

Gruppenangebote 2019 im Überblick

Berner Gesundheit - Gratis-Nummer: Tel. 0800 070 070 - Mail: beratung@beges.ch

Berner Gesundheit
Santé bernoise



Themen	Alkohol				Cannabis				Tabak		Essstörungen		Umfeld		Alkohol	Alkohol
	Alkohol	Alkohol	Alkohol	Alkohol	Cannabis	Cannabis	Cannabis	Cannabis	Tabak	Tabak	Essstörungen	Essstörungen	Umfeld	Umfeld	Alkohol	Alkohol
	Alkohol und andere Suchtmittel				Rückfall- prävention	Cannabis	andere illegale Drogen	Rauchstopp Stop tabac	Essstörungen		Angehörige / Eltern / Familien			Körperorientiert		
Kurs / Zentrum	Männer, die suchtmittelfrei leben wollen Für Männer, die sich mit anderen Männern zu diesem Thema austauschen wollen	Frauen, die suchtmittelfrei leben wollen Für Frauen, die sich mit anderen Frauen zu diesem Thema austauschen wollen	Frauen und Männer, die suchtmittelfrei leben wollen Für Frauen und Männer, die sich mit anderen zu diesem Thema austauschen wollen	KISS - nicht abstinent jedoch selbstbestimmt Für Frauen und Männer, die kontrolliert konsumieren wollen	Achtsamkeits basierte Rückfall- prävention – ein Trainings- programm Für Frauen und Männer, die suchtmittelfrei bleiben wollen	Risiko Cannabis Für Frauen und Männer, die ihren Cannabiskonsum reduzieren oder stoppen wollen	KISS - nicht abstinent jedoch selbstbestimmt Für Frauen und Männer, die kontrolliert konsumieren wollen	Finito (d/f) Die Rauchstopp- Gruppe für Frauen und Männer Un group stop tabac pour adultes	Pfundiges und Wunschgewicht – was kann ich tun? Eine Gruppe für Frauen und Männer mit Übergewicht	Mein Körper – mein Freund Für Frauen, die an ihrer Einstellung zum Essen und ihrem Essverhalten leiden	Deine Sucht – und ich? Für Frauen und Männer, die von einem Suchtver- halten eines anderen Menschen betroffen sind	Runder Tisch – Eltern und Fachpersonen im Gespräch Für Erziehungs- verantwortliche von Jugendli chen	gemeinsam stark - Ein Kursangebot für suchtbetroffene Eltern und ihre Kinder	Achtsamkeits basierte Stress- bewältigung - Ein Trainingprogramm Für Betroffene und Angehörige, die in der Berner Gesundheit in Beratung sind	Entspannung und Körperhaltung Für Frauen und Männer, die lernen wollen, sich ohne Substanzkonsum zu entspannen	Détente et expression corporelle Pour les femmes et les hommes que souhaitent apprendre la détente sans consommation de psychotropes
Bern Mittelland	jeden 2. Dienstag 18.30 - 20 Uhr fortlaufend	jeden 2. Dienstag 14 - 16 Uhr fortlaufend	auf Anfrage	auf Anfrage	Donnerstag 18 - 20 Uhr Start: Herbst 2019	auf Anfrage	auf Anfrage	Mittwochabend 18.30 - 20 Uhr 6mal Start: 15.5.2019 + 23.10.2019		auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage
Emmental- Oberaargau			jeden 2. Donnerstag 18 - 20 Uhr fortlaufend	auf Anfrage		auf Anfrage	auf Anfrage	In Zusammen- arbeit mit Bern Mittelland Ort: Zentrum Bern	auf Anfrage		auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage
Jura bernois- Seeland			jeden 2. Montag 18.30 - 20.30 Uhr fortlaufend Start 7.1.2019	Deutsch: Montagnachmittag 13.30 - 15 Uhr auf Anfrage			Deutsch: Montagnachmittag 13.30 - 15 Uhr auf Anfrage	Deutsch: Mittwochabend 6mal 17.30 - 19 Uhr Start: 20.2.2019		In Zusammen-arbeit mit Bern Mittelland Ort: Zentrum Bern				auf Anfrage	Donnerstag- abend 17 -18 Uhr alle 4 Wochen Start: 24.1.2019	jeudi soir 17h -18h toutes le 4 semaines début: 10.1.2019
Oberland	jeden 2. Donnerstag 18 - 20 Uhr fortlaufend	jeden 2. Mittwoch 9 - 11 Uhr fortlaufend				Fortlaufend. Einstieg auf Anfrage		In Zusammen-arbeit mit Bern Mittelland Ort: Zentrum Bern		auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	auf Anfrage	Dienstag 18:15 - 20:45 Uhr + ein ganzer Tag 8mal Start 5.2 2019	auf Anfrage	auf Anfrage

dieser Kurs wird im entsprechenden Zentrum nicht angeboten
auf Anfrage dieser Kurs kann jederzeit gestartet werden, sofern genügend Anfragen eingegangen sind

Stand: 20.12.2018