

Manchmal möchte man mit jemandem reden ...

Das Angebot von Tel 143 – Die Dargebotene Hand Bern

Die Regionalstelle Bern

Am 28. März 1959 wurde die damalige Telefonseelsorge Bern vom Reformierten Pfarrverein und der Evangelischen Gesellschaft gegründet. Sie ist eine politisch und konfessionell unabhängige, ZEWO-zertifizierte und neutrale Non-Profit-Organisation. Die Regionalstelle Bern ist eine von insgesamt 12 Regionalstellen in der Schweiz und im Fürstentum Lichtenstein und zuständig für die Regionen Bern und Umgebung, Emmental, Oberland und Oberaargau.

1993 wird die Dargebotene Hand Bern eine vom Kanton anerkannte Beratungsstelle im Sinne des Opferhilfegesetzes. Die Gründung des Vereins erfolgt am 10. Januar 2008. Sieben Vertragspartnerschaften (65 %), Spender:innen (28 %) und Mitglieder (2 %) tragen Tel 143 Bern finanziell mit.

Unser Beratungsangebot

Tel 143 – Die Dargebotene Hand Bern ist rund um die Uhr, während 365 Tagen pro Jahr für Menschen da, die ein helfendes und unterstützendes Gespräch benötigen. Den Anrufenden wird dabei völlige Anonymität gewährt. Bei Tel 143 sind alle Menschen willkommen, unabhängig von Religion, Herkunft und Kultur. Die Dargebotene Hand hat eine offene und tolerante Haltung. Aktives Zuhören und empathisches Dasein stehen im Zentrum.

Tel 143 Bern kann Impulse geben, um Wege aus schwierigen Lebenssituationen zu finden. Wenn gewünscht, werden Anrufenden geeignete weiterführende Angebote genannt. Tel 143 Bern kann schriftlich per Mail oder Chat sowie telefonisch erreicht werden.

Ausgebildete freiwillig Mitarbeitende und das Fachteam

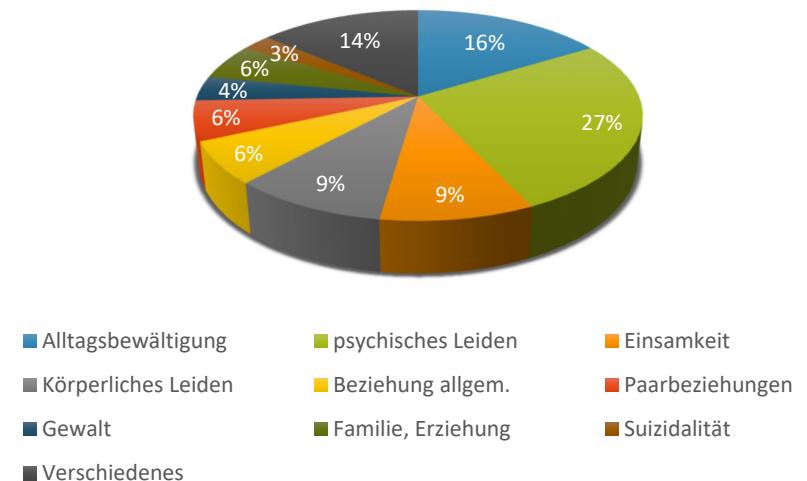
Tel 143 – Die Dargebotene Hand Bern arbeitet in der Telefon- und Onlineberatung mit Freiwilligen, die ein Auswahlverfahren durchlaufen und fundiert ausgebildet werden: in Gesprächsführung und allen psychosozialen Themen, die Inhalt der Gespräche sind. Die Mitarbeitenden werden eng begleitet mit monatlicher Supervision und einem Pikettdienst.

Die rund 65 freiwillig Mitarbeitenden leisten pro Jahr rund 16'000 Stunden unentgeltliche Arbeit. Sie erbringen damit eine nicht zu unterschätzende Leistung und Präventionsarbeit für unsere Gesellschaft.

Das Fachteam der Regionalstelle Bern setzt sich wie folgt zusammen: Franziska Nydegger (Stellenleiterin), Martin Steiner (Bildung/Coaching), Daniela Humbel (Kommunikation/Fundraising), und Christine Achermann (Administration).

Themen und Altersgruppen

Gesprächsthemen Telefon (Zahlen 2022)



2022 wurden 19'130 Telefongespräche geführt. 74.6 % aller Anrufenden waren Frauen. 52 % aller Anrufenden waren zwischen 41 bis 65 Jahre alt. Die Onlineberatung wurde zu 51 % von 19- bis 40-jährigen Nutzer:innen in Anspruch genommen. In der Onlineberatung war das Thema «Suizid» mit 9.4 % sehr dominant. Auch Paarprobleme wurden mit 10.9 % öfter thematisiert.