

Übersicht soziale Organisationen in der Region (ohne Spitäler, Ärzte, Heime...)

Alkoholberatungsstelle

Blaues Kreuz

Fachstelle für Alkohol- und Suchtprobleme

Beratungen für Betroffene, Angehörige und Arbeitgeber in Einzel-, Paar- und Familiensitzungen, sowie Selbsthilfe- und Gruppenangebote. Die Beratungen sind kostenlos.

Termine nach Vereinbarung unter: 033 222 01 77,

Blaues Kreuz, Kasernenstr. 17, 3600 Thun

E-Mail: fs.thun@blaueskreuzbern.ch

www.blaueskreuzbern.ch

Alzheimervereinigung: Angehörigengruppen und Demenz-Beratung

An verschiedenen Orten im Berner Oberland bietet die Alzheimervereinigung monatlich geleitete Gruppentreffen für Angehörige in Zweisimmen, Saanen, Interlaken, Meiringen und Thun an. Für Informationen, Beratungen und Kurse zur Krankheits- und Begleitung: Kathrin Häberli, Zweigstelle Berner Oberland, 033 438 10 18, www.alz.ch/be

beocare.ch – Entlastung Angehörige

Wir informieren und beraten Sie über die Entlastungsangebote für Angehörige und Betreuende von älteren, kranken oder strebenden Menschen; Wir vermitteln Ihnen ausgebildete Freiwillige für die alltägliche Betreuung, Sterbebegleitung und Sitzwache zuhause oder in Institutionen (Tag- und Nacheinsätze) Montag bis Freitag 8.00 – 11.30 Uhr
Tel. 0844 144 144, info.beocare@srk-thun.ch;
www.beocare.ch

Beratungs- und Rehabilitationsstelle für Sehbehinderte und Blinde des Kantons Bern

Zähringerstrasse 54, 3012 Bern, Tel. 031 750 51 51;
Fax 031 750 51 52; E-Mail: info@brsb.ch;
www.brsb.ch

Beratungsstelle Ehe, Partnerschaft, Familie Thun und Zweisimmen

Beratung von Einzelnen, Paaren und Familien in Beziehungsfragen. Sprechstunden in Zweisimmen und Thun. Tel. Anmeldung unter: 033 221 45 75 oder 079 310 26 42

E-Mail: eheberatung@bluewin.ch

Berner Gesundheit

Suchtprobleme haben immer eine Geschichte. Diese kann auch gut enden.

Die Berner Gesundheit bietet Betroffenen und Angehörigen kostenlose Beratung bei Suchtproblemen. Vereinbaren Sie einen Termin für ein Informationsgespräch. Beratungen finden in Thun, Erlenbach, Frutigen, Interlaken, Meiringen und Zweisimmen statt.

Stiftung Berner Gesundheit, Telefon 033 225 44 00,
www.bernergesundheit.ch

Berufsberatungs- und Informationszentrum BIZ Thun

Scheibenstrasse 11 C, 3600 Thun

www.erz.be.ch/berufsberatung

Infothek / Beraterische Kurzgespräche

Informationen zu Berufs- und Laufbahnfragen, Aus- und Weiterbildungen, Adresse von Lehrfirmen, Ausleihe von Unterlagen usw. Öffnungszeiten Infothek: ohne Voranmeldung

Mo/Di/Mi 15.00-18.00 Uhr, Do 15.00-20.00 Uhr

1. Sa / Monat 10.00-12.00 Uhr

Tel. / Auskünfte 031 635 59 10

Auskunft p. Mail: berufspberatung@erz.be.ch

Eingeschränkte Öffnungszeiten während der Schulferien. bitte vorher anrufen.

Contact Thun: Jugend-, Eltern – und Suchtberatung des Contact Netz

Scheibenstrasse 3, 3600 Thun, Telefon 033 225 21 21, Fax 033 225 21 26

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 9.00-12.00 Uhr, 14.00-17.00 Uhr. Donnerstagvormittag geschlossen. Neuanmeldungen: Mo., Di., Mi. und Fr., 14.00-16.00 Uhr. Tel. 033 225 21 21

Cannabis- oder Kokainkonsum: Sie möchten konkrete Hilfe und Unterstützung, um ihren Cannabis- oder Kokainkonsum zu reduzieren oder ganz damit aufhören zu können? Mit dem Beratungsprogramm **realize it** (Cannabis) resp. **Off Line!** (für Kokain) bieten wir Ihnen zeitgemässe Behandlungsmethoden an. Interessiert? 033 225 21 21 od. E-Mail an contact.thun@contactmail.ch, www.contactnetz.ch bieten weitere Infos.

Die Dargebotene Hand Tel. 143

Tel. 143 steht für folgende Hilfeleistungen rund um die Uhr zur Verfügung: Beratungen in psychischen, sozialen und materiellen Notsituationen; Information auf www.143.ch

Eheberatung Amt Niedersimmental Thun, Frutigenstrasse 29.

Beratung von Einzelnen, Paaren u. Familien in Beziehungsfragen.
Sprechstunden tägl. n. Vereinbarung, 033 222 56 88

Entlastungsdienst Kanton Bern

Zuhause gut betreut
Für Angehörige von Menschen jeglichen Alters mit einer Behinderung, chronischen Krankheit oder Demenz. Wir bieten Entlastung zu Hause durch spezifische geschulte Betreuer/Innen.
Marianne Anneler Tel: 033 336 55 60;
anneler@entlastungsdienst-be.ch;
www.entlastungsdienst-be.ch

Familienplanung Thun

Die Beratungen sind kostenlos und vertraulich, auch für Minderjährige. Gewünschte und ungewünschte Schwangerschaft; Verhütung (Abgabe der Pille danach); Sexualität; Kollektive Beratung über Verhütung von Schulklassen: SpitalSTS AG Thun; Krankenhausstr. 12, C-Haus, 3600 Thun, Tel. 033 226 29 05, www.spitalthun.ch;
E-Mail: familienplanung@stsag.ch

Frabina

Beratungsstelle für Frauen und binationale Paare, Laupenstr. 3, 3008 Bern, Tel. 031 381 27 01
Mo/Di/Do/Fr 9.00-12.00 und Di/Mi/Do 14-15 Uhr E-Mail: rabina@freesurf.ch

Frauenverband Berner Oberland

Professionelle Beratung und Unterstützung, auch für Fragen und Probleme im privaten Finanzhaushalt Thun, Untere Hauptgasse 14
Tel. 033 222 42 66

hifidi – Hilfe in finanziellen Dingen

hifidi ist eine regionale Dienstleistung der Reformierten und der Katholischen Kirchgemeinde Spiez mit dem Ziel, Menschen mit finanziellen Schwierigkeiten zu unterstützen und zu begleiten.
hifidi, Thunstr. 34, 3700 Spiez, Telefon 033 654 52 90,
info@hifidi.ch

Jugendarbeit Wimmis

Ziel ist es, den Jugendlichen sinnvolle Freizeitbeschäftigungen anzubieten und ihnen in der Bewältigung von Alltagsproblemen zu helfen. Dafür ist in Wimmis die Fachkommission Jugendarbeit zuständig.

Jugendraum Virus, Schulhaus Chrümig, Öffnungszeiten siehe www.wimmis.ch
Kontaktperson Bernd Schlott, 079 773 21 85,
schlott@bluewin.ch

Kant. Erziehungsberatung. Kinder und jugendpsychiatrischer Dienst

3700 Spiez, Seestrasse 34, 031 635 99 00.
Abklärung, Beratung u. Therapie bei Entwicklungs- und Verhaltensauffälligkeiten, familiären u. schulischen Problemen

Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde Oberland West (KESB)

Die Wichtigsten Aufgaben der Kesb sind Kindeswohl und Kinderschutz, Vaterschaft, elterliche Sorge, Unterhalt, Besuchsrecht, Kindesvermögen, zivilrechtliche Kindeschutzmassnahmen, Gefährdung des Kindeswohls sowie im Bereich Erwachsenenschutz Vorsorgeauftrag, Patientenverfügung, Vertretung bei Urteilsunfähigkeit, Aufenthalt in Wohn- und Pflegeeinrichtungen, Beistandschaft, Fürsorgerische Unterbringung/Zwangsmassnahmen, Gefährdungsmeldung, Priv. Mandatstragende Kesb Oberland West, Amthausgasse 4, Postfach 74, 3714 Frutigen, Tel. 031 635 22 75, info.kesb-ow@jgk.be.ch,

Kinderbetreuung zu Hause (Rotes Kreuz)

Ist die übliche Betreuung Ihrer Kinder ausgefallen? Haben Sie während Ihrer Arbeitszeit niemanden, dem Sie Ihr plötzlich erkranktes Kind anvertrauen können? Haben Sie gesundheitliche Probleme oder befinden Sie sich sonst vorübergehend in einer schwierigen Situation? Unsere ausgebildeten Betreuerinnen kommen zu Ihnen nach Hause und sorgen für das Wohlbefinden Ihrer Kinder.

Montag bis Freitag 8.00-11.30 Uhr
Tel. 033 225 00 87, www.srk-bern.ch,
kinderbetreuung@srk-thun.ch

KITA Wimmis

Pädagogisch strukturierte Ganztagsbetreuung für Kinder im Alter von 3 Monaten bis 12 Jahren.
KITA Wimmis, Bahnhofstrasse 3, 3752 Wimmis
Tel. 033 657 01 44, kitawimmis@bluewin.ch
www.kita-wimmis.ch

Krebsliga Bern

Marktgasse 55, Pf 184, 3000 Bern 7
Tel. 031 313 24 24; Fax 031 313 24 20
E-Mail: info@bernischekrebsliga.ch, Internet:
www.bernischekrebsliga.ch
Öffnungszeiten: 9-12 / 13.30-16.30 Uhr; Beratung bei Bedarf in Ihrer Region nach tel. Vereinbarung.

Lungenliga Bern

Regionalstelle Berner Oberland
Aarefeldstr. 19, 3600 Thun
033 224 04 44 / Fax 033 224 04 45
rst.oberland@lungenliga-bern.ch

Mütter in Not (Hotline)

LEA Berner Oberland, Tel. 079 323 68 16
berneroberland@lea-schweiz.ch; www.lea-schweiz.ch

Mütter- und Väterberatung Kanton Bern:

Beratungskreis Frutigen-Niedersimmental
Stützpunkt Spiez
Beratungsstelle für Eltern mit Kindern bis 5 Jahren
Tel. 033 650 17 65; Mo – Fr 8-11 Uhr
Mehr zum Angebot unter www.mvb-be.ch

oui si yes, Stellenvermittlung der ref.

Landeskirchliche

Wir vermitteln gute Gastfamilien für Sprachaufenthalte in der Westschweiz, im Tessin und als Au-Pair nach England und Frankreich.
Auskunft: Trachsel Cornelia, Aegertenstr. 10, 3661 Uetendorf
Tel. 033 525 02 42, corneliatrachsel@aupair.ch

Procap Thun

Schweiz. Invalidenverband (SIV)
Burgfeldweg 13, 3612 Steffisburg
Tel. 033 222 09 09
Öffnungszeiten der Kontakt- und Geschäftsstelle: Mo-Do 9.30-11.30 Uhr; Di+Do 14.00-16.00 Uhr; Freitag geschlossen

Pro Infirmis

Beratungsstelle Oberland
Pro Infirmis leistet und vermittelt Beratung und Unterstützung für Menschen mit geistiger, körperlicher und psychischer Behinderung und ihre Angehörigen; sie fördert und unterstützt Hilfe zur Selbsthilfe. Ihre Dienstleistungen richten sich nach den Bedürfnissen der Betroffenen und ihrer Angehörigen. Die Beratung ist freiwillig, vertraulich,

kostenlos und findet nach Vereinbarung entweder auf der Beratungsstelle in Thun oder zu Hause statt.
Pro Infirmis Bern, Beratungsstelle Oberland, Niesenstr. 1, 3601 Thun
Tel. 033 225 55 00; www.proinfirmis.ch, E-Mail thun@proinfirmis.ch

PRO SENECTUTE Berner Oberland

Malerweg 2, Postfach, 3601 Thun
Tel. 033 226 60 60, Fax 033 226 60 69
E-Mail: oberland@be.pro-senectute.ch, www.pro-senectute.region-be.ch
Beratung für ältere Menschen und Ihre Angehörigen.
Telefonische Auskünfte: Montag – Freitag: 08.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 17.00 Uhr. Beratungen in den Stützpunkten Spiez (Spitex), Erlenbach (Klinik), Zweisimmen (Spital) und Hausbesuch nach Vereinbarung.

RAV Regionale Arbeitsvermittlung Spiez

Öffnungszeiten:
Mo-Do 08.00-12.00 / 14.00-17.00 Uhr
Fr 08.00-12.00 / 14.00-16.30 Uhr
tel. 033 650 70 10; Fax 033 650 70 11
rav.spiez@vol.be.ch

Rotkreuz-Fahrdienst

Wir begleiten Sie zum Arzt, ins Spital, zur Therapie oder zum Kuraufenthalt. Melden Sie die gewünschte Fahrt nach Erhalt eines Termins, spätestens jedoch 3 Tage im Voraus an.
Vermittlungsstellen in der Region
Niedersimmental / Spiez 033 654 47 67

Rotkreuz-Notruf

Allein wohnen und selbstbestimmt leben, bedeutet gerade für ältere, behinderte oder kranke Menschen Lebensqualität. Wir bieten Ihnen Sicherheit mit dem Rotkreuz-Notruf.
Montag bis Freitag 8.00-11.30 Uhr, Tel. 033 225 00 80, info@srk-thun.ch

SAH Bern ETCETERA

Soziale Arbeitsvermittlung
Thunstr. 4, 3700 Spiez, Tel. 033 654 83 21
etc.oberland@sah-be.ch
Brauchen sie eine Arbeitshilfe?
Wir vermitteln Ihnen kurzfristig Hilfskräfte für Haushalt, Reinigungs- und Gartenarbeiten, für Umzüge, Räumungen, Lagerarbeiten, Versand, etc.

Schleudertrauma-Selbsthilfegruppe

InForm, Treffen 2 x pro Monat, Marktgasse 17, Thun,
Tel. 033 223 69 29

Schuldenberatung Spiez

Die Berner Schuldenberatung unterstützt verschuldete Einwohnerinnen und Einwohner mit Rat und Tat. Erstberatung und Stabilisierungsmassnahmen sind kostenlos. Thunstr. 34, 3700 Spiez, Telefon 033 221 76 30, www.schuldeninfo.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Oberland

Länggasse 2, 3600 Thun
Tel. 033 225 00 80

Selbsthilfezentrum Berner Oberland

Wir beraten, vermitteln, informieren und unterstützen diskret und kostenlos.
Öffnungszeiten:
Mi 9.00-11.30 / 14.00-16.30 Uhr
Do 9.00-11.30 Uhr
Marktgasse 17, 3600 Thun, Tel. 033 221 75 76, E-Mail thun@selbsthilfe-kanton-bern.ch

Seniorenbetreuung Home Instead (Berner Oberland)
Begleitung, Unterstützung und Gesellschaft zu Hause;
Hilfe im Haushalt und Begleitung ausser Haus;
Alzheimer und Demenzbetreuung; Entlastung pflegender Angehöriger; Fest zugeteilte Mitarbeiterin, kein Wechsel; Zusatzversicherung anerkannt.
Dorfstr. 70, 3706 Leissigen, Tel. 033 847 80 60

Soziale Dienste Spiez

zuständig für Spiez, Wimmis, Reutigen, Erlenbach, Därstetten, Oberwil
Öffnungszeiten:
Mo/Di/Fr 09.00-11.30 / 14.00-17.00 Uhr
Mi geschlossen / 14.00-17.00 Uhr
Do 09.00-11.30 / 14.00-18.00 Uhr
Tel. 033 655 33 55, Fax 033 655 33 97
www.spiez.ch

Spitex Niesen

Nicht profitorientierte Organisation mit öffentlichem Leistungsauftrag.
Spitex Niesen, Adelbodenstrasse 27, 3714 Frutigen,
Tel. 033 672 22 37, info@spitexniesen.ch

**Stottern, Beratungsstelle bei Redeflussstörungen,
VERSTA-Vereinigung für Stotternde und Angehörige**
Geschäftsstelle, äussere Bleikenstr. 1, 3775 Lenk, Tel. 033 733 07 31

Tageselternvermittlung Spiez und Umgebung

Petra Müller, Krattigstrasse 102k, 3700 Spiez,
Tel. 079 502 06 22, tevspiezmueller@bluewin.ch;
Vermittlerin Karin Gyax, Tel. 033 654 83 84/079 465 50 98, tev@bluewin.ch
Weitere Infos: www.familienforumspiez.ch

Tischlein deck dich

Wir retten Lebensmittel vor der Vernichtung und verteilen sie an armutsbetroffene Menschen. Wer Lebensmittel beziehen möchte benötigt eine entsprechende Bezugskarte, welche bei den Sozialen Diensten Spiez bezogen werden kann.
Abgabestelle Spiez: Evangelisches Gemeinschaftswerk, Kornmattgasse 6, 3700 Spiez, jeden Freitag von 09:30 – 10:30.

VISTA Fachstelle Opferhilfe bei sexueller und häuslicher Gewalt

Bälliz 49, 3600 Thun, 033 225 05 60
E-Mail info@vista-thun.ch, www.vista-thun.ch, Tel.-Zeiten Mo, Di, Do 9.00-12.00/14.00-17.00, Mi 14.00-17.00, Fr 9.00-12.00/13.00-16.00
Beratung bei psychischer, sexueller und körperlicher Gewalt; Verarbeitung der erfahrenen Gewalt; Vermittlung weitere Fachstellen; Leistungen nach Opferhilfegesetz.
Die Beratungen sind kostenlos, auch für Drittpersonen.
Die Beraterinnen unterstehen der gesetzlichen Schweigepflicht. Tel. Anmeldung erwünscht
Frauenhaus Thun, 033 221 47 47