



Foto: iStock.com

Geniessen – auch ohne Alkohol

Für Frauen und Männer, die ein suchtmittelfreies Leben anstreben

Sind Sie an den Erfahrungen anderer Menschen interessiert und möchten sich regelmässig austauschen?

In geleiteten Gruppensitzungen

- haben Sie die Möglichkeit, mit anderen ins Gespräch zu kommen.
- erfahren Sie Momente der Ruhe und der Bewegung.
- lernen Sie Ihre Gefühle wahrzunehmen und zu benennen.
- lernen Sie eigene Stärken kennen und einzusetzen.
- lernen Sie zu sich zu stehen und für sich einzustehen.
- geben Sie Ihren Träumen und Visionen Raum.

Gerne unterstützen wir Sie auch in Einzel-, Paar- und Familiengesprächen.

Daten und Zeit

jeden zweiten Montag von 18:30 bis 20:30 Uhr (erstmalig am 15. Mai 2023)

Einstieg ist jederzeit möglich

Ort

Berner Gesundheit, Zentrum Jura bernois-Seeland

Bahnhofstrasse 50, 2502 Biel

Leitung

Pietro De Vito, Fachmitarbeiter Berner Gesundheit

Kosten

CHF 10.00

Anmeldung

Sie können sich telefonisch unter 032 329 33 70 oder per Mail unter biel@beges.ch anmelden. Nach Ihrer Anmeldung laden wir Sie zu einem unverbindlichen Vorgespräch ein.

Gemeinsam für mehr Gesundheit

Unsere Angebote sind so individuell wie die Menschen, die sie in Anspruch nehmen. Unsere Kernaufgaben sind Gesundheitsförderung, Prävention, Sexualpädagogik sowie Suchtberatung und -therapie. Wir erbringen unsere massgeschneiderten Dienstleistungen überall in Ihrer Nähe – vertraulich und kompetent.

www.bernergesundheit.ch

Stand 24.02.2020

Im Auftrag von:



Kanton Bern
Canton de Berne