



6. Mai 2023 · Museum für Kommunikation Bern

Selbsthilfetag 2023

Kommunikation im Fokus



Bild von Hebi B. auf Pixabay

Liebe Selbsthilfe-Engagierte

Wir freuen uns, euch am Selbsthilfetag ein reichhaltiges Programm anbieten zu können, in dem die Kommunikation in verschiedenen Formen im Zentrum steht. Am Vormittag gibt euch Piroska Gavallér-Rothe Impulse mit für eure Gespräche zum Thema „Wertschätzend Grenzen ziehen“. Der interaktive Workshop gibt euch auch Raum, eigene Beispiele zu besprechen.

Darauf folgt der informelle Teil: Ein gemeinsames Mittagessen und eine Verführung durch das Museum für Kommunikation.

Mit dem Selbsthilfetag möchten wir uns bei allen bedanken, die sich bei Epi-Suisse in der Selbsthilfe engagieren. Die Teilnahme ist deshalb kostenlos. Kinder und Familienmitglieder dürfen ebenfalls teilnehmen für ab dem Mittagessen. Für die Zeit des Workshops von 10-12:30 Uhr bieten wir auf Wunsch eine Kinderbetreuung an.

Herzlich grüsst

Dominique Meier

Geschäftsführung Epi-Suisse

Infos und Anmeldung

**[www.epi-suisse/
veranstaltungen](http://www.epi-suisse/veranstaltungen)**



Programm	Selbsthilfetag
	Samstag, 6. Mai 2023 im Museum für Kommunikation
10.00 Uhr	Begrüssung
10.05 Uhr	Impuls-Workshop mit Piroska Gavallér-Rothe Thema: Wertschätzend Grenzen ziehen
12.30-14:00 Uhr	Gemeinsames Mittagessen im Restaurant Steinhalle , Helvetiaplatz 5, 3000 Bern www.steinhalle.ch
14:00 Uhr	VerFührung im Museum für Kommunikation Bern
15.00 Uhr	Schluss der Veranstaltung Der Besuch des Museums und der persönliche Austausch können individuell fortgesetzt werden.

Datum	Samstag, 6. Mai 2023, 10.00 Uhr bis 15:00 Uhr
Ort	Museum für Kommunikation Studienraum 2. UG Helvetiastrasse 16 3000 Bern 6 T 031 357 55 55 www.mfk.ch
Zielgruppe	Alle, die sich in der Selbsthilfe bei Epi-Suisse engagieren und ihre Familien. Bitte bei der Anmeldung angeben, ob du Kinderbetreuung während dem Workshop (10-12:30 Uhr) wünschst.
Kosten	Freier Eintritt inklusive Mittagessen. Anmeldung erforderlich.
Anmeldung	Telefonisch unter 043 488 68 80 per Mail via info@epi-suisse.ch Internet: www.epi-suisse.ch/veranstaltungen Anmeldeschluss ist der 24.4.23. Nur Personen, die bei Epi-Suisse in der Selbsthilfe engagiert sind, können sich anmelden. Die Anzahl der Teilnehmenden ist beschränkt. Berücksichtigt wird das Eingangsdatum der Anmeldung. Es gelten die allgemeinen Teilnahmebedingungen von Epi-Suisse.
Anreise und Zugänglichkeit	Das Kommunikationsmuseum befindet sich in Gehdistanz zur Haltestelle „Helvetiaplatz“ in Bern. Details zur Anreise unter folgendem Link: www.mfk.ch/besuchen/besucherinfo/anreise-kontakt Das Museum ist rollstuhlgängig. Weitere Infos zur Zugänglichkeit hier: www.mfk.ch/besuchen/besucherinfo/barrierefreiheit
Organisation und Auskünfte	Epi-Suisse, Seefeldstrasse 84, 8008 Zürich T 043 488 68 80 info@epi-suisse.ch , www.epi-suisse.ch
