



La promotion de la santé c'est :

Rapport annuel 2004

Sommaire:

Page 2	Chercher ensemble des solutions Editorial du Dr Kurt Meyer, Président
Page 3	Savourer Bruno Erni, Directeur
Page 4	Prendre sa santé en main Consultation et thérapie
Page 7	S'engager dans une démarche Prévention
Page 8	Prendre soin de soi (et des autres) « Fumer...ou pas ? »
Page 9	Se prendre en main « Consommation contrôlée »
Page 10	Une société responsable « Festival de protection de la jeunesse »
Page 12	Jouer pour le plaisir Mais quand le jeu excessif ruine le joueur et ses proches...
Page 13	Une ambiance agréable au travail Il vaut mieux aborder les problèmes en milieu professionnel
Page 14	Parler d'intimité ..., parler d'amour, de sexe et d'autres sujets de ce genre
Page 15	Quand chacun participe De plus en plus d'écoles incluent la promotion de la santé dans leur programme
Page 17	Quand tout le monde va bien « Parents compétents - enfants fortifiés »
Page 19	Trouver l'équilibre Soutenir ses proches
Page 20	Bien utiliser les ressources Comptes annuels : Bilan / Comptes d'exploitation
Page 21	Lorsque la prévention s'affiche Santé bernoise dans les médias
Page 27	S'engager Le conseil de fondation
Page 28	Pouvoir chercher de l'aide Adresses des quatre centres régionaux

Editorial

Chercher ensemble des solutions

Les dépenses sociales qu'entraîne la consommation d'alcool en Suisse (jours de travail manqués, accidents professionnels, décès, frais d'hospitalisation) sont estimées à 6.5 milliards, celles de la consommation de drogues illégales à 1.26 milliard de francs. La surconsommation d'alcool reste le problème médico-social n°1.

Le moment est venu de répartir les fonds limités à disposition en fonction de l'importance des problèmes.

Santé bernoise soutient les efforts des autorités cantonales visant à utiliser les fonds limités en fonction de l'importance des problèmes. Le processus actuel de planification et de pilotage de la Direction de la santé publique et de la prévoyance sociale se poursuit. Le Grand Conseil a confirmé explicitement cette mission.

Dans l'intérêt d'une aide efficace et durable pour les personnes dépendantes, Santé bernoise s'implique dans la création de structures optimales avec d'autres institutions partenaires.

Dr Kurt Meyer, Président

*„La promotion de la santé est le processus qui confère aux populations les moyens d’assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d’améliorer celle-ci. “
(Charte d’Ottawa 1986)*

Savourer

Chère lectrice, cher lecteur,

Savourer, c’est reconnaître la limite entre apprécier les bonnes choses et en dépendre. Connaître ses limites et ses capacités est une aptitude importante pour agir en toute autonomie et de manière responsable. Chaque femme ou homme a cette capacité d’autonomie. Sur cette base, nous pensons que même les personnes fortement dépendantes ont la possibilité de décider de changer les choses. Mais ces compétences doivent être renforcées et activées.

Santé bernoise organise ses prestations selon ce principe en les améliorant sans cesse. Exemple récent : « Consommation contrôlée », une offre de groupe efficace aidant hommes et femmes à accéder à une vie autonome, en profitant des plaisirs.

Amicalement

Bruno Erni, Directeur

Rapport de la consultation et de la thérapie ambulatoires 2004

*„La promotion de la santé est le processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci.“
(Charte d'Ottawa 1986)*

Prendre sa santé en main

L'autodétermination des personnes dépendantes est souvent inhibée et enfouie. Ce sont les drogues et leur attitude face à leur dépendance qui déterminent leur existence. Pour recouvrer leur autodétermination et en tirer parti, elles ont besoin d'un soutien professionnel. L'une des missions de Santé bernoise est de proposer des outils (prestations et offres) permettant aux clientes et aux clients de rechercher avec efficacité et succès leur autodétermination. Le travail de groupe convient à merveille. Sous la direction d'experts, les participants recherchent des solutions et s'entraident. Ce qui explique notamment pourquoi le travail de groupe a doublé par rapport à l'an dernier. Plus de 450 personnes ont bénéficié des 39 offres de groupe.

Conscients que la consultation et la thérapie de groupe dans le domaine des dépendances est une forme d'intervention particulièrement efficace, nous l'avons nettement augmentée l'an dernier. En 2004, nos spécialistes ont consacré 2'654 heures au travail de groupe (2002: 823 h; 2003: 1'234 h), y compris la préparation, l'animation et l'évaluation, soit 10,6% du travail avec la clientèle. Cela signifie par ailleurs que les 31 collaborateurs (23 postes à plein temps) ont investi 89,4% ou 22'511 heures (2003: 19'714 h) du temps pour la consultation ou la thérapie destinées aux individus, aux couples et aux familles. Bien entendu, le travail de groupe ne peut remplacer ces prestations. Le « travail de groupe » et le « travail avec les individus et les systèmes » ne sont pas en opposition : ce n'est pas soit l'un soit l'autre, ils sont complémentaires. La majeure partie de nos clientes et clients ont besoin d'une forme personnalisée de consultation et de traitement à la fois pour eux et pour leurs proches afin d'aborder ce qui les préoccupe. Beaucoup complètent cette forme d'aide par un travail en groupe.

Les spécialistes ont également investi 3'500 heures dans le domaine de la « Sensibilisation de l'opinion publique ». Ce sous-produit contient des prestations telles que des réunions d'information, des exposés, le travail avec les médias, la médiathèque et/ou la documentation, la coordination et les entretiens de réseau avec les organismes partenaires ainsi qu'une présence suivie sur le Web. La demande nettement croissante pour la consultation indique qu'il s'agit de prestations importantes, efficaces et indispensables.

Autres faits et chiffres de la consultation et de la thérapie

	2003	2004
Nouvelles inscriptions	1'320	1'509
Premiers entretiens	1'163	1'353
Entretiens effectués	10'125	10'472
Nombre de personnes traitées	2'155	2'473

Les principaux motifs pour lesquels un premier entretien a lieu	2003	2004
Consommation de produits	77.4%	79%
Relations sociales Relations familiales, questions d'éducation, partenariat, autres relations sociales	28.6%	23%
Santé Bien-être psychique, santé physique, troubles alimentaires	22.8%	16%
Comportements dépendants sans substance (p.ex. jeu excessif)	8.7%	12%
Maîtrise des tâches de la vie quotidienne	9.6%	6%

Les principales substances problématiques	2003	2004
Alcool	77.3%	72.1%
Nicotine	8.1%	9.7%
Jeu excessif	8.2%	7.5%
Troubles de l'alimentation	0.6%	2.3%
Médicaments	0.8%	0.9%
Autres substances ou comportements dépendants	5%	7.5%

Perspectives

Avec un nombre de nouvelles inscriptions de près de 66 personnes par an et 107 cas traités par poste à temps complet, la charge de travail de nos conseillères et conseillers atteint ses limites. Nous n'allons pas pour autant renoncer à inciter le maximum de personnes confrontées à des problèmes de dépendance à recourir à nos prestations et à nos offres à un stade précoce de l'évolution de leur dépendance. Selon notre contrat de prestations, notre mission consiste entre autres à proposer et faire connaître nos prestations et nos offres de consultation et de thérapie ambulatoires dans les domaines de l'alcool, du tabac, des médicaments, des troubles alimentaires et des jeux de hasard. Notre mission consiste également à proposer et à réaliser ces prestations avec un haut niveau de qualité. Nous sommes redevables à notre clientèle, mais aussi à la direction de la santé publique et de la prévoyance sociale du canton de Berne qui nous finance. Nous voulons répondre à cette exigence de qualité en engageant un personnel très bien formé, en proposant dès l'engagement une formation continue cohérente dans la consultation et la thérapie brève orientée vers les solutions et les ressources, en mettant en place de nouvelles offres telles que la consommation contrôlée mais aussi en élargissant continuellement les offres de groupe, pour ne nommer que ces exemples.

Nos spécialistes auraient du mal à faire face à une augmentation de la demande et à l'afflux de cas à traiter en conservant l'ordre de grandeur de l'année dernière sans que la qualité des consultations et de la thérapie n'en pâtisse. Deux solutions sont possibles :

La moins séduisante des solutions consisterait à gérer les cas à traiter au moyen de listes d'attente ou à fixer des quotas par type de produit ou de comportement dépendant. La deuxième solution se trouverait dans le pilotage envisagée à plusieurs reprises par le canton. Il analyse actuellement une nouvelle répartition des moyens financiers disponibles en fonction de l'ampleur des problèmes induits par une drogue ou un comportement de dépendance, ainsi que du nombre de personnes concernées par l'ampleur du problème.

Le tableau suivant illustre les besoins d'action politique au niveau fédéral de lutte contre la dépendance résultant de deux critères : l' « ampleur du problème » et le « nombre de personnes concernées »:

« Une nouvelle politique en matière de dépendance pour la Suisse ? Bases et prémisses pour une politique fédérale plus intégrée en matière de dépendances », rapport pour l'OFSP, Mai 2004, Dr phil. Markus Spinatsch et Dipl. phil nat. Silvia Hofer

- L'ensemble du rapport peut être téléchargé sous <http://www.bag.admin.ch/themen/f/index.htm>, ➔ Dépendances et drogues ➔ publications sous forme de document PDF.

Ueli Sommer
Directeur du domaine Consultation / Thérapie

Vous trouverez d'autres articles concernant la consultation et la thérapie aux pages 9, 12, 13 et 19.

Rapport de la prévention 2004

*„La promotion de la santé est le processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci. “
(Charte d'Ottawa 1986)*

S'engager dans une démarche

Une prévention efficace commence dans l'adaptation des structures. Santé bernoise travaille surtout avec les écoles et les communes. Elle permet au personnel enseignant et aux autorités communales de créer, dans un processus collectif et approfondi, des conditions propres à promouvoir la santé. Les besoins de tous les participants sont pris au sérieux et les solutions sont recherchées en commun. A titre d'exemple, Santé bernoise élabore, avec le personnel enseignant, des règles sur l'usage du tabac ou, avec les autorités communales, un système d'alerte précoce destiné à empêcher les excès de violence ou de consommation d'alcool. 1'329 personnes ont bénéficié de ces prestations l'an dernier, un nombre équivalent de personnes a suivi une formation et environ le double a pris part aux réunions d'information.

Ces dix dernières années, le nombre de jeunes fumeurs a massivement augmenté. De même, la recherche de l'ivresse alcoolique a augmenté de manière soudaine chez les jeunes. On constate aussi une augmentation alarmante de la consommation de cannabis. Les enseignants, les parents et les autorités communales sont souvent dépassés par ces problèmes et ces phénomènes.

Des actions ponctuelles ne sauraient infléchir ces évolutions sociales complexes. La recherche et la pratique de la prévention proposent diverses approches pour aborder ce type de problèmes : des dispositions juridiques claires et des mesures structurelles sont d'une part très importantes (par exemple augmentation des prix des cigarettes) ; d'autre part, le personnel enseignant, les parents et les autorités communales ont besoin de pouvoir appliquer des règles claires, mais aussi d'adopter une attitude claire, afin d'exercer une influence sur la consommation de drogues chez les jeunes. De telles règles sont un réel soutien pour le personnel enseignant, les parents et les autorités communales au quotidien. Afin de convenir ce type de règles et de leur application, les personnes concernées doivent se réunir et se mettre d'accord. En d'autres termes, s'engager en vue d'un processus profond et efficace !

Santé bernoise a soutenu et conseillé 1'329 personnes en 2004 dans la mise en pratique d'activités de prévention. 1'358 personnes ont participé aux formations consacrées à la prévention des dépendances et à la promotion de la santé, formations qui leur ont donné l'occasion d'approfondir leurs compétences en la matière. De plus, nous avons pu sensibiliser 2'757 des participant(e)s aux sujets touchant à la prévention des dépendances lors de réunions d'information. Ces chiffres attestent de manière impressionnante le grand intérêt et l'engagement de la population bernoise pour la prévention et la promotion de la santé.

Jürg Fassbind

Directeur des domaines de la prévention et de la pédagogie sexuelle

Vous trouverez d'autres articles concernant la prévention aux pages 7, 8, 10, 15 et 17. Concernant l'éducation sexuelle voir page 14.

„La santé résulte des soins que l'on s'accorde et que l'on dispense aux autres, de l'aptitude à prendre des décisions et à contrôler ses conditions de vie, et de l'assurance que la société dans laquelle on vit offre à tous ses membres la possibilité de jouir d'un bon état de santé.“ (Charte d'Ottawa 1986)

Prendre soin de soi (et des autres)

La santé n'est pas un fait acquis. L'homme et les conditions d'existence changent et avec eux les facteurs influençant la santé de l'individu. Pour cesser de fumer, il est impossible de changer durablement les choses sans réfléchir aux situations dans lesquelles survient la tentation de prendre une cigarette. Le non-fumeur conscient des avantages personnels apportés par l'abstinence a plus de chances de le rester que celui qui par hasard n'a pas commencé à fumer. La brochure « Fumer ... ou pas ? » offre aux écoliers et aux écolières la possibilité de réfléchir aux motifs et à un comportement alternatif. Après une refonte complète du contenu textuel et graphique, 25'000 exemplaires ont déjà été commandés en six mois, dont un millier en français. (Partenaire: Ligue pulmonaire bernoise).

Les jeunes ont peu de chances d'échapper au problème du tabac. La publicité et les sollicitations sont omniprésentes. Les jeunes se mettent à fumer pour des raisons diverses : curiosité, sentiment d'appartenance à un groupe, rébellion contre les conseils et les interdits des adultes, ou ennui. Ils savent qu'ils nuisent à leur santé et la plupart savent qu'ils peuvent devenir dépendants. Pourquoi les uns décident-ils de fumer alors que les autres s'abstiennent ? Dans quelles situations fume-t-on ? La brochure « Fumer ... ou pas ? » propose des réponses à ces questions au moyen de tests individuels et d'informations ciblées. En étant bien informés et en prenant conscience de leurs motivations, les jeunes peuvent prendre des décisions en toute connaissance de cause et mieux gérer leur comportement. Ils peuvent ainsi éviter bien des obstacles qui se dressent sur le chemin de la réalisation de leurs objectifs personnels.

Grâce au soutien financier de la Ligue pulmonaire bernoise, le contenu et le graphisme de la brochure « Fumer ... ou pas ? » ont été remaniés en profondeur et réimprimés. Elle s'adresse désormais à la fois aux fumeurs (fumeuses) et aux non-fumeurs (non-fumeuses). La brochure a un look résolument jeune, mais elle est aussi très bien perçue par les enseignant(e)s. Plus 25'000 exemplaires ont été distribués depuis son lancement en mars 2004. Il est réjouissant de constater que la brochure est demandée aussi bien dans les écoles que par des personnes individuelles, des entreprises et des spécialistes du travail avec la jeunesse.

Sirkka Mullis
Projets de prévention du tabagisme

„La santé résulte des soins que l'on s'accorde et que l'on dispense aux autres, de l'aptitude à prendre des décisions et à contrôler ses conditions de vie, et de l'assurance que la société dans laquelle on vit offre à tous ses membres la possibilité de jouir d'un bon état de santé.“ (Charte d'Ottawa 1986)

Se prendre en main

Beaucoup admettent consommer plus d'alcool qu'ils ne le souhaiteraient. Santé bernoise est la première organisation du canton de Berne à proposer « la consommation contrôlée », un programme d'entraînement permettant aux participant(e)s de déterminer individuellement en dix étapes la quantité consommée et de s'y tenir. Le but recherché est d'analyser son comportement par rapport à la boisson, de fixer des objectifs individuels de consommation et de prévoir des stratégies pour y parvenir. Un programme d'entraînement a eu lieu à Berne et Biemme avec un bilan très positif : en dix semaines, les participants ont réduit de moitié leur consommation à partir d'objectifs individuels tout en multipliant massivement les journées sans alcool.

La consommation était au centre des préoccupations durant des trois premières semaines de cours : Qu'est-ce que je bois, quand, où, combien et avec qui ? Se pencher sur ces cinq questions était plus difficile pour les participant(e)s que la réduction de la quantité consommée dans la deuxième phase. Après avoir refusé pendant longtemps de se regarder dans un miroir, la chose n'était aisée pour personne. De même, les participant(e)s ont pu faire de nouvelles expériences : parler de leur consommation d'alcool personnelle, sans être jugé ni condamné, remarquer que les autres participant(e)s se trouvent dans la même situation.

Ce n'est qu'en deuxième phase que la réduction de la consommation a eu lieu. Dans le cadre d'un plan hebdomadaire, chacun(e) a déterminé quand, où, combien, et quand il faut éviter de boire. Au bout d'une semaine, les participant(e)s ont fait état de leurs expériences dans le groupe et ont évalué leurs succès et leurs échecs. A partir de ces premières expériences, ils ont tous défini de nouveaux objectifs pour la semaine suivante. Ainsi, les participant(e)s ont pu s'entraîner sur la manière de se fixer et de réaliser des objectifs réalistes. L'échange d'expérience dans le groupe a été très propice pour le succès. Tous les participant(e)s aux cours ont été surpris qu'une consommation d'alcool à respecter ne leur ait pas été imposée, que leurs échecs n'aient pas été jugés mais analysés. Les participant(e)s ont vécu cette expérience comme très motivante, de sorte qu'ils ont parlé de plus en plus de leurs problèmes réels.

Seules quatre personnes sur 23 ont quitté le programme de dix semaines; l'une d'entre elle ayant choisi une consultation individuelle. Le bilan est également très positif en termes de quantité consommée: Au bout de dix semaines, un groupe a réduit sa consommation d'un tiers par semaine, l'autre groupe de moitié. De même, le nombre de jours sans alcool a augmenté considérablement. Ce succès est le fruit de beaucoup de travail de chacun et de chacune. Ceux qui veulent persévérer dans leurs nouvelles habitudes de consommation devront travailler dur. Des échanges d'expériences ont lieu régulièrement depuis à titre de soutien.

Roger Gernet, directeur régional du centre de Berne

„La santé résulte des soins que l'on s'accorde et que l'on dispense aux autres, de l'aptitude à prendre des décisions et à contrôler ses conditions de vie, et de l'assurance que la société dans laquelle on vit offre à tous ses membres la possibilité de jouir d'un bon état de santé.“ (Charte d'Ottawa 1986)

Une société responsable

Les jeunes sont en droit de grandir dans un environnement où ils peuvent apprendre comment avoir un rapport responsable à l'alcool. La société doit créer les conditions cadres pour y parvenir. C'est là qu'entre en jeu le projet de prévention LI-MIT. LI-MIT veut montrer aux organisateurs et organisatrices comment créer des événements attractifs et réussis sans menacer la santé des jeunes. Ce projet a été développé par Santé bernoise avec les préfets, la Direction de la santé publique et de la prévoyance sociale, les organisateurs d'événements et la Croix bleue : Le site www.protection-jeunesse-be.ch est très visité et les communes distribuent la brochure « Festival de protection de la jeunesse » avec une check-list dans la procédure d'autorisation des manifestations.

Le comportement des jeunes face à la boisson a changé ces derniers temps : ils boivent de l'alcool : toujours plus, toujours plus tôt, toujours plus régulièrement. De même, le comportement en matière de loisirs a changé : les jeunes sortent de plus en plus tôt et, pour beaucoup d'entre eux, la consommation d'alcool est liée étroitement à l'organisation de leurs loisirs. Une consommation d'alcool prématurée ou excessive entrave l'évolution sociale et psychique des jeunes gens et comporte des risques pour la santé. De plus, le risque de devenir alcoolodépendant à l'âge adulte est nettement augmenté.

Cette évolution est un vrai problème pour la société. Actuellement, l'abus d'alcool en Suisse occasionne des frais s'élevant à 6,5 milliards de francs par an. Deux tiers de ces coûts sont indirects : ils reflètent la souffrance physique et morale des personnes atteintes dans leur santé et celle de leurs proches. Une des tâches importantes de la société et de l'Etat est de protéger la santé des jeunes et de créer des conditions cadres dans lesquelles les jeunes gens peuvent apprendre à consommer l'alcool (et les autres substances légales) de manière responsable, en fonction de leur âge (en minimisant les risques). Les jeunes ont le droit de grandir dans un environnement où ils sont, entre autres, protégés des conséquences négatives de la consommation d'alcool.

La société protège la santé des jeunes grâce aux directives légales de protection de la jeunesse. Mais les lois doivent être respectées au quotidien, sinon elles restent sans effet. Notamment dans le domaine de l'organisation de fêtes et de manifestations occasionnelles, il faut du courage pour adopter une position impopulaire : soit en refusant de servir de la bière aux jeunes au bar, soit en intervenant quand des adultes servent de l'alcool à des jeunes qui n'y ont pas droit. Chaque organisateur le sait : les jeunes sont les clients de demain, on ne veut pas les perdre ! C'est là qu'entre en jeu le projet de prévention LI-MIT. LI-MIT veut montrer aux organisatrices et organisateurs de fêtes et de manifestations comment on peut organiser des événements attrayants et réussis, sans nuire à la santé des jeunes. Santé bernoise a développé avec les préfets, la direction de la santé et de la prévoyance sociale, des organisateurs de fêtes et la Croix Bleue le site Web : www.protection-jeunesse-be.ch ainsi que la brochure « Festival de protection de la jeunesse ». Cette brochure s'adresse directement aux organisateurs ou

organisatrices, elle est complétée par une check-list. Elle contient des informations, des conseils pratiques pour la mise en application de la loi ainsi que des liens et des adresses sur le thème de la protection de la jeunesse. Ce concept comprend également une formation gratuite pour le personnel de bar et une consultation pour l'aide à l'organisation d'événements adaptés à la jeunesse. Il existe aussi du matériel que les organisateurs ou organisatrices peuvent commander sur le site internet : des panneaux d'indication des limites légales d'âge de consommation d'alcool ou des bracelets de contrôle en couleur. Ces bracelets ont différentes couleurs, selon l'âge des clients et indiquent au personnel de service s'il a ou non le droit de servir de l'alcool à ce jeune.

La brochure et tout le matériel complémentaire est disponible en français et en allemand.

LI-MIT a connu le succès dès son lancement : le site web est très fréquenté, les communes distribuent les brochures et les check-lists dans le cadre de la procédure de l'autorisation de manifestations occasionnelles et le premier tirage de 240'000 bracelets de contrôle est épuisé. De même, le deuxième tirage de 140'000 exemplaires diminue régulièrement. Les outils proposés gratuitement semblent être une aide réelle pour le respect des prescriptions de la protection de la jeunesse. Et les cantons d'Obwald et de Nidwald ont décidé de reprendre le projet LI-MIT.

LI-MIT contribue à des conditions de vie favorables à la santé des jeunes. La responsabilité pour la santé de la jeunesse ne peut cependant pas être déléguée uniquement aux professionnels de la prévention, aux autorités ou aux organisateurs de fêtes. Nous ne franchirons une nouvelle étape que si une large part de la population apporte un soutien actif à ces mesures. Ce qui suppose que les adultes perçoivent l'abus d'alcool répétitif comme un vrai problème de société et interviennent au quotidien, au lieu de minimiser les faits en les attribuant à la « turbulence de la jeunesse ».

Luzia Häfliger, responsable du projet LI-MIT

„La santé est engendrée et vécue dans les divers cadres de la vie quotidienne : là où l'on apprend, où l'on travaille et où l'on aime. “ (Charte d'Ottawa 1986)

Jouer pour le plaisir

En règle générale, l'homme joue sans contrainte, se créant une nouvelle réalité, éprouvant plaisir, tension et détente, joie ou colère devant la chance ou le hasard. Une dimension s'ajoute au jeu de hasard : les gains d'argent. En un rien de temps, les joueurs ou joueuses peuvent gagner ou perdre gros. On estime que 2 pour cent des adultes en Suisse ont un comportement problématique par rapport aux jeux de hasard. Ils ne jouent plus pour le plaisir de gagner : ils sont dépendants, accumulent les dettes, les problèmes à la maison et sur le lieu de travail. Une grande majorité d'entre eux joue sur des automates à jeu. En 2004, 70 personnes directement concernées et 50 proches ont sollicité l'aide de Santé bernoise. (Partenaire : Ass. pour le désendettement, Berne)

Dans le cadre du projet «Chance dans la malchance», Santé bernoise a développé dans les quatre centres régionaux une offre de consultation pour les des joueurs excessifs et pour leurs proches. En 2004, 70 personnes concernées et 50 proches ont sollicité de l'aide. Les consultations pour les jeux de hasard occupent donc la troisième place après l'alcool et le tabac (alcool 72,1%, tabac, 9,7%, jeux de hasard 7,5%, autres 7,5%, troubles alimentaires 2,3%, médicaments 0,9%). Outre les conséquences psychiques et sociales, les joueurs compulsifs accumulent en règle générale des dettes comme l'attestent les chiffres de l'association pour le désendettement de Berne : l'endettement moyen des personnes consultant ce service dépasse 100'000 francs. Les dettes privées contractées auprès de la famille, des amis et des connaissances sont particulièrement élevées. Une partie des dettes s'accumule également de manière « indirecte », lorsque les personnes ne peuvent plus faire face à leurs obligations financières : primes de caisse maladie, factures médicales, pensions alimentaires, loyer ou impôts.

Santé bernoise travaille en étroite collaboration avec l'association pour le désendettement de Berne et le CSP dans les consultations des joueurs excessifs, et cette coopération a fait ses preuves. S'occuper du désendettement soutient la thérapie et l'arrêt du comportement excessif en aidant le(s) client(es) à gérer et réapprendre la valeur de l'argent. Ainsi, la pression exercée par un endettement massif peut être réduite et les personnes désireuses de quitter ce cercle infernal envisagent de nouveau des perspectives et peuvent sortir du cercle vicieux qui pousse à continuer à jouer pour rembourser les dettes. C'est à ce moment là que commence véritablement la thérapie de la dépendance : son but est de renforcer l'estime de soi, d'amoindrir les angoisses, d'apporter une aide et un soutien en vue de reprendre ses responsabilités. Dans ce processus, l'implication des proches est centrale. Il n'est pas rare que les proches confortent leur partenaire des années durant dans leur dépendance en prenant sur eux leurs dettes ou en subvenant seul(e)s à leurs besoins et leur subsistance. Ce type d'attitude stabilise le comportement dépendant. Il doit être mis en évidence pour développer des alternatives afin de permettre de quitter le chemin de la dépendance au jeu.

Maya Mezzera, responsable du projet « Chance dans la malchance »

„La santé est engendrée et vécue dans les divers cadres de la vie quotidienne : là où l'on apprend, où l'on travaille et où l'on aime. “ (Charte d'Ottawa 1986)

Une ambiance agréable au travail

Les problèmes de dépendance en milieu professionnel détériorent le climat de travail : les personnes concernées tentent de camoufler leur problème de dépendance, dissimulant leurs erreurs, cherchant des excuses à leurs absences et leurs oublis, surchargeant leurs collègues qui rattrapent les fautes et assument le travail non fait. Les supérieurs sont logés à la même enseigne. Une approche constructive des problèmes de dépendance est donc payante. Ainsi, les parties concernées sont soulagées, les intéressés ont une chance de sortir de ce cercle vicieux et l'entreprise peut compter sur de précieux collaborateurs. Ce qui a pour effet de promouvoir la santé au profit de tous. Le projet Winwin a permis à Santé bernoise d'étendre son offre de consultation aux employeurs et employeuses en 2004.

En cas de problèmes au travail, toutes les personnes concernées finissent par se heurter un jour à des limites. Santé bernoise propose des consultations et un soutien aux collaborateurs, ainsi qu'un appui aux cadres impliqués.

- *Un(e) supérieur(e) hiérarchique a un collaborateur ou une collaboratrice dépendant(e) :* Coaching pour les supérieurs hiérarchiques confrontés à une telle situation. Les supérieurs concernés obtiennent un soutien personnalisé dans l'analyse de la situation et dans la mise au point de procédures concrètes.
- *Une entreprise désire définir l'attitude à adopter en cas de problèmes de dépendance sur le lieu de travail :* Soutien destiné aux responsables d'entreprise et du personnel dans l'élaboration ou le remaniement
 - d'un guide relatif à la procédure à suivre en cas de problèmes de dépendance sur le lieu de travail,
 - de documents de travail appropriés
 - des règles de comportement face aux drogues dans l'entreprise.Les responsables des entreprises et des ressources humaines reçoivent également un soutien dans l'implémentation et l'analyse des mesures à prendre.
- *Une approche constructive des problèmes de dépendance sur le lieu de travail peut s'apprendre:* Information et formation des supérieurs hiérarchiques sur les conditions cadre fixées par l'entreprise :
 - Détection précoce des symptômes
 - Démarches concrètes à effectuer en cas de survenance de problèmes de dépendance sur le lieu de travail
 - Coopération avec les services spécialisés.
- *Un collaborateur ou une collaboratrice a un problème d'alcool ou une autre dépendance.*
Offre : Consultations destinées aux personnes ayant des problèmes de dépendance. Des stratégies de solution efficaces sont élaborées collectivement et la personne concernée est accompagnée dans la mise en pratique.

Marc Dinichert, responsable du projet Winwin

„La santé est engendrée et vécue dans les divers cadres de la vie quotidienne : là où l'on apprend, où l'on travaille et où l'on aime. “ (Charte d'Ottawa 1986)

Parler d'intimité

Faire face aux changements dus à la puberté, à l'acné et aux fluctuations des états d'âme, aux conflits quotidiens avec les adultes qui vous excèdent, au grand amour et son cortège d'émotions. Peu de réponses faute de trouver quelqu'un à qui poser des questions en toute confiance. Être un interlocuteur pour les jeunes en recherche de leur sexualité individuelle, sans angoisses, voluptueuse et responsable, c'est aussi pratiquer activement la promotion de la santé. Ceux qui ont appris à parler d'amour et de sexe peuvent vivre leur sexualité en toute autonomie et en établir les limites. Des cours d'éducation sexuelle sont dispensés dans la partie francophone du canton de Berne par l'association privée APESE. (Plus d'infos ? Contactez le secrétariat de l'APESE : chruiz@dplanet.ch)

Bruno Wermuth, Collaborateur du domaine de l'éducation sexuelle

„La santé est un équilibre dynamique entre le traitement productif des exigences extérieures et intérieures et la réalisation des vœux, désirs et espoirs propres à l'individu.“ (traduit d'après P. Paulus 1998)

Quand chacun participe

Les écoles sont un point de rencontre névralgique entre exigences sociales, possibilités institutionnelles et besoins individuels. L'école doit également évoluer dans une société en mutation tant matériellement qu'au niveau des idées. Le directeur d'école F. le sait aussi : il aimerait élaborer avec ses enseignants un plan directeur. Ils ont constaté lors d'une formation continue interne que les problèmes de violence vont au-delà des cas isolés. La violence est bien plus une affaire de gestion des conflits au sein de l'établissement scolaire et dépend de la manière dont les enseignants s'interposent lors de « chamailleries » entre enfants. De plus en plus de directeurs d'école ont recours au soutien de Santé bernoise pour améliorer la santé à l'école.

Pour Monsieur F., directeur d'école et son collègue d'enseignants, entretenir et susciter un bon climat scolaire se situe en bonne place dans leur liste des priorités. Ils s'accordent à dire que c'est nécessaire pour répondre aux exigences et aux besoins actuels, et aussi que cela leur permet de tenir compte des souhaits et des attentes des individus :

- Les jardinières d'enfants soulignent que le passage du jardin d'enfants à l'école primaire devrait être accompagné avec plus de soin.
- Les enseignants du secondaire aimeraient promouvoir la conscience des responsabilités politiques chez les jeunes citoyen(ne)s en introduisant un droit de codécision pour les élèves.
- Dans le primaire, les enseignants sont à la recherche de méthodes leur permettant d'intégrer judicieusement aux cours les expériences des enfants en matière de médias.
- Le cycle de transition a accueilli l'an dernier quelques enfants de langue étrangère et les enseignants se sentent démunis face à ce problème.
- Tous les enseignants sont convaincus que consacrer plus de temps aux activités ludiques et créatives aurait un effet positif sur les dispositions des enfants à apprendre.
- Les parents souhaitent, depuis un certain temps déjà, qu'une cantine soit organisée et que les enfants soient pris en charge pour le repas de midi.
- Les politicien(ne)s voudraient voir abordé à l'école le thème de la prévention des dépendances.
- Le concierge regrette que tous aient de moins en moins de temps pour s'occuper de l'ordre dans l'établissement.
- Et les enseignants souhaitent avoir plus de temps et de possibilités pour un partage sur leurs réalités professionnelles.

Le directeur d'école, Monsieur F., consulte une spécialiste de Santé bernoise et se met d'accord avec les enseignants pour définir les lignes directrices d'un projet qui durera toute une année scolaire et sera placé sous le thème « A l'école en pleine forme ». Un groupe de coordination – composé de la direction et d'un(e) représentant(e) de chaque degré – met au point un programme d'activités, avec l'accompagnement professionnel de Santé bernoise.

Au début de l'année scolaire, les enseignants commencent leur projet avec un cours interne de formation continue pour les enseignants. A ce stade, ils s'attèlent à un « état des lieux » : qui a fait quoi jusqu'à présent, quels sont les points forts de l'école en matière de promotion de la santé, où est-il important d'agir, quels objectifs faut-il poursuivre ? Accompagnés d'une spécialiste, tou(te)s les enseignant(e)s travaillent avec des moyens créatifs sur ces questions pendant une matinée et se font une idée d'ensemble. Cela fait du bien de dresser une liste de tout ce qui a déjà été fait, et de ce qui fonctionne au jour le jour : réaménagement de la cour de récréation, organisation commune de fêtes, travail avec les parents sur la question de la prévention des dépendances, gymnastique du dos pendant les cours, kiosque autogéré par les élèves pendant le récréation, etc. La liste est longue, mais la liste des besoins l'est tout autant. Tous les points importants sont notés et transformés par un groupe en un projet de plan directeur, qui sera discuté et adopté par la suite avec le concours de tous lors d'une conférence interne de tous les enseignants.

De même, certains enseignants ont émis le vœu de faire un premier pas concret pour une école active dans la promotion de la santé, et donc de commencer à mettre en pratique les idées de base du plan directeur. Pour ne pas perdre le fil ni être dépassé par la somme de travail, la spécialiste de Santé bernoise propose de dégager un thème d'action central. Partant d'une des lignes directrices de la promotion de la santé : « renforcer les compétences » et donc contrecarrer les faiblesses, les enseignants s'associent au thème « faire la fête ensemble » et se proposent d'organiser tous les trimestres un événement permettant aux enfants d'entrer en contact avec ceux des autres degrés par des jeux et des activités communes, en veillant particulièrement à l'intégration des enfants allophones. Ces activités sont planifiées et réalisées de concert par les enseignants et les élèves. Chaque fois, c'est un autre degré qui en a la responsabilité. Dans la mesure du possible, ces événements doivent déboucher sur quelque chose de durablement utile à l'école.

« Couleur » sera le thème de ces manifestations cette année. Jusqu'au prochain cours interne de formation continue pour les enseignants, ils doivent collecter des idées en vue d'une réalisation concrète. Ils pourront disposer de la médiathèque de Santé bernoise et des suggestions de sa spécialiste. Ensuite, les enseignant(e)s se soumettront leurs propositions les uns aux autres et choisiront lesquelles ils vont mettre en pratique. Le but est d'organiser deux événements cette année scolaire, pour que l'on puisse vérifier avant les vacances d'été si cette méthode fait ses preuves. Les enseignants, ensemble avec la spécialiste, consacreront encore une matinée pour évaluer ce qui a été fait et décider des prochaines étapes. Les enseignants ont l'intention d'intégrer ce projet « faire la fête ensemble » dans le déroulement normal de la vie scolaire et d'aborder ensuite le thème suivant sur la liste de leurs préoccupations.

Katharina Gerber-Eggimann, spécialiste de la prévention

„La santé est un équilibre dynamique entre le traitement productif des exigences extérieures et intérieures et la réalisation des vœux, désirs et espoirs propres à l'individu.“ (traduit d'après P. Paulus 1998)

Quand tout le monde va bien

Dans une société marquée par l'individualisation, la flexibilisation et la consommation, l'éducation a énormément changé. Partout, les enfants et les jeunes sont sollicités par une surenchère d'offres. Face à ces sollicitations sociales, les parents se trouvent, on le comprend, quelque peu désorientés ou impuissants. Les parents apprennent l'art et la manière de fixer des limites sans trop restreindre les attentes, les vœux et le choix des enfants dans le cours « Parents compétents – enfants fortifiés ». Ils apprennent également à prendre au sérieux leurs propres besoins dans la vie familiale quotidienne, tout autant que ceux de leurs enfants. La demande pour cette offre de Santé bernoise est immense : le cours a eu lieu 17 fois, contre quatre l'année précédente. (Partenaire : santé publique de la ville de Berne)

Quels parents ne souhaiteraient-ils pas que leurs enfants sachent trouver le juste équilibre entre leurs besoins personnels et les exigences de la vie quotidienne ? Tous les jours, les parents se voient énumérer par les experts en éducation, les amis ou les médias ce qu'ils devraient savoir faire : supporter les conflits, connaître leurs forces et leurs faiblesses, savoir dire non au bon moment et avoir une attitude positive face à la vie. Ainsi, les mères et les pères se demandent comment contribuer quotidiennement à ce que leurs enfants apprennent à trouver un équilibre entre contingences extérieures et besoins personnels, et puissent ainsi mener une vie saine. Est-il possible d'éduquer ses enfants pour qu'ils deviennent forts comme semble l'indiquer l'intitulé d'un cours proposé par Santé bernoise ?

Ce cours, organisé en journée ou en soirée, s'adresse aux mères et aux pères d'enfants en âge scolaire, du jardin d'enfants jusqu'en secondaire. Le cours a pour objectif principal de sensibiliser les parents aux relations existant entre l'identité, la confiance en soi et la sûreté de soi. Il montre comment ces aspects de la personnalité peuvent être une base pour assumer les exigences de la vie quotidienne et avoir une action préventive contre l'évolution d'une toxicomanie. Des propositions concrètes sont faites, permettant aux parents de fortifier la confiance en soi de leurs enfants. Pour autant, ce ne sont pas des recettes toutes faites en matière d'éducation qui sont proposées aux participantes et participants. Une réflexion sur un comportement éducatif personnel, mais aussi le partage d'expérience entre parents est très important. Ceci, combiné au savoir pédagogique et psychologique de l'animateur permet de trouver des voies individuelles pour renforcer la confiance en soi chez son enfant.

L'évolution du nombre de participants montre que les parents ont su apprécier une telle approche dans les premiers modules de cours. Pour faire face à la demande, l'offre initiale de quatre cours pour 16 personnes a dû être étoffée à 17 cours. Pour l'année scolaire 04-05, 300 personnes s'étaient inscrites. Comment expliquer une telle demande ? L'éducation a connu des changements très importants dans la société actuelle marquée par l'individualisation, la flexibilisation et la consommation. On assiste à un bouleversement des valeurs, et chacun recherche un style de vie qui donne du sens à son existence. La publicité, pour ne nommer qu'elle, tente à grand renfort d'artifices psychologiques d'éveiller inlassablement chez les enfants et les jeunes de nouveaux besoins pour des produits plus ou moins utiles. Avec l'aide des

moyens de communication modernes, des styles de vie et des courants de mode font le tour de la planète dans les plus brefs délais. Face à de telles pressions, on comprend que les parents se sentent quelque peu désorientés et impuissants. Où et comment placer des limites sans trop restreindre les attentes, les espoirs et les demandes légitimes des enfants ? Comment l'enfant peut-il élaborer sa confiance en lui-même et envers des personnes de référence dans cette période marquée par l'éphémère ? Le cours « Parents compétents - enfants fortifiés » tente de soutenir mères et pères dans leur recherche de points de repères. L'accent est mis sur le fait que les parents, en plus de leur réflexion en matière d'éducation, se soucient également de leur propre santé. Comment parvenir à ne pas perdre de vue son propre équilibre entre les contingences extérieures et les besoins intérieurs tout en jouant pleinement son rôle de mère ou de père ? La réponse d'une participante au cours a montré sur quoi peut déboucher cette réflexion sur sa propre personne.

« Je sais que je ne suis pas seule avec mes questions et que je fais beaucoup de bonnes choses – merci »

Une telle prise de conscience permet de ressentir l'éducation au quotidien comme une joie et une satisfaction, malgré tous les moments de stress et de conflit. Finalement, ce ne sont pas que les enfants qui doivent être fortifiés, les parents aussi méritent d'être épaulés.

Reto Kuster, spécialiste de la prévention

„La santé est un équilibre dynamique entre le traitement productif des exigences extérieures et intérieures et la réalisation des vœux, désirs et espoirs propres à l'individu.“ (traduit d'après P. Paulus 1998)

Trouver l'équilibre

Avoir dans son entourage une personne confrontée à des problèmes d'alcool, c'est se trouver sans cesse dans des situations conduisant à agir à l'encontre de ses propres besoins. En protégeant, par exemple, l'intéressé de conséquences désagréables ou en assumant ses tâches et ses responsabilités. Ce faisant, on contribue sans le savoir à perpétuer une situation de dépendance au risque de perdre soi-même la santé. Plus on est proche de l'intéressé, plus cette charge est pesante. Santé bernoise adresse aussi son offre de consultation aux proches pour leur permettre de trouver un équilibre entre les exigences extérieures et intérieures, par exemple dans les groupes de femmes. 17 pour cent des premiers entretiens de l'an dernier étaient des proches qui ont demandé le soutien de Santé bernoise.

Les femmes dont les époux boivent ont souvent tendance à assumer trop de responsabilités à la place de leur partenaire. Chaque femme agissant ainsi souhaite aider son partenaire à résoudre ses problèmes. La spirale de la dépendance l'attire également elle-même vers le fond. La dépendance marque toujours plus la vie de ces femmes. Elles perdent de vue leurs besoins et leurs relations personnels et tombent souvent malades. La rencontre avec d'autres femmes dans un groupe peut les aider à identifier de tels modèles de comportement et à reprendre leur vie en main. Dans l'échange entre elles, elles trouvent la compréhension et la solidarité et apprennent à se fier à leurs sentiments et à reconnaître leurs appréhensions. Elles sont invitées à organiser leur vie de manière autonome. Ainsi, quelque chose peut bouger chez leur partenaire. 17 pour cent des premiers entretiens l'an dernier ont concerné des proches qui ont sollicité le soutien de Santé bernoise. Dans la pratique, seul un pourcentage réduit d'alcoolodépendants se présente spontanément à un centre de consultation. La pression exercée par l'environnement familial mais aussi professionnel est déterminante pour amener les intéressés à se préoccuper de leur dépendance.

Afin de sensibiliser les femmes au thème de la codépendance en liaison avec l'alcoolisme, une réédition de la revue de prévention à succès « bella donna » est en cours. « bella donna » est un illustré dans le style de la presse de boulevard, qui associe des sujets légers et des thèmes de prévention bien structurés dans le but de toucher les femmes qui ne s'intéressent pas à des brochures traditionnelles. Après la consommation ou l'abus de médicaments, la codépendance doit être thématisée. Les spécialistes pensent que la codépendance, de pair avec les toxicomanies, serait le plus grand problème médico-social de notre société.

Santé bernoise s'est positionné comme centre spécialisé pour les questions de toxicomanie : 1500 personnes à la recherche d'informations sur des questions de dépendances se sont adressées l'an dernier aux quatre centres (les contacts dits courts). 40 pour cent des questions provenaient d'institutions sociales ou de santé, d'écoles ou d'entreprises, 26 pour cent de proches et 34 pour cent des intéressés personnellement concernés.

Anne-Marie Haller, communication

Bilan

ACTIF	31.12.2004 Francs	31.12.2003 Francs
Liquidités	3'860'588.52	3'971'681.99
Débiteurs	9'545.35	22'553.35
TOTAL ACTIF CIRCULANT	3'870'133.87	3'994'235.34
PLACEMENTS	71'002.00	98'002.00
TOTAL ACTIF	3'941'135.87	4'092'237.34
PASSIF		
Capital étranger		
Capital étranger à court terme	331'367.60	269'805.20
Fonds liés à des projets	1'023'024.03	1'062'347.20
TOTAL DU CAPITAL ÉTRANGER	1'354'391.63	1'332'152.40
Capital de la Fondation	10'000.00	10'000.00
Capital propre disponible	2'750'084.94	2'793'308.82
Bénéfice de l'exercice	-173'340.70	-43'223.88
TOTAL DU CAPITAL PROPRE	2'586'744.24	2'760'084.94
TOTAL PASSIF	3'941'135.87	4'092'237.34

Comptes d'exploitation

	1.1. - 31.12.2004 Fr.	1.1. - 31.12.2003 Fr.
PRODUITS		
TOTAL DES PRODUITS	8'086'810.97	7'724'970.18
CHARGES		
Prestations externes	221'700.00	277'200.00
Charges de personnel	6'373'339.70	5'955'749.25
Divers frais d'exploitation	557'628.50	562'825.50
Frais administratifs	356'416.46	341'271.30
Frais liés aux projets	721'216.26	604'510.81
Autres charges	29'850.75	26'637.20
Total autres charges	1'665'111.97	1'535'244.81
Total charges d'exploitation	8'260'151.67	7'768'194.06
BENEFICE DE L'EXERCICE	-173'340.70	-43'223.88

Reflet des médias 2004

Date	Titre	Contenu	Support
01.01.2004	Mein Kind soll gesund sein, nicht süchtig werden	Elternbildung Burgdorf: Infos über Sucht + Ursachen, Erkennung von Suchtentwicklung	Burgdorfer Schulblatt
01.01.2004	Glücksspielsucht: Neue Unterrichtsmaterialien für die Oberstufe	1x1 des Glücksspiels ist das erste Schweizer Glücksspiel-Präventionsprojekt für den Schulbereich, welches die Berner Gesundheit im Auftrag des Kantons Bern entwickelt und ausgeführt hat.	Berner Schulen
01.01.2004	1x1 des Glücksspiels - jetzt für alle!	Die NMM-Unterlagen enthalten Infos zum Projekt	Berner Schulen
01.01.2004	Gender Health im Spannungsfeld unterschiedlicher Denkweisen	Das Projekt "Bella donna" - Suchtgefährdung von Frauen im mittleren Alter	Forschungsnetzwerk Gender Health BAG
27.01.2004	Front: Alcool, tabac, cannabis: et après?	Bienne: Résultat d'une enquête sur les dépendances menée auprès de jeunes gymnasiens	Le Journal du Jura
27.01.2004	Une enquête livre ses secrets	Gymnase - Les dépendances en question	Le Journal du Jura
27.01.2004	Des réponses parfois surprenantes		Le Journal du Jura
31.01.2004	My Way! - Ich selber sein	Dieser Videoclips eignet sich als Anspielvideo für das Thema "Ich selber sein-Leben in Gemeinschaft"	Info Gesundheit
31.01.2004	tschau.ch - Informationen und Antworten für Jugendliche	Tschau ist die Website, wo sich alles um die Jugend dreht - hier finden Jugendliche Antworten auf Fragen über Sexualität, Beziehungen, Wohlbefinden usw.	SuchtMagazin
31.01.2004	1x1 des Glücksspiels - Glücksspielprävention für die Schule	Mit "1x1 des Glücksspiels" hat die Beges in der Schweiz das erste Glücksspiel-Präventionsprojekt für Jugendliche durchgeführt.	SuchtMagazin
01.02.2004	Unterrichtsmaterialien zum Thema Glücksspiel für die Oberstufe	1x1 des Glücksspiels sind aufbereitete Unterlagen für den Mathematik- und NMM-Unterricht.	Forum Fortbildung (Lehrerfortbildung)
01.02.2004	Berner Gesundheit: Medienaktuell	Im Frühjahr 2004 wird in allen Zentren der Berner Gesundheit wiederum eine Auswahl aktueller Medien für Lehrkräfte der Mittel- und Oberstufe vorgestellt.	Berner Schulen
01.02.2004	My Way! - Ich selber sein	Anspielvideo für Jugendliche zwischen 13 und 15 Jahren zum Thema "Ich selber sein, leben in Gemeinschaft"	Info Gesundheit
05.02.2004	Communiqué: Meiringen als neuer Stützpunkt	Die Sozialdienste Oberhasli übertragen die Alkoholberatung an die Stiftung Berner Gesundheit.	Thuner Tagblatt
05.02.2004	Communiqué: Meiringen als neuer Stützpunkt	Die Sozialdienste Oberhasli übertragen die Alkoholberatung an die Stiftung Berner Gesundheit.	Berner Oberländer
05.02.2004	Communiqué: Meiringen als neuer Stützpunkt	Die Sozialdienste Oberhasli übertragen die Alkoholberatung an die Stiftung Berner Gesundheit	Jungfrauzytig
05.02.2004	Communiqué: Meiringen als neuer Stützpunkt	Die Sozialdienste Oberhasli übertragen die Alkoholberatung an die Stiftung Berner Gesundheit	Amtsanzeiger
05.02.2004	Communiqué: Meiringen als neuer Stützpunkt	Die Sozialdienste Oberhasli übertragen die Alkoholberatung an die Stiftung Berner Gesundheit	Oberhaslerzeitung
12.02.2004	Wenn der Genuss zur Qual wird	Meiringen-Oberhasli: Suchtberatung neu im Spital	Thuner Tagblatt
12.02.2004	Wenn der Genuss zur Qual wird	Meiringen-Oberhasli: Suchtberatung neu im Spital	Berner Oberländer
17.02.2004	Die Berner zocken gerne - manchmal auch zuviel	Rien ne va plus, heisst es für 130 Spielsüchtige, die sich im letzten Jahr bei der Beges gemeldet haben.	20 Minuten
21.02.2004	Wirklich ein unnötiger Gag	Alcopops aus der Tube - Leserbrief	Neue Mittelland Zeitung
25.02.2004	Frontpage: Pionierin im Abseits	Die Stiftung Berner Gesundheit will einen sexualpädagogischen Unterricht anbieten.	Berner Zeitung
25.02.2004	Pioniere wurden übergangen	Die Stiftung Berner Gesundheit will im Emmental-Oberaargau neu Sexualpädagogik anbieten.	BZ Espace Mittelland
25.02.2004	Über Sex zu reden ist gar nicht neu	Die Stiftung Berner Gesundheit will im Emmental-Oberaargau neu Sexualpädagogik anbieten	BZ Espace Region Bern/Emme
25.02.2004	Gemeinsam wäre besser	Stiftung Berner Gesundheit mit Sexualpädagogik neu	BZ Espace Region

		im Emmental-Oberaargau	Bern/Emme
25.02.2004	Projekt weckt Unmut bei der Berateria	Das sexualpädagogische Projekt der Berateria in Burgdorf erhält Konkurrenz durch die Berner Gesundheit	Burgdorfer Tagblatt
25.02.2004	Berner Jugendliche mit Sex-Problemen	Hinweis auf Frontpage	20 Minuten
25.02.2004	Die Kids wollens wissen: Run auf Sex-Beratung	Mit Postkarten sollen die Jugendlichen angesprochen werden	20 Minuten
25.02.2004	Über Sex zu reden ist gar nicht neu	Die Beges will im Emmental-Oberaargau neu Sexualpädagogik anbieten - ein Angebot, das die Berateria in Burgdorf schon lange kennt.	BZ Espace Oberaargau
25.02.2004	Projekt weckt Unmut bei der Berateria - Frontpage	Das sexualpädagogische Projekt der Berateria in Burgdorf erhält Konkurrenz von der Stiftung Berner Gesundheit	Burgdorfer Tagblatt
26.02.2004	Trotz grossem Wissen über Sex orientierungslos	Neues Sexualpädagogik-Angebot in der Region	Langenthaler Tagblatt
27.02.2004	Wir sind es gewohnt zu vernetzen	Später wolle man mit der Berateria Burgdorf zusammenTravailler, korrigiert die Berner Gesundheit jetzt.	BZ Espace Region Bern/Emme
27.02.2004	Es braucht keinen neuen Gag	Alcopops aus der Tube - Leserbrief	Burgdorfer Tagblatt
27.02.2004	Reden über Liebe und Sex in Emmentaler Schulen	Die Stiftung Berner Gesundheit baut ihr sexualpädagogisches Angebot aus.	Der Bund
01.03.2004	Hinschauen lohnt sich - in jedem Fall	Regierungsrätin Elisabeth Zölch zu Suchtproblemen am Arbeitsplatz	Südhang express
01.03.2004	Jugendarbeit - Angebot der "Berner Gesundheit"	Sexualpädagogik ist ein Angebot der Berner Gesundheit zur Ergänzung des kirchlichen Unterrichts	Kreisschreiben
10.03.2004	Leserbrief: Eine beeindruckend klare Haltung	Ausgabe vom 3. März 04 "Fasnacht erhitzt ihre Gemüter"	Berner Zeitung
10.03.2004	Berner Gesundheit akzeptiert Vorwürfe nicht	Sexualpädagogik/Die Beges kontert in einem Brief die Vorwürfe, die die Berateria Burgdorf im Burgdorfer Tagblatt gegen die Beges erhoben hat.	Burgdorfer Tagblatt
10.03.2004	Eine beeindruckend klare Haltung	Leserbrief zu "Fasnacht erhitzt ihre Gemüter"	BZ Espace Oberaargau
17.03.2004	Die KMU-Frauen haben ihren eigenen Stamm	Niederbipp - Bei der Premiere referierte Gastredner Benno Huber von der Berner Gesundheit zum Thema Drogen	Neue Mittelland Zeitung
20.03.2004	Ist Kiffen für Erwachsene erlaubt - Podiumsgespräch Elternrat Nidau	Vielen ist nicht bewusst: Kiffen ist immer noch illegal.	Bieler Tagblatt
01.04.2004	... anders als bei Männern - Frauen haben ein anderes Suchtverhalten als Männer	Neue Gesprächs-Gruppe für Frauen - Information	Mitteilungsblatt Zollikofen
14.04.2004	Schwanger trotz Verhütung	Bern: Aufklärung tut Not	20 Minuten
21.04.2004	Petit coup de pouce en faveur du bilinguisme	La Chambre économique Bienne-Seeland a labellisé quatre institutions	Le Journal du Jura
21.04.2004	Quatre institutions labellisées	L'association Bilinguisme+ a remis hier son label à quatre institutions biennoises.	Le Journal du Jura
23.04.2004	Vier Bilinguisme-Labels verliehen	An der GV der Wirtschaftskammer Biel-Seeland wurden 4 Organisationen für ihre Zweisprachigkeit ausgezeichnet	Bieler Tagblatt
24.04.2004	L'alcool a tenu la vedette hier soir chez les participants	Moutier - Table ronde consacrée aux dépendances chez les jeunes	Le Journal du Jura
29.04.2004	Über das Rauchen und Nichtraucher	Die Broschüre für Jugendliche zwischen 13 und 15 Jahren, welche (noch) nicht rauchen oder bereits mit dem Rauchen begonnen haben.	www.krebsliga-basel.ch
30.04.2004	Berateria hat Sorgen	Burgdorf - Der Verein für Familienplanung und Sexualerziehung der Region Emmental steckt in finanzieller Bedrängnis	BZ Espace Mittelland
30.04.2004	Über das Rauchen und Nichtraucher - für 13-15jährige Jugendliche	Broschüre der Berner Gesundheit und der Lungenliga Bern	SFA-Newsletter via E-Mail
01.05.2004	Berner Gesundheit, Regionalzentrum Emmental-Oberaargau	Diverse Angebote der Gesundheitsförderung und Suchtprävention	Lehrerinnen und Lehrer Bern

01.05.2004	Berner Gesundheit, Regionalzentrum Emmental-Oberaargau	Diverse Angebote der ambulanten Suchtberatung	Lehrerinnen und Lehrer Bern
04.05.2004	Broschüre für Jugendliche über das Rauchen und Nichtrauchen	Die Broschüre richtet sich in erster Linie an Jugendliche zwischen 12+15 Jahren.	www.infoset.ch
04.05.2004	Thuner Lehrkräfte vertiefen sich in Gesundheitsförderung	das Amt für Bildung und die "Berner Gesundheit" hoffen, dass nach dem 14. Mai weitere dazu kommen werden	www.beo-news.ch
05.05.2004	Suche nach gutem Schulklima	Gesundheitsförderung im Schulalltag ist ein wichtiges Thema in sechs Thuner Schulen.	Thuner Tagblatt
05.05.2004	Suche nach gutem Schulklima	Gesundheitsförderung im Schulalltag ist ein wichtiges Thema in sechs Thuner Schulen	BZ Espace Mittelland
10.05.2004	Fumer...ou pas? Tests, infos et idées pour les jeunes	La brochure s'adresse en premier lieu aux jeunes de 13 à 15 ans.	www.infoset.ch
12.05.2004	Können Sie noch? - Avez-vous encore la pêche?	Tagung "Stress lass nach" der Stiftung Berner Gesundheit und des Regionales Schulinspektorates Seeland für 300 LehrerInnen - Umfrage bei LehrerInnen	BielBienne
13.05.2004	Sinnlose Repression	Reaktionen auf das Interview zur Hanflegalisierung mit Kurt Wasserfallen vom 10.5.04 - Leserbrief von Bruno Erni	Der Bund
15.05.2004	Die Trinker werden immer jünger	Kinder im Rausch - Berner Schülerinnen und Schüler konsumierten mehr Alkohol als je zuvor.	BZ Espace Stadt Bern
15.05.2004	Die Trinken werden immer jünger	Kinder im Rausch - Berner Schülerinnen und Schüler konsumieren mehr Alkohol als je zuvor.	Bieler Tagblatt
15.05.2004	Die Trinker werden immer jünger	Kinder im Rausch - Berner Schülerinnen und Schüler konsumierten mehr Alkohol als je zuvor.	Bieler Tagblatt
25.05.2004	En finir une fois pour toutes avec la cigarette	Journée sans tabac - Action spéciale de Santé bernoise dans les écoles	Le Journal du Jura
26.05.2004	LiMit - Kanton Bern hat neues Alkohol-Präventions-Projekt	Alkohol und Jugendliche - eine problematische Kombination - Jugendschutz ist angesagt	Radio DRS 1 Regionaljournal
27.05.2004	Kein Alk mit rotem Bändel	Bunte Armbänder, die bei der Eintrittskontrolle abgegeben werden, helfen Event-Organisatoren, Alkoholverbot und Jugendschutz umzusetzen	20 Minuten
27.05.2004	Mit klarem Kopf und neuen Mitteln gegen Saufgelage ankämpfen	Alkohol + Jugend - Berner Gesundheit und Blaues Kreuz lancieren gemeinsam "Li-Mit"	BZ Espace Kanton Bern
27.05.2004	Kampf gegen Alkohol	Die Berner Gesundheit + das Blaue Kreuz vermitteln mit einer neuen Broschüre Party-, Event- + Festveranstalter Wissenswertes zum Thema Jugend + Alkohol	BZ Espace Mittelland
27.05.2004	Mit klarem Kopf und neuen Mitteln gegen Saufgelage ankämpfen	Alkohol + Jugend - Stiftung Berner Gesundheit + das Blaue Kreuz lancieren gemeinsam "Li-Mit"	BZ Espace Oberaargau
27.05.2004	Kampf gegen Alkohol	Der Kanton Bern macht über die Berner Gesundheit Partyveranstalter auf die Problematik Jugend und Alkohol aufmerksam.	Bieler Tagblatt
27.05.2004	Kanton erschwert Kindern das Trinken	Der Kanton nimmt Festwirtschaftsbetreiber beim Jugendschutz in die Pflicht und unterstützt sie in ihren Anstrengungen über das Angebot der Berner Gesundheit	Der Bund
28.05.2004	Pour se poser les bonnes questions face à la cigarette - une brochure pour se tester	Lundi 31 mai c'est la Journée sans tabac	La Région
28.05.2004	L'offre pour arrêter de fumer destinée aux écolières et écoliers	Deux nouvelles prestations de Santé bernoise: consultations Finito junior + Brochure "Fumer...ou pas"	Feuille d'avis du district de Courtelary
01.06.2004	Fumer... ou pas? - Tests, Infos und Ideen für Jugendliche	Die Broschüre richtet sich an Jugendliche zwischen 13 + 15 Jahren	Focus aktuell
02.06.2004	Spielsucht hat fatale Folgen	Auch Geschicklichkeitsautomaten führen in die Spielsucht - Leserbrief	Berner Zeitung

08.06.2004	Fumer ou pas? Une brochure pour sensibiliser les écoliers au problème	Par le texte et l'image, Santé bernoise pose les bonnes questions sans faire de morale	Le Quotidien Jurassien
08.06.2004	Une plaquette pour lâcher la cigarette	Première page : renvoi à l'article page	Le Quotidien Jurassien
18.06.2004	Berner Gesundheits-Kurs: So trinkt man richtig Bier	Jetzt kann man massvolles Trinken in einem Kurs trainieren	20 Minuten
18.06.2004	Berner Gesundheits-Kurs: So trinkt man richtig Bier	Frontpage: Ein Lehrgang fürs "richtige Trinken"	20 Minuten
19.06.2004	Katharina Gerber. Ist Suchtprävention chancenlos?	Frontpage-Hinweis auf Interview	Bieler Tagblatt
19.06.2004	Dieses Interview gibt mir den Kick	Ist die Suchtprävention chancenlos? - Interview mit Katharina Gerber, Fachfrau für Suchtprävention der Berner Gesundheit	Bieler Tagblatt
25.06.2004	Verbot auch für "Lotteriematrosen"	Leserbrief von Bruno Erni, Geschäftsführer der Berner Gesundheit	BZ Espace Mittelland
01.07.2004	Reden über Liebe und Sex in Emmentaler Schulen	Die Sexualpädagogen der Berner Gesundheit besuchen neu Schulen in der Region Emmental-Oberaargau	Der Bund
01.07.2004	Üben, wie ein Kondom richtig verwendet wird	Sexualpädagogik "Berner Gesundheit" beantwortet direkte und verdeckte Fragen von Schülern	Neue Mittelland Zeitung
01.07.2004	Banale Fragen sind wichtig	Interview mit Doris Wäfler, Sexualpädagogin der Berner Gesundheit	BZ Espace Mittelland
01.07.2004	Reden über Liebe und Sex - ohne Kichern und rote Köpfe	Sexualpädagogen der Berner Gesundheit unterrichten Schulklassen	BZ Espace Mittelland
01.07.2004	Guter Entscheid - (Glücksspiel-) Automaten müssen verschwinden	Leserbrief von Bruno Erni, Geschäftsführer der Berner Gesundheit	Der Bund
01.07.2004	Jugendschutz	Regelmässig sorgen Alkohol-Exzesse von Jugendlichen für Schlagzeilen. Li-MIT, ein Projekt der Berner Gesundheit, will Gegensteuer geben.	www.zollikofen.ch
02.07.2004	Alkoholfahnen flattern im Gegenwind	Der dominante Sponsoringauftritt von Alkohol- und Tabakkonzernen am Gurtenfestival mit seinem vorwiegend jugendlichen Zielpublikum unterlaufe jede Prävention, klagt Simonetta Sommaruga.	eBund
03.07.2004	Ärger mit den Eltern, Liebeskummer oder andere Sorgen?	Was Jugendliche interessiert - Beratung im Internet auf www.tschau.ch	Neue Mittelland Zeitung
07.07.2004	Consommation contrôlée lernen	Die Stiftung Berner Gesundheit bietet in Biel den Kurs "Consommation contrôlée" an	GT
01.08.2004	Infos für Jugendliche zu Rauchen und Nichtraucher	Die Broschüre "Fumer... ou pas?" richtet sich in erster Linie an Jugendliche zwischen 13-15 Jahren, welche (noch) nicht rauchen oder bereits mit dem Rauchen begonnen haben	Info Gesundheit
01.08.2004	Neue Broschüre der Berner Gesundheit für Jugendliche	Die Broschüre "Fumer... ou pas?" richtet sich in erster Linie an Jugendliche zwischen 13 und 15 Jahren, welche (noch) nicht rauchen oder bereits mit dem Rauchen begonnen haben und lässt sich sowohl im schulischen wie im ausserschulischen Bereich einsetzen.	Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention
07.08.2004	Schuldenberatungsstellen sind überlastet	In Bern kümmert sich der Verein Schuldensanierung in Zusammenarbeit mit der Stiftung Berner Gesundheit um die Schulden von Spielsüchtigen.	www.st.gallen.ch
12.08.2004	Alkohol - alles im Griff?	Im Mass getrunken, fördert er die Geselligkeit. Was aber, wenn der Alkoholkonsum zum Problem wird. Trainingsprogramm für Consommation contrôlée.	Bieler Tagblatt
27.08.2004	Schüler sollen mehr über Homosexualität erfahren	Aufklärung tut Not, finden zwei linke Stadträte.	20 Minuten
06.09.2004	Orpund: Erster Jugendevent - Ein Netz knüpfen	Perspektiven aufzeigen und Jugendliche mit Vereinen und Behörden vernetzen - so lauteten die Ziele des ersten Jugendevents im Opunder Werlhof	Bieler Tagblatt

09.09.2004	Medikamentenmissbrauch - die unauffällige Sucht	Anlass gab die Lancierung der Zeitschrift "bella donna". Das Gratisblatt richtet sich an Frauen ab 40 Jahren und will auf den riskanten Medikamentenkonsument aufmerksam machen. Entwickelt wurde es zusammen mit der Berner Gesundheit (BEGES)	www.mobinet.ch
09.09.2004	Luzerner Suchtprävention bekämpft Medikamentenmissbrauch	Anlass gab die Lancierung der Zeitschrift "bella donna". Das Gratisblatt richtet sich an Frauen ab 40 Jahren und will auf den riskanten Medikamentenkonsument aufmerksam machen. Entwickelt wurde es zusammen mit der Berner Gesundheit (BEGES)	www.intergga.ch
09.09.2004	Lesen statt schlucken - neue Zeitschrift informiert über Medikamentenmissbrauch	Nun lanciert die Luzerner Suchtpräventions-Stelle "bella donna" eine Zeitschrift. Entwickelt wurde es zusammen mit der Berner Gesundheit (BEGES)	www.nzz.ch
10.09.2004	Medikamentenmissbrauch - die unauffällige Sucht	Anlass gab die Lancierung der Zeitschrift "bella donna". Das Gratisblatt richtet sich an Frauen ab 40 Jahren und will auf den riskanten Medikamentenkonsument aufmerksam machen. Entwickelt wurde es zusammen mit der Berner Gesundheit (BEGES)	www.tellmed.ch
12.09.2004	Medikamentenmissbrauch - die unauffällige Sucht	Anlass gab die Lancierung der Zeitschrift "bella donna". Das Gratisblatt richtet sich an Frauen ab 40 Jahren und will auf den riskanten Medikamentenkonsument aufmerksam machen. Entwickelt wurde es zusammen mit der Berner Gesundheit (BEGES)	www.toppharm.ch
21.09.2004	"Fumer... ou pas ?"	Die neue Broschüre der Berner Gesundheit ist ein Renner!	www.fachpresse.com
25.09.2004	Broschüre - "Fumer... ou pas ?"	Vor fünf Monaten hat die Berner Gesundheit die Broschüre "Fumer... ou pas ?" lanciert.	www.infoset.ch
04.10.2004	Radio Interview über Broschüre "Fumer... ou pas ?"	Interview mit Maya Mezzera gesendet am 4.10.04 17.00 + 18.00	Radio Canal 3
09.10.2004	Radio Interview über Broschüre "Fumer... ou pas?"	Interview zweimal ausgestrahlt am 9.10.04	Radio Jura bernois
15.10.2004	Ein überfälliges "Familientreffen"	Zehn Jahre kennt der Kanton Bern nun die heroingestützte Behandlung. Jetzt stellen die in der Suchthilfe tätigen Akteure an einer Fachtagung fest: Wir müssen mehr zusammenarbeiten	www.espace.ch
18.10.2004	Der kurze Weg vom Genuss zur Sucht	Jugendschutz Die Stiftung Berner Gesundheit setzt sich für Suchtprävention ein	Berner Rundschau
18.10.2004	Der kurze Weg vom Genuss zur Sucht	Jugendschutz Die Stiftung Berner Gesundheit setzt sich für Suchtprävention ein	Langenthaler Tagblatt
18.10.2004	Der kurze Weg vom Genuss zur Sucht	Jugendschutz Die Stiftung Berner Gesundheit setzt sich für Suchtprävention ein	Neue Mittelland Zeitung
20.10.2004	Sexual-Erziehung	Sex wohin das Auge blickt. Trotzdem wissen Schülerinnen und Schüler erstaunlich wenig darüber. Ein Stimmungsbericht über den Aufklärungsunterricht in der Schule	SF 1 Rundschau
21.10.2004	Es läuft viel in den Schulen	Schwerpunkte setzen / Gotte-/Götti-Jahr / Erfolge feiern, dran bleiben	Bieler Tagblatt
22.10.2004	Gemeinden reagieren	Vier Gemeinden im Thuner Westamt haben einen "runden Tisch" zum Thema Suchtprävention durchgeführt.	www.espace.ch
23.10.2004	Ein Netz gegen die Spielsucht	Jedes der 19 Schweizer Kasinos ist gesetzlich verpflichtet, ein fachlich fundiertes Sozialkonzept vorzuweisen.	NZZ
26.10.2004	Ein schönes Leben auch ohne Rausch	Interview mit Ursula Witschi	Burgdorfer Tagblatt
27.10.2004	Von Ernährung bis Gewalt	Die Gewerblich-Industrielle Berufsschule Thun fördert die Gesundheit ihrer Lehrlinge.	Thuner Tagblatt
28.10.2004	Kindern den Zapfhahn zudrehen	Madiswil: Das OK der Rüebenchilbi will verhindern, dass sich Kindern betrinken	Langenthaler Tagblatt

01.11.2004	Wenn Trinken langsam zur Sucht wird	Wer zu viel Alkohol trinkt und trotzdem nicht ganz darauf verzichten will, kann es mit "Kontrolliertem Trinken" versuchen. Ein Programm mit festgelegtem Trinkplan.	Schweizer Familie
01.11.2004	Consommation contrôlée - Von der Kunst, beim Nein zu bleiben	Die Berner Gesundheit hat ihre ersten Kurse zum Thema "Consommation contrôlée" mit einer positiven Bilanz abgeschlossen.	www.infoset.ch
01.11.2004	Consommation contrôlée - eine Illusion?	Merkblatt zur Sendung Puls vom 1.11.2004	www.sfdrs.ch
01.11.2004	Videofilm: Nora, Maria und Anna	Drei Anspielfilme zu den Themen: Körperliche Veränderung, Mehrfachbelastung, Abgrenzung und körperliche Beschwerden für Bildungsveranstaltungen für Frauen ab 50.	SuchtMagazin
03.11.2004	Trinken mit Mass gelernt	Erstmals haben 20 Teilnehmer den Kurs Consommation contrôlée der Stiftung Berner Gesundheit abgeschlossen.	20 Minuten
04.11.2004	Kinder von abhängigen Eltern sind flexibel	Kinder von alkoholabhängigen Eltern werden durch die Situation auch stärker. Sie halten Konflikte besser aus und haben oft bessere Lösungsstrategien	Langenthaler Tagblatt
05.11.2004	Consommation contrôlée: Erfahrungen zweier Kursteilnehmer	Ich hatte immer ein Loch im Glas	Bieler Tagblatt
09.11.2004	Kinder gegen das Mobbing stark machen	Mobbing - ein Wort in aller Munde. Ist es nur ein Modetrend, oder ist Mobbing ein aktuelles Problem?	Bieler Tagblatt

Stiftungsratsausschuss / COMITÉ DU CONSEIL DE FONDATION

Präsidium / Présidence:

Meyer Kurt, Dr. iur., Fürsprecher, *Bern*

Vizepräsidium / Vice-présidence:

Bittner Brigitte, Geschäftsführerin SPITEX, *Bern*

Heiniger Lorenz, Gemeindeschreiber, *Wyssachen*

Wüthrich Urs, Regierungsstatthalter, *Fraubrunnen*

Geschäftsleitung / Direction générale:

Erni Bruno, Geschäftsführer, *Bern*

Mitglieder des Stiftungsrats / MEMBRES DU CONSEIL DE FONDATION

Ackermann Madeleine, assistante sociale, *Tavannes*

Bauer Klaus, Regierungsstatthalter, *Reutigen*

Bittner Brigitte, Geschäftsführerin SPITEX, *Bern*

Burri Gerhard, Regierungsstatthalter, *Aarberg*

Dietrich Walter, Regierungsstatthalter, *Interlaken*

Gerber Cyrill, travailleur social, *Bienne*

Haldimann Franz, Grossrat, Stadtpräsident, *Burgdorf*

Heiniger Lorenz, Gemeindeschreiber, *Wyssachen*

Jenni-Schmid Vreni, dipl. Heimerzieherin, *Kappelen*

Meyer Kurt, Dr. iur., Fürsprecher, *Bern*

Rychiger Esther, Geschäftsfrau, *Steffisburg*

Steiner-Streit Elsbeth, Gemeinderätin, *Bütigen*

Studer Ueli, Vorsteher Direktion Soziales, Gesundheit u. Schule, *Köniz*

Sutter Robert, Grossrat, *Niederbipp*

Vogel Jürg, Sozialtherapeut, *Burgdorf*

von Mérey Barbara, enseignante, *Courtelary*

Wildbolz Ulrich, Dr. med., *Heiligenschwendi*

Witschi Ursula, Präventionsfachfrau, *Biel*

Wüthrich Urs, Regierungsstatthalter, *Fraubrunnen*

Zahnd-Jungi Brigitte, Gemeinderätin/Lehrerin, *Schönried*

Zaugg Werner, Leiter Sozialdienste, *Boll*

Adresses

Avec ses quatre centres régionaux et ses 16 antennes de consultation, Santé bernoise est représentée dans l'ensemble du canton de Berne.

Centre Berne

Eigerstrasse 80, case postale, 3000 Berne 23
Tél. 031 370 70 70
Fax 031 370 70 71
E-Mail: bern@beges.ch

Antennes de consultation à: Belp, Moosseedorf et Schwarzenburg
Consultations sur rendez-vous.

Centre Jura bernois - Seeland

18, rue J. Verresius, case postale, 2501 Bienne
Tél. 032 329 33 73
Fax 032 329 33 71
E-Mail: bienna@beges.ch

Antennes de consultation à: Moutier, St.Imier, Tavannes, Ins et Lyss
Consultations sur rendez-vous

Centre Emmental - Oberaargau

Bahnhofstrasse 90, 3400 Berthoud
Tél. 034 427 70 70
Fax 034 427 70 71
E-Mail: burgdorf@beges.ch

Antennes de consultation à: Langenthal, Langnau et Worb.
Consultations sur rendez-vous.

Centre Oberland

Krankenhausstrasse 14E, 3600 Thoune
Tél. 033 225 44 00
Fax 033 225 44 01
E-Mail: thun@beges.ch

Antennes de consultation à: Erlenbach, Frutigen, Interlaken, Meiringen et Zweisimmen.
Consultations sur rendez-vous.

Centres de consultation autonomes:

Centre de consultation

Stapfenstr. 13, 3098 Köniz
Tél. 031 970 94 14, fax 031 970 94 07

Services sociaux de Saanen

Consultation en matière d'alcoolisme et de dépendance
Gemeindehaus, 3792 Saanen
Tél. 033 748 92 70, fax 033 748 92 11

27.5.2005