

MEDIENMITTEILUNG

Interlaken/Bern, 4. Mai 2026

Hallo Oberland! Das Recovery College Bern bietet neu auch Kurse in Interlaken an

Das Recovery College Bern eröffnet einen neuen Standort in Interlaken. Damit haben ab Ende Mai auch die Berner Oberländer:innen die Möglichkeit, das einzigartige Bildungsangebot zu nutzen und Kurse rund um psychische Gesundheit, persönliches Wachstum und Genesung zu besuchen. Das Besondere: Die Kurse werden von Menschen mit Krisenerfahrung und Fachpersonen gemeinsam entwickelt und moderiert und stehen Krisenbetroffenen, Angehörigen, Fachpersonen und Interessierten offen.

Selbstbestimmt lernen – miteinander und voneinander

Das Recovery College Bern (RCB) ist kein therapeutisches Angebot und keine herkömmliche Weiterbildungsstätte: In den Kursen gibt es weder Leistungsdruck noch feste Lernziele. Stattdessen schafft das College mit seinen thematischen Workshops **einen inspirierenden, offenen Lernraum**. Hier können Teilnehmende ihr (Fach-)Wissen und ihre persönlichen (Krisen-)Erfahrungen teilen, eigene Fragen bearbeiten und miteinander sowie voneinander lernen.

Die Workshops werden von Menschen mit eigener Krisen- und Genesungserfahrung sowie von Fachpersonen gemeinsam konzipiert und moderiert. Diese **Koproduktion** erlaubt es allen Teilnehmenden, neue Perspektiven zu entdecken und in eine vielfältige Erfahrungswelt sowie in fundiertes Fachwissen einzutauchen.

Mehr als 80 Kurse jedes Jahr

Das Recovery College Bern bietet seit 2019 vielfältige thematische Workshops in der Stadt Bern an – inzwischen über 80 jedes Jahr. Mit der **Expansion nach Interlaken** haben ab Ende Mai 2026 neu auch die Berner Oberländer:innen die Möglichkeit, an den Kursen teilzunehmen und dadurch ihre psychische Gesundheit zu stärken.

Das RCB soll allen Menschen offenstehen. Deshalb hat es drei unterschiedliche Kurstarife eingeführt. Der tiefste Tarif beläuft sich auf CHF 15 pro Kurs und gilt für Menschen mit sehr tiefem Einkommen (z. B. Existenzminimum, Sozialhilfe, IV, AHV).

«Das Recovery College Bern ist ein einzigartiger Lernort. Sein Programm verbindet Erfahrungswissen von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen mit fundiertem Wissen von Fachpersonen. Es ermöglicht dadurch Vielstimmigkeit, gemeinsames Lernen, Empowerment und neue Perspektiven, die inspirieren und bewegen.»

Christian Burr, Präsident Förderverein RCB

«Unsere Kurse fördern Recovery: Sie stärken die Fähigkeit von Menschen mit psychischen Krisenerfahrungen, ihr Leben sinnerfüllt und hoffnungsvoll zu gestalten, persönlich zu wachsen, am sozialen Leben teilzunehmen und neue Genesungswege zu entdecken.»

Heidi Katharina Dietrich, Co-Präsidentin Förderverein RCB,
Genesungsbegleiterin EX-IN

RCB startet Ende Mai mit fünf Kursen in Interlaken

Do 21.5.2026, 13.00–16.00 Uhr

Kurs 1 – Recovery ist möglich!

Nach einer psychischen Erschütterung wieder in die Gänge kommen – wie ist das möglich? Wir erarbeiten gemeinsam Grundlagen der Genesung.

→ *Zentrum Lichtblick, Untere Bönigstrasse 35, Interlaken*

Mi 3.6.2026, 13.00–16.00 Uhr

Kurs 2 – Recovery – Verbundenheit

Psychische Krisen können bewirken, dass wir uns nicht mehr verbunden fühlen. Wir beschäftigen uns mit Themen der Verbundenheit und fragen, wie wir sie fördern können.

→ *Sekundarschule, Mehrzweckraum, Alpenstrasse 25, Interlaken*

Do 25.6.2026, 13.00–16.00 Uhr

Kurs 3 – Recovery voranbringen

Es gibt vieles, das wir unternehmen können, um unsere psychische Gesundheit zu stärken. Wir setzen uns mit verschiedenen dieser Möglichkeiten auseinander und entdecken für uns passende Wege.

→ *Zentrum Lichtblick, Untere Bönigstrasse 35, Interlaken*

Mi 15.7.2026, 13.00–16.00 Uhr

Kurs 4 – Recovery – Positive Identität entwickeln

Psychische Krisen können auch unser Identitätsgefühl trüben. Wie können wir unsere Identität positiv stärken?

→ *Volkshochschule Interlaken, Spielmatte 3, Unterseen*

Sa 25.7. & 8.8.2026, 13.30–16.30 Uhr

Kurs 5 – Lesen & Genesen

Gemeinsam lesen wir bewegende und inspirierende Texte. So auch Geschichten von Menschen, die über ihren eigenen Recovery-Weg berichten. Zudem betrachten wir weitere Formen und Angebote rund um das gemeinsame Lesen, Reflektieren und Wachsen.

→ *Bödli-Bibliothek, Blumenstrasse 13, Interlaken*

RCB – Pionierprojekt mit bewegter Geschichte

Das RCB wurde 2019 als erstes Recovery College der Deutschschweiz von den **Universitären Psychiatrischen Diensten Bern** (UPD) aufgebaut. Als diese Anfang 2024 ihre Unterstützung einstellen mussten, war die Zukunft des Colleges zunächst ungewiss. Ein engagierter **Förderverein** sorgte in der Zwischenzeit dafür, dass das Recovery College Bern weiterbestehen konnte. Per 1. Juli 2025 übernahm schliesslich die **Interessengemeinschaft Sozialpsychiatrie Bern** die Trägerschaft des RCB.

Unterstützt wird das Recovery College Bern weiterhin durch den Förderverein, der das Angebot ideell mitträgt und Fundraising für den Betrieb leistet. Der **Kanton Bern** finanziert im Rahmen eines Leistungsvertrags subsidiär einen gewichtigen Anteil der Betriebskosten. Damit ist das Fortbestehen des Recovery College Bern als einzigartiges, gemeinnütziges Bildungsangebot für die nächste Zeit gesichert.

Kontakt für Medienanfragen

Websites:

- igsbern.ch/recovery-college
- recoverycollegebern.ch

Instagram:

[RCB | Let's talk Mental Health \(@recoverycollege_bern\)](https://www.instagram.com/recoverycollege_bern)

Kontakt:

Christian Burr

Präsident Förderverein RCB

Mail: christian@recoverycollegebern.ch

Tel. 079 957 69 72

Heidi Katharina Dietrich

Co-Präsidentin Förderverein RCB

Mail: heidi@recoverycollegebern.ch

Tel. 078 724 38 63