

schwarzen**burg**

läbig...gäbig



Wegweiser 60+
Angebote für
Menschen ab 60

Impressum

Seniorenrat der Gemeinde Schwarzenburg
Gemeinde Schwarzenburg

Titelbild: Seniorenrat

2. überarbeitete und ergänzte Auflage, Oktober 2011

Herausgeber

Seniorenrat in Zusammenarbeit mit der Gemeinde Schwarzenburg

Bezugsadresse

Gemeinde Schwarzenburg
Sozialdienst
Bernstrasse 11, Postfach 68
3150 Schwarzenburg
Telefon 031 734 00 60
Fax 031 734 00 02
sozialdienst@schwarzenburg.ch
www.schwarzenburg.ch

Die Broschüre Wegweiser 60+ liegt auf der Gemeindeschreiberei auf.

Dank

Ein grosses Dankeschön an alle, die am Entstehen des «Wegweiser 60+» mitgewirkt haben!

Die Broschüre «Wegweiser 60+» wird vom Seniorenrat im Auftrag der Gemeinde Schwarzenburg herausgegeben, Druck und Vertrieb übernimmt die Gemeinde Schwarzenburg. Der Seniorenrat ist bestrebt, die Einträge immer auf dem neuesten Stand zu halten. Dazu ist er auf die Mitwirkung aller angewiesen.

Für Fragen, Vorschläge und wenn sich Änderungen ergeben, wenden Sie sich bitte an
Margrit und Hans-Jürgen Leiber
Wartgässli 12
3150 Schwarzenburg
031 731 26 32
gogileiber@bluewin.ch

Inhalt

Allgemeine Informationen	6
Wichtige Webseiten und Links	6
Informationen für Menschen mit Migrationshintergrund	6
Adressen	6
Freizeit / Aktivitäten	7
Veranstaltungen	7
Fitness	9
Ausflüge / Ferien	13
Ausbildung / Kurse	15
Freiwilligenarbeit	16
Beratung	18
Allgemeine Alters- und Lebensfragen	18
Rechtsfragen	19
Finanzielle Fragen	20
Todesfall	21
Hilfe und Pflege zu Hause	22
Unterstützende und entlastende Hilfe im Haushalt	22
Pflege zu Hause	22
Mahlzeitendienst	22
Mittagstisch	23
Fahrdienst	24
Besucherdienst	25
Tageskliniken / Stationäre Alters- und Pflegeeinrichtungen	27
Tageskliniken / Tagestreffen	27
Stationäre Alters- und Pflegeeinrichtungen	27
Ärztlicher und zahnärztlicher Notfalldienst	28
Notfallnummern	28
Ärzte der Region Schwarzenburg	28
Zahnärzte der Region Schwarzenburg	29
Seniorenrat Schwarzenburg	30

Allgemeine Informationen

Wichtige Webseiten und Links

www.ahv.ch

www.akbern.ch

www.ausgleichskasse.ch

www.be.pro-senectute.ch

www.heiminfo.ch

www.pro-senectute-regionbern.ch

www.wohnen60plus.ch

www.wohnenimalter.ch

www.senioren-info.ch

www.seniorweb.ch

Informationen für Menschen mit Migrationshintergrund

www.alter-migration.ch

www.migraweb.ch

Adressen

Zentrale Informations- und Koordinationsstelle für Altersfragen

Sozialdienst Schwarzenburg

031 734 00 60

Bernstrasse 11, 3150 Schwarzenburg

sozialdienst@schwarzenburg.ch

www.schwarzenburg.ch

Seniorenrat Schwarzenburg

Leitung: Peter Kreuter

031 731 02 03

Mühlestutz 1, 3150 Schwarzenburg

p.kreuter@bluewin.ch

Bibliothek Schwarzenburg

Sekundarschulhaus

031 731 48 63

Einschlag 7, 3150 Schwarzenburg

bibliothek@schwarzenburg.ch

Freizeit / Aktivitäten

Veranstaltungen

Beachten Sie auch die Publikationen im Magazin «Schwarzenburg» und im «Der Anzeiger».

Seniorenachmittag Frauenverein Schwarzenburg / Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg

Monatliches Treffen im Kirchgemeindehaus, Junkerngasse 13, 3150 Schwarzenburg

Kosten: Kollekte

Auskunft:

Frauenverein Schwarzenburg

031 731 15 83 oder 033 673 48 83

Elsbeth Josi

info@frauenverein-schwarzenburg.ch

www.frauenverein-schwarzenburg.ch

Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg

031 731 28 88

Dora Baumann

kirchgemeinde.wahlern@refbejuso.ch

www.be.ref.ch/wahlern

Seniorenachmittag Ev.-ref. Kirchgemeinde Albligen

Einmal pro Monat an einem Mittwoch ab 13.30 Uhr in den Monaten Januar–Mai, November–Dezember (siehe Anzeige im «reformiert»)

Wo: Im Schulhaus, 3183 Albligen

Kosten: Freiwillige Kollekte

Auskunft: Therese Mader

031 741 06 71

theresemader@bluewin.ch

Albligerhöck – Spielnachmittag Ev.-ref. Kirchgemeinde Albligen

Einmal pro Monat an einem Mittwoch von 13.30–16.00 Uhr in den Monaten Januar–Mai, November–Dezember (siehe Anzeige im «reformiert»)

Wo: Im Schulhaus, 3183 Albligen

Kosten: Freiwillige Kollekte

Auskunft: Therese Mader

031 741 06 71

theresemader@bluewin.ch

Seniorenachmittag Römisch-katholische Landeskirche

Monatliches Treffen im Pfarreizentrum

St. Josef, 3098 Köniz

Kosten: Meist kostenlos

Auskunft: 031 970 05 77

Römisch-katholische Landeskirche josef.koeniz@kathbern.ch

Isabel Pelaez www.sanktjosefkoeniz.ch

Seniorenachmittag Evangelisch-methodistische Kirche

Monatliches Treffen

Wo: Rothenfuhrenweg 15, 3150 Schwarzenburg

Kosten: Gratis

Auskunft: Walter Hachen 031 731 10 43

www.emk-schwarzenburg.ch

Gemeinschaftsnachmittag EGW, Evangelisches Gemeinschaftswerk Schwarzenburg

Jeweils mittwochs, 14.00 Uhr nach dem 2. Sonntag in den Monaten November, Dezember, Januar und Februar.

Kosten: Gratis

Auskunft: Christian Heimberg 031 731 11 88

christian.heimberg@egw.ch

Seniorenachmittag Gemeinde Schwarzenburg

Einmal pro Jahr lädt der Gemeinderat für Soziales Personen mit hohen Geburtstagen und Heimbewohnende zu einem Seniorenachmittag ein. Die Musikgesellschaft Harmonie spielt auf.

Auskunft: 031 734 00 10

gemeinde@schwarzenburg.ch

www.schwarzenburg.ch

Jass-Nachmittag Römisch-katholische Landeskirche

Monatliches Treffen

Wo: Pfarreizentrum St. Josef, 3098 Köniz

Kosten: Gratis

Auskunft: 031 970 05 70

Sekretariat: josef.koeniz@kathbern.ch

www.sanktjosefkoeniz.ch

Adventsfeier Frauenverein Schwarzenburg / Frauenchor Schwarzenburg

Kosten: Gratis

Auskunft:

Frauenverein Schwarzenburg

031 731 15 83 oder 033 673 48 83

Elsbeth Josi

info@frauenverein-schwarzenburg.ch

www.frauenverein-schwarzenburg.ch

Frauenchor Schwarzenburg

Annemarie Locher

031 731 34 10

Zäme-Weihnachtsfeier

ACKIGESCH, Arbeitsgemeinschaft der christlichen Kirchen und Gemeinschaften Schwarzenburg

Für wen: Für alleinstehende und ältere Menschen

Wo: Wartgässli 6, 3150 Schwarzenburg

Kosten: Gratis

Auskunft: Christian Heimberg

031 731 11 88

christian.heimberg@egw.ch

Fitness

Seniorenturnen FitGym – nur Frauen Pro Senectute

Jeweils montags, 14.00 Uhr

Wo: Restaurant Bahnhof, 3148 Lanzenhäusern

Kosten: Jahresabonnement 170 Fr.

Auskunft: Heidi Haussener

031 731 17 64

hhl@bluewin.ch

Seniorenturnen FitGym – nur Frauen Pro Senectute

Jeweils montags, 14.30 Uhr

Wo: Turnhalle Bernaville, 3150 Schwarzenburg

Kosten: Jahresabonnement 170 Fr.

Auskunft: Flora Stoll 031 731 17 88

Seniorenturnen FitGym – nur Frauen Pro Senectute

Jeweils mittwochs, 14.00 Uhr

Wo: Turnhalle Tännlenen, 3120 Mamishaus

Kostetn: Jahresabonnement 170 Fr.

Auskunft: Flora Stoll 031 731 17 88

Seniorenturnen FitGym – für Frauen und Männer Pro Senectute

Jeweils donnerstags, 13.45 Uhr

Wo: Gemeindesaal, Ueberstorfstrasse 1, 3183 Albligen

Kosten: Jahresabonnement 170 Fr.

Auskunft: Therese Berger 031 741 33 42

Seniorenturnen FitGym – nur Männer Pro Senectute

Jeweils montags, 16.00 Uhr

Wo: Turnhalle Bernaville, 3150 Schwarzenburg

Kosten: Jahresabonnement 170 Fr.

Auskunft: Ruth Stöckli 031 731 12 64

Seniorentanznachmittag Kath. Pfarramt St. Josef, Köniz und Gruppo Terza éta

Jeden 1. Dienstag im Monat von 14.30 – 17.00 Uhr; Achtung – Sommerpause!

Wo: Kath. Pfarreizentrum, Stapfenstr. 25, 3098 Köniz

Kosten: Freiwillige Kollekte für Kaffee und Kuchen

Auskunft: Isabel Pelaez 031 970 05 77

Fit ab 60 mit vitaswiss

Jeweils montags, von 19.00 – 20.00 Uhr

Wo: Turnhalle Bernaville, 3150 Schwarzenburg

Kosten: Jahresabonnement 180 Fr.

Auskunft: Nathalie von Dach

079 285 44 63

nvondach47@bluewin.ch

Gymnastikturnen – nur für Frauen

Jeweils mittwochs, im Sommer um 20.00 Uhr, im Winter um 14.00 Uhr

Wo: Turnhalle Zumholz, 3157 Milken

Kosten: 5 Fr. pro Lektion

Auskunft: Margrit Liechti

031 731 23 75

malikema@hotmail.com

Fitness-Center

Offen während den Ladenöffnungszeiten

Betreuung und Spezialgeräte für Menschen mit Bewegungseinschränkungen

Wo: Sport-Boutique, Dorfstrasse 1, 3150 Schwarzenburg

Kosten: Jahresabonnement für Senioren und Seniorinnen 490 Fr.

Auskunft: Ruth Nydegger

031 731 11 59

Wanderungen der Volkshochschule Schwarzenburg

Monatlich eine Wanderung

Auskunft: Hans Künzler

031 731 16 04

kuenzler.hh@bluewin.ch

Frauenwandergruppe

Jeden 3. Mittwoch im Monat eine Wanderung von 2 – 2 1/2 Stunden

Treffpunkt: Jeweils um 13.00 Uhr beim Bahnhof Schwarzenburg

Kosten: Je nach Wanderung die Fahrt mit den öffentlichen Verkehrsmitteln

Auskunft: Margrit Zahnd

031 731 48 38

Schwimmen

Dienstag, 13.30 – 18.30 Uhr

Donnerstag, 13.30 – 21.30 Uhr

Wo: Lernschwimmbecken, 28°C; Stiftung Bernaville, 3150 Schwarzenburg

Kosten: 4.50 Fr.

Auskunft:

031 731 17 77

info@bernaville.ch

www.bernaville.ch

Therapiebad, 34°C

Von Montag bis Freitag auf Voranmeldung

Wo: Stiftung Bernaville, 3150 Schwarzenburg

Kosten: 6 Fr. pro Stunde

Auskunft:

031 731 17 77

info@bernaville.ch

www.bernaville.ch

Sauna

Von Montag bis Freitag auf Voranmeldung zwischen 9.00 – 22.00 Uhr

Wo: Stiftung Bernaville, 3150 Schwarzenburg

Kosten: 12 Fr. für 2 Stunden

Auskunft:

031 731 17 77

info@bernaville.ch

www.bernaville.ch

Infrarot-Sauna

Geöffnet während den Ladenöffnungszeiten

Wo: Fit & Fashion Sport-Boutique, Dorfstrasse 1, 3150 Schwarzenburg

Kosten: 15 Fr.; 20er Abonnement 210 Fr.

Auskunft: Ruth Nydegger

031 731 11 59

Ausflüge / Ferien

Seniorenganztagesreise Frauenverein Schwarzenburg / Ev.-ref. Kirchgemeinde Wahlern

Jährlicher Tagesausflug

Kosten: Zwischen 30 – 40 Fr., das Mittagessen wird offeriert

Auskunft: Frauenverein Schwarzenburg

031 731 15 83 oder 033 673 48 83

Elsbeth Josi

info@frauenverein-schwarzenburg.ch

www.frauenverein-schwarzenburg.ch

Ev.-ref. Kirchgemeinde Wahlern

031 731 28 88

Dora Baumann

kirchgemeinde.wahlern@refbejuso.ch

www.be.ref.ch/wahlern

Seniorenganztagesreise Ev.-ref. Kirchgemeinde Albligen

Jährlicher Tagesausflug für Senioren und Seniorinnen

Kosten: Fahrt wird offeriert, Verpflegung zu Lasten der Teilnehmenden

Auskunft: Therese Mader

031 741 06 71

theresemader@bluewin.ch

Seniorenhalbtagesreise Ev.-ref. Kirchgemeinde Albligen

Jährlicher Halbtagesausflug für Senioren und Seniorinnen

Kosten: Fahrt wird offeriert, Verpflegung zu Lasten der Teilnehmenden

Auskunft: Therese Mader

031 741 06 71

theresemader@bluewin.ch

Seniorenhalbtagesreise Frauenverein Schwarzenburg

Jährlicher Halbtagesausflug für Einwohner und Einwohnerinnen der Gemeinde Schwarzenburg ab dem 70. Lebensjahr

Kosten: offeriert vom Frauenverein Schwarzenburg

Auskunft:

Verena Nydegger

079 794 69 85

Elsbeth Josi

031 731 15 83 oder 033 673 48 83

info@frauenverein-schwarzenburg.ch

www.frauenverein-schwarzenburg.ch

Seniorenhalbtagesausflug Landfrauenverein Tännlenen

Jährlicher Halbtagesausflug

Kosten: ca. 20 Fr., Zvieri wird vom Landfrauenverein offeriert

Auskunft: Heidi Binggeli 031 731 05 41

Seniorenhalbtagesausflug Kath. Pfarramt St. Josef, Köniz

Jährlicher Halbtagesausflug

Auskunft: Isabel Pelaez 031 970 05 77

isabel.pelaez@kathbern.ch

www.sanktjosefkoeniz.ch

Seniorenferien Ev.-ref. Kirchgemeinde Wahlern

Jährlich eine Woche Ferien für selbständige Senioren und Seniorinnen

Auskunft: Dora Baumann 031 731 28 88

kirchgemeinde.wahlern@refbejuso.ch

www.be.ref.ch/wahlern

Seniorenferien Ev.-ref. Kirchgemeinde Albligen und Oberbalm

Jährlich 5 Tage Ferien für Senioren und Seniorinnen

Auskunft: Ev.-ref. Pfarramt, 3183 Albligen 031 741 02 58

pfarramt.albligen@hispeed.ch

Mitenandwoche Ev.-ref. Kirchgemeinde Wahlern

Ferienwoche für Menschen mit einer Behinderung

Auskunft: Margrit Jost 031 731 35 45

kirchgemeinde.wahlern@refbejuso.ch

www.be.ref.ch/wahlern

Ferien- und Entlastungsangebot Ar Sunnsyte – Wohnen, Begleiten, Pflegen

Schlüchtern 14, 3150 Schwarzenburg

Rechtzeitige Reservation erforderlich

Kostet pro Tag 120 – 180 Fr., abzüglich ev. Krankenkassenbeiträge

Auskunft: 031 734 13 13
info@arsunnsyte.ch
www.arsunnsyte.ch

Ferien- und Entlastungsangebot

Pflegezentrum Schwarzenburg – Kompetenz darf menschlich sein

Ein Betrieb des Gemeindeverbands Pflege und Betreuung Schwarzenburgerland

Guggisbergstrasse 7, 3150 Schwarzenburg

Rechtzeitige Reservation erforderlich

Auskunft: 031 734 35 35
info@pz-schwarzenburg.ch
www.pz-schwarzenburg.ch

Ausbildung / Kurse

Pro Senectute Bern

Muristrasse 12, 3000 Bern 13

Auskunft: 031 359 03 03
region.bern@be.pro-senectute.ch
www.pro-senectute-regionbern.ch

Volkshochschule Schwarzenburg

Sekretariat: Nydeggstrasse 1, 3148 Lanzenhäusern

Auskunft: Käthi Hostettler 031 731 31 91
sekretariat@vhschwarzenburg.ch
www.vhschwarzenburg.ch

Freiwilligenarbeit

Verschiedene Organisationen suchen freiwillige, ehrenamtliche Mitarbeitende

Ar Sunnsyte – Wohnen, Begleiten, Pflegen

Schlüchtern 14, 3150 Schwarzenburg

Sucht freiwillige Mitarbeitende für: Begleitung von Bewohnern und Bewohnerinnen auf Ausflügen, Cafeteria-Bedienung, Fahrdienst und Mitarbeit in Aktivierungsgruppen (Singen, Handarbeiten, Vorlesen, ...)

Auskunft: 031 734 13 13
info@arsunnsyte.ch
www.arsunnsyte.ch

Ev.-ref. Kirchgemeinde Wahlern

Sucht freiwillige Mitarbeitende für: Kirchlichen Besuchsdienst, Seniorenessen, Seniorennachmittag, Seniorenferien, Mitenandwoche, Fahrdienst und Kirchenapéro

Auskunft: Dora Baumann 031 731 28 88
kirchgemeinde.wahlern@refbejuso.ch
www.be.ref.ch/wahlern

Frauenverein Schwarzenburg

Sucht sporadisch freiwillige Mitarbeitende

Auskunft: Evelyne Kehrli (Präsidentin) 031 731 20 20
evelynekehrli@gmx.ch

Pflegezentrum Schwarzenburg – Kompetenz darf menschlich sein

Ein Betrieb des Gemeindeverbands Pflege und Betreuung Schwarzenburgerland

Guggisbergstrasse 7, 3150 Schwarzenburg

Sucht freiwillige Mitarbeitende für: Begleitung von Bewohnern und Bewohnerinnen auf Ausflügen, Fahrdienst, Jassen, Singen, Vorlesen, Gesellschaft leisten, Mithilfe beim Kochen, Grillieren und Handarbeiten

Auskunft: 031 734 35 35
info@pz-schwarzenburg.ch
www.pz-schwarzenburg.ch

Spitex Schwarzenburg

Sucht freiwillige Mitarbeitende für Rotkreuzfahrdienst

Auskunft: Verena Martin, Geschäftsleitung

031 734 30 00

info@spitex-schwarzenburg.ch

www.spitex-schwarzenburg.ch

Stiftung Bernaville

Sucht freiwillige Mitarbeitende für: Begleitung von Personen auf Zugfahrten, Einkäufen, Ausflügen, Sport, Konzerte, Theater, Kino, Gottesdienste, Krankenbesuche und Spielen auf den Wohngruppen

Auskunft:

031 731 17 77

info@bernaville.ch

www.bernaville.ch

Sozialkommission Schwarzenburg

Sucht freiwillige Mitarbeitende als Beistand/Beiständin, um betreuungsbedürftige Menschen in Alltagsfragen zu beraten und zu begleiten, sowie die notwendigen administrativen und finanziellen Angelegenheiten zu erledigen.

Auskunft:

031 734 00 60

sozialdienst@schwarzenburg.ch

www.schwarzenburg.ch

Beratung

Allgemeine Alters- und Lebensfragen

Seniorenrat Schwarzenburg

Peter Kreuter, Leitung	031 731 02 03 / p.kreuter@bluewin.ch
Peter Marti	031 731 13 82 / martipeter@bluewin.ch
Margrit und Hans-Jürgen Leiber	031 731 26 32 / gogileiber@bluewin.ch

Zentrale Informations- und Koordinationsstelle für Altersfragen

Sozialdienst Schwarzenburg, Bernstrasse 11, 3150 Schwarzenburg

Auskunft:	031 734 00 60
	sozialdienst@schwarzenburg.ch
	www.schwarzenburg.ch

Pro Senectute Region Bern

Muristrasse 12, 3000 Bern 13

Auskunft: Theo Giger	031 359 03 03
	theo.giger@be.pro-senectute.ch
	region.bern@be.prosenectute.ch
	www.pro-senectute-regionbern.ch

Ev.-ref. Kirchgemeinde Wahlern

Junkerngasse 13, 3150 Schwarzenburg

Sekretariat	031 731 42 11
Pfarrerin Regula Dürr Hänni	031 731 42 09
Pfarrer Hans-Christoph Jost	031 731 42 23
Pfarrer Peter von Siebenthal	031 731 42 21
	kirchgemeinde.wahlern@refbejus.ch
	www.be.ref.ch/wahlern

Ev.-ref. Kirche Albligen

Götschmannsriedstrasse 4, 3183 Albligen

Pfarrerin Verena Hegg Roth

031 741 02 58

www.albligen.ch/kirche

EGW, Evangelisches Gemeinschaftswerk Schwarzenburg

Christian Heimberg

031 731 11 88

christian.heimberg@egw.ch

Evangelisch-methodistische Kirche

Markus Kleiner

031 731 03 49

markus.kleiner@livenet.ch

Römisch-katholische Landeskirche

Pfarrzentrum St. Josef

Stapfenstrasse 25, 3098 Köniz

031 970 05 70 / Notfallhandy 079 745 99 68

josef.koeniz@kathbern.ch

www.sanktjosefkoeniz.ch

Sozialdienst Schwarzenburg

Freiwillige Beratung

Bernstrasse 11, 3150 Schwarzenburg

031 734 00 60

sozialdienst@schwarzenburg.ch

www.schwarzenburg.ch

Rechtsfragen

Rechtsauskunftsstelle des Bernischen Anwaltverbandes

Bundesgasse 16, 3011 Bern

031 312 53 53

bav@solnet.ch

www.bav-aab.ch

Bernische Ombudsstelle für Alters- und Heimfragen

Herrengasse 22, 3011 Bern

031 320 30 69

info@ombudsstellebern.ch

www.ombudsstellebern.ch

Schlichtungsbehörde Bern-Mittelland (Mietamt)

Effingenstrasse 34, 3008 Bern

031 635 47 50

Sozialdienst Schwarzenburg Erwachsenen- und Kinderschutz

Bernstrasse 11, 3150 Schwarzenburg

031 734 00 60

sozialdienst@schwarzenburg.ch

www.schwarzenburg.ch

Finanzielle Fragen

Pro Senectute Region Bern

Muristrasse 12, 3000 Bern 13

031 359 03 03

Theo Giger

theo.giger@be.pro-senectute.ch

region.bern@be.pro-senectute.ch

www.pro-senectute-regionbern.ch

AHV-Zweigstelle Schwarzenburg

Bernstrasse 1, 3150 Schwarzenburg

031 734 00 20

ahv@schwarzenburg.ch

www.schwarzenburg.ch

Evangelisch-methodistische Kirche Budget- und Schuldenberatung

Schlüchtern 20, 3150 Schwarzenburg

031 731 35 23

Urs Stauffer

www.emk-schwarzenburg.ch

Sozialdienst Schwarzenburg

Bernstrasse 11, 3150 Schwarzenburg

031 634 00 60

sozialdienst@schwarzenburg.ch

www.schwarzenburg.ch

Todesfall

Zivilstandsamt Bern-Mittelland

Laupenstrasse 18a, 3008 Bern

031 635 42 00

za.mittelland@pom.be.ch

Bestattungsamt Schwarzenburg

Bernstrasse 1, 3150 Schwarzenburg

031 734 00 21

ewk@schwarzenburg.ch

www.schwarzenburg.ch

Bestattungsdienst Schwarzenburg / Mamishaus

Hans-Peter Hirter

079 659 44 53

031 731 02 24

Hilfe und Pflege zu Hause

Unterstützende und entlastende Hilfe im Haushalt

Spitex Schwarzenburg

031 734 30 00

Schwirrenstrasse 3, 3150 Schwarzenburg

info@spitex-schwarzenburg.ch

www.spitex-schwarzenburg.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz

031 384 02 33

Postfach 8255, Effingerstrasse 25, 3008 Bern

info@srk-bern.ch

www.redcross.ch

Jobbörse

Jugendliche leisten kleinere oder grössere, mehr oder weniger regelmässige Arbeiten als Hilfe für Senioren und Seniorinnen

Kosten: Je nach Arbeit zwischen 6 Fr. und 15 Fr. pro Stunde

Auskunft: Dora Baumann

031 731 28 88

Mühlestutz 2, 3150 Schwarzenburg

Pflege zu Hause

Spitex Schwarzenburg

031 734 30 00

Schwirrenstrasse 3, 3150 Schwarzenburg

info@spitex-schwarzenburg.ch

www.spitex-schwarzenburg.ch

ZAPP Zentr. für ambulante Palliativpflege Bern

031 332 27 23

Effingerstrasse 25, 3008 Bern

info@zapp-bern.ch

www.zapp-bern.ch

Mahlzeitendienst

Spitex Schwarzenburg

031 734 30 00

Schwirrenstrasse 3, 3150 Schwarzenburg

info@spitex-schwarzenburg.ch

www.spitex-schwarzenburg.ch

Auskunft: Administration

Montag – Freitag 9.00 – 11.00 Uhr

Stiftung Bernaville

031 731 17 77

Langenwilweg, 3150 Schwarzenburg

kulinarisch@bernaville.ch

www.bernaville.ch

Lieferung in der ganzen Gemeinde, von Montag bis Freitag, täglich frisch gekocht

Kosten: Zwischen 9.50 Fr. und 13.50 Fr. (Je nach Mahlzeit und Wohnort)

Mittagstisch

Ar Sunnsyte – Wohnen, Begleiten, Pflegen

031 734 13 15

Schlüchtern 14, 3150 Schwarzenburg

info@arsunnsyte.ch

Mittagessen 11.30 bis 12.30 Uhr

www.arsunnsyte.ch

Anmeldung obligatorisch

Kosten: 16 Fr. / Samstag und Sonntag 18 Fr. (inkl. Getränk, Kaffee und kl. Dessert)

Seniorenessen

Jeden 3. Donnerstag im Monat, Anmeldung obligatorisch

Wo: Kirchgemeindehaus, Junkerngasse 13, 3150 Schwarzenburg

Kosten: 10 Fr.

Fahrdienst vorhanden, Kosten: 3 Fr.

Auskunft: Ev.-ref. Kirchgemeinde Wahlern

031 731 28 88

Dora Baumann

kirchgemeinde.wahlern@refbejuso.ch

www.be.ref.ch/wahlern

Offener Mittagstisch

Jeden 2. Montag im Monat, Anmeldung obligatorisch

Wo: Restaurante Bären, 3183 Albligen

Kosten: 16.50 Fr.

Auskunft: Ev.-ref. Kirchgemeinde Albligen

031 741 06 71

Therese Mader

theresemader@bluewin.ch

Seniorenessen

Jeden 2. Donnerstag im Monat, Anmeldung obligatorisch

Wo: Pfarreizentrum St. Josef, Stapfenstrasse 25, 3098 Köniz

Kosten: 11 Fr. – 15 Fr.

Auskunft und Anmeldung:	031 970 05 70
Römisch-katholische Landeskirche	josef.koeniz@kathbern.ch
Sekretariat Pfarramt St. Josef	www.sanktjosefkoeniz.ch

Suppen-Znacht

1. Donnerstag im Monat

18.00 - 19.30 Uhr (November – April)

Wo: Evangelisch-methodistische Kirche, Flühli 10, 3150 Schwarzenburg

Kosten: Freiwillige Kollekte

Auskunft: Evangelisch-methodistische Kirche	031 731 03 49
Markus Kleiner	markus.kleiner@livenet.ch
	www.emk-schwarzenburg.ch

Fahrdienst

Rotkreuzfahrdienst	031 734 30 00
--------------------	---------------

Schwirrenstrasse 3, 3150 Schwarzenburg	info@spitex-schwarzenburg.ch
	www.spitex-schwarzenburg.ch

Reservationen: Montag – Freitag 9.00 – 11.00 Uhr, 3 Arbeitstage im Voraus

Friedhof-Fahrdienst	031 731 15 53
---------------------	---------------

Frauenverein Schwarzenburg	info@frauenverein-schwarzenburg.ch
Jeden 1. Freitag im Monat	www.frauenverein-schwarzenburg.ch

Wo: 13.30 Uhr ab Postgebäude, 3150 Schwarzenburg

Keine Anmeldung nötig

Kosten: Gratis

Predigtauto der Ev.-ref. Kirchgemeinde Wahlern

Anmeldung am Vorabend, Telefon-Nr. gemäss Publikation im «Der Anzeiger»

Kosten: Gratis

Predigtauto des Evangelischen Gemeinschaftswerks Schwarzenburg

Anmeldung gemäss Angaben im «Der Anzeiger»

Kosten: Gratis

Besucherdienst

Ev.-ref. Kirchgemeinde Wahlern Kirchlicher Besucherdienst

Dora Baumann	031 731 28 88
Pfarrerin Regula Dürr Hänni	031 731 42 09
Pfarrer Hans-Christoph Jost	031 731 42 23
Pfarrer Peter von Siebenthal	031 731 42 21
Sekretariat	031 731 42 11
Junkerngasse 13, 3150 Schwarzenburg	kirchgemeinde.wahlern@refbejuso.ch www.be.ref.ch/wahlern

Ev.-ref. Kirche Albligen

Pfarrerin Verena Hegg Roth	031 741 02 58
Götschmannsriedstrasse 4, Albligen	www.albligen.ch/kirche

Evangelisches Gemeinschaftswerk Schwarzenburg

Christian Heimberg	031 731 11 88
Besuch auf Wunsch	christian.heimberg@egw.ch

Römisch-katholische Landeskirche

Pfarrzentrum St. Josef	031 970 05 70 / Notfallhandy 079 745 99 68
Stapfenstrasse 25, 3098 Köniz	josef.koeniz@kathbern.ch www.sanktjosefkoeniz.ch

Evangelisch-methodistische Kirche

Markus Kleiner 031 731 03 49
Besuch auf Wunsch markus.kleiner@livenet.ch
www.emk-schwarzenburg.ch

Frauenverein Schwarzenburg

Besuch (im Dorf Schwarzenburg) auf Wunsch und an Geburtstagen ab 75 Jahren
Elsbeth Josi 031 731 15 83 oder 033 673 48 83
info@frauenverein-schwarzenburg.ch
www.frauenverein-schwarzenburg.ch

Spitex Schwarzenburg

Besuch (ganze Gemeinde, exkl. Dorf) auf Wunsch und an Geburtstagen ab 70 Jahren
Heidi Mischler-Rohrbach 031 731 09 25
info@spitex-schwarzenburg.ch
www.spitex-schwarzenburg.ch

Frauenverein Schwarzenburg

Besuch von Bewohnerinnen und Bewohnern des Wohnheims Riggisberg
Frieda Isenschmid 031 731 13 41
info@frauenverein-schwarzenburg.ch
www.frauenverein-schwarzenburg.ch

Gemeinderat Schwarzenburg

Besuch zum 90. und ab 95. Geburtstag 031 734 00 10
gemeinde@schwarzenburg.ch
www.schwarzenburg.ch

Tageskliniken / Stationäre Alters- und Pflegeeinrichtungen

Tageskliniken / Tagestreffen

Tagesstätte für Senioren – Kompetenz darf menschlich sein

Pflegezentrum Schwarzenburg, Guggisbergstrasse 7, 3150 Schwarzenburg

Ein Betrieb des Gemeindeverbands Pflege und Betreuung Schwarzenburgerland

Ein Entlastungsangebot für pflegende Angehörige

Jeweils von Montag bis Freitag geöffnet

Auskunft: Margrit Binggeli

031 734 35 31 oder 079 818 18 79

info@pz-schwarzenburg.ch

www.pz-schwarzenburg.ch

Stationäre Alters- und Pflegeeinrichtungen

Genossenschaft Schwirren-Park

031 734 13 33

Alterswohnungen

info@schwirrenpark.ch

2 1/2 und 3 1/2 Zimmer

www.schwirrenpark.ch

Pflegezentrum Schwarzenburg – Kompetenz darf menschlich sein

Pflegezentrum Schwarzenburg, Guggisbergstrasse 7, 3150 Schwarzenburg

Ein Betrieb des Gemeindeverbands Pflege und Betreuung Schwarzenburgerland

Auskunft:

031 734 35 35

info@pz-schwarzenburg.ch

www.pz-schwarzenburg.ch

Ar Sunnsyte – Wohnen, Begleiten, Pflegen

Schlüchtern 14, 3150 Schwarzenburg

031 734 13 13

info@arsunnsyte.ch

www.arsunnsyte.ch

Ärztlicher und zahnärztlicher Notfalldienst

Notfallnummern

Ärztlicher und Zahnärztlicher Dienst 0900 57 67 47 (Fr. 1.98 p/Min. ab Festnetz)

Notfalldienst (Medphone)

Ambulanz / Sanität	144
Rega	1414
Feuerwehr	118
Polizei	117
Die dargebotene Hand (Telefonseelsorge)	143
	bern@143.ch

Ärzte der Region Schwarzenburg

Psychiatrischer Dienst 033 226 47 00

Dr. Hans Peter Graf

Sprechstunden im Pflegezentrum Schwarzenburg

Guggisbergstrasse 7, 3150 Schwarzenburg

Dr. Simon Denier 031 732 00 55

Schwirrenstrasse 42, 3150 Schwarzenburg

Dr. Antonio Gervasi 031 731 04 23

Sonnenrain 6, 3150 Schwarzenburg

Dr. Markus Lüdi 031 731 21 11

Guggisbergstrasse 9, 3150 Schwarzenburg

Dr. Henri Stolz 031 734 22 22

Kirsten Stolz, prakt. Ärztin 031 734 22 22

Schmiedgasse 11, 3150 Schwarzenburg

Dr. Manfred Untersander 031 738 88 11

Bundsacker, 3154 Rüscheegg Heubach

Zahnärzte der Region Schwarzenburg

Dr. med. dent. Dag Fokstuen 031 731 00 76

Herrengässli 6, 3150 Schwarzenburg

Dr. med. dent. Friedrich Künzi 031 731 10 13

Leimern 26, 3159 Schwarzenburg

Dr. med. dent. Ivan Pirc 031 731 07 51

Leimern 3, 3150 Schwarzenburg

Zahnarztzentrum Bern 031 326 70 00

Bahnhofplatz 10A, 3011 Bern

www.zahnarztzentrum.ch/de/zahnarzt/bern.html

Öffnungszeiten: (365 Tage im Jahr)

bern@zahnarztzentrum.ch

Montag - Freitag

07.00 – 20.00 Uhr

Samstag

09.00 – 16.00 Uhr

Sonntag

12.00 – 15.00 Uhr

Seniorenrat Schwarzenburg

Für ältere Menschen gibt es in Schwarzenburg ein umfangreiches Angebot an Dienstleistungen und Aktivitäten. Es ist dem Seniorenrat ein grosses Anliegen, dieses Angebot publik zu machen und die entsprechenden Organisationen und Institutionen in ihrer Arbeit zu unterstützen. Mit diesen Anbietern wird eine Zusammenarbeit angestrebt, auch im Hinblick auf eine Erweiterung und Optimierung der Angebote.

In seinem Leitbild hat der Seniorenrat folgende Schwerpunkte definiert:

- Der Seniorenrat fördert die Mitsprache der älteren Generation in der Gemeinde.
- Der Seniorenrat will auf die Probleme älterer Menschen aufmerksam machen und ist bereit, an deren Lösung mitzuarbeiten. In der Gemeinde wirkt er daher auch bei der Meinungsbildung und dem Erfahrungsaustausch mit.
- Der Seniorenrat dient als Anlauf- und Vermittlungsstelle für ältere Menschen.
- Der Seniorenrat ist bereit, Behörden, Institutionen und Vereine beratend zu unterstützen.

Haben Sie Fragen zum Seniorenrat und seinen Aufgaben? Bitte wenden Sie sich an unsere Leitung oder eines unserer Mitglieder.

Mitglieder des Seniorenrats:

Peter Kreuter, Leitung	031 731 02 03	p.kreuter@bluewin.ch
------------------------	---------------	--

Mitglieder:

Reto Clalüna	031 731 40 70	reto.claluena@bluewin.ch
Fernand Firmin	031 731 27 34	ferdy.firmin@bluewin.ch
Alexander Gibel	031 731 17 48	alexander.gibel@hispeed.ch
Hans-Jürgen Leiber	031 731 26 32	gogileiber@bluewin.ch
Margrit Leiber	031 731 26 32	gogileiber@bluewin.ch
Samuel Lüthi	031 731 24 66	luethi.wagerten@bluewin.ch
Karl Maron	031 731 20 50	karl.maron@bluewin.ch
Peter Marti	031 731 13 82	martipeter@bluewin.ch
Heinz Schüpbach	031 731 17 32	ah.schuepbach@hispeed.ch
Richard Stauber	031 741 42 46	stauber.albligen@bluewin.ch
Erna Staudenmann	031 731 05 91	
Hans Stoll	031 731 13 72	h.m.stoll@bluewin.ch

Angebote für Menschen ab 60