

# Online- Eltern- gruppen



Wenn Kinder psy-  
chisch leiden...

verstanden | verbunden | gestärkt

**VASKBERN**   
Vereinigung Angehöriger psychisch Kranker  
Mitglied STAND BY YOU Schweiz

## Zoom-Treffen für Angehörige Eltern

Wenn ein Kind oder Jugendlicher, junger Erwachsener psychisch erkrankt, fühlen sich Eltern besonders gefordert und herausgefordert. Schuldgefühle können auftauchen - und dann ist da niemand, der wirklich versteht, wie belastend die Situation sein kann. Bleiben Sie nicht allein!

Der geleitete Austausch per Zoom dient dazu, sich gegenseitig zu stützen und Wege zu finden, wie die eigene Gesundheit geschützt und gestärkt werden kann, aber auch, was Angehörige lernen können, um die ganze Situation besser zu bewältigen.

Teilnahme nur nach Voranmeldung per Mail, um den Link zu erhalten:

**Anmeldung:** [beratung@vaskbern.ch](mailto:beratung@vaskbern.ch)

Kosten: gratis - Mitgliedschaft VASK oder Spende ist erwünscht.

Leitung: Lisa Bachofen, Präsidentin VASK Bern

<https://vaskbern.ch> Tel. 031 333 00 60

## Daten der 2 Online-Gruppen 2026

Jeweils von 19-20:30 Uhr—spätestens bis 21 Uhr

Mo. 2. Februar

Mo 2. März

Mo 4. Mai

Mo 1. Juni

Mo. 6. Juli

Mo 7. September

Mo 5. Oktober

Mo 2. November

Mo 7. Dezember

Di. 3. Februar

Di. 3. März

Di. 2. Juni

De. 7. Juli

Di. 1. September

Di. 6. Oktober

Di. 3. November

Di. 1. Dezember

Weitere Gruppen auf der [Homepage VASK Bern](https://vaskbern.ch)