



Wegweiser 60+

Region Konolfingen 2021



Liebe Leserin, lieber Leser

Dieser Wegweiser soll Ihnen eine Übersicht über die Dienstleistungsangebote 60+ in der Region Konolfingen bieten. Bei Fragen oder Anregungen dazu, dürfen Sie sich gerne an die Altersbeauftragte der Region Konolfingen wenden.

Die Altersbeauftragte steht Ihnen für Anliegen im Altersbereich zur Verfügung. Sie nimmt Ihre Anregungen und Bedürfnisse entgegen und unterstützt Sie bei der Suche nach adäquaten Lösungsmöglichkeiten.

Das Büro der Altersbeauftragten ist auf der Beratungsstelle der Pro Senectute Konolfingen.

Altersbeauftragte der Region Konolfingen

Kontakt

Beatrice Binggeli
Bernstrasse 1
Postfach 171
3510 Konolfingen
60+@konolfingen.ch
Tel. 031 924 11 57

Büro

Pro Senectute Kanton Bern
Beratungsstelle Konolfingen
Chisenmattweg 32
3510 Konolfingen
konolfingen@be.prosenectute.ch
Tel. 031 790 00 10

Inhaltsverzeichnis

Administrative Hilfe	5
Beratung – Unterstützung - Hilfeleistungen	5
Besucherdienst	6
Freiwilligenbesuche zu Hause, in Altersheimen und Spitälern	6
Aktive Lebensgestaltung	7
Bewegung und Sport.....	7
Bewegung und Sport.....	8
Bildung und Unterhaltung.....	9
Gemeinsames Essen	10
Dienstleistungen Haushalt und Garten	11
Haushalt und Garten	11
Dienstleistungen Gesundheit und Pflege	13
Diverse Leistungen	13
Mobilität	15
Transport	15
Wohnen	16
Tagesstätten / Tagesaufenthalte	16
Wohnen	17
Alterswohnungen	17
Wohnen	18

Alters- und Pflegeheime	18
Beratung und Information	20
Krebskrankheiten	20
Todesfall	20
Hörbehinderte und Tinnitus Betroffene.....	20
Lungen- oder Atemwegserkrankung	21

Administrative Hilfe

Beratung – Unterstützung - Hilfeleistungen

Organisation	Kontakt	Angebote
Einwohnergemeinde Konolfingen Sozialdienst Region Konolfingen Bernstrasse 1 3510 Konolfingen	Tel: 031 790 45 35 Fax: 031 790 45 30 www.konolfingen.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Persönlichen, finanziellen und familiären Angelegenheiten
Pro Senectute Kanton Bern Chisenmattweg 32 3510 Konolfingen	Tel: 031 790 00 10 www.be.prosenectute.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Fragen zu administrativen und finanziellen Angelegenheiten • Administrationsdienst • Beratung zu Sozialversicherungen • Steuererklärungsdienst • Vorsorgeberatung (Docupass)
LUNGENLIGA BERN Chutzenstrasse 10 3007 Bern	Tel: 031 300 26 26 Fax: 031 300 26 25 Email: info@lungenliga-be.ch www.lungenliga.ch	Für Personen mit einer Atemwegserkrankung Beratung, Information, Betreuung zu <ul style="list-style-type: none"> • Asthma Bronchiale, COPD/Chronische Bronchitis, Schlafapnoe-Syndrom, Lungenkrebs, Cystische Fibrose • Persönlichen, finanziellen und sozialen Problemen • Versicherungstechnische Anliegen • Behördenanfragen • Sauerstoff-, Schlafapnoe-, Inhalations- Therapie

Besucherdienst

Freiwilligenbesuche zu Hause, in Altersheimen und Spitälern

Organisation	Kontakt	Angebote
Verein Besuchsdienst in der evang. Kirchgemeinde Konolfingen Pfr Samuel Burger Kirchweg 10 3510 Konolfingen	Tel: 031 790 00 30 www.konolfingen.org/startseite/unsere-kirchgemeinde.html	<ul style="list-style-type: none">• Allgemeine Informationen zur reformierten Kirchgemeinde Konolfingen
Pfarrei Auferstehung Konolfingen Inselstrasse 11 3510 Konolfingen	Tel: 031 791 05 74 www.kathbern.ch/index.php?id=637	<ul style="list-style-type: none">• Allgemeine Informationen zur katholischen Pfarrei Konolfingen
Schweiz. Rotes Kreuz Bern-Emmental Lyssachstrasse 91 3400 Burgdorf	Tel: 034 420 07 77 https://www.srk-bern.ch/de/emmental/fuer-sie-da/	<ul style="list-style-type: none">• Fahrdienst• Notrufsystem• Besucher- und Begleitdienst

Aktive Lebensgestaltung

Bewegung und Sport

Organisation	Kontakt	Angebote
Ambiente Fitness- und Trainingscenter Haldenweg 3 3510 Konolfingen	Tel: 031 791 15 31 www.fitness-ambiente.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Fitness- und Gesundheitstrainings für 60+ • Physiotherapie, Massage • Ernährung
Pro Senectute Kanton Bern Chisenmattweg 32 3510 Konolfingen	Tel: 031 790 00 10 www.be.prosenectute.ch	<ul style="list-style-type: none"> • 55+ halbjährliche Kursangebote • Bewegungsmöglichkeiten in Form von Kursen, Sportgruppen oder Ferienwochen
IG Gehörlose und Hörbehinderte Geschäftsstelle Belpstrasse 24 3007 Bern	Tel: 031 311 57 81 Fax: 031 311 00 62 www.iggh.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungskurs Turnen: «Gym60» • Seniorenturnen
LUNGENLIGA BERN Chutzenstrasse 10 3007 Bern	Tel: 031 300 26 26 Fax: 031 300 26 25 Email: info@lungenliga-be.ch www.lungenliga.ch	Kursprogramm ist für Personen mit einer Atemwegserkrankung. <ul style="list-style-type: none"> • Atmen und Bewegen, Lungensportgruppen, Erfahrungsaustauschgruppe für Personen die COPD erkrankt sind und Spezialausflüge oder Anlässe.

Bewegung und Sport

Organisation	Kontakt	Angebote
ZAK - zäme aktiv Region Konolfingen Res Brechbühl Freimettigenstrasse 12 3510 Konolfingen	Tel: 031 791 05 92 www.zaeme-aktiv.org	<ul style="list-style-type: none">• 1x pro Monat eine einfache Wanderung

Bildung und Unterhaltung

Organisation	Kontakt	Angebote
Frauenverein Konolfingen 3510 Konolfingen	Tel: 031 792 12 10 www.frauenverein-konolfingen.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Seniorenmittagessen im Winterhalbjahr • Frühlings- und Herbstanlass; in Zusammenarbeit mit der reformierten Kirchgemeinde
Pro Senectute Kanton Bern Chisenmattweg 32 3510 Konolfingen	Tel: 031 790 00 10 www.be.prosenectute.ch	<ul style="list-style-type: none"> • 55+ halbjährlich aktualisierte Kursangebote
ZAK zäme aktiv Region Konolfingen Andreas Flückiger Bernstrasse 17 3510 Konolfingen	Tel: 031 791 25 24 www.zaeme-aktiv.org	<ul style="list-style-type: none"> • Seniorenstämme • Spielnachmittage • Singnachmittage

Gemeinsames Essen

Organisation	Kontakt	Angebote
Frauenverein Konolfingen 3510 Konolfingen	Tel: 031 791 00 www.frauenverein- konolfingen.ch	<ul style="list-style-type: none">• Seniorenmittagessen im Winterhalbjahr
Stiftung Lebensart Alterszentrum Chisenmattweg 14 3510 Konolfingen	Tel: 031 790 60 60 Fax: 031 790 60 62 www.kiesenmatte.ch	<ul style="list-style-type: none">• Offener Mittagstisch• Malzeitendienst

Dienstleistungen Haushalt und Garten

Haushalt und Garten

Organisation	Kontakt	Angebote
Spitex Region Konolfingen Dorfstrasse 4c 3506 Grosshöchstetten	Tel: 031 770 22 00 Fax: 031 770 22 09 Tel: 031 770 22 33 (Nur Region Konolfingen und Oberdiessbach) https://www.spitex-reko.ch/Unser-Angebot/Hauswirtschaft-und-Betreuung/P7iFZ/	<ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Haushaltsführung • Reinigungs- und Aufräumarbeiten in der Wohnung • Kleider-, Schuh- und Blumenpflege • Einkaufen, Kochen, Sicherstellen einer angepassten Ernährung • Versorgung von Haustieren • Begleitung zur Bank, Post oder auf Spaziergänge • Frischmahlzeitendienst
ZAK zäme aktiv Region Konolfingen Vermittlungsstelle Senioren helfen Senioren 3510 Konolfingen	Tel: 031 790 00 32 www.zaeme-aktiv.org	<ul style="list-style-type: none"> • Garten-, Näh- und Bügelarbeiten • Vermittlung von nachbarschaftlichen Hilfeleistungen • Besuche, Botengänge und Vorlesen Kirchengemeindehaus, Parterre Dienstag 09.00 bis 11.00 Uhr (Andere Wochentage 031 / 791 25 52; Frau Susanne Blaser)
Di Vita Alte Bernstrasse 26 3075 Rüfenacht	Tel: 031 839 99 03 www.di-vita.ch/ueberuns/taetigkeiten/	<ul style="list-style-type: none"> • Reinigungs- und allgemeine Hausarbeiten

Haushalt und Garten

Organisation	Kontakt	Angebote
Entlastungsdienst Kanton Bern Schwarztorstrasse 32 3001 Bern	Tel: 031 382 01 66 www.entlastungsdienst-be.ch/	<ul style="list-style-type: none">• Betreuung von Menschen zu Hause mit einer Behinderung, dementiellen Erkrankung oder chronischer Krankheit über einen beschränkten Zeitraum (Stunden, Tage, Wochen)
Dorfwägeli Häutligen Therese Gäumann Freimettigenstr. 17 3510 Konolfingen	Tel: 078 686 87 47 www.dorfverein-haeutligen.ch/events/dorfwageli-ist-unterwegs-4/	<ul style="list-style-type: none">• Heimlieferung von Lebensmitteln

Dienstleistungen Gesundheit und Pflege

Diverse Leistungen

Organisation	Kontakt	Angebote
Spitex Region Konolfingen Dorfstrasse 4c 3506 Grosshöchstetten	Tel: 031 770 22 00 Fax: 031 770 22 09	<ul style="list-style-type: none"> • Beratung • Unterstützung bei der Körperpflege • An- und Ausziehen • 24-Std. Pikett bei Notfällen • Fusspflege • Vitalzeichenkontrolle • Wundversorgung, auch spezialisierte • Medikamente richten und verabreichen (inkl. Injektionen und Infusionen) • Hilfe und Pflege rund um Diabetes, Inkontinenz und Weiteres • Beratung und Unterstützung von pflegenden Angehörigen • Psychiatrische Pflege zu Hause
Pro Senectute Kanton Bern Chisenmattweg 32 3510 Konolfingen	Tel: 031 790 00 10 www.be.prosenectute.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Beratung und Unterstützung von pflegenden Angehörigen
Verein kranke und betagte Menschen begleiten Region Konolfingen	Tel: 077 420 99 03 www.begleitung-schwerkranker-konolfingen.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Begleitung von chronisch und akut schwer erkrankten Menschen und Sterbenden • Entlastung und Unterstützung von Angehörigen zu Hause und in stationären Einrichtungen • Ausbildung für freiwillige Begleiterinnen und Begleiter

Diverse Leistungen

Organisation	Kontakt	Angebote
Di Vita Alte Bernstrasse 26 3075 Rüfenacht	Tel: 031 839 99 03 www.di-vita.ch/ueberuns/taetigkeiten/	<ul style="list-style-type: none"> • Pflege und Betreuung
Validation Zulauf Mariann Zulauf Niesenstrasse 7 3510 Konolfingen	Tel: 079 631 26 24 www.validation-zulauf.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Massnahmen der Abklärung und Beratung bei demenzkranken Menschen; • Beratung, Entlastung und Unterstützung von Angehörigen demenzkranker Menschen; • Unterstützung und Übernahme von Grundpflege bei demenzkranken Menschen wie Körperpflege, Hilfe beim Baden/Duschen; • Behandlungspflege bei demenzkranken Menschen wie Medikamente richten und verabreichen, Verbände, Injektionen usw.

Mobilität

Transport

Organisation	Telefon	Bemerkungen
BETRADI Behinderten-Transport- Dienste Transporte P. Wüthrich	Tel: 031 711 22 11 www.betradi.ch	<ul style="list-style-type: none">• Behindertentransporte• Patiententransport

Wohnen

Tagesstätten / Tagesaufenthalte

Organisation	Kontakt	Angebote
ANA AG Alterssitz Neuhaus Aaretal AG Neuhaus 1 3110 Münsingen	Tel: 031 720 70 20 www.ana-ag.ch	<ul style="list-style-type: none">• Abwechslungsreiches Tagesprogramm mit Bewegung, Entspannung, Spiel und Spass, Information und Austausch• Unterhaltung, Musik, Beiträge externer Gruppen
Bären Biglen AG Wohnen im Alter Bärenstutz 17 3507 Biglen	Tel: 031 705 60 70 Fax: 031 705 60 71 www.baeren-biglen.ch/	<ul style="list-style-type: none">• Wohnen im Alter• Angebote auf Anfrage
Stiftung Kastanienpark Krankenhausstr. 14 3672 Oberdiessbach	Tel: 031 682 88 89 Fax: 031 682 88 89 www.kastanienpark.ch/dien stleistungen/	<ul style="list-style-type: none">• Abwechslungsreiches Tagesprogramm• Kontakte mit anderen Menschen• Alltagsgestaltung nach aktivierungstherapeutischen Methoden.

Weitere Angebote siehe auch unter www.wohnen60plus.ch

Wohnen

Alterswohnungen

Organisation	Kontakt	Angebote
Stiftung Lebensart Alterszentrum Chisenmattweg 14 3510 Konolfingen	Tel: 031 790 60 60 Fax: 031 790 60 62 www.kiesenmatte.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnungen mit bedürfnisorientierter Unterstützung
Bären Biglen AG Wohnen im Alter Bärenstutz 17 3507 Biglen	Tel: 031 705 60 60 Fax: 031 705 60 61 www.baeren-biglen.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnungen mit bedürfnisorientierter Unterstützung
Bärenmattepark AG Bärenmatte 1 3110 Münsingen	Tel: 031 720 49 49 Fax: 031 720 49 48 www.sfbm.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Wohnungen mit bedürfnisorientierter Unterstützung
Altersheim Krankenhausstr. 7 3672 Oberdiessbach	Tel: 031 770 50 50 www.ahoberdiessbach.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Seniorenwohnungen
Kastanienpark Krankenhausstr. 14 3672 Oberdiessbach	Tel: 031 682 88 88 www.kastanienpark.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Vorwiegend Einzelzimmer • Ferien-/Entlastungsangebote auf Anfrage • Tagestreff

Weitere Angebote siehe auch unter www.wohnen60plus.ch

Wohnen

Alters- und Pflegeheime

Organisation	Telefon	Angebote
Stiftung Lebensart Alterszentrum Chisenmattweg 14 3510 Konolfingen	Tel: 031 790 60 60 Fax: 031 790 60 62 www.kiesenmatte.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Einzelzimmer mit Balkon • Ferien- und Kurzaufenthalt • Abteilung «Integratives Wohnen» für Menschen mit kognitiven Defiziten
Alters- und Pflegeheim Erlessenweg 23 3506 Grosshöchstetten	Tel: 031 710 17 17 Fax: 031 710 17 15 www.ah-gs.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Einzelzimmer • Ferienzimmer
Altersheim Krankenhausstr. 7 3672 Oberdiessbach	Tel: 031 770 50 50 www.ahoberdiessbach.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Einzelzimmer
Pflegeheim Sonnrain Haubenstrasse 7 3672 Oberdiessbach	Tel: 031 770 04 00 www.sonnrain.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Einzelzimmer • Zweierzimmer
Bären Biglen AG Wohnen im Alter Bärenstutz 17 3507 Biglen	Tel: 031 705 60 60 Fax: 031 705 60 61 www.baeren-biglen.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Einzel- und Doppelzimmer
Stiftung Kastanienpark Krankenhausstr. 14 3672 Oberdiessbach	Tel: 031 682 88 88 Fax: 031 682 88 89 www.kastanienpark.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Einzelzimmer • Doppelzimmer • Diverse Dienstleistungen

Alters- und Pflegeheime

Organisation	Telefon	Angebote
ANA AG Alterssitz Neuhaus Aaretal AG Neuhaus 1 3110 Münsingen	Tel: 031 720 70 20 www.ana-ag.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Einzel- und Doppelzimmer
Stiftung für Betagte Schossstrasse 1 3110 Münsingen	Tel: 031 720 27 27 Fax: 031 720 27 24 www.sfbm.ch	<ul style="list-style-type: none"> • Alterszentrum Schlossgut • Alterssiedlung Sonnhalde
Alters- u. Pflegeheim Rüttihubelbad Rüttihubel 29 3512 Walkringen	Tel: 031 70 81 80 www.ruettihubelbad.ch/de/alterswohn-und-pflegeheim/	<ul style="list-style-type: none"> • Bewohner/innen • Einzel- und Doppelzimmer • Wohngemeinschaften

Beratung und Information

Krebskrankheiten

Organisation	Telefon	Bemerkungen
Bernische Krebsliga Marktgasse 55 3000 Bern 7	Tel: 031 313 24 24 Fax: 031 313 24 20 www.bernischekrebsliga.ch	<ul style="list-style-type: none">• Beratung für Betroffene und deren Angehörigen

Todesfall

Organisation	Telefon	Bemerkungen
Einwohnergemeinde Konolfingen Bernstrasse 1 3510 Konolfingen	Tel: 031 792 03 13 www.konolfingen.ch	<ul style="list-style-type: none">• Information über diverse Bestattungsarten• Grabpflege etc.

Hörbehinderte und Tinnitus Betroffene

Organisation	Telefon	Bemerkungen
IG Gehörlose und Hörbehinderte Geschäftsstelle Belpstrasse 24 3007 Bern	Tel: 031 311 57 81 Fax: 031 311 00 62 www.iggh.ch	<ul style="list-style-type: none">• Allgemeine Beratung

Lungen- oder Atemwegserkrankung

Organisation	Telefon	Bemerkungen
LUNGENLIGA BERN Chutzenstrasse 10 3007 Bern	Tel: 031 300 26 26 Fax: 031 300 26 25 Email: info@lungenliga-be.ch www.lungenliga.ch	Für Personen mit einer Atemwegserkrankung Beratung, Information, Betreuung zu <ul style="list-style-type: none">• Asthma Bronchiale, COPD/Chronische Bronchitis, Schlafapnoe-Syndrom, Lungenkrebs, Cystische Fibrose• Persönlichen, finanziellen und sozialen Problemen• Versicherungstechnische Anliegen• Behördenanfragen Sauerstoff-, Schlafapnoe-, Inhalations- Therapie

Mutiert, 6. Februar 2023/Altersbeauftragte Konolfingen

Bitte allfällige Veränderungen oder Unstimmigkeiten an [an 60+@konolfingen.ch](mailto:60+@konolfingen.ch) melden. Danke.