraising und den möglichen Formen einer Zusammenarbeit mit Institutionen des Gesundheits- und Sozialwesens annehmen.

An dieser Stelle ist es mir ein Anliegen, sämtlichen Personen und Institutionen, welche sich für die Selbsthilfe im Kanton Bern in irgendeiner Form engagieren, ganz herzlich zu danken und zu einer Fortsetzung ihres Engagements zu ermuntern. Ich bin fest davon überzeugt, dass die Selbsthilfe als kostengünstige und wirksame Form der Gesundheits- und Sozialvorsorge in eine rosige Zukunft blickt.

Ein grosses Dankeschön gebührt aber auch meinen sechs Vorstandskolleginnen und -kollegen sowie dem gesamten Mitarbeitendenteam rund um Geschäftsleiterin Andrea Lüthi für ihren unermüdlichen, engagierten Einsatz!

Dr. Gian Sandro Genna
Präsident Verein Selbsthilfezentren BE

Le nouveau toit est construit!

«Maintenant, il ne manque plus qu'un nouveau toit ...» voilà ce qui avait été écrit il y a une année. Voilà, le nouveau toit de l'entraide dans le canton de Berne a été construit le 22 octobre 2010 sous le nom de «Association des centres pour l'entraide autogérée BE». Le comité de la nouvelle association est composé de sept personnes avec des origines personnelles, professionnelles et géographiques très différentes.

Au 1er janvier 2011, l'association a repris l'organisation responsable de la fondation KOSCH pour les quatre centres cantonaux de l'entraide autogérée. D'importants travaux préparatoires ont été nécessaires pour venir à bout le plus facilement possible de ce changement. Grâce à la bonne volonté du canton de Berne de prolonger le contrat de prestations, la nouvelle organisation responsable est bâtie sur un terrain solide financièrement. De plus, la directrice Andrea Lüthi et son équipe ont fait leurs preuves. Les activités de base ont été assurées dès le début.

Le principal objectif pour l'année en cours est d'optimiser les nouvelles structures de l'organisation responsable. Un accent est aussi à mettre sur les relations publiques: L'entraide autogérée doit être considérée et véhiculée comme un pilier autonome de la santé et des services sociaux du canton de Berne en complément aux offres traditionnelles. Pour ce faire, les collaborateurs/trices des quatre centres de Berne, Bienne, Berthoud et Thoune

vont chercher à intensifier les contacts avec les organisations professionnelles, les centres de consultations, les médecins, les hôpitaux, les cliniques, les églises et les écoles, etc. Au niveau du comité, nous allons définir une stratégie à long terme concernant les centres pour l'entraide autogérée dans le canton de Berne et allons nous occuper de sujets tels que la collecte de fonds et les formes possibles de coopération avec les institutions de la santé et des services sociaux.

Je tiens à remercier ici chaleureusement toutes les personnes et institutions qui se sont engagées de n'importe quelle manière pour l'entraide dans le canton de Berne et à les encourager à poursuivre leurs engagements. Je suis fermement convaincu que l'entraide a un bel avenir devant elle en tant qu'une forme efficace et peu coûteuse de la prévoyance sociale et de la santé. J'adresse également un grand merci à mes six collègues du comité ainsi qu'à toute l'équipe de collaborateurs/trices qui entourent la directrice Andrea Lüthi pour leur inlassable dévouement!

*Dr. Gian Sandro Genna
Président de l'association des centres
pour l'entraide autogérée BE*

Adresses

So finden Sie die Selbsthilfezentren



Team im Dezember 2010

Selbsthilfezentrum Bern-Mittelland

Klaus Vogelsänger
Heidi Brechbühler
Bollwerk 41, 3011 Bern
Tel. 031 311 43 86
bern@selbsthilfe-kanton-bern.ch

Selbsthilfezentrum Berner Oberland

Heidi Kaderli-Schläppi
Adrienne Scheurer-Villet
Marktgasse 17, 3600 Thun
Tel. 033 221 75 76, Fax 033 221 75 74
thun@selbsthilfe-kanton-bern.ch

Selbsthilfezentrum Emmental- Oberaargau

Brigitte Gidl
Susanne Gerber Kammermann
Lysdachstrasse 91, 3400 Burgdorf
Tel. 034 422 67 05, Fax 034 422 67 06
burgdorf@selbsthilfe-kanton-bern.ch

Wir haben eine gemeinsame Website:
Nous avons un portrait internet commun:

www.selbsthilfe-kanton-bern.ch
www.entraide-autogeree.ch

Centre pour l'entraide autogérée Jura bernois-Bienne-Seeland

Selbsthilfezentrum Biel-Seeland- Berner Jura

Ester Maaouia
Karin Bucher
30, rue de la Gare, 2502 Bienne
Bahnhofstrasse 30, 2502 Biel
Tel. 032 323 05 55, Fax 032 322 39 14
bienne@entraide-autogeree.ch
biel@selbsthilfe-kanton-bern.ch

Geschäftsstelle Selbsthilfezentren BE Secrétariat central des centres pour l'entraide autogérée BE

Andrea Lüthi, Geschäftsleiterin/
Directrice
Melanie Häberli, Administration
Bollwerk 41, 3011 Bern
Tel. 031 311 43 87
admin@selbsthilfe-kanton-bern.ch
admin@entraide-autogeree.ch

Trägerschaft/Organisation responsable:
Stiftung KOSCH, Fondation KOSCH
Laufenstrasse 12, 4053 Basel
Tel. 061 333 86 01, Fax 061 333 86 02
gs@kosch.ch, www.kosch.ch