

Wir hören
zu und
beraten Sie
gerne.

Kostenlose Hilfe für Angehörige

Sich mit anderen Angehörigen auszutauschen, kann dabei helfen, neue Perspektiven auf die eigene Lebenssituation zu gewinnen. Mit unseren Angehörigentreffen bieten wir einen geschützten Rahmen, in welchem Sie Ihre Gedanken, Gefühle und Erfahrungen mit anderen Angehörigen teilen können. Die Treffen finden unter fachlicher Leitung statt und werden bei Bedarf mit Kurzinputs ergänzt. Wir führen zu folgenden Themen Angehörigentreffen durch: «Sucht», «Psychose», «Depression und Angst» und «Demenz und Delir».

Für Angehörige

Eine Ihnen nahestehende Person ist psychisch erkrankt. Nicht nur bei den Patientinnen und Patienten, sondern auch bei Ihnen tauchen in dieser Situation viele Fragen auf: «Wie geht es weiter? Darf ich nein sagen, wenn es mir zu viel wird?»

Unser Angebot

Mit den Angehörigentreffen möchten wir Ihnen die Möglichkeit bieten, Fragen zu stellen sowie eigene Erfahrungen, Gefühle und Wünsche zu teilen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Austausch für Angehörige

Der Austausch findet ausschliesslich unter Angehörigen statt. Die Patientinnen und Patienten nehmen nicht an den Gesprächen teil.

Wer kann teilnehmen?

Eingeladen sind Eltern, Grosseltern, Partnerinnen und Partner, Geschwister, erwachsene Kinder sowie weitere wichtige Bezugspersonen aus dem Freundeskreis. Auch Angehörige von Patientinnen und Patienten, die nicht im UPZ behandelt werden, sind herzlich willkommen.

An- und Abmeldung

Via QR-Code gelangen Sie auf das Anmeldeformular auf unserer Webseite. Gerne können Sie sich auch telefonisch unter **031 720 83 70** oder per E-Mail an **angehoerige@upz-bern.ch** anmelden. Falls Sie verhindert sind, bitten wir Sie, sich spätestens **24 Stunden** vor dem Termin telefonisch abzumelden.

Wir freuen uns auf Sie!

upz

Kontakt UPZ Münsingen

Angehörigenberatung

Hunzigenallee 1, 3110 Münsingen
angehoerige@upz-bern.ch

Beratungstelefon:

031 720 83 70

UPZ Münsingen

Hunzigenallee 1, 3110 Münsingen
T 031 720 81 11
info@upz-bern.ch

→ weitere Informationen:



Universitäres Psychiatrisches Zentrum Bern AG (UPZ)
Hunzigenallee 1, 3110 Münsingen

07/2026

UPZ Münsingen

Angehörige

Angehörigen- treffen 2026

Austausch und professionelle Unterstützung
für Angehörige von Menschen mit einer
psychischen Erkrankung.

upz-bern.ch

upz Universitäres
Psychiatrisches
Zentrum Bern

Sucht

Wir informieren Sie, welche Umstände eine Suchtentwicklung begünstigen können und stützen Sie als Angehörige insbesondere beim Thema Umgang mit einem Rückfall. Zentral ist auch das Thema Abgrenzung, damit Sie Ihre eigene Gesundheit und Ihre grundlegenden Bedürfnisse nicht vernachlässigen. Weitere wichtige Themen sind der Umgang mit Schuld- und Schamgefühlen sowie das Annehmen von Hilfe und professioneller Unterstützung.

Termine 2026

Termine Sommer

- Mi, 12. August 2026
- Mi, 26. August 2026
- Mi, 09. September 2026

Termine Herbst

- Mi, 21. Oktober 2026
- Mi, 04. November 2026
- Mi, 18. November 2026

Termine 2027 – QR-Code scannen

Zeit: 18.30 – 21.00 Uhr
Ort: UPZ Münsingen
Haus 22, 4. OG, Rittersaal

Ihre Ansprechpersonen:

Karin Siegenthaler
Sozialarbeiterin +
Angehörigenberatung
Telefon 031 720 82 68

Axel Meyer
Dipl. Pflegefachmann



Bitte melden Sie sich über den QR-Code an.
Wir empfehlen die Teilnahme an allen drei Abenden, da diese aufeinander aufbauen.

Psychose

Wir informieren Sie, welche Umstände eine Psychose auslösen können und welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt. Darüber hinaus geben wir Ihnen Tipps, wie Sie mit den Betroffenen kommunizieren und sich besser abgrenzen können. Weitere wichtige Themen sind der Umgang mit Schuldgefühlen sowie das Annehmen von Hilfe und professioneller Unterstützung.

Termine 2026

Termine Herbst

- Mi, 26. August 2026
- Mi, 09. September 2026
- Mi, 23. September 2026
- Mi, 30. September 2026
- Mi, 14. Oktober 2026
- Mi, 28. Oktober 2026

Termine 2027 – QR-Code scannen

Zeit: 18.30 – 20.30 Uhr
Ort: UPZ Münsingen
Haus 3, 1.OG, Raum 123

Ihre Ansprechpersonen:

Danielle Herzog
Psychologin +
Angehörigenberatung
Telefon 031 720 81 52

Barbara Mösching-Bigler
Dipl. Pflegefachfrau

Silvia Antonipillai-Küffer
Dipl. Pflegefachfrau HF, DN II



Bitte melden Sie sich über den QR-Code an.
Wir empfehlen die Teilnahme an allen sechs Abenden, da sie aufeinander aufbauen.

Depression und Angst

Wir informieren Sie über die verschiedenen Krankheitsbilder von Depression und Angst. Sie erfahren, welche Faktoren eine Erkrankung auslösen können und welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt. Darüber hinaus geben wir Ihnen Tipps, wie Sie mit den Betroffenen kommunizieren und sich besser abgrenzen können. Weitere wichtige Themen sind der Umgang mit Schuldgefühlen, das Annehmen professioneller Unterstützung und die Selbstfürsorge.

Termine 2026

Termine Herbst

- Mi, 02. September 2026
- Mi, 16. September 2026
- Mi, 07. Oktober 2026
- Mi, 21. Oktober 2026
- Mi, 04. November 2026
- Mi, 11. November 2026

Termine 2027 – QR-Code scannen

Zeit: 18.30 – 20.30 Uhr
Ort: UPZ Münsingen
Haus 3, 1.OG, Raum 123

Ihre Ansprechpersonen:

Manuela Weber
Sozialarbeiterin +
Angehörigenberatung
Telefon 031 720 82 62

Franziska Bigler
Dipl. Pflegefachfrau, DN II

Melanie Müller
Dipl. Pflegefachfrau HF



Bitte melden Sie sich über den QR-Code an.
Wir empfehlen die Teilnahme an allen sechs Abenden, da sie aufeinander aufbauen.

Demenz und Delir

Wir informieren Sie über die Krankheitsbilder Demenz und Delir. Sie erfahren, wie sich die beiden Erkrankungen unterscheiden und welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt. Die Angehörigenabende haben jeweils einen thematischen Fokus: Demenz, Delir und offen Fragerunde. Dabei begleitet Sie ein interdisziplinäres Team aus Ärztinnen und Ärzten, Pflegefachpersonen sowie Mitarbeitenden des Sozialdienstes.

Termine 2026

Termine Herbst

- Mi, 16. September 2026 **(Demenz)**
- Mi, 21. Oktober 2026 **(Delir)**
- Mi, 18. November 2026 **(Fragen)**
- Mi, 16. Dezember 2026 **(Demenz)**

Termine 2027 – QR-Code scannen

Zeit: 18.30 – 20.30 Uhr
Ort: UPZ Münsingen
Haus 42, 2. OG, Raum 203

Ihre Ansprechpersonen:

Danielle Herzog
Psychologin +
Angehörigenberatung
Telefon 031 720 81 52

Sarina Ulli
Stationsleitung DDM



Bitte melden Sie sich über den QR-Code an.
Wir empfehlen die Teilnahme an allen drei Abenden, da diese aufeinander aufbauen.