



# Wir bieten Hand

Wo Kleinkinder und Eltern Unterstützung finden  
Où les petits enfants et leurs parents trouvent un soutien  
Dove bambini piccoli e genitori trovano sostegno  
Where infants and parents can receive support

Hier finden Sie unsere Broschüre:

Gemeinde Lyss  
**Soziales + Gesellschaft**  
Marktplatz 14  
3250 Lyss  
T 032 387 03 30  
E [sozialdienste@lyss.ch](mailto:sozialdienste@lyss.ch)  
I [www.lyss.ch](http://www.lyss.ch)



## Platz für die Kleinen, Raum für die Grossen

Plus/minus 9 Monate verbringt der Mensch in der besten Wellnessoase weit und breit. Dann wird er als Kleinkind mitten in eine Welt voller Wunder geboren. Zur Entdeckung freigegeben sind neben allem was rennt, krabbelt und flucht (u.a. rund 42'000 Wirbeltiere und 1 Million Insektenarten) ein ganzes Heer verlockender Spielzeuge, um nur ein paar wenige von vielen aufregenden Dingen zu erwähnen, welche den Tag eines Kleinkindes in einen schier grenzenlosen Lunapark verwandelt. Ganz zu schweigen von blütenweissen Wänden, welche für die angewandte Kunst kleiner Picassos einfach unwiderstehlich sind. Und so stossen Eltern – dem Kleinkind sei Dank – wieder auf unbeantwortete Fragen und neuartige Bedürfnisse. Genau dafür sind diese Seiten da. Sie schaffen Platz für die Kleinen und Raum für die Grossen. Für ein erfülltes Miteinander in und rund um Lyss. Ihnen wünschen wir eine ergebnisreiche Entdeckungsreise.

## Ihre Gemeinde Lyss

**Zur Beachtung:** Bei den nachfolgenden Adressen handelt es sich um eine reine Auflistung bestehender Angebote. Die Informationen haben beschreibenden und keinen empfehlenden Charakter. Angebotsänderungen können laufend an folgende Adresse gemeldet werden: Gemeinde Lyss, Soziales + Gesellschaft, Kleinkinder, Marktplatz 14, 3250 Lyss, Telefon 032 387 03 30, [sozialdienste@lyss.ch](mailto:sozialdienste@lyss.ch)

# Angebote

## Wo Eltern sich miteinander austauschen können

### Angebote für Eltern und Kind

#### Krabbelgruppe

für Eltern mit Kindern zwischen 0 und 3 Jahren  
Bettina Schür  
Leiterin Krabbelgruppe Lyss  
Kirchweg 6  
3283 Kallnach

[info@krabbelgruppe-lyss.ch](mailto:info@krabbelgruppe-lyss.ch)  
[www.krabbelgruppe-lyss.ch](http://www.krabbelgruppe-lyss.ch)

#### Internet

[www.kissbern.ch](http://www.kissbern.ch)  
(Betreuungsformen– und Plätze im Kanton Bern)

#### Internet

[www.liliput.ch](http://www.liliput.ch)  
(Elternbörse, Kontakte, Diskussionsforum)

#### Internet

[www.babysitting24.ch](http://www.babysitting24.ch)  
(priv. Vermittlungsplattform für Kinderbetreuung, Nanny, Au-Pairs)

## Wo sich Kinder bewegen können

#### Eltern- /Kinderturnen

für Kinder von 2.5 – 4 jährigen Kinder  
Damenturnverein Lyss  
Angela Krebs

079 388 82 64  
[www.dtvlyss.ch](http://www.dtvlyss.ch)

## Judo spielen

Judo und Ju-Jitsu Sport Lyss  
Für 4-6 Jährige Kinder

Mit Spielen und Geschichten tasten wir uns an erste Judo-Grundbewegungen

Vereinsleiterin:  
Christa Baumgartner  
079 757 39 11  
www.jjslyss.ch

## Schwimmkurse

Elternforum Lyss  
für Kinder ab 4 Jahren  
Mittwoch- und Freitagnachmittag

032 322 61 79  
www.elternforum-lyss.ch

## Robinson-Spielplatz (Freizeitanlage Sonnhalde)

B.ENZLER  
032 385 25 04

*Kinder ab 5 Jahren ohne Begleitung  
April-September jeden Mittwoch 14.00-17.00 Uhr  
(ausser bei Regenwetter und in den Sommerferien)*

## Jambo Indoor Spielplatz

Kinder ab 5 Jahren ohne Begleitung  
Hohfuhrenweg 4  
3250 Lyss

032 387 84 47  
info@jambo-lyss.ch  
www.jambo-lyss.ch

*Für Informationen über die Öffnungszeiten und Kosten, schauen Sie bitte auf der Internetseite nach oder holen Sie telefonische oder schriftliche Auskunft.*

## Wo Kinder erste Erfahrungen mit der Musik machen

### Regionale Musikschule Eltern Kind Singen Rhythmik

Kirchenfeldstrasse 7  
032 38431 87

www.musikschule-lyss.ch

## Wo Kindersachen ausgeliehen werden

### Ludothek "Spielhuus"

Spielzeugverleih  
Stegmattweg 15-17

032 387 37 50  
www.ludothek-lyss.ch

*Mi und Fr 16.00-18.00 Uhr  
Während den Schulferien nur am Mittwoch geöffnet*

### Gemeindebibliothek

Schulgasse 11  
3250 Lyss  
032 384 11 80

*Di 9.00-11.00 Uhr  
Mi 14.00-19.00 Uhr  
Do 09.00-11.00 Uhr / 14.00 18.00 Uhr  
Fr 14.00-18.00 Uhr  
Sa 9.00-11.45 Uhr  
Montag und Sonntag geschlossen*

## Wo Kindersachen ausgetauscht und gehandelt werden

<b>Saisonale Börsen</b>	Spielzeug, Kinderkleider (Sommer- und Winterkleider nach Saison), Schlittschuhe, Skateboard, Kinderwagen u.v.m.  Frauenverein Lyss Franziska Stähli (Auskunft)  032 384 03 20 boerse@frauenverein-lyss.ch www.frauenverein-lyss.ch
<b>Brockenstube</b>	Kinderartikel und Spielzeug Frauenverein Lyss Elisabeth Affolter (Auskunft)  032 384 01 35 brockenstube@frauenverein-lyss.ch www.frauenverein.ch

## Wo man Eltern trifft und Neues lernen kann

<b>Mütter- und Väterberatung</b>	Beratungskreis Seeland Stützpunkte Lyss/Busswil Hirschenplatz 10, 3250 Lyss Fabrikstrasse 22, 3292 Busswil  031 552 16 10 (Kurzberatungen: Mo – Fr, 08.00 – 15.00 Uhr) lyss@mvb-be.ch www.mvb-be.ch  Allgemeine Kurse für Eltern mit Kindern bis zu 5 Jahren
<b>Spanischer Elternverein Lyss Und Umgebung</b>	Herr José Manuel Otero Duarte Bürenstrasse 11 3250 Lyss  032 384 01 33
<b>Geburtsvorbereitung, Rückbildungsturnen</b>	Brigitte + Maya Studer-Hochuli 032 385 11 39
<b>Atelier für Ausdrucksmalen</b>	Gertrud Schwab 032 384 12 30
<b>Notfälle bei Kleinkindern Samariterverein Lyss</b>	Claudia Schwab 079 396 10 68
<b>Notfälle bei Kleinkindern Samariterverein Aarberg und Umgebung</b>	Monika Walter 032 393 11 33

## Wo MigrantInnen und ihre Kinder die deutsche Sprache lernen können

**Informationsstelle für  
AusländerInnen und  
Ausländerfragen**

**Alphabetisierungs- und Deutschkurse auf verschiedenen Niveaus**  
Speichergasse 29  
3011 Bern

031 310 12 79  
isa@isabern.ch  
www.isabern.ch

**Multimondo**  
Neumarktstrasse 64  
2503 Biel/Bienne

032 322 50 20  
administration@multimondo.ch (Ansprechstelle Integration)  
info@multimondo.ch (Multimondo allgemein)  
www.multimondo.ch

## Geburtsvorbereitungskurse

**Mamamundo  
Geburtsvorbereitungskurs  
in Ihrer Sprache  
(für MigrantInnen)**

Zentrum 5  
Flurstrasse 26b  
3014 Bern

Oder

Familienhaus Bümpliz  
Falkenstrasse 1  
3018 Bern

Anmeldung über Internet:  
www.mamamundo.ch

**Geburtsvorbereitung  
Wochenbettbetreuung  
Stillberatung**

Anita Brunner Lüdi, Hebamme / Stillberaterin IBCLC  
032 385 18 25  
079 338 22 77  
anita.brunner@besonet.ch

Franziska Struchen, dipl. Pflegefachfrau  
078 847 74 40  
franzi-struchen@gmx.net

**Geburtsvorbereitung,  
Rückbildungsturnen**

Brigitte + Maya Studer-Hochuli  
032 385 11 39

## Wo Eltern Fragen rund um die Schule stellen können

**Schulverwaltung Lyss**

Marktplatz 6, Lyss  
032 387 03 25  
www.lyss.ch

**Tagesschule + Mittagstisch**

ab regulärem Kindergartenalter  
032 387 03 25  
www.lyss.ch

**Tagesferienbetreuung**

ab regulärem Kindergartenalter  
032 387 85 68  
www.lyss.ch

## Wo Eltern und Kinder sich in der Kirche begegnen

<b>Kinderwoche</b>	ein gemeinsames Angebot aller Lysser Kirchen ab 4 Jahren in den Frühlingsferien  032 384 28 91 g.jutzi@kirche-lyss.ch www.kirche-lyss.ch
<b>Kinderfeier</b>	ab 3- 4 Jahren kath. Kirche  032 387 37 17 kathpfarrei.lyss@besonet.ch www.kath.ch/lyss
<b>Kindergottesdienst</b>	ab 5 Jahren ev. meth. Kirche  032 384 11 94 www.emk-lyss.ch
<b>Kindergottesdienst Kinderhütendienst</b>	ab 5 Jahren während des Gottesdienstes ev. ref. Kirche Lyss  032 384 28 91 g.jutzi@kirche-lyss.ch www.kirche-lyss.ch
<b>Besuchsdienst</b>	Freiwilliger Besuchsdienst Katholische Pfarrei Lyss Frau Valeria Schmid Oberfeldweg 26 3250 Lyss  032 392 43 73 v.schmid@besonet.ch

## Beratung und Betreuung

### Wo Fragen gestellt werden dürfen und man gemeinsam nach Lösungen sucht

<b>Mütter- und Väterberatung</b>	Beratungsstelle für Eltern mit Kindern von 0-5 Jahren (Mo - Fr 8.00-15.00 Uhr ) Hirschenplatz 10, Lyss  031 552 16 10 lyss@mvb-be.ch www.mvb-be.ch
<b>Familienpunkt Seeland</b>	Kirchgasse 4, 3250 Lyss  032 530 40 29 info@familien-punkt.ch www.familien-punkt.ch

<b>Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst (KJPD) Biel/Bienne-Seeland-Berner -Jura</b>	Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst Kloosweg 24 2501 Biel  032 328 66 99 kjpp.biel@gef.be.ch  <i>Telefonische Anmeldung durch die Eltern erwünscht: 08.00–12.00 Uhr / 14.00–18.00 Uhr (Montag–Freitag)</i>
<b>Kantonale Erziehungsberatungsstelle Biel – Seeland</b>	Bahnhofstrasse 50 2502 Biel  032 328 75 40 eb.biel@.be.ch
<b>Kantonale Erziehungsberatungsstelle Bern</b>	Effingerstrasse 12 3011 Bern  031 633 41 41 eb.bern@be.ch
<b>Vereinbarkeit von Familie und Beruf</b>	Familienportal des Kantons Bern Gesundheits- und Fürsorgedirektion Abteilung Familie Rathausgasse 1 3011 Bern  031 633 78 83 info.fam.ais.gsi@be.ch www.fambe.sites.be.ch  <i>Webportal Familie:</i> - Familienhandbuch zu den wichtigsten Familienthemen - Integrierte Kita- und Tagesfamiliensuche - Aktivitäten für oder mit Kinder - Elternbildungsangebote
<b>Die dargebotene Hand</b>	143
<b>Telefonhilfe für Kinder und Jugendliche</b>	SMS 147 Telefon 147 www.147.ch
<b>Elternnotruf</b>	044 261 88 66 www.elternnotruf.ch
<b>Beratung</b>	Abteilung Soziales + Gesellschaft Marktplatz 14  032 387 03 30 sozialdienste@lyss.ch www.lyss.ch
<b>Familienplanungs- und Beratungsstelle</b>	Spitalzentrum Biel Familienplanungs- und Beratungsstelle Vogelsang 84 2502 Biel  032 324 24 15 familienplanung@szb-chb.ch www.szb-chb.ch

<b>Eheberatungsstelle Biel</b>	Beratungsstelle der Reformierten Kirchen für Ehe, Partnerschaft, und Familien Bahnhofstrasse 16 2502 Biel  032 322 78 80
<b>Ehe- und Familienberatungsstelle Bern</b>	Beratungsstelle der Reformierten Kirchen für Ehe, Partnerschaft, und Familien Aarberggasse 36 3011 Bern 031 312 10 66  info@eheundfamilienberatung-bern.ch www.eheundfamilienberatung-bern.ch
<b>Bieler Praxis für Mediation</b>	Beratungsstelle bei Trennung und Scheidung Bahnhofstrasse 50, Biel 032 328 75 57
<b>Schweiz. Verband allein erziehender Mütter und Väter</b>	Beratungsstelle für alleinerziehende Eltern Bern  031 351 77 71 info@svamv.ch www.svamv-fsfm.ch
<b>Beratungsstelle für gewalttätige Männer und Jungen</b>	Ring 4 2502 Biel  032 322 50 30
<b>Fachstelle Gewalt Bern</b>	Fachstelle Gewalt Bern Gewaltberatung für Männer, Frauen und Jugendliche Seilerstrasse 25 3011 Bern  0765 765 765 info@fachsttellegewalt.ch www.fachsttellegewalt.ch

## Wo Kinder gut aufgehoben sind

### Tagesbetreuung

#### Kindertagesstätte Uhunäsch

Beundengasse 27, 3250 Lyss  
032 385 18 22  
info@uhunaescht.ch  
www.uhunaescht.ch

#### Kinderbetreuung in Tagesfamilien

Tageseltern Lyss  
Beundengasse 27  
3250 Lyss  
  
Céline Santschi, Vermittlung  
079 766 37 74  
  
Sabine Schneider, Administration  
032 385 18 22  
  
vermittlung@tageselternlyss.ch  
www.tageselternlyss.ch



**Kita Alte Ziegelei  
KitAZi** Busswilstrasse 12, 3250 Lyss  
032 384 22 05  
alteziegelei@leolea.ch  
www.alteziegelei.leolea.ch

**Kita TipTap** Bielstrasse 29, 3250 Lyss  
032 384 13 73  
079 252 52 95  
info@kitatiptap.ch  
www.kitatiptap.ch

**Babysittervermittlung** Elternforum Lyss  
Tina Seiler  
Kirchenfeldstrasse 17  
079 405 30 35  
www.elternforum-lyss.ch

**Kinderhütendienst** Chinderhüeti Hosechnopf Lyss  
Frauenverein Lyss  
Für Kinder ab alter drei bis uzm Kindergarteneintritt  
Ort: Grentschel – Turnhalle UG  
kinderhuetedienst@frauenverein-lyss.ch  
Telefon: 032 384 01 35

**Hütendienst bei Ihnen zu Hause** Schweizerisches Rotes Kreuz SRK  
032 329 32 77  
kbh-ged@srk-biel.ch  
www.srk-bern.ch

## Familienergänzende Kinderbetreuung (Angebote in Busswil)

### Kinderkrippe BALU (Busswil)

**Alter:** 2 Monate – 6 Jahre  
**Ort:** Bahnhofstrasse 3, Busswil  
**Kontaktperson:** Frau Sandra Lüthi-Hirschi  
032 385 15 50 oder 079 360 26 39  
www.krippe-balu.ch

### Spielgruppe (Spielgruppenverein), Busswil

**Alter:** ab 2.5-jährig  
**Zeit:** 09.00-11.00 Uhr  
**Tag:** Dienstag und Donnerstag  
**Ort:** Kindergarten 1. Stock (Eingang Fabrikstrasse)  
**Kosten:** Mitglieder Fr. 10.00 / Nichtmitglieder Fr. 12.00 pro Tag  
**Leiterin:** Sonja Plattner  
032 385 23 09  
**Infos:** www.spielgruppebusswil.ch

### Waldspielgruppe Zappuzwärgli (Spielgruppenverein), Busswil

**Alter:** ab 2.5-jährig  
**Tag / Zeit:** Montag (August-März, 08.45-11.15 Uhr / April-Juli, 09.45-13.15 Uhr)  
**Tag / Zeit:** Mittwoch 08.45-11.15 Uhr  
**Ort:** Basisplatz im Busswiler Wald, Ende Kappelgasse  
**Kosten:** Fr. 7.00/Std.  
**Betreuerinnen:** Sonja Plattner, Daniela Ramseier und Christine Oertle  
**Telefon:** 032 385 23 09 (Sonja Plattner)  
**Spezielles:** max. 11 Kinder  
**Infos:** www.spielgruppebusswil.ch

### **Arche (Kirchgemeinde), Buswil**

**Alter:** ab Spielgruppenalter  
**Zeit:** ab Herbstferien bis Frühlingsferien 14.00-15.00Uhr  
**Tag:** Montag  
**Ort:** Kirchliches Zentrum  
**Kosten:** keine  
**Betreuerin:** Sonja Plattner  
032 385 23 09

### **KITU (Damenriege), Buswil**

**Alter:** ab Kindergarten  
**Ort:** Turnhalle Buswil  
**Kosten:** Fr. 60.00/Jahr  
**Betreuerin:** Bettina Hauser und Julia Walser  
079 837 53 83 (Bettina Hauser)

### **ELKI (Damenriege), Buswil**

**Alter:** 2.5-5 jährig  
**Ort:** Turnhalle Buswil  
**Kosten:** Fr. 60.00/Jahr  
**Betreuerinnen:** Ursula Egli und Stefanie Siegenthaler  
032 385 35 61 (Ursula Egli)

## **Wo Kinder mit Kindern spielen können**

**Elternforum Lyss** ab 3 Jahren (täglich)  
Postfach 293, 3250 Lyss  
  
079 574 67 79  
[www.elternforum-lyss.ch](http://www.elternforum-lyss.ch)

**Ludothek** Spielverleih für die ganze Familie  
Stegmattschulhaus  
  
032 387 37 50  
[www.ludothek-lyss.ch](http://www.ludothek-lyss.ch)

**Waldspielgruppe Mooszwerg** ab 4 Jahren (dienstags 9.00 – 14.00 Uhr im Dreihubelwald)  
  
032 384 37 77  
[www.elternforum-lyss.ch](http://www.elternforum-lyss.ch)

**Spielgruppe Schatzkiste (Ref. Kirche Lyss)** Spielgruppe Schatzkiste (ref. Kirche Lyss)  
Romi Leuenberger  
  
032 384 04 77  
[www.kirchenregion-aarberg.ch/schatzkiste](http://www.kirchenregion-aarberg.ch/schatzkiste)  
  
*Ab 2 Jahren  
Jeweils morgens: Mo, Mi, Fr (ausgenommen Schulferien)*

**Naturmorgen für Kinder** Beim Soldatendenkmal vor dem Huttwald  
Denise Frieden  
  
032 384 35 87  
  
*ab 3 Jahren (Stichtag ist Ende Dezember)  
Dienstag, 8.45 – 11.15 Uhr*

<b>Krabbelgruppe</b>	<p>Für Eltern mit Kindern zwischen 0 und 3 Jahren Jeweils dienstags von 09.00 – 11.00 Uhr</p> <p>Katholische Kirche (im grossen Saal) Oberfeldweg 26 3250 Lyss</p> <p>Angela Zbinden-De Sieno Leiterin Krabbelgruppe Lyss 078 610 79 80</p> <p>info@krabbelgruppe-lyss.ch www.krabbelgruppe-lyss.ch</p>
<b>Spielgruppe PLUS für Fremdsprachige</b>	<p>Kirchenfeldstrasse 17 Tina Seiler</p> <p>079 405 30 35 www.elternforum-lyss.ch</p> <p>(mittwochs 08.45 – 11.15 Uhr)</p>
<b>Frühenglische Spielgruppe</b>	<p>Kleinkinder-Spielgruppe Priscilla Kormann-Farrow 032 384 10 11</p>
<b>Kinderhütendienste</b>	<p>Chinderhüeti Hosenopf Lyss / Frauenverein Lyss Marlise Schneider (Auskunft) Schulhaus Grentschel – Turnhalle UG</p> <p>032 384 01 35 kinderhuetedienst@frauenverein-lyss.ch www.frauenverein-lyss.ch</p> <p>für Kinder ab 3 bis zum Kindergartenentritt</p>

## Weitere wichtige Adressen

<b>Notrufe</b>	<p>Medizentrum Lyss AG Busswilstrasse 6 3250 Lyss</p> <p>032 387 07 07 lyss@medizentrum.ch</p> <p>Ambulanz Region Biel (ARB) 032 325 15 50</p> <p>Sanitätsnotruf 144</p> <p>Vergiftungsnotfälle 145</p> <p>Polizei 117</p>
<b>Notfallversorgung im Seeland „hans“</b>	<p>Notfallarzt Region Lyss 0900 144 111</p> <p>hausarzt-notfall.seeland@hin.ch</p>

<b>Kinderärztin</b>	Dr. K. Suter Bahnhofstrasse 7 3250 Lyss  032 384 64 21
<b>Kinderklinik Inselspital Bern</b>	24-Stunden-Notfalldienst: 031 632 92 77  Kindermedizinische Beratung: Festnetz und Handyabonnements (kostenpflichtig, CHF 0.95/min) 0900 632 927  Prepaidkunden (kostenpflichtig, CHF 0.99/min) 0900 632 928  <a href="http://www.kinderkliniken.insel.ch">www.kinderkliniken.insel.ch</a>
<b>Kinderspital Wildermeth Biel</b>	Notfallstation Kinderklinik Wildermeth SZB: Tel. 0900 324 900 (CHF 3.– / Min. ab Festnetz).  Medizinische Beratung der Kinderklinik Wildermeth SZB: Tel. 0900 324 900 (CHF 3.– / Min. ab Festnetz)  Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren: Medizinische Beratung des Ärztlichen Notfalldiensts von Biel: Tel. 0900 900 024 (Fr. 1.95 / Min. ab Festnetz).
<b>SPITEX Seeland</b>	Chaumontweg 2, 3250 Lyss  032 387 60 00 <a href="mailto:info@spitex-seeland.ch">info@spitex-seeland.ch</a> <a href="http://www.spitex-seeland.ch">www.spitex-seeland.ch</a>
<b>Kinder-Spitex Biel + Region</b>	032 329 39 00 <a href="http://www.spitex-biel-region.ch">www.spitex-biel-region.ch</a>
<b>Behinderte und chronisch- kranke Kinder</b>	Entlastungsdienst Kanton Bern  031 382 01 66 <a href="http://www.entlastungsdienst-be.ch">www.entlastungsdienst-be.ch</a>
<b>Frauenhaus Bern</b>	Unterkunft und Beratung für misshandelte Frauen und ihre Kinder  031 332 55 33
<b>Beratungsstelle Frauenhaus Biel</b>	Kontrollstrasse 12 2503 Biel  032 322 03 44 <a href="mailto:info@sofemmes.ch">info@sofemmes.ch</a> <a href="http://www.solfemmes.ch">www.solfemmes.ch</a>
<b>Elternnotruf</b>	044 261 88 66 <a href="http://www.elternnotruf.ch">www.elternnotruf.ch</a>
<b>Verdacht auf Kindsmisshandlung</b>	Fil rouge Kinderschutz Gerechtigkeitsstrasse 81 3011 Bern  031 633 71 48 <a href="http://www.be.ch/filrouge">www.be.ch/filrouge</a>

**Informationen über  
weitere Angebote in Lyss**

[www.lyss.ch](http://www.lyss.ch)

**Pro Juventute**

[www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)

**Beratung + Hilfe 147**  
*für Kinder und Jugendliche.*  
24/7 Stunden für dich da!  
Tel. 147

SMS an 147  
[beratung@147.ch](mailto:beratung@147.ch)

**Elternberatung**  
*für Mütter, Väter und Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen.*  
24/7 Stunden für Sie da!  
Tel. 058 261 61 61

**Opferhilfe**

Silbergasse 4, 2502 Biel

032 322 56 33  
[www.opferhilfe-bern.ch](http://www.opferhilfe-bern.ch) (deutsch)  
[www.centrelavi-bienne.ch](http://www.centrelavi-bienne.ch) (französisch)

**Stiftung für  
Gesundheitsförderung  
und Suchtfragen**

Safe Zone – Online-Portal für Suchtfragen

032 329 33 70  
[www.bernergesundheits.ch](http://www.bernergesundheits.ch)  
[www.safezone.ch](http://www.safezone.ch)