

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 83 (2005)  
**Heft:** -: Programm Winter 2005/2006 : Oktober 2005 bis März 2006  
  
**Rubrik:** Über uns

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

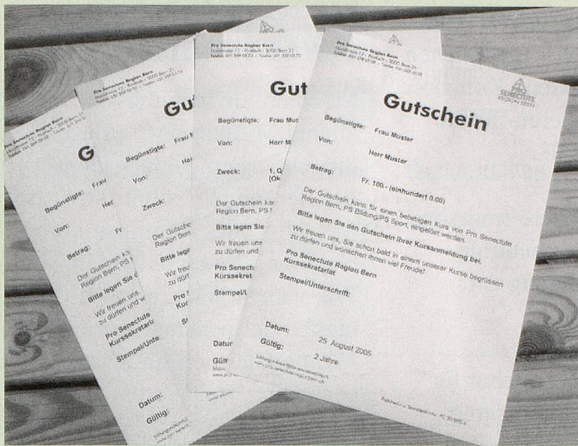
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 17.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Geschenkgutscheine

Überraschen Sie Ihre Liebsten mit einem Geschenkgutschein der Pro Senectute Region Bern. Sie bestimmen den Betrag, und die beschenkte Person wählt frei aus allen Kursen im vorliegenden Programm, welche direkt von Pro Senectute Region Bern durchgeführt werden. Informationen und Bestellungen beim Kurssekretariat, Tel. 031 359 03 03.

Geschenkgutscheine sind 2 Jahre gültig.

## Pro Senectute Region Bern startet im 2006 mit dem Projekt **Grossmütter und Grossväter im Schulzimmer**

Dafür suchen wir interessierte SeniorInnen als freiwillige Klassenhilfe, die Kindern etwas Zeit schenken und mit ihnen ihr Wissen teilen. Sie stellen Ihre Lebenserfahrung, Geduld und Zeit den Kindern in der Schule für 2 bis 4 Stunden pro Woche zur Verfügung. Dadurch begegnen sich drei Generationen. Kinder, Lehrpersonen und SeniorInnen profitieren im Unterricht voneinander.

Sind Sie interessiert und möchten mehr darüber erfahren? Melden Sie sich bei: Frau Erica Stalder, Tel 031 359 03 03, [erica.stalder@be.pro-senectute.ch](mailto:erica.stalder@be.pro-senectute.ch)

ANZEIGE

# Gratis in über 380 Museen der ganzen Schweiz.

Mit dem Museumspass der Raiffeisenbanken.

**GESCHENK-GUTSCHEIN**

Wenn Sie diesen Coupon ausfüllen und bei uns am Waisenhausplatz 26 abgeben, erhalten Sie ein kleines Geschenk!

Vorname

PLZ/Ort

Name

Strasse

Wie das funktioniert?

Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns – wir verraten es Ihnen!

Waisenhausplatz 26, 3011 Bern, Tel. 031 326 05 05, [www.raiffeisen.ch/bern](http://www.raiffeisen.ch/bern), [bern@raiffeisen.ch](mailto:bern@raiffeisen.ch)

**RAIFFEISEN**  
  
**Raiffeisenbank Bern**

## Pro Senectute Region Bern

Die Pro Senectute Region Bern ist für SeniorInnen, deren Angehörige und Bezugspersonen in der Stadt Bern, in den Berner Agglomerationsgemeinden sowie den Gemeinden in den Amtsbezirken Laupen, Seftigen und Schwarzenburg zuständig.

## PS Sozial – Sozialberatung

Beratung für Menschen ab sechzig Jahren, deren Angehörige und Bezugspersonen rund ums Thema Alter (z. B. Krankenkasse, AHV, Entschädigung für pflegende Angehörige, Wohnen im Alter, Freizeit, Gesundheit usw.). Pro Senectute Region Bern unterstützt ältere Menschen, die sich in finanzieller Bedrängnis befinden. Die Beratungen sind persönlich und vertraulich und selbstverständlich unentgeltlich. Die diplomierten SozialarbeiterInnen beraten Sie in besonderen Situationen auch bei Ihnen zu Hause. Zur Vereinbarung eines Termins melden Sie sich an unter: 031 359 03 03.

## PS Service – Dienstleistungen zu Hause

**Mahlzeitendienst:** Bis zu zwei Mal pro Woche werden Ihnen Frischmahlzeiten nach Hause geliefert. Dies ist besonders beliebt nach Spitalaufenthalten oder wenn Sie eine Zeitlang nicht jeden Tag selbstständig kochen möchten. Kontakt unter: 031 359 03 33.

**Umzugs- und Reinigungsdienst:** Geht es um einen Umzug? Möchten Sie die Wohnung einer «Frühlingsputzete» unterziehen oder die Fenster reinigen lassen? Kontaktieren Sie uns – wir organisieren für Sie das Ganze. Tel. 031 359 03 03.

**Administrationsdienst:** Unsere freiwilligen MitarbeiterInnen bieten neutrale Unterstützung für die Erledigung der monatlichen Administration.

**Besuchsdienst:** Dies ist ein Angebot für Menschen, die alleine leben und deren soziales Umfeld sich im Laufe der Zeit verkleinert hat. Es beinhaltet Begleitung zu Arztbesuchen, Besuch im Spital, Gespräche usw.

**Steuererklärungsdienst:** Unsere freiwilligen MitarbeiterInnen füllen für Sie, entweder zu Hause oder bei uns im Büro, die Steuererklärungsformulare aus.

## Spenden

Sie sehen – wir tun viel und tun es gerne. Dass dies so bleibt, hängt auch von der Unterstützung unserer SpenderInnen ab. Helfen Sie uns dabei – indem Sie unsere Dienstleistungen weiterempfehlen oder uns finanziell unterstützen. Wir danken Ihnen dafür.  
Spendenkonto 30-890-6

Mit einer testamentarischen Zuwendung oder einem Legat können Sie Pro Senectute Region Bern über Ihre Lebenszeit hinaus unterstützen.

## Freiwilligenarbeit – etwas für Sie?

Möchten Sie regelmässigen Kontakt zu älteren Mitmenschen pflegen? Sind Sie interessiert an Bildungsangeboten der Pro Senectute Region Bern? Im Besuchs- oder Administrationsdienst bieten wir Ihnen beides an. Wir suchen jüngere sowie fruhpensionierte oder pensionierte Frauen und Männer, die sich für ältere Menschen engagieren möchten.

Interessiert? Dann melden Sie sich bei Erica Stalder: 031 359 03 03, [erica.stalder@be.pro-senectute.ch](mailto:erica.stalder@be.pro-senectute.ch)

## Neue KursleiterInnen gesucht

Verfügen Sie über Wissen in einem spannenden Themengebiet und möchten Ihre Erfahrungen weitergeben und sind versiert in der Erwachsenenbildung? Haben Sie Ideen zu Veranstaltungen und Themen, die reifere Menschen ansprechen könnten? Kontaktieren Sie uns ohne Zögern: Daniel Aegerter (PS Bildung) und Barbara Pfenninger (PS Sport), Tel. 031 359 03 03.

## Impressum

### Herausgeberin/Inserate

Pro Senectute Region Bern  
Muristrasse 12, Postfach  
3000 Bern 31

### Mail

[bildungundsport@be.pro-senectute.ch](mailto:bildungundsport@be.pro-senectute.ch)

### Homepage

[www.pro-senectute-regionbern.ch](http://www.pro-senectute-regionbern.ch)  
Tel. 031 359 03 03 / Fax 031 359 03 02

### Satz und Druck

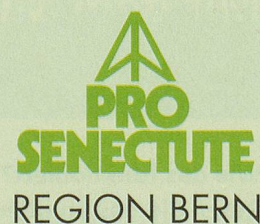
Redaktion Zeitlupe, Ziegler Druck- und Verlags-AG Winterthur

### Auflage

19300

### Nächste Ausgabe

Ende März 2006



PRO  
SENECTUTE  
REGION BERN