

Info 60+

Hilfreiche Hinweise
für Menschen im dritten Lebensabschnitt



Freiwillige mit ihren Gästen auf einer Rollstuhlvelo-Ausfahrt, Foto: Dorothea Maurer

2022

SPIEZ
GEMEINDE

Info 60+

Hilfreiche Hinweise für Seniorinnen und Senioren

Liebe Spiezerinnen und Spiezer

Das «Info 60+» wurde erstmals von der Alterskommission der Gemeinde Spiez für die Senioren und Seniorinnen unserer Gemeinde erstellt. Seit Januar 2015 liegt die Verantwortung für die Gestaltung und Aktualisierung dieser Broschüre bei der Fachstelle 60+.

Sie finden hier wichtige Telefonnummern, Adressen von Beratungsstellen und Dienstleistungsanbietern und Sie erhalten Informationen über Freizeit- und Kontaktmöglichkeiten in der Region.

Eine laufend aktualisierte Fassung dieser Broschüre im Format A4 wird auf der Webseite www.spiez60plus.ch zum Downloaden bereitgestellt. Zudem finden Sie dort auch alle weiteren Informationen und aktuelle Themen zum Alter.

Gerne nehmen wir Anregungen und Ergänzungen zu den vorhandenen Informationen entgegen:

Fachstelle 60+
033 655 46 45
fachstelle60+@spiez.ch.



Abteilung Soziales
Fachstelle 60+

In Zusammenarbeit mit der Alterskommission der Gemeinde Spiez

Änderungen vorbehalten

Korrekturen und Ergänzungen bitte laufend melden an die Fachstelle 60+

Inhaltsverzeichnis

| | |
|------------------------------------|----|
| NOTFALLNUMMERN | 5 |
| FACHSTELLE 60+ | 6 |
| BERATUNG | 7 |
| Pro Senectute Berner Oberland..... | 7 |
| Kirchliche Institutionen | 7 |
| Lebensfragen..... | 8 |
| Rechtsfragen | 10 |
| Finanzielle Fragen | 11 |
| DIENSTLEISTUNGEN GESUNDHEIT | 13 |
| ZU HAUSE | 15 |
| Zwäg ins Alter | 15 |
| Wochenplatzbörse Spiez | 15 |
| Bibliotheksdienst..... | 16 |
| Besuchsdienste | 16 |
| Hilfe im Haushalt..... | 17 |
| Mahlzeiten | 18 |
| Mahlzeiten-Hauslieferdienste..... | 18 |
| Entlastungsangebote | 19 |
| Seniorenwohnungen..... | 20 |
| Transportdienste / Begleitung..... | 21 |
| Pflege Zuhause..... | 22 |
| Hilfsmittel | 23 |
| Notruf-Systeme..... | 24 |
| Selbsthilfe-Gruppen | 24 |
| HEIME..... | 25 |
| FREIZEIT | 26 |
| Freiwilligenarbeit..... | 26 |
| Fitness | 26 |
| Begegnung | 28 |
| Bildung / Kurse | 29 |
| TODESFALL | 30 |
| Trauercafé | 30 |
| Meldepflichten / Bestattungen..... | 30 |
| Bestattungsinstitute in Spiez..... | 30 |
| Wohnungsräumungen | 31 |

Notfallnummern

| | |
|-----------------------|------|
| <u>Polizei</u> | 117 |
| <u>Feuerwehr</u> | 118 |
| <u>Sanitätsnotruf</u> | 144 |
| <u>REGA</u> | 1414 |

| | |
|--|---------------|
| <u>Notfallnummer Hausärzte (Fr. –.88/Min.)</u> | 0900 57 67 47 |
| <u>Apotheken-Notfalldienst Spiez</u> | 079 668 01 91 |
| <u>Augenärztl. Notfalldienst Regionalspital Thun</u> | 033 226 26 26 |
| <u>Zahnärztl. Notfalldienst Regionalspital Thun</u> | 033 226 26 26 |
| <u>Toxikologisches Institut</u> | 145 |

| | |
|---|---------------|
| <u>Elektro-Notruf</u> | 033 655 01 88 |
| <u>Pikett-Dienst BKW</u> | 0844 121 175 |
| <u>24 h Pikett Wasserschäden und Überschwemmungen</u> | 033 650 14 00 |
| <u>REGAS Kabelnetz Service-und Pikettdienst</u> | 033 654 52 88 |

| | |
|------------------------------------|---------------|
| <u>Dargebotene Hand</u> | 143 |
| <u>Psychiatrische Dienste Thun</u> | 033 226 47 00 |

| | |
|--|---------------|
| <u>Tierambulanz / Tierrettungsdienst</u> | 079 460 58 14 |
| <u>Tierklinik Thun</u> | 033 222 44 77 |

| | |
|------------------|--------------|
| <u>Mal reden</u> | 0800 890 890 |
|------------------|--------------|

Gesprächsangebot zur Förderung sozialer Teilhabe im Alter

033 655 46 45
fachstelle60+@spiez.ch

Die Fachstelle 60+ ist Dreh- und Angelpunkt aller Fragen zum Thema «Alter» in Spiez. Aufgabe dieser Stelle ist es, alle Angebote in der Gemeinde Spiez zu koordinieren und die Vernetzung zwischen den Institutionen und Anbietern von Dienstleistungen für die Bevölkerung 60+ sicherzustellen.

An die Fachstelle 60+ können Sie sich wenden:

- wenn Sie Fragen haben zu Hilfeleistungen und Dienstleistungsangeboten für ältere Menschen
- wenn Sie sich über Möglichkeiten informieren wollen, innerhalb der Gemeinde und zugunsten der Bevölkerung 60+ aktiv zu sein (z.B. ein Projekt realisieren, Ideen und Anregungen einbringen)
- wenn Sie eine Dienstleistung für die Bevölkerung 60+ in Spiez anbieten und sich mit dem vorhandenen Netzwerk verknüpfen wollen

Pro Senectute Berner Oberland

Beratungsstelle für alle Fragen rund um das Alter
www.be.prosenectute.ch

Malerweg 2, Postfach 152, 3601 Thun
oberland@be.prosenectute.ch

033 226 60 60

Kirchliche Institutionen

Reformierte Kirchgemeinde

www.refkirche-spiez.ch

Pikettnummer 0848 00 07 60

Kirchgasse 5, 3700 Spiez
sekretariat@refkgspez.ch

033 654 40 04

Pfarramt Spiez
pfarramt.spiez@refkgspez.ch

033 654 14 52

Pfarramt Einigen
pfarramt.einigen@refkgspez.ch

033 654 12 29

Pfarramt Faulensee
pfarramt.faulensee@refkgspez.ch

033 654 21 34

Pfarramt Hondrich
pfarramt.hondrich@refkgspez.ch

033 654 80 46

Pfarramt Spiezwiler
pfarramt.spiezwiler@refkgspez.ch

033 654 97 57

Katholische Kirchgemeinde

www.kathbern.ch/spiez

Zentrum Bruder Klaus
Belvédèrestrasse 6, 3700 Spiez
bruderklaus.spiez@kathbern.ch

033 654 63 47

Solina Spiez Heimseelsorge

Brigitte Amstutz

brigitte.amstutz@solina.ch

033 655 40 40

Evangelisches Gemeinschaftswerk

www.egwspiez.ch

Kornmattgasse 6/8, 3700 Spiez

033 654 69 12

Christliches Lebenszentrum Spiez

www.clzspiez.ch

Faulenbachweg 92, 3700 Spiez

033 650 16 16

Neuapostolische Kirche

www.spiez.nak.ch

Simon Landmesser

033 671 57 29

Lebensfragen

Beratungsstelle Ehe, Partnerschaft, Familie

www.berner-eheberatung.ch

Frutigenstrasse 29, 3600 Thun

beratungthun@bluewin.ch

033 222 56 88

Schweizerischer Blinden- und Sehbehindertenverband

www.sbv-fsa.ch

SBV Sektion Bern, 3000 Bern

sektion.be@blindenverband.ch

031 390 88 00

Gehörlosenfachstelle Bern

www.gehoerlosenfachstellen.ch/consulting/region/bern/

Belpstrasse 24, 3007 Bern
bern@bfsug.ch

031 384 20 00

Vista – Fachstelle Opferhilfe bei häuslicher und sexueller Gewalt

www.vista-thun.ch

Bälliz 49, 3600 Thun

033 225 05 60

Frauenhaus Thun Berner Oberland

033 221 47 47

Berner Gesundheit, Suchtberatung und Prävention Zentrum Oberland

www.bernergesundheits.ch

Aarestrasse 38B, 3600 Thun
oberland@beges.ch

033 225 44 00

Soziale Dienste Spiez

www.spiez.ch

Sonnenfelsstrasse 1, 3700 Spiez

033 655 33 55

www.spiez.ch/de/verwaltung/abteilungen/19_soziales

Fachstelle 60+

Abteilung Soziales

Asylstrasse 42, 3700 Spiez
fachstelle60+@spiez.ch

033 655 46 45

Rechtsfragen

Rechtsauskunft des bernischen Anwaltsverbandes

www.bav-aab.ch

Keine telefonischen und schriftlichen Auskünfte / persönlich Vorsprechen ohne Anmeldung / Öffnungszeiten am ersten und dritten Mittwoch des Monats von 17.00 bis 19.00 Uhr (max. Fr. 50.- pro Konsultation)

Frutigenstrasse 29, 3600 Thun
Sekretariat: info@bav-aab.ch

034 423 11 89

Bernische Ombudsstelle für Alters-, Betreuungs- und Heimfragen

An die Ombudsstelle kann sich jede Person wenden, die sich ungerecht behandelt oder verletzt fühlt im Zusammenhang mit häuslicher, ambulanter oder stationärer Pflege. Jede Person, die von Vorkommnissen, von Missbrauch und anderen Grenzverletzungen betroffen ist oder Kenntnis hat.

Sprechstunden nach Vereinbarung
info@ombudsstellebern.ch

031 372 27 27

Rechtsberatung Frauenverband Berner Oberland

www.frauenverband-berneroberland.ch

Frauenverband Berner Oberland
Untere Hauptgasse 14, 3600 Thun
fbo.thun@bluewin.ch

033 222 42 66

Mieterverband Kanton Bern

www.mieterverband.ch/mv-be.

Monbijoustr. 61/PF, 3000 Bern 23
mv@mvbern.ch

0848 844 844

Pro Senectute Berner Oberland Sozialberatung (Sozialversicherungen usw.)
www.be.prosenectute.ch

Malerweg 2, 3601 Thun
oberland@be.prosenectute.ch

033 226 60 60

Dokumente

Aufbewahren von Testamenten, Ehe- und Erbverträgen

Gemeindeschreiberei Spiez
oder bei allen Notariatsbüros

033 655 33 15

Finanzielle Fragen

HiFiDi – Hilfe in finanziellen Dingen

www.hifidi.ch

Budgetberatung/ Finanzplanung/ Versicherungsanpassung/ Schuldensanierung
Diese Hilfe ist kostenlos und absolut vertraulich

Thunstrasse 34, 3700 Spiez
info@hifidi.ch

033 654 52 90

Berner Schuldenberatung

www.schuldeninfo.ch

Thunstr. 34, 3700 Spiez
info@schuldeninfo.ch

033 221 76 30

Vermögenszentrum

www.vermoegenszentrum.ch

Bälliz 48, 3600 Thun
vzthun@vermoegenszentrum.ch

033 252 22 22

AHV-Zweigstelle Thun

Thunerhof
Hofstettenstrasse 14, 3602 Thun
ahvzweigstelle@thun.ch

033 225 89 47

Pro Senectute Berner Oberland

www.be.prosenectute.ch

Malerweg 2, 3601 Thun
oberland@be.prosenectute.ch

033 226 60 60

Bei Bezug von Ergänzungsleistungen (EL):

Kultur Legi

www.kulturlegi.ch

Die Kulturlegi verschafft Spiezerinnen und Spiezern mit nachweislich kleinem Einkommen vergünstigten Zugang zu Kultur-, Sport- und Bildungsanlässen. In Spiez bieten zirka 20 Institutionen KulturLegi-Nutzerinnen und -Nutzern 30 bis 50% Ermässigung auf ihr Angebot an.

Die Kulturlegi kann von Personen beantragt werden, die in Spiez leben, Sozialhilfe oder Ergänzungsleistungen beziehen oder Krankenkassen-Prämienverbilligungen (zweithöchste Stufe) erhalten.

Auskunft erhalten Sie auf der Abteilung Soziales (033 655 33 55) und bei der AHV-Zweigstelle in Thun (Hofstettenstrasse 14, 3600 Thun, 033 225 82 59)

Tischlein deck dich Lebensmittelabgabe an Menschen mit geringem Einkommen

www.tischlein.ch

Abgabestelle Spiez:

Evangelisches Gemeinschaftswerk
Kornmattgasse 6, 3700 Spiez
Jeden Freitag von 9.30 bis 10.30 Uhr

Bezugskarten erhältlich beim Hifidi (033 654 52 90)

Caritas Markt Thun

<https://www.caritas-bern.ch/hilfe-finden/guenstiger-leben-caritas/guenstige-lebensmittel-einkaufen-im-caritas-markt>

Im Caritas-Markt Thun können Menschen mit kleinem Einkommen zu sehr günstigen Preisen einkaufen

Seestrasse 18, 3600 Thun

033 221 87 02

Eine Einkaufskarte erhalten Sie bei der Caritas Bern, den Sozialdiensten, kirchlichen Beratungsstellen und Büros für AHV- und IV-Ergänzungsleistungen.
markt.thun@caritas-bern.ch

Spitex Region Thun

www.spitex-region-thun.ch

Militärstrasse 6, 3600 Thun
info@spitex-region-thun.ch

033 226 50 50

Psychiatrische Dienste Thun

www.spitalthun.ch/psychiatrie

033 226 47 00

Diagnose und Behandlung von psychischen Krankheiten im Alter
Zuweisung durch den Hausarzt empfohlen

Berner Gesundheit

Fachstelle für Suchtprobleme, Gesundheitsförderung und Suchtprävention
www.bernergesundheit.ch

Aarestrasse 38B, 3601 Thun
oberland@beges.ch

033 225 44 00

Palliativ Care-Netzwerk Region Thun

www.palliativecare-thun.ch

Militärstrasse 6, 3600 Thun
info@palliativecare-thun.ch

079 617 97 29

Diabetesberatung und Ernährungsberatung

www.spitalthun.ch

Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun
info@spitalstsag.ch

058 636 00 00

Lungenliga Bern

www.lungenliga.ch

Beratungsstelle Thun
Aarefeldstrasse 19, 3600 Thun
info@lungenliga-be.ch

031 300 26 26

**Beratungs- und Rehabilitationsstelle
für Sehbehinderte und Blinde des Kantons Bern**

Information und Beratung für Betroffene und Angehörige / Hilfsmittelverkauf /
Beratung auch zu Hause
www.b-bern.ch

Neufeldstrasse 97, 3012 Bern
info@brsb.ch

031 306 36 36

Pro Infirmis Oberland

Niesenstrasse 1, 3602 Thun
berner-oberland@proinfirmis.ch

033 225 55 00

Alzheimer Bern

Information und Beratung von Betroffenen und ihren Familien/
Angehörigengruppen von Alzheimer- und anderen Demenzkranken
www.alzheimer-schweiz.ch/de/bern/home

Scheibenstrasse 3, 3600 Thun
berneroberland@alz.ch

077 437 90 10

pro audito Berner Oberland

Verein für Menschen mit Hörproblemen
www.pro-audio-beo.ch

info@pro-audio-beo.ch

Zwäg ins Alter

Pro Senectute Berner Oberland

Malerweg 2, 3600 Thun
oberland@be.pro-senectute.ch

033 226 60 60

ZWÄG INS ALTER ist ein Gesundheitsförderungsprogramm für die Bevölkerung 65+ zur Förderung und Erhöhung der Gesundheitskompetenzen in den Bereichen Bewegung und Ernährung sowie zur Förderung sozialer Kontakte und zur medizinischen Vorsorge.

Das Programm umfasst individuelle Gesundheitsberatungen bei Ihnen zu Hause oder in unserer Beratungsstelle. Alleine oder in Zusammenarbeit mit Multiplikatoren in der Altersarbeit bieten wir massgeschneiderte Veranstaltungen zu Themen der Gesundheitsförderungen im Alter an. Die Angebote sind kostenlos. Sie werden von der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern finanziert.

Wochenplatzbörse Spiez

www.wochenplatzboerse.ch

Haben Sie regelmässige Arbeiten zu erledigen, die ein Schüler oder eine Schülerin übernehmen könnte? Gegen ein Taschengeld können die Jugendlichen z.B. Einkäufe erledigen, den Rasen mähen oder andere Arbeiten übernehmen. Wenn Sie keinen Internetzugang haben, hilft Ihnen das KJAS-Team gerne beim Aufschalten Ihres Angebots.

Kinder- und Jugendarbeit Spiez (KJAS)

Thunstrasse 6, 3700 Spiez
kjas@spiez.ch

033 655 33 11

Bibliotheksdienst

Die Bibliothek kommt nach Hause

www.bibliothek-spiez.ch

Mobiler Bibliotheksdienst für Menschen ab 60
mit eingeschränkter Mobilität. Kontakt:

033 654 55 80

Besuchsdienste

Begegnungsdienst Spiez

Fachstelle 60+

Asylstrasse 42, 3700 Spiez

Mo 14.00-16.00

dorothea.maurer@spiez.ch

033 655 46 45

Besuchsdienst der Reformierten Kirche

Sozialdiakon Daniel Oberli

sd@refkgspiez.ch

033 654 14 49

Besuchsdienst der Katholischen Kirchgemeinde

Sekretariat Bruder Klaus

bruderklaus.spiez@kathbern.ch

033 654 63 47

Besuchsdienst Solina Spiez

Bernie Schlott

bernie.schlott@solina.ch

033 655 40 40

Besuchsdienst Christliches Lebenszentrum

Margrit Zurbrügg

margr.zurbrueegg@bluewin.ch

033 650 16 16

Besuchsdienst Evangelisches Gemeinschaftswerk

Thomas Oesch

thomas.oesch@egw.ch

033 654 69 12

Hilfe im Haushalt

SPITEX Region Thun AG

Pflege, Betreuung, Hauswirtschaft, Psychiatrie, Palliative Care
www.spitex-region-thun.ch

Militärstrasse 6, 3600 Thun
info@spitex-region-thun.ch

033 226 50 50

Hausreinigungsdienst Spiez für AHV- und IV-Bezügerinnen und -Bezüger
www.spiez.ch/de/verwaltung/dienstleistungen/429_hausreinigungsdienst-spiez

Ramon Kunz, Kirchgasse 5, 3700 Spiez
verwaltung@refkgspiez.ch

033 654 40 04

Einmaliger Frühlings- und Herbstputz für AHV- oder IV-Bezüger mit Wohnsitz in der Gemeinde Spiez (Einigen, Faulensee, Hondrich, Spiezwiler). Die Kosten richten sich nach dem steuerbaren Einkommen und Vermögen der Auftraggeber.

Home Instead Seniorenbetreuung Berner Oberland GmbH
www.homeinstead.ch

Thunstrasse 8, 3700 Spiez
bern@homeinstead.ch

033 847 80 60

Senevita Casa Berner Oberland
www.senevitacasa.ch

Aarestrasse 28, 3600 Thun
walter.maurer@senevita.ch

033 335 72 20

HaushaltFee BeO GmbH
www.haushaltfee.ch

Rossernstrasse 12, 3703 Aeschi b. Spiez

078 676 83 88

Für weitere Möglichkeiten von Unterstützung im Haushalt wenden Sie sich bitte an die Fachstelle 60+, dort erhalten Sie weitere Informationen.

Entschädigungen für Hilfestellungen von Angehörigen oder Privatpersonen

Wenn Angehörige oder Privatpersonen Hilfestellungen leisten, so empfiehlt es sich, in gemeinsamem Einvernehmen klare Abmachungen für eine Entschädigung zu vereinbaren.

Hilfe bei der Berechnung der Entschädigung erhalten Sie bei den AHV- und Budgetberatungsstellen.

Mahlzeiten

Zmittag in Gesellschaft

Immer **am 2. Donnerstag vom Monat** trifft man sich unkompliziert zum gemeinsamen Mittagessen im Solina Spiez. Treffpunkt jeweils um 11:30 Uhr am Haupteingang.

Alle sind herzlich willkommen! Keine Anmeldung

Kontakt: Fachstelle 60+

033 655 46 45

Mittagstische der Kirchgemeinden

Alle Mittagstische werden im «Spiez Info», «reformiert.», «Pfarrblatt», im Kirchenzettel sowie auf www.refkirche-spiez.ch publiziert. Weitere Auskünfte: Sekretariat der Reformierten Kirchgemeinde

Kirchgasse 5, 3700 Spiez

033 654 40 04

Mahlzeiten-Hauslieferdienste

Mahlzeitendienst Spiez

Jeden Mittwoch gratis Hauslieferung kalter Mahlzeiten zum Aufwärmen für die ganze Woche

Solina Spiez

www.solina.ch/de/stiftung/standort-solina-spiez.html

spiez@solina.ch

033 655 40 40

Spitex Region Thun AG

Hauslieferung von Frischmahlzeiten aus dem Solina
www.spitex-region-thun.ch

Militärstrasse 6, 3600 Thun
info@spitex-region-thun.ch

033 226 50 50

Konditorei Felder/Tearoom Delphin

Hauslieferung von warmen Frischmahlzeiten
www.felder-delphin.ch

Frutigenstrasse 14, 3700 Spiez

033 654 15 55

Solina Spiez Restaurant

Das Restaurant ist öffentlich mit Selbstbedienung
Öffnungszeiten: Täglich 9.00–17.00 Uhr
Stockhornstrasse 12
3700 Spiez

033 655 40 40

Entlastungsangebote

Entlastungsdienst Schweiz – Kanton Bern

Entlastung von betreuenden Angehörigen / Betreuung von pflegebedürftigen Familienmitgliedern / keine Hausarbeiten
www.entlastungsdienst.ch/bern/informationen/geschäftsstelle

Schwarztorstrasse 32, 3007 Bern
be@entlastungsdienst.ch

031 382 01 66

beocare.ch – Entlastung Angehörige

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern, Region Oberland
www.beocare.ch

Information und Beratung, Vermittlung von ausgebildeten Freiwilligen für die alltägliche Betreuung, Sterbebegleitung und Sitzwache..

Länggasse 2, 3600 Thun
info.beocare@srk-thun.ch

0844 144 144

Tagestreff Solina Spiez (Entlastung für Angehörige)

www.solina.ch

Stockhornstrasse 12, 3700 Spiez
spiez@solina.ch

033 655 40 40

Der Tagestreff bietet Menschen, die auf Tagesbetreuung angewiesen sind, eine individuell angepasste Tagesgestaltung. In einer wohlwollenden Umgebung erleben sie Sinn und haben Teil an der Gemeinschaft.

Begleitung Schwerkranker, Thun

www.schwerkranke-begleiten.ch

Vermittlungsstelle
New York Weg 1, 3638 Blumenstein
info@schwerkranke-begleiten.ch

033 221 62 91

Home Instead Seniorenbetreuung Berner Oberland GmbH

www.homeinstead.ch/Pflege/ort/3700/spiez

Thunstrasse 8, 3700 Spiez
bern@homeinstead.ch

033 847 80 60

Senevita AG (bisher Spitex Stadt und Land AG)

www.senevita.ch

Worbstrasse 46, 3074 Muri b. Bern
info@senevita.ch

031 960 99 99

Seniorenwohnungen

Lina Schaeren Haus

Alterswohnungen mit Dienstleistungen aus dem Solina

www.solina.ch

Asylstrasse 42A und 42B
Solina, 3700 Spiez

033 655 40 40

Seniorenwohnen Krone Spiez

www.krone-spiez.ch

Seestrasse 3, 3700 Spiez
krone-spiez@bluewin.ch

033 655 01 10

Transportdienste / Begleitung

Rotkreuz-Fahrdienst

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern, Region Oberland
www.srk-bern.ch/de/oberland/home/

Telefonzeiten:

Mo-Fr: 08.00 - 11.30 und 13.30 - 15.30 Uhr

033 225 00 82

Freitagnachmittag geschlossen

fahrdienst-oberland@srk-bern.ch

Freiwillige des Rotkreuz-Fahrdienstes begleiten ältere, behinderte oder kranke Menschen zum Arzt, ins Spital oder zur Therapie. Die Fahrerinnen und Fahrer schenken ihre Zeit und stellen für die Fahrten ihr Privatfahrzeug zur Verfügung.

Allround Taxi (auch für RollstuhlfahrerInnen)

Herr A. Moser

Neumattstr. 12, 3700 Spiez

033 654 10 10

Taxi 4x4

www.taxi4x4.ch

Saanenstrasse 31, 3770 Zweisimmen

033 722 0404

Vergünstigte Fahrten für mobilitätsbehinderte Menschen

www.stiftung-btb.ch/deutsch/angebot/frameset_oberland.html

www.stiftung-btb.ch/de/berechtigung-erlangen/wie-vorgehen

Über Pro Senectute können mobilitätsbehinderte Personen mit entsprechendem Arztzeugnis einen Ausweis beantragen, der vergünstigte Fahrten ermöglicht. Diese Fahrten werden von der Stiftung Behindertentransport Bern (BTB) subventioniert.

Kirchen-Sammel-Taxi

Für Menschen mit einer Geh- oder Sehbehinderung, die einen Anlass besuchen möchten, der im «reformiert» oder im Pfarrblatt angekündigt wurde

Bestellen **nur über** Sammel-Taxi:

nur mit dieser Nummer !

033 654 10 10

Sie bezahlen pro Fahrt direkt im Taxi Fr. 5.-, die Kirchgemeinde übernimmt den Rest.

Sekretariat der Ref. Kirchgemeinde
oder kath. Pfarreibüro Spiez

033 654 40 04
033 654 63 47

Pflege Zuhause

Spitex Region Thun

www.spitex-region-thun.ch

Militärstrasser 6, 3600 Thun
info@spitex-region-thun.ch

033 226 50 50

Home Instead

www.homeinstead.ch/berner-oberland

Seniorenbetreuung Berner Oberland GmbH
Thunstrasse 8, 3700 Spiez
berner-oberland@homeinstead.ch

033 847 80 60

Qualis Vita AG

www.qualis-vita.ch

Länggasse 57, 3600 Thun,
thun@qualis-vita.ch

033 334 00 88

Senevita

www.senevita.ch

Worbstrasse 46, 3074 Muri b. Bern

031 960 99 99

info@senevita.ch

Palliativ Care-Netzwerk Region Thun

www.palliativecare-thun.ch

Militärstrasse 6, 2600 Thun
info@palliativecare-thun.ch

079 617 97 29

Hilfsmittel

Krankenmobilenmagazin

Vermietung von Betten, Rollstühlen, Gehstöcken etc.

Nach Absprache

033 654 41 37

Solina Spiez

www.solina.ch

Stockhornstrasse 12, 3700 Spiez

033 655 40 40

RS-Hilfsmittel Heimberg

www.rs-hilfsmittel.ch

Bernstrasse 292/295, 3627 Heimberg
info@rs-hilfsmittel.ch

033 438 33 33

MedElan

www.physio.medelan.ch

Kirschgartenstrasse 1, 3705 Faulensee
admin@medelan.ch

033 654 21 00

Notruf-Systeme

Rotkreuz-Notruf

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern, Region Oberland

www.srk-bern.ch/oberland

Länggasse 2, 3600 Thun
notruf@srk-thun.ch

033 225 00 86

Ob Zuhause oder unterwegs der Rotkreuz-Notruf bietet älteren oder kranken Menschen rund um die Uhr die nötige Sicherheit. Bei einem Sturz, bei Unwohlsein oder in einer Notlage genügt ein Druck auf die Alarmtaste und die SRK-Notrufzentrale sorgt umgehend für die nötige Hilfe.

Notrufsysteme der Swisscom

www.swisscom.ch/notruf

Swisscom Shop
Bälliz 60, 3600 Thun

033 221 92 79

Die Notrufsysteme **TeleAlarm®S12** und **emporiaESSENCEplus** bieten einen Mehrwert an Sicherheit für zu Hause und unterwegs. Die Gewissheit, im Bedarfsfall sofort Hilfe anfordern zu können, wird damit zum diskreten Lebensbegleiter.

Selbsthilfe-Gruppen

Selbsthilfe BE

www.selbsthilfe-be.ch

Beratungszentrum Thun
Marktgasse 17, 3600 Thun
thun@selbsthilfe-be.ch

033 221 75 76

Mal reden – ein Telefonanruf gegen Einsamkeit

Eine Möglichkeit, sich mit einem einfühlsamen Gegenüber auszutauschen und ein wenig Alltag, Sorgen und Freuden zu teilen.

Telefonisch. Vertraulich. Kostenlos.

Täglich von 9 bis 20h

0800 890 890

Ausführliche Informationen finden Sie bei Pro Senectute unter der Webseite www.wohnen60plus.ch/

wohnen60plus.ch
Ihr Suchportal rund ums Wohnen im Kanton Bern

PRO
SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Home Wohnmöglichkeiten Freie Betten Wohnformen Informationen Ratgeber Links Kontakt

Finden Sie die richtige Wohnmöglichkeit oder Wohnform für sich oder Ihre Angehörigen! Vergleichen Sie die Angebote der verschiedenen Altersinstitutionen oder informieren Sie sich, welche Heime aktuell freie Betten haben. Vielleicht spricht Sie ja auch ein Wohnmodell der etwas anderen Art an. Informationen dazu finden Sie insbesondere unter Wohnformen.

Das Angebot an Altersinstitutionen im Kanton Bern ist gross. Nebst Alters- und Pflegeheimen sowie Residenzen finden Sie auf wohnen60plus auch Tagesstätten, Nachtheime, Wohnmöglichkeiten für an Demenz erkrankte Menschen, aber auch Alterssiedlungen, Wohnen mit Dienstleistungen oder Generationen übergreifende Wohnformen.

Bestimmt ist auch eine geeignete Wohnform für Sie oder Ihre Angehörigen darunter!

Freiwilligenarbeit

Koordinationsstelle Freiwilligenarbeit Spiez

www.spiez.ch/de/verwaltung/dienstleistungen/432_freiwilligenjobs

Vermittlung von Freiwilligen-Jobs in verschiedenen Bereichen

Kontakt Manuel Fischer, Spiez Marketing AG 033 655 90 00

spiez@thunersee.ch

SchulePlus

Ein Generationenprojekt, bei dem sich Freiwillige in der Schule engagieren.

Weitere Informationen:

Abteilung Bildung Spiez

033 655 33 68

bildung@spiez.ch

Fitness

FitGym in Faulensee

Ein Angebot der Pro Senectute Berner Oberland

Schwab Barbara (Montag 13.30–14.30 Uhr)

033 681 28 58

Weitere Angebote wie Wandern, Velo, etc.

033 226 60 60

www.be.prosenectute.ch

Fit bleiben – Kraft, Gesundheit und körperliches Wohlbefinden im Solina Spiez

www.solina.ch

Med. Trainingstherapie und Massagen,

Betreuung durch diplomiertes Fachpersonal

033 655 40 40

physio.spiez@solina.ch

Turnverein Spiez

www.turnverein-spiez.ch

Drei Seniorinnen-Trainingsgruppen (Forte, Mezzo und Piano)

jeweils am Donnerstagabend

Kontakt Louise Bamert

033 654 76 03

Kontakt Josefine Gunz

033 654 67 12

Männerturnverein Spiez

www.turnenspiez.ch/mtv

Drei Trainingsgruppen für verschiedene Alterskategorien

Kontakt Rolf Holzer

033 336 37 07

Kontakt Simon Capt

033 654 69 91

Nordic Walking-Treff in Faulensee

Dienstag 9.00, (1.Mai -30.Sept.) oder 14.00 (1.Okt. bis 30. April),

Treffpunkt Parkplatz Tenne

Kontakt Louise Bamert

033 654 76 03

Walking-Treff in Spiez (ohne Stöcke)

Mittwoch 8.30, Treffpunkt Turnhalle Seematte

Kontakt Vroni Hänni

033 654 31 07

Selbstverteidigung für Frauen und Männer ab 45

(auch in Kombination mit Feldenkrais)

Trainingslokal: Dürrenbühlweg 35, 3700 Spiez

Schnupperlektion wird angeboten

Kontakt Ursula Waber

079 372 08 86

info@judoclubspiez.ch

Hallenbad Aeschi

www.hallenbad-aeschi.ch

Rollstuhlgängiges Hallenbad mit Lehrschwimmbecken, Thermalbecken mit

Massagedüsen und Sauna.

info@hallenbad-aeschi.ch

033 654 63 69

Spiez bietet ein breites Angebot an sportlichen Aktivitäten

Für die Liste der Sportvereine kontaktieren Sie das

Sekretariat Sportkommission

033 655 33 83

oder besuchen Sie die Homepage der Gemeinde:

www.spiez.ch

Begegnung

Zäme ab 55

www.egwspiez.ch

Ein Angebot des Sozialwerks des EGW Spiez für alle Interessierten.
Jeweils am 1. Dienstag im Monat: Wanderungen, Ausflüge und sonstige
gemeinsame Aktivitäten.

Markus Kiener

033 654 10 19

markus.kiener@gmx.ch

Angebote der Reformierten und der Katholischen Kirchgemeinde und des gemeinnützigen Frauenvereins Hondrich

Sie werden jeweils im «reformiert.», im «Pfarrblatt», im Kirchenzettel des
Amtsanzeigers sowie auf der jeweiligen Homepage publiziert.

Zyschtigs-Zmorge Spiez

Jeweils am Dienstag, 9.00–11.00 Uhr, 9 x im Jahr

Gemeinsames Morgenessen und Vortrag im Ref. Kirchgemeindehaus Spiez

Träff 60 plus Spiez

Interessante Angebote in gemütlicher Atmosphäre (z.B. Vorträge, Theater)

www.refkirche-spiez.ch, Rubrik Agenda

Träff 60 plus Hondrich / Spiezwiler

www.refkirche-spiez.ch, Rubrik Agenda

Aktivferien 60+ mit Wander- und Kulturprogramm

www.refkirche-spiez.ch, Rubrik Agenda

Kontakt: Annemarie Gurtner

079 779 63 11

Jassnachmittag für Seniorinnen und Senioren

www.kathbern.ch/spiez, Rubrik Veranstaltungen

Chemistube des Zentrums Bruder Klaus, Spiez, jeden 2. Mittwoch
von 13.30–17.00 Uhr

Sekretariat Kath. Kirchgemeinde

033 654 63 47

Spielnachmittag für Seniorinnen und Senioren in der Ludothek

www.ludothek-spiez.ch/veranstaltungen/seniorinnen/

Jeweils dienstags oder donnerstags 14.30 – 16.30 Uhr

Anmeldung erforderlich

033 654 30 22

Bildung / Kurse

beocare.ch – Bildung

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern, Region Oberland

www.beocare.ch

Länggasse 2, 3600 Thun

033 225 00 85

bildung.beocare@srk-thun.ch

Für die anspruchsvolle Aufgabe in der Betreuung und Pflege von Angehörigen erwerben die Kursteilnehmenden theoretisches und praktisches Wissen.

Volkshochschule Spiez-Niedersimmental

www.vhsn.ch

Sekretariat

Bahnhofstrasse 10, 3700 Spiez

033 654 94 44

Öffnungszeiten: Montag – Freitag, 8.30–11.00 Uhr

info@vhsn.ch

Pro Senectute Berner Oberland

www.be.prosenectute.ch

Malerweg 2, 3601 Thun

033 226 60 60

oberland@be.prosenectute.ch

Trauercafé

www.srk-bern.ch/oberland

Das Trauercafé ist ein Angebot des Schweizerischen Roten Kreuzes und wird in Interlaken und in Erlenbach angeboten.

Meldepflichten / Bestattungen

Gemeindeverwaltung Spiez, Abteilung Sicherheit,

Friedhof- und Bestattungswesen

Sonnenfelsstrasse 4, 3700 Spiez

sicherheit@spiez.ch

033 655 33 48

Bestattungsinstitute in Spiez

Allgemeine Bestattungs AG

www.allgemeine-bestattung.ch

Postfach 13, 3700 Spiez

033 654 30 50

Daniel Lochbrunner

www.lochbrunner-bestattungen.ch

Thunstrasse 72, 3700 Spiez

033 654 03 03

Sandro Lüthi

www.luethi-bestattungsdienst.ch

Postfach, 3700 Spiez

033 650 99 50

Thomas Rubin

www.thomasrubin-bestattungen.ch

Seestrasse 34, 3700 Spiez

033 654 40 50

Wohnungsräumungen

Heilsarmee Brocki Berner Oberland

www.brocki.ch

Weekendweg 7, 3646 Einigen

033 511 23 13

Abholdienst und Räumungen

0848 276 254

brocki.berneroberland@heilsarmee.ch

Etcetera Oberland, Spiez

www.etcetera-be.ch

Soziale Arbeitsvermittlung

Krattigstrasse 2, 3700 Spiez

033 654 83 21

etcetera.oberland@sah-be.ch

