



Seniorenrat

Schwarzenburg

Wegweiser 60+



Angebote für Menschen ab 60 und deren Angehörigen

Impressum

Herausgeber

Seniorenrat Schwarzenburg
www.seniorenratschwarzenburg.ch

Titelbild: Seniorenrat Schwarzenburg

Aktualisiert am 20.09.2017

Ihr Ansprechpartner für den „Wegweiser 60+“

Margrit und Hans-Jürgen Leiber
Wartgässli 12
3150 Schwarzenburg
031 731 26 32
gogileiber@bluewin.ch

Inhaltsverzeichnis

Seniorenrat Schwarzenburg	4
Allgemeine Informationen	5
Wichtige Webseiten.....	5
Webseiten für Menschen mit Migrationshintergrund.....	5
Adressen.....	5
Freizeit / Aktivitäten	6
Veranstaltungen.....	6
Fitness.....	8
Ferien / Ausflüge.....	10
Ausbildung / Kurse.....	12
Freiwilligenarbeit.....	12
Beratung	14
Allgemeine Alters- und Lebensfragen.....	14
Rechtsfragen.....	15
Finanzielle Fragen.....	15
Todesfall.....	15
Hilfe und Pflege zu Hause	16
Unterstützende und entlastende Hilfe im Haushalt.....	16
Krankenmobilen / Notruf.....	16
Pflege zu Hause.....	17
Begleiten von Schwerkranken und Sterbenden / Sitzwache.....	17
Mahlzeitendienst.....	17
Mittagstisch.....	17
Fahrdienst.....	18
Roll-Mobil, Fahrdienst für Personen im Rollstuhl.....	18
Besuchsdienst.....	18
Tagesstätten / Stationäre Alters- und Pflegeeinrichtungen	20
Tagesstätten.....	20
Stationäre Alters- und Pflegeeinrichtungen.....	20
Gesundheitsdienste	21
Ärzte der Region Schwarzenburg.....	21
Zahnärzte der Region Schwarzenburg.....	21
Hörmittel: Beratung und Verkauf.....	21
Notfallnummern	22

Bemerkung: Am Buchstaben vor dem Eintrag ist ersichtlich, wo der Anlass stattfindet.

Es bedeutet:

A = Albligen

K = Köniz

L = Lanzenhäusern

S = Schwarzenburg

St = Steinenbrünnen

T = Tännlenen

Z = Zumholz

Seniorenrat Schwarzenburg

Auftrag des Senirenrates Schwarzenburg

Als unabhängiges Gremium ist es Auftrag des Seniorenrates Schwarzenburg, die Anliegen und Bedürfnisse der älteren Menschen in der Gemeinde aufzunehmen und diese im Sinne der Alterspolitik in der Öffentlichkeit und bei den Behörden zu vertreten.

Leitsätze

Für ältere Menschen gibt es in Schwarzenburg von verschiedenen Institutionen und Organisationen eine Vielzahl von Angeboten. Der Seniorenrat will auf keinen Fall diese Institutionen und Organisationen konkurrenzieren, sondern sie in ihrer Arbeit unterstützen. Mit diesen Anbietern wird eine Zusammenarbeit angestrebt, auch im Hinblick auf die Erweiterung der Angebote.

- 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 Anlaufs- und Vermittlungsstelle für ältere Menschen.
- Der Seniorenrat ist bereit, Behörden, Institutionen und Vereine beratend zu unterstützen.

Mitglieder des Seniorenrats:

Leitung:

Schüpbach Heinz 031 731 17 32 / ah.schuepbach@hispeed.ch

Mitglieder:

Buchmann Hanni 031 731 21 64 / ha.buchmann@bluewin.ch

Clalüna Reto 031 731 40 70 / reto.claluena@bluewin.ch

Friedli Beatrice 031 731 10 71 / beatricefriedli74@gmail.com

Gibel Alexander 031 731 17 48 / alexander.gibel@hispeed.ch

Heimberg Christian 031 731 11 88 / dheimberg@livenet.ch

Hirter Max 031 731 21 34 / max.hirter@bluewin.ch

Kasteler Martin 079 883 57 80 / martin.kasteler@bluewin.ch

Krebs Maria 031 809 21 59 / mariakrebs@sunrise.com

Krebs Ruedi 031 809 21 59 / mariakrebs@sunrise.com

Kreuter Peter 031 731 02 03 / p.kreuter@bluewin.ch

Leiber Hans-Jürgen 031 731 26 32 / gogileiber@bluewin.ch

Leiber Margrit 031 731 26 32 / gogileiber@bluewin.ch

Liniger Hans 031 731 19 56 / liniger.hm@hotmail.ch

Mäder Karl 031 731 13 20 / karl.maeder@bluewin.ch

Marti Peter 031 731 13 82 / martipeter@bluewin.ch

Stalder Hans Ruedi 031 731 26 86 / siesta99@bluewin.ch

Mitglied im Seniorenrat kann werden, wer das 60. Lebensjahr erreicht hat und in der Gemeinde Schwarzenburg wohnt. Besonders wünschenswert ist, dass mehr Frauen im Seniorenrat mitmachen. Wer Interesse hat, meldet sich bitte bei einem der oben aufgeführten Mitglieder.

Allgemeine Informationen

Wichtige Webseiten

- www.ahv.ch
Webseite der Alters- und Hinterlassenenversicherung, AHV
 - www.akbern.ch
Webseite der Ausgleichskasse Bern, Informationen über AHV, Ergänzungsleistungen usw.
 - www.ausgleichskasse.ch
Webseite der Ausgleichskassen der Schweiz mit Links zu den einzelnen Kantonen
 - www.be.pro-senectute.ch
Informationen über Pro Senectute Kanton Bern und ihre Angebote
 - www.bibliothekschwarzenburg.ch
Online-Katalog der Gemeinde- und Schulbibliothek Schwarzenburg
 - www.curaviva.ch
Heimsuche
 - www.heiminfo.ch
Gibt Auskunft, welche Heime und Institutionen es für ältere Menschen gibt
 - www.pro-senectute-regionbern.ch
Informationen über Pro Senectute und ihre Angebote für die Region Schwarzenburg
 - www.seniorenfragen.ch
Der SVS ist Dachorganisation regionaler und kantonaler Senioren- und Rentnerverbände
 - www.senioren-info.ch
Plattform für Themen ums Alter (Wohnangebote, Freizeit, Sport, Beratungsstellen)
 - www.wohnen60plus.ch
Gibt Auskunft über Alters- und Pflegeheime, Residenzen, Senioren-WG usw.
-

Webseiten für Menschen mit Migrationshintergrund

- www.alter-migration.ch
Nationales Forum für die Verbesserung der Situation älterer Migrantinnen und Migranten
 - www.migraweb.ch
Enthält Informationen und Links für Migrantinnen und Migranten zum schweizerischen Alltag
-

Adressen

Seniorenrat Schwarzenburg

Leitung: Heinz Schüpbach

Zelgweg 29, 3150 Schwarzenburg

031 731 17 32

ah.schuepbach@hispeed.ch

Zentrale Informations- und Koordinationsstelle für Altersfragen

Sozialdienst Schwarzenburg

Bernstrasse 11, 3150 Schwarzenburg

031 734 00 60

sozialdienst@schwarzenburg.ch

www.schwarzenburg.ch

Freizeit / Aktivitäten

Veranstaltungen

Beachten Sie auch die Publikationen im Magazin "schwarzenburg" und im "Der Anzeiger".

S) Adventsfeier (Frauenverein Schwarzenburg / Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg)

Kostet: Gratis

Auskunft:

Frauenverein Schwarzenburg

Annette Beyeler

031 731 44 88

info@frauenverein-schwarzenburg.ch

www.frauenverein-schwarzenburg.ch

Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg

Dora Baumann

031 731 28 88

kirchgemeinde.schwarzenburg@refbejuso.ch

www.kirche-schwarzenburg.ch

A) Albligerhöck, Spielnachmittag (Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg)

4-mal pro Jahr an einem Mittwoch, Beginn 13.30 Uhr (Siehe Anzeige im „reformiert.“).

Wo: Im Pfarrhaus, 3183 Albligen

Kostet: Freiwillige Kollekte

Auskunft:

Irene Lüthi

079 648 47 15

kirchgemeinde.schwarzenburg@refbejuso.ch

S) Erzählcafé (EGW, Evangelisches Gemeinschaftswerk Schwarzenburg)

Jeweils am Mittwoch um 14.00 Uhr nach dem 2. Sonntag in den Monaten Oktober bis April.

Erfahrungen austauschen, Erinnerungen wach werden lassen, sich inspirieren lassen... Erzählen ist freiwillig – zuhören Ehrensache.

Kostet: Freiwilliger Beitrag in die Kaffeekasse

Auskunft:

Christian Heimberg

031 731 11 88

christian.heimberg@egw.ch

www.egw-schwarzenburg.ch

K) Jass-Nachmittag (Kath. Pfarrei St. Josef, Köniz und Schwarzenburgerland)

Jeden letzten Mittwoch im Monat (ausser Juli), Beginn 13.30 Uhr.

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

Kostet: Gratis

Auskunft:

Sekretariat:

031 970 05 70

josef.koeniz@kathbern.ch

www.sanktjosefkoeniz.ch

A) Offener Frauennachmittag Albligen (Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg)

6-mal pro Jahr an einem Mittwoch (Siehe Anzeige im „reformiert.“). Frauen jeden Alters sind herzlich willkommen.

Wo: Im Pfarrhaus, 3183 Albligen

Kostet: Freiwillige Kollekte

Auskunft:

Irene Lüthi

079 648 47 15

kirchgemeinde.schwarzenburg@refbejuso.ch

S) Seniorennachmittag (Evangelisch-methodistische Kirche)

Monatliches Treffen.

Wo: Rothenfuhrenweg 15, 3150 Schwarzenburg

Kostet: Gratis

Auskunft:

031 731 10 43

Walter Hachen

www.emk-schwarzenburg.ch

S) Seniorennachmittag (Frauenverein Schwarzenburg / Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg)

Monatliches Treffen im Kirchgemeindehaus, Junkerngasse 13.

3150 Schwarzenburg

Kostet: Freiwillige Kollekte

Auskunft:

Frauenverein Schwarzenburg

031 731 44 88

Annette Beyeler

info@frauenverein-schwarzenburg.chwww.frauenverein-schwarzenburg.ch

Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg

031 731 28 88

Dora Baumann

kirchgemeinde.schwarzenburg@refbejus.chwww.kirche-schwarzenburg.ch

S) Seniorennachmittag (Gemeinde Schwarzenburg)

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

Auskunft:

031 734 00 10gemeinde@schwarzenburg.chwww.schwarzenburg.ch

K) Seniorennachmittag (Kath. Pfarrei St. Josef, Köniz und Schwarzenburgerland)

Monatliches Treffen für italienischsprachige Senioren im Pfarreizentrum.

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

Kostet: Freiwillige Kollekte

Auskunft:

031 970 05 70

Sekretariat

josef.koeniz@kathbern.chwww.sanktjosefkoeniz.ch

S) Zäme-Weihnachtsfeier

(ACKIGESCH, Arbeitsgemeinschaft der christlichen Kirchen und Gemeinschaften Schwarzenburg)

Für wen: Für alleinstehende und ältere Menschen.

Wo: Wartgässli 6, 3150 Schwarzenburg

Kostet: Gratis

Auskunft:

031 731 11 88

Christian Heimberg

christian.heimberg@egw.ch

Fitness

K) Everdance Kurse (Kath. Pfarrei St. Josef, Köniz und Schwarzenburgerland)

Jeden Donnerstag von 16.00 – 17.00 Uhr. Anmeldung für eine Kursphase erwünscht.

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

Kostet: 15 Fr. pro Stunde (20 Fr. für eine Einzelstunde)

Auskunft: **031 970 05 70**
 Sekretariat josef.koeniz@kathbern.ch
 www.sanktjosefkoeniz.ch

S) Fit ab 60 mit vitaswiss

Jeweils am Montag von 19.00 – 20.00 Uhr

Wo: Turnhalle Bernaville, 3150 Schwarzenburg

Kostet: Jahresabonnement 180 Fr.

Auskunft: **079 285 44 63**
 Nathalie von Dach nvondach47@bluewin.ch

S) Fitness-Center

Offen während der Ladenöffnungszeiten.

Betreuung und Spezialgerät für Menschen mit Bewegungseinschränkungen.

Wo: Sport-Boutique, Dorfstrasse 1, 3150 Schwarzenburg

Kostet: Jahresabonnement für Senioren 490 Fr.

Auskunft:
 Ruth Nydegger **031 731 11 59**

S) Frauenwandergruppe

Jeden 3. Mittwoch im Monat eine Wanderung von 2 – 2½ Stunden

Treffpunkt: Jeweils um 13.00 Uhr beim Bahnhof Schwarzenburg.

Kostet: Je nach Wanderung die Fahrt mit dem öffentlichen Verkehr

Auskunft:
 Margrit Zahnd **031 731 48 38**

Z) Gymnastikturnen – nur für Frauen

Jeweils am Mittwoch, im Sommer um 20.00 Uhr, im Winter um 14.00 Uhr.

Wo: Turnhalle Zumholz, 3157 Milken

Kostet: 5 Fr. pro Lektion

Auskunft: **031 731 23 75**
 Margrit Liechti malikema@hotmail.com

S) Infrarot-Sauna

Offen während der Ladenöffnungszeiten.

Wo: Sport-Boutique, Dorfstrasse 1, 3150 Schwarzenburg

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

Auskunft:
 Ruth Nydegger **031 731 11 59**

S) Schwimmen (Lernschwimmbecken, 28°C)

Dienstag, 14.00 – 18.30 Uhr

Wo: Stiftung Bernaville, 3150 Schwarzenburg

Kostet: 4.50 Fr.

Auskunft:

031 731 17 77

info@bernaville.ch

www.bernaville.ch

K) Seniorentanznachmittag (Kath. Pfarrei St. Josef, Köniz und Schwarzenburgerland)

Jeden 1. Dienstag im Monat von 14.30 – 17.00 Uhr (Achtung - Sommerpause).

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

Kostet: Freiwillige Kollekte

Auskunft:

031 970 05 70

Sekretariat

josef.koeniz@kathbern.ch

www.sanktjosefkoeniz.ch

L) Seniorenturnen FitGym – nur für Frauen (Pro Senectute)

Jeweils am Montag um 14.00 Uhr.

Wo: Restaurant Bahnhof, 3148 Lanzenhäusern

Kostet: Jahresabonnement 170 Fr.

Auskunft:

031 731 17 64

Heidi Haussener

hhl@bluewin.ch

S) Seniorenturnen FitGym – nur für Frauen (Pro Senectute)

Jeweils am Montag um 14.30 Uhr.

Wo: Turnhalle Bernaville, 3150 Schwarzenburg

Kostet: Jahresabonnement 170 Fr.

Auskunft:

031 731 00 96

Christine Schletti

chr.schletti@bluewin.ch

T) Seniorenturnen FitGym – nur für Frauen (Pro Senectute)

Jeweils am Mittwoch um 14.00 Uhr.

Wo: Turnhalle Tännlenen, 3120 Mamishaus

Kostet: Jahresabonnement 170 Fr.

Auskunft:

Praxède Binggeli-Zahno

031 731 27 33

A) Seniorenturnen FitGym - für Frauen und Männer (Pro Senectute)

Jeweils am Donnerstag um 13.45 Uhr.

Wo: Gemeindesaal, Ueberstorfstrasse 1, 3183 Albligen

Kostet: Jahresabonnement 170 Fr.

Auskunft:

Therese Berger

031 741 33 42

S) Seniorenturnen FitGym - nur für Männer (Pro Senectute)

Jeweils am Montag um 16.00 Uhr.

Wo: Turnhalle Bernaville, 3150 Schwarzenburg

Kostet: Jahresabonnement 170 Fr.

Auskunft:

Ruth Stöckli

031 731 12

St) Seniorenturnen Steinenbrünnen – nur für Männer

Jeweils am Dienstag um 20.15 Uhr.

Wo: Turnhalle Steinenbrünnen

Kostet: Jahresbeitrag 50 Fr.

Auskunft:

Fritz Glauser

031 731 07 31

fritz.glauser@bluewin.ch

Alfons Pichler

031 731 10 36

alfonso.pichler@gmail.com

S) Therapiebad, 34°C

Benutzung nur über bestehende Kursangebote.

Wo: Stiftung Bernaville, 3150 Schwarzenburg

Kostet: 6 Fr. pro Stunde

Auskunft:

031 731 17 77

info@bernaville.ch

www.bernaville.ch

S) Wanderungen der Volkshochschule Schwarzenburg

Monatlich eine Wanderung.

Auskunft:

031 731 16 04

Hans Künzler

kuenzler.hh@bluewin.ch

Ferien / Ausflüge**S) 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

S) 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@pbsl.ch

www.pbsl.ch

S) Mitenandwoche (Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg)

Ferienwoche für Seniorinnen und Senioren, die ein wenig Hilfe benötigen.

Auskunft:

031 731 17 29

Susanne Reinhard

kirchgemeinde.schwarzenburg@refbejuso.ch

www.kirche-schwarzenburg.ch

S) Seniorenferien (Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg)

Jährlich eine Woche Ferien für selbständige Senioren und Seniorinnen.

Auskunft:

031 731 28 88

Dora Baumann

kirchgemeinde.schwarzenburg@refbejuso.ch

www.kirche-schwarzenburg.ch

S) Seniorenganztagesreise (Frauenverein Schwarzenburg / Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg)

Jährlicher Tagesausflug

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

Auskunft:

Frauenverein Schwarzenburg

031 731 44 88

Annette Beyeler

info@frauenverein-schwarzenburg.ch

www.frauenverein-schwarzenburg.ch

Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg

031 731 28 88

Dora Baumann

kirchgemeinde.schwarzenburg@refbejuso.ch

www.kirche-schwarzenburg.ch

T) Seniorenhalbtagesausflug (Landfrauenverein Tännlenen)

Jährlicher Halbtagesausflug

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

Auskunft:

Heidi Binggeli

031 731 05 41

K) Seniorenausflug (Kath. Pfarrei St. Josef, Köniz und Schwarzenburgerland)

Jährlich entweder Halbtagesausflug oder Pfarreiwallfahrt.

Auskunft:

031 970 05 70

Sekretariat

josef.koeniz@kathbern.ch

www.sanktjosefkoeniz.ch

S) Seniorenhalbtagesreise (Frauenverein Schwarzenburg)

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

Kostet: Wird offeriert vom Frauenverein Schwarzenburg.

Auskunft:

Verena Nydegger

079 794 69 85

Annette Beyeler

031 731 44 88

info@frauenverein-schwarzenburg.ch

www.frauenverein-schwarzenburg.ch

Ausbildung / Kurse

Pro Senectute Bern,

Muristrasse 12, 3000 Bern 31

Auskunft:

031 359 03 03

region.bern@be.pro-senectute.ch

www.pro-senectute-regionbern.ch

Volkshochschule Schwarzenburg

Sekretariat:

Flühli 12, 3150 Schwarzenburg

Auskunft:

Karin Burren

031 731 31 91

info@vhschwarzenburg.ch

www.vhschwarzenburg.ch

Freiwilligenarbeit

Verschiedene Organisationen suchen freiwillige, ehrenamtliche MitarbeiterInnen.

Ar Sunnsyte (Wohnen, Begleiten, Pflegen)

Schlüchtern 14, 3150 Schwarzenburg

Sucht Freiwillige für: Begleitung von 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 Schwarzenburg

Sucht Freiwillige für: Kirchlichen Besuchsdienst, Seniorenessen, Seniorennachmittag, Seniorenferien, Mitenandwoche, Fahrdienst, Predigtauto usw..

Auskunft:

Dora Baumann

031 731 28 88

kirchgemeinde.schwarzenburg@refbejus.ch

www.kirche-schwarzenburg.ch

Frauenverein Schwarzenburg

Sucht sporadisch Freiwillige.

Auskunft:

info@frauenverein-schwarzenburg.ch

www.frauenverein-schwarzenburg.ch

Kath. Pfarrei St. Josef, Köniz und Schwarzenburgerland

Bietet vielseitige Einsatzmöglichkeiten für Freiwillige, z. B. beim Seniorenprogramm, in der Familienarbeit, bei der Begleitung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen usw.

Auskunft:

Sekretariat

031 970 05 70

josef.koeniz@kathbern.ch

www.sanktjosefkoeniz.ch

Koordinationsstelle für Freiwilligenarbeit

Menschen die in Schwarzenburg Freiwilligenarbeit leisten wollen, können sich bei der Koordinationsstelle melden und deren Vermittlung in Anspruch nehmen.

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

Pflegezentrum Schwarzenburg (Kompetenz darf menschlich sein)

(Ein Betrieb des Gemeindeverbands Pflege und Betreuung Schwarzenburgerland)

Guggisbergstrasse 7, 3150 Schwarzenburg

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

Auskunft: **031 734 35 35**
info@pbsl.ch
www.pbsl.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Mittelland

Sucht Freiwillige für verschiedene Aufgaben, z.B. für den Besuchs- und Begleitdienst älterer Menschen.

Auskunft: **031 384 02 00**
freiwillig@srk-bern.ch
www.srk-bern.ch/de/mittelland

Sozialkommission Schwarzenburg

Sucht Freiwillige 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

Spitex Schwarzenburgerland

(Ein Betrieb des Gemeindeverbands Pflege und Betreuung Schwarzenburgerland)

Sucht Freiwillige für Rotkreuzfahrdienst.

Auskunft:
Administration Spitex **031 734 35 35**
info@pbsl.ch
www.pbsl.ch

Stiftung Bernaville

Sucht Freiwillige für Begleiten 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

Beratung

Allgemeine Alters- und Lebensfragen

Seniorenrat Schwarzenburg

Peter Kreuter 031 731 02 03 / p.kreuter@bluewin.ch
 Peter Marti 031 731 13 82 / martipeter@bluewin.ch
 Margrit Leiber 031 731 26 32 / gogileiber@bluewin.ch
 oder ein anderes Mitglied des Seniorenrates, siehe Seite 4.

EGW, Evangelisches Gemeinschaftswerk Schwarzenburg

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

Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg

Junkerngasse 13, 3150 Schwarzenburg
 Sekretariat 031 731 42 11
 Pfarrerin Verena Hegg Roth, Pfarrkreis 1 031 741 02 58 / verena.hegg.roth@gmx.ch
 Pfarrer Peter von Siebenthal, Pfarrkreis 2 031 731 42 21 / pvs.pfr-wahlern@bluewin.ch
 Pfarrer Matthias Barth, Pfarrkreis 3 031 731 42 23 / matthias.barth@be.ref.ch
 Pfarrerin Bettina Schley, Pfarrkreis 4 031 731 42 09 / bettina.schley@be.ref.ch
 kirchgemeinde.schwarzenburg@refbejuso.ch
 www.kirche-schwarzenburg.ch

Helpdesk Rotes Kreuz

Anlauf- und Beratungsselle für Menschen in Not, z.B. für flegende und betreuende Angehörige.
 Auskunft: 0800 775 775 (Mo-Fr: 9:00 - 18:30 Uhr
 Sa: 9:00 – 12:00 Uhr)
 helpdesk@srk-bern.ch
 www.srk-bern.ch/de/mittelland

Pfarrei St. Josef, Köniz und Schwarzenburgerland

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

Pro Senectute Region Bern

Muristrasse 12, 3000 Bern 31
 Informiert und berät ältere Menschen und deren Angehörigen.
 Auskunft: 031 359 03 03
 Sabine Gehri sabine.gehri@be.pro-senectute.ch
 region.bern@be.pro-senectute.ch
 www.pro-senectute-regionbern.ch

Sozialdienst Schwarzenburg

Freiwillige Beratung. 031 734 00 60
 Bernstrasse 11, 3150 Schwarzenburg sozialdienst@schwarzenburg.ch
 www.schwarzenburg.ch

Zentrale Informations- und Koordinationsstelle für Altersfragen

Sozialdienst Schwarzenburg, Bernstrasse 11, 3150 Schwarzenburg
 Auskunft: 031 734 00 60
 sozialdienst@schwarzenburg.ch
 www.schwarzenburg.ch

Rechtsfragen

Bernische Ombudsstelle für Alters- und Heimfragen Herrengasse 22, 3011 Bern	031 320 30 69 info@ombudsstellebern.ch www.ombudsstellebern.ch
Rechtsauskunftsstelle des Bernischen Anwaltsverbandes Bundesgasse 16, 3011 Bern	031 312 53 53 bav@solnet.ch www.bav-aab.ch
Schlichtungsbehörde Bern-Mittelland (Mietamt) Effingerstrasse 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

AHV-Zweigstelle Schwarzenburg Bernstrasse 1, 3150 Schwarzenburg	031 734 00 20 ahv@schwarzenburg.ch www.schwarzenburg.ch
Evangelisch-methodistische Kirche Budget- und Schuldenberatung. Urs Stauffer Schlüchtern 20, 3150 Schwarzenburg	031 731 35 23 www.emk-schwarzenburg.ch
Pro Senectute Region Bern Muristrasse 12, 3000 Bern 31 Leistet Hilfe beim Zahlungsverkehr, beim Ausfüllen von Formularen, bei der Steuererklärung und im Verkehr mit Behörden. Auskunft	031 359 03 03 region.bern@be.pro-senectute.ch www.pro-senectute-regionbern.ch
Sozialdienst Schwarzenburg Bernstrasse 11, 3150 Schwarzenburg	031 734 00 60 sozialdienst@schwarzenburg.ch www.schwarzenburg.ch

Todesfall

Bestattungsamt Schwarzenburg Bernstrasse 1, 3150 Schwarzenburg	031 734 00 21 ewk@schwarzenburg.ch www.schwarzenburg.ch
Bestattungsdienst Schwarzenburgerland Hans-Ulrich Hürst Alte Bernstrasse 12, 3148 Lanzenhäusern	031 731 03 57 / Handy 079 651 15 47
Zivilstandsamt Bern-Mittelland Laupenstrasse 18a, 3008 Bern	031 635 42 00 za.mittelland@pom.be.ch

Hilfe und Pflege zu Hause

Unterstützende und entlastende Hilfe im Haushalt

Jobbörse (Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg)

Jugendliche leisten kleinere oder grössere, mehr oder weniger regelmässige Arbeiten (Hilfe für Senioren und Seniorinnen).

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

Auskunft:

Dora Baumann

031 731 28 88

Mühlestutz 2, 3150 Schwarzenburg

Spitex Schwarzenburgerland

(Ein Betrieb des Gemeindeverbands Pflege und Betreuung Schwarzenburgerland)

Guggisbergstrasse 7

031 734 30 00

3150 Schwarzenburg

info@pbsl.ch

Wäsche- und Flickdienst (Schweizerisches Rotes Kreuz)

Der SRK- Wäsche- und Flickdienst holt die Wäsche bei Ihnen zu Hause ab und bringt sie sauber, gebügelt und wenn nötig geflickt wieder zurück.

Auskunft:

031 384 02 00

www.srk-bern.ch/de/mittelland/hilfe

Krankensmobilen / Notruf

Pflegezentrum Schwarzenburg (Kompetenz darf menschlich sein)

(Ein Betrieb des Gemeindeverbands Pflege und Betreuung Schwarzenburgerland)

Guggisbergstrasse 7, 3150 Schwarzenburg

Das Pflegezentrum Schwarzenburg unterhält ein Lager an Krankensmobilen und Artikeln, welche zu preiswerten Tarifen vermietet oder verkauft werden.

Öffnungszeiten: Montag - Freitag: 08.00 – 11.30 Uhr / 13.30 – 17.00 Uhr

Notfallsituationen: Telefonische Voranmeldung während den Bürozeiten, Montag – Freitag

Auskunft:

031 734 35 35

Rotkreuz-Notrufsystem, durch Drücken einer am Arm getragenen Alarmtaste sendet das Gerät einen Alarm an die SRK-Notrufzentrale. (365 Tage / 24 Std. besetzt).

Auskunft:

031 384 02 00

notruf@srk-bern.ch

www.srk-bern.ch/de/mittelland/hilfe

RS-Hilfsmittel GmbH

033 438 33 33

Bernstrasse 292

www.rsgmbh.ch

3627 Heimberg

Das Mobilitäts-Center der RS-Hilfsmittel GmbH verkauft und vermietet Krankensmobilen.

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag: 9.00 – 12.00 / 13.30 – 18.30 Uhr

Pflege zu Hause

Spitex Schwarzenburgerland

(Ein Betrieb des Gemeindeverbands Pflege und Betreuung Schwarzenburgerland)

Guggisbergstrasse 7

3150 Schwarzenburg

031 734 30 00

info@pbsl.ch

www.pbsl.ch

Begleiten von Schwerkranken und Sterbenden / Sitzwache

WABE Gantrisch

Wachen und begleiten bei Schwerkranken und sterbenden Menschen.

Für allgemeine Auskünfte:

Heidi Burri

031 738 92 80

hei.bur@bluewin.ch

Für Einsätze:

Helga Hirschi

078 875 43 44

ZAPP Zentrum für ambulante

Palliativbegleitung plus

Effingerstrasse 25, 3008 Bern

Vermittelt ausgebildete freiwillige Begleiterinnen für Sitzwache bei schwerkranken und sterbenden Menschen.

031 332 27 23

info@zapp-bern.ch

www.zapp-bern.ch

Mahlzeitendienst

Spitex Schwarzenburgerland

(Ein Betrieb des Gemeindeverbands Pflege und Betreuung Schwarzenburgerland)

Guggisbergstrasse 7

3150 Schwarzenburg

031 734 30 00

info@pbsl.ch

www.pbsl.ch

Auskunft: Administration

Montag–Freitag 8.00–11.30 / 13.30–17.00 Uhr

Stiftung Bernaville

Langenwilweg, 3150 Schwarzenburg

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

Auskunft:

031 731 17 77

Kostet: Zwischen 9.50 Fr. und 13.50 Fr.

kulinarisch@bernaville.ch

(Je nach Mahlzeit und Wohnort)

www.bernaville.ch

Mittagstisch

S) Ar Sunnsyte (Wohnen, Begleiten, Pflegen)

Schlüchtern 14, 3150 Schwarzenburg

Mittagessen 11.30 bis 12.30 Uhr

(Anmeldung obligatorisch)

Kostet: Werktags 22 Fr. / Sonntag 25 Fr. / Vegetarisch 18 Fr. / (inkl. Getränk, Kaffee/Tee und kl. Dessert); ½ Portionen erhalten eine Preisermässigung von 2 Fr.

031 734 13 15

info@arsunnsyte.ch

www.arsunnsyte.ch

A) Offener Mittagstisch

Alle 14 Tage, jeweils am Montag, Anmeldung obligatorisch.

Wo: Restaurant Bären, 3183 Albligen

Kostet: 16.50 Fr.

Auskunft:

031 741 06 71

Therese Mader

theresemader@bluewin.ch

S) Seniorenessen (Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg)

Jeden 3. Donnerstag im Monat, Anmeldung obligatorisch.

Wo: Kirchgemeindehaus, Junkerngasse 13, 3150 Schwarzenburg

Kostet: 10 Fr.

Fahrdienst vorhanden, Kostet: 3 Fr.

Auskunft:

031 731 28 88

Dora Baumann

kirchgemeinde.schwarzenburg@refbejuso.ch

www.kirche-schwarzenburg.ch

K) Seniorenmittagstisch (Kath. Pfarrei St. Josef, Köniz und Schwarzenburgerland)

Jeden 2. Donnerstag im Monat, Anmeldung obligatorisch.

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

Kostet: Zwischen 11 Fr. und 15 Fr.

Auskunft und Anmeldung:

031 970 05 70

Sekretariat

josef.koeniz@kathbern.ch

www.sanktjosefkoeniz.ch

S) Suppen-Znacht (Evangelisch-methodistische Kirche)

Jeweils 1. Donnerstag im Monat.

18.00 - 19.30 Uhr (November – April)

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

Kostet: Freiwillige Kollekte

Auskunft:

031 731 03 49

www.emk-schwarzenburg.ch

Fahrdienst**Predigtauto der Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg**

Anmeldung am Sonntag 8.00 – 9.00 Uhr, Telefon-Nr. gemäss Publikation im „Der Anzeiger“.

Kostet: Gratis

Predigtauto des Evangelischen Gemeinschaftswerks Schwarzenburg

Anmeldung gemäss Angaben im „Der Anzeiger“.

Kostet: Gratis

Roll-Mobil, Fahrdienst für Personen im Rollstuhl

Ein Angebot von „Ar Sunnsyte“ für Menschen der politischen Gemeinde Schwarzenburg.

Reservation

031 734 13 16

Nähere Angaben unter

www.arsunnsyte.ch

Rotkreuzfahrdienst

031 734 30 00

Guggisbergstrasse 7

info@pbsl.ch

3150 Schwarzenburg

www.pbsl.ch

Reservationen: Montag – Freitag 8.00 – 11.30 / 13.30 – 17.00 Uhr, 3 Arbeitstage im Voraus

Besuchsdienst

Evangelisches Gemeinschaftswerk Schwarzenburg

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

Ev.-ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg

Kirchlicher Besuchsdienst
 Dora Baumann 031 731 28 88
 Pfarrerin Verena Hegg Roth, Pfarrkreis 1 031 741 02 58 / verena.hegg.roth@gmx.ch
 Pfarrer Peter von Siebenthal, Pfarrkreis 2 031 731 42 21 / pvs.pfr-wahlern@bluewin.ch
 Pfarrer Matthias Barth, Pfarrkreis 3 031 731 42 23 / matthias.barth@be.ref.ch
 Pfarrerin Bettina Schley, Pfarrkreis 4 031 731 42 09 / bettina.schley@be.ref.ch
 Sekretariat 031 731 42 11
 Junkerngasse 13, 3150 Schwarzenburg kirchgemeinde.schwarzenburg@refbejuso.ch
 www.kirche-schwarzenburg.ch

Frauenverein Schwarzenburg

Besuch (im Dorf Schwarzenburg) auf Wunsch und an Geburtstagen ab 80 Jahre.
 Katharina Harnisch 031 731 28 15
 info@frauenverein-schwarzenburg.ch
 www.frauenverein-schwarzenburg.ch

Frauenverein Schwarzenburg

Besuch von 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

Pfarrei St. Josef, Köniz und Schwarzenburgerland

Stapfenstrasse 25, 3098 Köniz 031 970 05 70 / Notfallhandy 079 745 99 68
 Besuch auf Wunsch josef.koeniz@kathbern.ch
 www.sanktjosefkoeniz.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Mittelland

Der Besuchs- und Begleitdienst vermittelt Freiwillige, die Ihnen regelmässig Zeit schenken, Gesellschaft leisten und Sie z.B. zum Arzt oder beim Einkaufen begleiten.
 Kostet: Bis zu 9 Stunden im Monat kostenlos, jede weitere Stunde 10 Fr.. Für Abend- und Wochenendeinsätze gelten besondere Tarife.
 Auskunft:
 Besuchs- und Begleitdienst SRK 031 384 02 17
 (Montag bis Freitag von 9 bis 12 Uhr)

Spitex Schwarzenburgerland

(Ein Betrieb des Gemeindeverbands Pflege und Betreuung Schwarzenburgerland)

Besuch (ganze Gemeinde, exkl. Dorf) auf Wunsch und an Geburtstagen ab 80 Jahre.

Adelheit Mischler-Rohrbach

031 731 09 25

info@pbsl.ch

www.pbsl.ch

Tagesstätten / Stationäre Alters- und Pflegeeinrichtungen

Tagesstätten

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:

031 734 35 31 oder **079 818 18 79**

Margrit Zbinden

info@pbsl.ch

www.pbsl.ch

Stationäre Alters- und Pflegeeinrichtungen

Ar Sunnsyte

031 734 13 13

Schlüchtern 14, 3150 Schwarzenburg

info@arsunnsyte.ch

Wohnen, Begleiten, Pflegen

www.arsunnsyte.ch

Genossenschaft Schwirren-Park

031 734 13 33

Alterswohnungen

info@schwirrenpark.ch

2 ½ und 3 ½ 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@pbsl.ch

www.pbsl.ch

Seniorenwohnungen Schwarzenburg

Schwellenfreies Wohnen mit Sicherheit und Dienstleistungen, über die Sie selbst bestimmen können.

7 grosszügige 2 ½ - Zimmer Seniorenwohnungen an der Guggisbergstrasse in Schwarzenburg.

Auskunft:

031 734 35 35

Hanni Bachhofner

hanni.bachhofner@pbsl.ch

www.pbsl.ch

Gesundheitsdienste

Ärzte der Region Schwarzenburg

Dr. med. Lüdi Markus 031 731 21 11

Dr. med. Heer Christopher 031 731 21 11

Dr. med. Van den Berg Kathrin 031 731 21 11

Schlosspraxis AG

Guggisbergstrasse 11, 3150 Schwarzenburg

Dr. med. Untersander Manfred 031 738 88 11

Bundsacker, 3154 Rüscheegg Heubach

Psychiatrischer Dienst 033 226 47 00

Dr. Hans Peter Graf

Sprechstunden im Pflegezentrum Schwarzenburg.

Guggisbergstrasse 7, 3150 Schwarzenburg

Zahnärzte der Region Schwarzenburg

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

Herrengässli 6, 3150 Schwarzenburg

Dr. med. dent. Stefanie Hirt 031 731 07 51

Leimern 3, 3150 Schwarzenburg

www.drhirt.ch

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

Leimern 26, 3150 Schwarzenburg

Zahnarztzentrum 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

Zahntechnik Heimservice

Herstellung, Unterfütterung und Reparatur von Prothesen. Wir kommen zu Ihnen nach Hause.

Robin Bezençon

079 363 96 06

Mühle 3, 3636 Längenbühl

www.dittligmuehle.ch/zahntechnik

Hörmittel: Beratung und Verkauf

Hörmittelzentrale Schwarzenburg 031 311 60 07

Evangelisches Kirchgemeindehaus

www.hmzag.ch

Junkerngasse 13, 3150 Schwarzenburg

info@hmzag.ch

Öffnungszeiten: Jeden 2. Montag 08.30 – 12.00 Uhr, 13.30 – 17.00 Uhr

Termine nur auf Anfrage.

Pro Surdis GmbH 031 731 21 11

Gerhard Niklaus, Hörberatung jeden Dienstag in der Praxis von Dr. med. Markus Lüdi

Guggisbergstrasse 9, 3150 Schwarzenburg

Notfallnummern

Ambulanz / Sanität	144
Ärztlicher und Zahnärztlicher Notfalldienst (Medphone)	0900 57 67 47 (Fr. 1.98 pro Min. ab Festnetz)
Die dargebotene Hand (Telefonseelsorge)	143
Feuerwehr	118
Polizei	117
Rega	1414