

WEGWEISER

zum gut älter werden!



INFORMATIONSTELLEN
LEBENSGESTALTUNG
WOHNEN
UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG
GESUNDHEIT
NOTFALLDIENSTE



Wichtige Adressen und
Informationen für Seniorinnen und
Senioren, sowie deren Angehörigen in
Grossaffoltern, Rapperswil, Schüpfen



Liebe Leserin, lieber Leser

Die Aktualisierung des Altersleitbildes 2019 hat gezeigt, dass ein grosses Informationsbedürfnis bei Senioren und Seniorinnen und deren Angehörigen besteht, bezüglich Dienstleistungen und Angeboten, welche zu einer guten Lebensqualität beitragen.

Der **Wegweiser zum gut älter werden** enthält eine breite Übersicht an Angeboten und Adressen zu verschiedenen Bereichen, die für eine selbstbestimmte Lebensgestaltung wichtig sind.

Einige aufgeführte Dienstleistungen sind zur Zeit wegen der Corona-Pandemie nicht verfügbar, andere wurden explizit für die Krisenzeit geschaffen. Diese finden Sie im «Corona-Wegweiser» auf den Gemeindefwebseiten und der Seniorenwebseite. Welche neuen Angebote aus der Corona-Krise weiterbestehen werden, ist zurzeit noch nicht klar.

Die elektronische Ausgabe wird zweimal pro Jahr aktualisiert und auf den Gemeindefwebseiten unter der Rubrik «Senioren» und auf unserer Webseite www.senioreninfo-grs.ch publiziert. Die Druckversion gibt den Stand Mai 2019 wieder. Möchten Sie eine gedruckte aktualisierte Version können Sie sich bei den Gemeindeverwaltungen oder bei der Altersbeauftragten melden.

Mit freundlichen Grüssen

**Altersbeauftragte und Seniorenrat der Gemeinden
Grossaffoltern, Rapperswil, Schüpfen**

Wichtige und aktuelle Informationen rund ums älter werden finden Sie auf der Webseite:
www.senioreninfo-grs.ch

Kontakt:

Altersbeauftragte

Melanie Mazenauer

Gemeindeverwaltung Rapperswil

Hauptstrasse 29

3255 Rapperswil

Tel. 076 202 04 69

E-Mail: melanie.mazenauer@senioreninfo-grs.ch

Der Wegweiser wurde mit Sorgfalt erstellt. Wir haben vor allem öffentliche und gemeinnützige Angebote berücksichtigt, aber auch private Organisationen, die in der Region tätig sind.

Für Änderungen, Ergänzungen sowie Hinweise auf neue Angebote sind wir Ihnen dankbar.

Auflage 2019: 1500 Exemplare

(Die elektronische Version wird 2x jährlich aktualisiert. Die gedruckte Ausgabe wird alle 2 Jahre neu aufgelegt).

Inhaltsverzeichnis

1.	Informationsstellen rund ums Älter werden	Seiten
	Altersbeauftragte und Seniorenrat	3
	Gemeindeverwaltungen	4
	Pro Senectute	4
2.	Lebensgestaltung	5
	Angebote der Kirchgemeinden: Seelsorge, Begegnungsangebote	5, 6
	Bewegung und Sport für Senioren und Seniorinnen	6, 7
	Geselligkeit, Kultur, Bildung	7, 8, 9
	Soziales Engagement	9,10, 11
	Internetadressen für sozialen Austausch	12
3.	Wohnen und Unterstützung im Alltag	13
	Wohnen im Alter	13, 14
	Unterstützung im Alltag	14, 15, 16
	Essen und Verpflegung	16, 17
	Mobilität, Fahrdienste	18, 19
	Soziale, rechtliche und finanzielle Beratung	19, 20
4.	Gesundheit	21
	Beratungsangebote zu Gesundheitsfragen	21, 22
	Spitexangebote	22, 23
	Tagesstätten, Entlastung, Besuchsdienste	23, 24
	Hilfsmittel, Notrufeinrichtungen	25
	Physiotherapie, Ergotherapie, Podologie	25,26
	Hausärzte,	26
	Spitäler	27
	Meine eigenen wichtigen Telefonnummern	27
5.	Notfalldienste	Umschlag Rückseite

1. Informationsstellen rund ums Älter werden

Altersbeauftragte und Seniorenrat

Altersbeauftragte für Grossaffoltern Rapperswil Schüpfen	Melanie Mazenauer Gemeindeverwaltung Rapperswil Hauptstrasse 29 3255 Rapperswil ☎ 076 202 04 69 ✉ melanie.mazenauer@senioreninfo-grs.ch	Ansprechperson für Fragen der Bevölkerung rund ums Älter werden. Kontakt und Koordination mit Behörden und Organisationen
Seniorenräte: Grossaffoltern	Boner Christian Ammerzwilstrasse 1c 3257 Grossaffoltern ☎ 079 648 07 21 ✉ christian.boner@senioreninfo-grs.ch	Ansprechperson des Seniorenrates für die Einwohnergemeinde Grossaffoltern
	Schober Verena Bernstrasse 64 3262 Suberg ☎ 032 389 24 93 ✉ verena.schober@senioreininfo-grs.ch	Ansprechperson des Seniorenrates für die Einwohnergemeinde Grossaffoltern
Seniorenräte: Rapperswil	Strahm Hans-Peter Mönchweg 2 3053 Lätti ☎ 031 869 44 60 ✉ hans-peter.strahm@senioreninfo-grs.ch	Ansprechperson des Seniorenrates für die Einwohnergemeinde Rapperswil
	Bannwart Heidi Zilmattstrasse 58 3255 Rapperswil BE ☎ 031 879 09 82 ✉ heidi.bannwart@senioreninfo-grs.ch	Ansprechperson des Seniorenrates für die Einwohnergemeinde Rapperswil
Seniorenräte: Schüpfen	Wanzenried Peter Gsteig 112 3053 Münchenbuchsee ☎ 031 869 38 52 ✉ peter.wanzenried@senioreninfo-grs.ch	Ansprechperson des Seniorenrates für die Einwohnergemeinde Schüpfen
	Haltmeier Heidi Ziegeleistrasse 6A 3054 Schüpfen ☎ 031 869 36 47 ✉ heidi.haltmeier@senioreninfo-grs.ch	Ansprechperson des Seniorenrates für die Einwohnergemeinde Schüpfen

Gemeindeverwaltungen

Gemeindeverwaltung **Grossaffoltern** Dorfstrasse 41
3257 Grossaffoltern
☎ 032 389 08 80
✉ verwaltung@grossaffoltern.ch
www.grossaffoltern.ch
Rubrik «Senioren»

Die Gemeindeverwaltung hilft bei verschiedenen Fragen weiter, auch rund um einen Todesfall.
AHV-Zweigstelle

Gemeindeverwaltung **Rapperswil** Hauptstrasse 29
3255 Rapperswil
☎ 031 879 77 77
✉ gemeinde@rapperswil-be.ch
www.rapperswil-be.ch
Rubrik «Senioren»

Die Gemeindeverwaltung hilft bei verschiedenen Fragen weiter, auch rund um einen Todesfall.
AHV-Zweigstelle

Gemeindeverwaltung **Schüpfen** Dorfstrasse 17
3054 Schüpfen
☎ 031 879 70 80
✉ info@schuepfen.ch
www.schuepfen.ch
Rubrik «Senioren»

Die Gemeindeverwaltung hilft bei verschiedenen Fragen weiter, auch rund um einen Todesfall.
AHV-Zweigstelle

Pro Senectute

Ein Ort, wo das Alter im Zentrum steht

Pro Senectute Kanton Bern
Beratungsstelle Lyss
Steinweg 26 (Lyssbachpark)
3250 Lyss
☎ 032 328 31 11
✉ seeland@be.prosenectute.ch
www.be.prosenectute.ch

Informations- und Anlaufstelle für alle Fragen rund ums Älter- werden

2. Lebensgestaltung

Angebote der Kirchgemeinden: Seelsorge, Begegnungsangebote

Kirchgemeinde Grossaffoltern	Pfrn. Heidi Federici Danz ☎ 032 389 14 24 ✉ heidi.federici@kirchenregion- aarberg.ch Pfrn. Marianne Hundius ☎ 077 523 19 81 ✉ pfarrer@hundius.ch	Seelsorge, Gottesdienste, Diakonie Organisation verschiedener Anlässe: Offener Mittagstisch (für jedes Alter) am 1. Do. im Monat. Nachmittagstreffen Seniorenferien Höck für Alleinstehende
Ressort Altersarbeit	Sarah Blank ✉ sarah.blank@kirchenregion- aarberg.ch	
Kirchgemeinde Rapperswil	Pfrn. Lilian Fankhauser-Lobsiger ☎ 031 879 02 24 ✉ lilian.fankhauser@kirche- rapperswil-be.ch Pfrn. Marianne Hundius ☎ 077 523 19 81 ✉ pfarrer@hundius.ch	Seelsorge, Gottesdienste, Diakonie Organisation verschiedener Anlässe: Altersnachmittage und Mittagessen Altersausflüge, Ferienwochen Geburtstagsbesuchsdienst
Ressort Altersarbeit	Kathrin Muster ☎ 031 879 25 72 ✉ katmuster@bluewin.ch	
Kirchgemeinde Schüpfen	Pfrn. Regula Remund ☎ 031 879 11 44 Pfrn. Susanna Leuenberger ☎ 031 879 11 30 ✉ pfarramt.schuepfen@bluewin.ch Elisabeth Kammermann ☎ 031 879 33 17 ✉ elisabeth.kammermann@gmx.ch	Seelsorge, Gottesdienste, Diakonie Gratulationsbesuche Seniorenferien Organisation Besuchsdienst Adventssingen
Alterskomitee:	Petra Zürcher ☎ 079 427 52 21 ✉ petra.c.zuercher@bluewin.ch	Das Alterskomitee organisiert verschiedene Anlässe: Seniorentreffen, Ausflüge, Kegeln, Jassen, Wandern
Ressort Altersarbeit	Vakant	

Aktuelle Anlässe finden Sie in der Zeitschrift „Reformiert“ und unter www.kirchenregion-aarberg.ch

Katholische Kirche Seeland	Pfarreizentrum Maria Geburt Lyss ☎ 032 387 24 01 ✉ mariageburt.lyss@kathseeland.ch www.kathbern.ch/lyss-seeland	Seelsorge, Gottesdienste Seniorentreff mit Gottesdienst und Zvieri am 3. Di. im Monat, 14.30 Uhr, Mittagstisch, Besuchsdienst
Katholisches Pfarramt Zollikofen	Pfarrrei St. Franziskus 3052 Zollikofen ☎ 031 910 44 00 ✉ franziskus.zollikofen@kathbern.ch www.kathbern.ch/zollikofen	Seelsorge, Gottesdienste gemäss Publikation in Bund Seniorentisch, Spielend älter werden, Wandergruppe, Besuchsdienst

Bewegung und Sport für Seniorinnen und Senioren

Seniorenturnen Pro Senectute Suberg Grossaffoltern	Information und Organistion: Pro Senectute Biel-Seeland Zentralstrasse 40, 2502 Biel ☎ 032 328 31 11 ✉ biel- bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch	Mo 9.00 Uhr, Schulhaus Suberg Karin Mathys Erwachsenensportleiterin Mi 9.00 Uhr, Turnhalle Grossaffoltern Magdalena Stuber Erwachsenensportleiterin
Seniorenriege Ammerzwil- Weingarten	Hans Mohni ☎ 032 389 28 06	Donnerstag, 20.00 Uhr, Turnhalle Ammerzwil
Seniorenriege Grossaffoltern	Alfred Gygax ☎ 032 389 19 65 ✉ alfredgygax@bluewin.ch	Donnerstag, 16.30 -18.00 Uhr, Mehrzweckhalle Grossaffoltern
Frauenturnverein Grossaffoltern	Monika Portmann ☎ 077 406 41 76 ✉ monika70@bluewin.ch	Gruppe Seniorinnen Donnerstag, im Wechsel 19.00 – 20.00 Uhr Ammerzwil 19.00 – 20.00 Uhr Suberg
Seniorenturnen Pro Senectute Rapperswil	Information und Organisation: Pro Senectute Biel-Seeland Zentralstrasse 40, 2502 Biel ☎ 032 328 31 11 ✉ biel- bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch	Mi 13.30 und Mi 14.30 Uhr Turnhalle Rapperswil Magdalena Stuber Erwachsenensportleiterin

Seniorenturnen Pro Senectute Schüpfen	Information und Organisation: Pro Senectute Biel-Seeland Zentralstrasse 40, 2502 Biel ☎ 032 328 31 11 ✉ biel-bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch	Mi 15.15 Uhr (Frauen) Mi 14.00 Uhr (Männer) Sporthalle Schüpfen Rosmarie Blaser Erwachsenensportleiterin
Bewegung und Sport Pro Senectute Biel/Bienne-Seeland	Pro Senectute Biel-Seeland Zentralstrasse 40, 2502 Biel ☎ 032 328 31 11 ✉ biel-bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch	Zahlreiche Bewegungs- und Sportangebote drinnen und draussen, siehe activ-Programm (erscheint jeweils im Juni und November)
Gymnastik im Wohnzimmer	TeleBilingue	Montag, Mittwoch, Freitag 11.00 Uhr und 14.00 Uhr
Physio- und Trainingstherapie Schüpfen	Eliane Nussbaumer Physio- u. Trainingstherapie Schüpfen ☎ 031 879 06 77 ✉ info@pt-s.ch	Cardiofit Schüpfen Bewegungsgruppen für Patienten mit Herz-, Lungen- und Krebserkrankungen sowie Diabetes
Mobilität und Fitness Rapperswil	Marianne Harnischberg Vital- u. Rückentrainerin Expertin Erwachsenensport ☎ 079 259 90 21 ✉ marianne.harnischberg@gmx.ch	Individuell abgestimmtes Training für Seniorinnen und Senioren zu Hause oder im Heim für Kraft, Beweglichkeit und Selbständigkeit zu fördern
Seniorenfit Schüpfen	GroupFitness Schüpfen Christine Vogt ☎ 079 276 34 61 ✉ chrigi@groupfitness-schuepfen.ch	Bedürfnisgerechtes trainieren von Kraft, Gleichgewicht, Entspannung, Nordic Walking

Geselligkeit, Kultur, Bildung

Landfrauen Grossaffoltern	Daniela Schmidiger,Präsidentin ☎ 032 392 11 09 / 079 717 12 18 ✉ landfrau35@gmx.ch www.lvgrossaffoltern.jimdofree.com	Kursangebot, Landfrauenreise, Höck, Weihnachtsfeier, u. a.
Landfrauen Rapperswil	Ruth Rätz, Präsidentin ☎ 031 879 20 00 ✉ familie.raez@bluewin.ch (keine Homepage)	Ausflüge, jassen, kegeln, Adventsfeiern s. Tätigkeitsprogramm

Landfrauen Schüpfen	<p>Micheline Wälchli, Präsidentin ☎ 031 879 23 80</p> <p>Margrit Leiser ☎ 031 872 07 72</p> <p>✉ info@landfrauen-schuepfen.ch www.landfrauen-schuepfen.ch</p>	<p>Seniorenreise, Adventsfeier Kurse s. Kursprogramm Jeweils im Winterhalbjahr alle 2 Wochen Jassnachmittage im Altersheim Schüpfen</p>
Jass- u. Spielnachmittag Verein Schmidebach Grossaffoltern	<p>im <i>egge</i> am Schmidebach, Grossaffoltern</p> <p>Christian Boner ☎ 079 648 07 21 Dora Loder ☎ 032 389 16 76</p> <p>✉ christian.boner@gmx.ch</p>	<p>Jeweils am Mittwoch Von 14.00 – 17.00 Uhr Eine Anmeldung ist nicht nötig.</p>
Bibliothek Grossaffoltern	<p>Gemeindehaus 3257 Grossaffoltern ☎ 032 389 25 80 ✉ bibliothek@grossaffoltern.ch</p>	<p>Montag: 17.30 – 19.30 Donnerstag: 16.00 – 18.00 Freitag: 16.00 – 18.00 Samstag: 09.30 – 11.30</p>
Mediathek Bibliothek Rapperswil BE	<p>Stollen 39 3255 Rapperswil BE ☎ Tel. 031 879 28 98 ✉ mediathek@schulen-rapperswil.ch www.schulen-rapperswil.ch <i>Mediathek</i></p>	<p>Mittwoch: 10.00 - 12.00 Mittwoch: 16.00 - 20.00 Freitag: 10.00 - 12.00 Während den Schulferien bleibt die Mediathek geschlossen.</p>
Bibliothek Schüpfen	<p>Marijke Jansen Sägestrasse 4a 3054 Schüpfen ☎ 031 879 79 03 ✉ bibliothek@schuepfen.ch</p>	<p>Dienstag: 15.00 – 18.00 Mittwoch: 15.00 – 17.00 Donnerstag: 15.00 – 18.00 Freitag: 19.00 – 21.00 Samstag: 10.00 - 12 .00</p>
Netzpunkt Zimlisberg	<p>Zimlisberg 461 3257 Rapperswil BE ☎ 079 560 42 17 ✉ mary@netzpunkt-zimlisberg.ch www.netzpunkt-zimlisberg.ch</p>	<p>Treffpunkt Frühstück Strickkaffee, Spielnachmittage Yoga, Feldenkrais, Qigong, Filmabende, Kurse u. Seminare (s. auch Newsletter)</p>
Geistig-aktiv Kursangebot Schüpfen	<p>Heidi Rothen Raclé Dipl. Ergotherapeutin Gedächtnistrainerin SVGT Leiernstrasse 6 3054 Schüpfen ☎ 076 337 45 28 ✉ rothen@geistig-aktiv.ch www.geistig-aktiv.ch</p>	<p>Auf Anfrage Kurse für Gedächtnistraining Geistig aktiv werden, sein und bleiben Strategien, Tipps und Tricks für den Alltag Spaziergänge mit Kopf und Fuss</p>

Kursangebote Pro Senectute	Pro Senectute Biel-Seeland Zentralstrasse 40, 2502 Biel ☎ 032 328 31 11 ✉ biel-bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch	Zahlreiche Kurse und Veranstaltungen in der Region Biel-Seeland, siehe activ-Programm (erscheint jeweils im Juni und November)
Tanznachmittage Lyss Pro Senectute	Hotel Weisses Kreuz, Lyss ☎ 032 328 31 11 ✉ biel-bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch	Einmal monatlich mittwochs und sonntags. Detailprogramm und Auskunft bei Pro Senectute erhältlich
Bildungsprogramm SRK	www.srk-be.ch	Kurse für Freiwillige und Angehörige

Soziales Engagement (Freiwilligenarbeit)

Comun Freiwillig engagiert in Rapperswil BE	s. Gemeindefseite von Rapperswil BE, Rubrik «freiwillig engagiert» Benevol Biel/Bienne Bahnhofstrasse 30 2502 Biel ☎ 079 377 84 73 ✉ comun@benevol-bielbienne.ch www.benevol-jobs.ch-Rapperswil	Comun ist eine Vermittlungsplattform für Menschen, die sich freiwillig engagieren möchten und für Privatpersonen, Vereine, Organisationen, welche Freiwillige suchen für eine bestimmte Aufgabe.
Nachbarn fahren Nachbarn (Rapperswil)	Erika Leiser Zilmattstrasse 52 3255 Rapperswil ☎ 031 879 17 55	Als freiwillige Fahrerinnen und Fahrer aus der Gemeinde Rapperswil Fahren Sie Menschen aus unseren Dörfern in Ergänzung zum Rotkreuzfahrdienst zu Einkäufen und Veranstaltungen.
Nachbarn fahren Nachbarn (Grossaffoltern)	Gemeindeverwaltung Julia Stucker ☎ 032 389 08 80	Wie oben. Ab Januar 2021
Freiwilliges Engagement in den Kirchgemeinden	s. Kirchgemeinden S. 5, 6	In allen Kirchgemeinden gibt es vielfältige Einsatzmöglichkeiten für freiwillig Engagierte.

Besuchsdienst Grossaffoltern	Sylvie Bieri Reuebergstrasse 35 3257 Grossaffoltern ☎ 032 389 26 13 ✉ sylvie.bieri@gmail.com	Durch regelmässige Besuche Zeit zu schenken kann sehr bereichernd sein. Der Besuchsdienst Grossaffoltern sucht laufend freiwillige Besucher und Besucherinnen
Besuchsdienst Schüpfen		Siehe Angebot der ref. Kirchgemeinde Schüpfen
Cafeteria Seniorenzentrum Schüpfen	Ruth Arn ☎ 032 389 19 89 Heidi Schär ☎ 031 879 26 00 Gabi Lüthi ☎ 031 879 30 24	Organisiert durch die Landfrauenvereine. Freiwillige Helfer und Helferinnen sind willkommen.
Freiwilligenarbeit im Seniorenzentrum Schüpfen	Seniorenzentrum Schüpfen K. Klötzli, Leiterin Aktivierung ☎ 031 879 51 65 ✉ k.kloetzli@sz-schuepfen.ch www.sz-schuepfen.ch	Das Seniorenzentrum freut sich über Freiwillige für: Vorlesen, Besuche, Spaziergänge, Spielen, Fahrdienste etc.
Fahreinsätze für den Rotkreuz-Fahrdienst Region Seeland	Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern – Region Seeland Solithurnstrasse 136 2504 Biel/Bienne ☎ 032 341 80 80 ✉ fahrdienst-seeland@srk-bern.ch www.srk-bern.ch/seeland	Sie begleiten ältere, behinderte oder kranke Menschen mit Ihrem Privatauto zum Arzt, zur Therapie, ins Spital oder zur Kur.
Freiwilliges Engagement beim Schweizerischen Roten Kreuz Region Seeland-Berner Jura	SRK Kanton Bern, Region Seeland- Berner Jura Solithurnstrasse 136 2504 Biel/Bienne ☎ 032 329 32 72 ✉ info-seeland@srk-bern.ch www.srk-bern.ch/seeland	Sie begleiten Senioren, Flüchtlinge oder Familien. Sie haben die Wahl zwischen verschiedenen Einsatzmöglichkeiten, passend zu Ihrem Zeitplan: Fahrdienst, Hausbesuche, Tandem-Begleitungen, usw.
win3 drei Generationen im Klassenzimmer	Pro Senectute Biel-Seeland Zentralstrasse 40, 2502 Biel ☎ 032 328 31 11 ✉ biel-bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch	Senioren engagieren sich freiwillig an Schulen. 2 - 4 Std. pro Woche wird eine Lehrperson im Schulalltag unterstützt.

Administrationsdienst Pro Senectute	Pro Senectute Biel-Seeland Zentralstrasse 40, 2502 Biel ☎ 032 328 31 11 ✉ biel-bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch	Freiwilligeneinsätze für monatliche, unterstützende, administrative Aufgaben bei den Senioren zuhause
Kurse für Freiwilligenarbeit benevol	benevol Biel und Umgebung ☎ 032 322 36 16 ✉ info@benevol-bielbienne.ch	Weiterbildungsangebote für Menschen, die sich in der Freiwilligen Arbeit engagieren möchten
Freiwilliges Engagement Benevol	Benevol Biel und Umgebung s. oben www.benevol-jobs.ch www.talent-finden.ch	benevol vermittelt viele sporadische oder regelmässige Einsatzmöglichkeiten.
Patenschaften	Caritas Bern ☎ 031 378 60 00 ✉ freiwilligenarbeit@caritas-bern.ch	Caritas bringt Familien mit Paten und Patinnen jeden Alters zusammen.
Familienzentrum Schüpfen	Dorfstrasse 2 3054 Schüpfen ☎ 031 872 12 12 ✉ info@familienzentrum-schuepfen.ch www.familienzentrum-schuepfen.ch	Freiwilligeneinsätze im Bereich des Kinderhütendienstes oder im Familien-/Themenkafi sind willkommen.

Internetadressen für sozialen Austausch (Kein Anspruch auf Vollständigkeit)

www.infosenior.ch	Informationsportal für Senioren
www.seniorweb.ch	Club für Senioren
www.prosenior-bern.ch	Netzwerk der öffentlichen und privaten Akteure und Organisationen für Altersfragen im Kanton Bern
www.seniorenuni.unib.ch	Seniorenuniversität
www.computerias.ch	Computer und Internet für Senioren
www.seniorenakademie.ch	Vorträge und Exkursionen für Senioren
www.innovage.ch	Erfahrungswissen für gemeinnützige Organisationen
www.zwaeginsalter.ch	Pro Senectute Angebote zur Gesundheitsförderung im Alter
www.psy.ch	Wegweiser für psychische Gesundheit
www.generationentandem.ch	Ein Generationendialog im Internet, Magazin «UND»
www.zeitlupe.ch	Zeitlupe ist das Magazin für Menschen mit Lebenserfahrung. Für EL-Bezüger ist die Zeitung gratis
www.kulturlegi.ch/bern (Grossaffoltern)	Sport, Bildung und Kultur bis zu 70 % günstiger für EL Bezüger
www.sensus60plus.ch	Für Menschen mit Seh- und Höreinschränkungen
www.forum-elle.ch	Soziales Frauennetzwerk Frauenorganisation Migros
www.bernischekrebsliga.ch	Trauercafé
www.seniorinnen.ch	Senioren im Netz. Gegenseitige Unterstützung bei Computerfragen

3. Wohnen und Unterstützung im Alltag

Wohnen im Alter

Plattform Wohnen Pro Senectute Kanton Bern	www.wohnen60plus.ch	Informationen zu Wohnformen und Fragen ums Wohnen im Alter, inkl. Heimplätze, Ferienbetten etc.
Fachstelle Hindernisfreies Bauen Kanton Bern / Procap	Cäcilienstrasse 21 3007 Bern ☎ 031 941 37 07 ✉ hindernisfrei-be@procap.ch www.procap-bauen.ch	Informationen für alters- und behindertengerechtes Umbauen
	www.wohnenimalter.ch	Fachberatung für altersgerechtes Wohnen
Genossenschafts- wohnungen Siedlung Schmidebach Grossaffoltern	Wohnbaugenossenschaft Säge Präsident: Adrian Bühler 3257 Grossaffoltern ☎ 032 513 19 71 ✉ abuehler@swissonline.ch	Alters- und behindertengerechte Genossenschaftswohnungen.
Seniorenzentrum Schüpfen	Sägestrasse 10 3054 Schüpfen ☎ 031 879 51 51 ✉ info@sz-schuepfen.ch www.sz-schuepfen.ch	Alters- und Pflegeheim für ältere, betreuungsbedürftige sowie demenziell erkrankte Menschen, Kurzaufenthalte (Ferien), Tagesaufenthalte, Verpflegung in der Cafeteria für externe Besucher und Besucherinnen (mit Anmeldung), 22 Senioren-wohnungen mit Dienstleistungsangebot
Seelandheim Worben	Hauptstrasse 71 3252 Worben ☎ 032 387 96 96 ✉ info@seelandheim.ch www.seelandheim.ch	Alters- und Pflegeheim für Menschen im Alter Langzeitpflege, Entlastungs- und Ferienbetten, geschützter Demenzbereich, spezialisierter Gerontopsychiatriebereich, Alterswohnungen mit Dienstleistungen

Frienisberg – üses Dorf	Bernstrasse 137 3257 Seedorf ☎ 032 391 92 92 ✉ heim@frienisberg.ch www.frienisberg.ch	Wohnen im Alter und für Menschen mit einer Beeinträchtigung, Langzeitpflege, geschützte Wohngruppen für Demenzkranke, Tagesplätze Ferien- und Kurzaufenthalte, Notfalleintritte möglich
Voranzeige! Wohn- und Pflegeheim Schmidebach	Wohn- und Pflegeheim Schmidebach Ammerzwilstrasse 1 3257 Grossaffoltern ☎ 079 473 73 96 / 032 384 73 30 ✉ info@tn-gmbh.ch	Ab 01.04.2021 Familiäres Pflegeheim: Langzeitpflege, Kurz- und Ferienaufenthalte Wohnen im Alter mit Dienstleistungen Offener Frühstücks- Mittags- und Abendtisch
Betreute Wohngemeinschaft	Madeleine Studer Pflegefachfrau Aebnit 12 3257 Grossaffoltern ☎ 079 155 40 44 ✉ mad.studer@bluewin.ch	Wohngemeinschaft für Menschen, die auf Unterstützung im Alltag angewiesen sind. Tagesbetreuung für pflegebedürftige Menschen
Betreutes Wohnen in Familien und Tagesstrukturen Landwirtschaft	WoBe AG Erlachstrasse 5 3001 Bern ☎ 031 560 68 00 ✉ info@wobeag.ch www.wobeag.ch	Wohnen und Angebote für Senioren zur Entlastung von Angehörigen, Abwechslung im Alltag, soziale Zugehörigkeit. Individuelle Angebote mit «Tagesstrukturen Landwirtschaft»

Unterstützung im Alltag

Reinigungsdienst Pro Senectute	Pro Senectute Biel/ Bienne-Seeland ☎ 032 328 31 11 ✉ seeland@be.prosenectute.ch	Für regelmässige Wohnungsreinigungen oder Frühjahrsputz
BelleVie Suisse AG	In Zusammenarbeit mit Spitex Seeland ☎ 031 537 07 00 ✉ info@bellevie.ch	Entlastung in Haushalt und Garten, Begleitung zu Hause und auswärts, Hilfe bei der Administration
Home Instead Lyss-Biel-Seeland	Marktplatz 10 3250 Lyss ☎ 032 511 11 88 ✉ lyss@homeinstead.ch www.homeinstead.ch	Nichtmedizinische Dienstleistungen für Seniorinnen und Senioren zu Hause (auch 24 Std. Betreuung möglich)

Entlastungsdienst Schweiz, Kanton Bern	Region Biel-Seeland Caterina Gemelli ☎ 032 397 10 01 ✉ caterina.gemelli@ entlastungsdienst.ch www.entlastungsdienst.ch	Betreuung von beeinträchtigten Personen. Unterstützung in der Alltagsgestaltung wie spazieren gehen, einkaufen, kochen, spielen, vorlesen etc.
Team Sunneschyn	Disponentin Region Seeland Denise Rhiner ☎ 079 851 26 48 ✉ seeland@team-sunneschyn.ch www.team-sunneschyn.ch	Haushalt /Betreuung zu Hause, kochen zu Hause, Begleitung zum Arzt, Ausflüge, Gesellschaft leisten etc.
Administrations- dienst Pro Senectute	Pro Senectute Biel-Seeland Zentralstrasse 40, 2502 Biel ☎ 032 328 31 11 ✉ biel- bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch	Freiwillige Unterstützung von Senioren und Seniorinnen in administrativen Aufgaben
Computer- Dienstleistungen nach Mass für Senioren	Pro Senectute Region Bern Kurssekretariat ☎ 031 359 03 03 bildungundsport@be.prosenectut e.ch www.be.prosenectute.ch	Privatunterricht und PC-Support durch Fachpersonen
Jobbörse für Grossaffoltern Rapperswil	Kinder- und Jugendfachstelle Lyss, Büro Jobbörse Mühleplatz 8 3250 Lyss ☎ 032 387 85 65 ✉ michael.graber@lyss.ch	Die Jobbörse vermittelt Jugendliche zwischen 13 - 17 Jahren für Unterstützung im Haushalt, Garten, beim Einkaufen, am Computer, bei der Tierbetreuung.
Private Anstellung von Haushalthilfen	www.quitt.ch	Hilfe beim Abschliessen von korrekten Anstellungsverträgen und Versicherungen
Hilfe bei Umzügen	Agnes Hautle ☎ 032 385 28 73 ✉ reisebegleitung@bluewin.ch	Individuelle Unterstützung bei Wohnungswechsel
Handwerkliche Hilfeleistungen	Stiftung Südkurve Lyss Hohfuhrenweg 4 3250 Lyss ☎ 032 387 84 48 ✉ Kontakt@suedkurve-lyss.ch www.suedkurve-lyss.ch	Umgebungsarbeiten, Reinigung, Transporte, Umzug und andere handwerkliche Arbeiten

Räumungen und Entsorgungen	Brockiträff65 Schüpfen Lysstrasse 15 3054 Schüpfen ☎ 079 840 34 76 ✉ therese@brockitraeff65.ch www.brockitraeff65.ch	Abholung noch brauchbarer Ware, Räumungen und Entsorgungen, Brocki mit Bistro
----------------------------	--	---

Es entstehen immer neue Angebote. Bei Fragen kann Pro Senectute weiterhelfen.

Essen und Verpflegung

Offener Mittagstisch Seniorenzentrum Schüpfen	Seniorenzentrum Sägestrasse 10 3054 Schüpfen ☎ 031 879 51 51 ✉ info@sz-schuepfen.ch	Täglich (Anmeldung bis 1 Tag vorher)
Mittagstisch Hofmatt Schüpfen	Kirchgemeindehaus Dorfstrasse 12 3054 Schüpfen ☎ 079 764 41 08	Gemeinsames Essen am letzten Donnerstag des Monats um 12.00 Uhr Anmeldung bis Montagabend
Offener Mittagstisch Grossaffoltern	Kirchgemeindehaus Dorfstrasse 19 3257 Grossaffoltern ☎ 032 389 14 24 ✉ heidi.federici@be.re.ch	Offener Mittagstisch für jedes Alter am 1. Donnerstag des Monats um 12.15 Uhr Anmeldungen jeweils bis Montag vor dem Mittagstisch
Privater Mittagstisch Grossaffoltern	Madeleine Studer Aebnit 12, 3257 Grossaffoltern ☎ 032 389 24 38 ✉ mad.studer@bluewin.ch	Mittagstisch im kleinen Rahmen 1 - 2x wöchentlich oder nach Absprache
Privater Mittagstisch Kosthofen	Mittagstisch Rita Gobel Oberdörfli 9 3262 Kosthofen ☎ 032 389 23 89 Natel: 076 442 23 89 ✉ rita.gobel@eternica.ch	Jeden Mittwoch (ausser 1. Mittwoch im Monat) Anmeldung bis jeweils Dienstagmittag Mittagessen in Gemeinschaft
Mahlzeitendienst der Spitex Seeland Stützpunkt Schüpfen	Stützpunkt Schüpfen ☎ 031 879 05 67 ✉ schuepfen@spitex-seeland.ch	Fertigmahlzeiten, die 1x pro Woche geliefert werden

Mahlzeiten auf Rädern	Stiftung Südkurve Hohfuhrenweg 4 3250 Lyss ☎ 032 387 84 32 ✉ mzd@suedkurve-lyss.ch www.suedkurve-lyss.ch	Frischmahlzeiten für Lyss u. U. (Grossaffoltern)
<p>Verschiedene Restaurants in Ihrer Nähe kochen Menüs zum Abholen. Erkundigen Sie sich direkt bei Ihrem Lieblingsrestaurant. (ev. auch bezüglich Liefermöglichkeiten).</p>		
Luginbühl's Menuservice	Schwadernastrasse 65 2558 Aegerten ☎ 032 373 18 01 ✉ welcome@luginbuehls.com www.luginbuehls.com	Mahlzeiten zum Aufwärmen. Mahlzeitenlieferung 2x wöchentlich Verschiedene Menü- Auswahlmöglichkeiten, auch Diätmenüs.
Menu Casa	www.menu-casa.ch ☎ 058 475 90 90 ✉ info@menu-casa.ch	Mahlzeiten à la carte zum Aufwärmen Viele Menüs zur Auswahl Lieferung per Kurier Bestellung: Mo – Fr. 08.30 – 16.00 Uhr
Casa Gusto	www.casa-gusto.ch ☎ 058 451 50 50 In (Schweizweiter Dienst von Pro Senectute)	Mahlzeiten zum Aufwärmen. Lieferungen per Kurier (Di – Sa) ; Bestellung: Mo – Fr. 08.30 – 16.00 Uhr
Tavolata	www.tavolata.ch (gefördert durch Migros- Kulturprozent)	Unter dieser Adresse finden Sie Informationen für selbst- organisiertes gemeinsames Essen in der Region
Tischlein-deck-dich Lyss	Stiftung Südkurve Lyss Hohfuhrenweg 4, Lyss ☎ 032 387 84 48 ✉ Kontakt@suedkurve-lyss.ch www.suedkurve-lyss.ch	Bezugskarten für Lebensmittel für Menschen in finanziellen Engpässen sind erhältlich bei: Pro Senectute, Regionaler Sozialdienst
Einkaufsdienst SRK Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern Region Seeland- Berner Jura	SRK Kanton Bern, Region Seeland-Berner Jura Solothurnstrasse 136 2504 Biel/Bienne 032 329 32 72 einkaufsdienst-seeland@srk- bern.ch www.srk-bern.ch/einkaufsdienst	Der Einkaufsdienst beliefert ältere und kranke Menschen, die ihre Einkäufe nicht mehr selber erledigen können - auch im Fall von Covid-19 Erkrankung oder Quarantäne

Mobilität / Fahrdienste

Rotkreuz-Fahrdienst Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern Region Seeland- Berner Jura	SRK Kanton Bern, Region Seeland – Mobil – auch im Alter, bei Berner Jura Solothurnstrasse 136 2504 Biel/Bienne ☎ 032 341 80 80 ✉ fahrdienst-seeland@srk- bern.ch www.srk-bern.ch/seeland	– Mobil – auch im Alter, bei Krankheit oder Behinderung. Fahrten zum Arzt, zur Therapie, ins Spital oder zur Kur. Anmeldung spätestens 2 Tage vor der Fahrt
Nachbarn fahren Nachbarn (Rapperswil)	Gemeindeverwaltung 3255 Rapperswil ☎ 031 879 77 77 ✉ gemeinde@rapperswil-be.ch www.rapperswil-be.ch	Ergänzung zum Rotkreuzfahrdienst: Begleitung von Einwohner*innen von Rapperswil für Besuche, Einkäufe, Veranstaltungen etc. Die Liste der Fahrer*innen finden Sie via Gemeindeverwaltung.
Nachbarn fahren Nachbarn (Grossaffoltern)	Gemeindeverwaltung 3250 Grossaffoltern ☎ 032 389 08 80	Gleich wie oben mit freiwilligen Fahrerinnen und Fahrern aus Grossaffoltern ab. Jan. 2021
Behinderten-Transport Kanton Bern	Stiftung Behindertentransport Kanton Bern Schwarztorstrasse 32 3007 Bern ☎ 031 307 40 40 ✉ info@stiftung-btb.ch www.stiftung-btb.ch	Liste mit Taxiunternehmen mit rollstuhlgängigen Fahrzeugen in der Region Biel-Seeland
BETAX	Stöckackerstrasse 60 3018 Bern ☎ 0800 90 30 90 ✉ info@betax.ch www.betax.ch	Fahrten für Menschen mit eingeschränkter Mobilität. 24h täglich, 7 Tage die Woche mit bedarfsgerecht eingerichteten Fahrzeugen. Auch Lieferdienste nach Bedarf
Truwa-Jet AG	Weststrasse 4 3273 Kappelen ☎ 079 360 78 45 ✉ truwa-jet@bluewin.ch	Rollstuhltransporte Treppenhaustransporte
Pro Senectute Biel/Bienne-Seeland	Pro Senectute Steinweg 26 (Lyssbachpark) 3250 Lyss ☎ 032 328 31 11 ✉ seeland@be.prosenectute.ch	Beratung und Beantragung des Ausweises zur Benützung des Behindertentransportes Kanton Bern

A&A Reisebegleitung	Agnes Hautle ☎ 032 385 28 73 ✉ reisebegleitung@bluewin.ch	Begleitung und Betreuung für kleine Ausflüge und Besuche.
SBB Callcenter Handicap	☎ 0800 007 102 ✉ mobil@sbb.ch	Informationen für Reisende mit eingeschränkter Mobilität
SOS Bahnhofhilfe Bern	☎ 079 606 49 69 ✉ bern@bahnhofhilfe.ch	Umsteigehilfe und Begleitung am Bahnhof
Nationale Plattform Mobil sein und bleiben	www.mobilsein.ch	Kursangebote und Wissenswertes rund ums Thema Mobilität im Alter
Sicher Fahren im Alter – Routinier 70 plus	www.routinier70plus.ch	Informationen, Tipps und Übungen für sicheres Fahren

Soziale, rechtliche und finanzielle Beratung

AHV-Zweigstellen	s. Gemeindeverwaltungen S.4	
Regionaler Sozialdienst	Dorfstrasse 17 3054 Schüpfen ☎ 031 879 70 70 ✉ administration@rsd-schuepfen.ch www.rsd-schuepfen.ch	Soziale, rechtliche und finanzielle Beratung
Sozialberatung Pro Senectute Biel/Bienne-Seeland	Steinweg 26 3250 Lyss ☎ 032 328 31 12 ✉ seeland@prosenectute.ch www.region-bbs.ch www.infosenior.ch	Kostenlose Beratungen rund ums Alter (Finanzen, Versicherungen, Steuern, Recht, Lebensgestaltung, Gesundheit, Wohnen, Vorsorgedokumente / letzte Dinge regeln). Freiwilliger Administrationsdienst Betreuungs- und Pflegeverträge
KESB, Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde Seeland	Stadtplatz 33 3270 Aarberg ☎ 031 636 30 30 ✉ info.kesb-se@jgk.be.ch	Kindes- und Erwachsenenschutzmassnahmen inkl. Gefährdungsmeldungen/ Beistandschaften sowie Validierung (und Informationen) zu Vorsorgeaufträgen

Beratungsstelle Demenz Alzheimer Bern Stadt Bern und Region	Bahnhofplatz 2 3011 Bern ☎ 031 312 04 10 ✉ regionbern@alz.ch www.alz.ch/be	Beratungsangebot für Demenzbetroffene und Angehörige: Selbstfürsorge, Alltagsgestaltung; Finanzielles; Vorsorgeauftrag; Hilfenentschädigung; Betreuung; Heimeintritt
Bernische Ombudsstelle für Alters- Betreuungs- und Heimfragen	Zinggstrasse 16 3007 Bern ☎ 031 372 27 27 ✉ info@ombudsstellebern.ch www.ombudsstellebern.ch	An die Ombudsstelle kann sich wenden, wer sich ungerecht behandelt oder verletzt fühlt im Zusammenhang mit häuslicher, ambulanter od. stationärer Pflege
Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (UBA)	Malzstrasse 10 8045 Zürich ☎ 0848 00 13 13 ✉ info@uba.ch www.uba.ch	Anlaufsstelle für Fragen und Prävention von Konfliktsituation und Gewalt für betroffene älteren Menschen und ihre Angehörigen.
Elder Mediation	Gerlind Martin, Lic.phil.I Gerontologin, Journalistin, Mediatorin mit Schwerpunkt Alters- + Generationenfragen ☎ 031 333 50 33 ✉ gerlind.martin@mediation-in-bern.ch www.eldermediation.ch/bern/	Beratung und Unterstützung in Konfliktsituationen.

4. Gesundheit

Beratungsangebote zu Gesundheitsfragen

Kantonales Gesundheitsförderungsprogramm Zwäg ins Alter Pro Senectute Biel/Bienne -Seeland	Sylvia Wicky Steinweg 26 3250 Lyss ☎ 032 328 31 80 ✉ sylvia.wicky@be.prosenectute.ch www.zwaeginsalter.ch www.infosenior.ch	Beratungen zu Gesundheitsfragen und Lebensqualität im Alltag durch eine spezialisierte Pflegefachfrau. Vortragsangebote zu Gesundheitsfragen
Berner Gesundheit	Zentrum Jura-bernois-Seeland Bahnhofstrasse 50 2502 Biel ☎ 032 329 33 70 ✉ biel@beges.ch	Information, Abklärung und Beratung/Therapie bei Suchtproblemen für Betroffene und Angehörige
Beratungsstelle Demenz Alzheimer Bern Stadt Bern und Region	Bahnhofplatz 2 3011 Bern ☎ 031 312 04 10 ✉ regionbern@alz.ch www.alz.ch/be	Beratung: Begleitung und Informationen für Menschen mit Demenz, Angehörige u. Betreuende, Angehörigengruppen, Gruppe für Betroffene, Alzheimer Ferien, Veranstaltungen
Beratungsstelle Demenz Biel und Berner Jura Dt. und franz.	Spitalzentrum Biel 2502 Biel ☎ 077 523 22 13 ✉ berneljura@alz.ch	
Bernische Krebsliga	Marktgasse 55, 3001 Bern ☎ 031 313 24 24 ✉ info@bernischekrebsliga.ch www.bernischekrebsliga.ch	Beratungsstelle rund ums Thema Krebs für Betroffene, Angehörige und Interessierte
Palliative Care	palliative bern Geschäftsstelle Marktgasse 55, PF 2117 3001 Bern ☎ 031 313 24 11 ✉ info@palliativebern.ch www.palliativebern.ch	Informationen für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen
Pallifon	☎ 0844 148 148	Telefonische Notfallberatung für Menschen in Palliativsituationen kompetent – kostenlos – 24 h

Beratungsstelle für sehbehinderte Menschen Kanton Bern	Beraten B Neufeldstrasse 95 Postfach 918 3000 Bern 9 ☎ 031 306 33 33 ✉ info@b-bern.ch www.beraten-b.ch	Beratung und Unterstützung von Menschen mit visueller Beeinträchtigung
Interessengemeinschaft Sozialpsychiatrie Bern (igs Bern)	Holzikofenweg 22 3007 Bern ☎ 031 370 79 79 ✉ info@igsbern.ch www.igsbern.ch	Angebote zur Beratung, Begleitung, Behandlung und zu bedürfnisgerechten Lebensformen für psychisch kranke und kognitiv beeinträchtigte Menschen.
Vermittlung von Adressen spezialisierten Beratungsstellen für chronische Erkrankungen	Zwäg ins Alter Pro Senectute ☎ 032 328 31 80 ✉ sylvia.wicky@be.prosenectute.ch	Eine spezialisierte Pflegefachfrau hilft Ihnen gerne weiter.
Selbsthilfe BE – Beratungsstelle Bern	Bollwerk 41 3011 Bern ☎ 0848 33 99 00 ✉ info@selbsthilfe-be.ch www.selbsthilfe-be.ch	Vermittelt Kontakte zu Selbsthilfegruppen und unterstützt den Aufbau von neuen Gruppen
Entlastung Angehörige SRK Schweizerisches Rotes Kreuz, Kanton Bern, Region Seeland-Berner Jura	SRK Kanton Bern, Region Seeland-Berner Jura Solothurnstrasse 136 2504 Biel/Bienne ☎ 032 329 32 72 ✉ entlastung-seeland@srk-bern.ch www.srk-bern.ch/entlastung-angehoerige	Professionelle Beratung und fachkundige Unterstützung. Für Angehörige von älteren, kranken und sterbenden Menschen
Pro Aidants	www.proaidants.ch	Informationen und Beratung für betreuende Angehörige

Spitexangebote

Spitex Seeland, Stützpunkt Schüpfen	Richtersmattweg 99 3054 Schüpfen ☎ 031 879 05 67 ✉ schuepfen@spitex-seeland.ch (24 Stunden Erreichbarkeit) www.spitex-seeland.ch	Grund- und Behandlungspflege, Anleitung zur Selbsthilfe, Beratung, psychiatrische Pflege, Palliative Care, onkologische Pflege, Wundexpertise, Tagesstätte SELTA, Lyss (s. S. 20)
-------------------------------------	---	---

Freiberufliche Pflegefachfrauen Schüpfen u. U.	☎ 079 768 92 04 (24 Std. Erreichbarkeit) www.krankenpflege-zuhause.ch	Grund- und Behandlungspflege Beratung, Wundversorgung, Infusionstherapie, Palliative Care
PRISSAG professionelle Pflege zu Hause	PRISSAG AG Standort Aarberg ☎ 032 387 17 17 ✉ info@prissag.ch Standort Bremgarten (für Klienten aus Schüpfen) ☎ 031 300 40 60 ✉ info@prissag.ch www.prissag.ch	Beratung/Abklärung, Grund- und Behandlungspflege, Wundexpertise, psychiatrische Pflege, Palliative Care, Hauswirtschaft
Claire & George Hotelspitex	Falkenplatz 9 3012 Bern ☎ 031 301 55 65 ✉ kontakt@claireundgeorge.ch www.claireundgeorge.ch	Vermittelt Hotelferien mit Spitex oder weiteren Unterstützungs- und Entlastungsdiensten nach Bedarf

Informationen für weitere private Spitexdienste erhalten Sie bei Pro Senectute

Tagesstätten, Entlastung, Besuchsdienste

Entlastungsdienst Schweiz Kanton Bern	Region Biel-Seeland Caterina Gemelli ☎ 032 397 10 01 ✉ caterina.gemelli@entlastungsdienst.ch www.entlastungsdienst.ch	Stunden- oder tageweise Entlastung von pflegenden Angehörigen
Entlastung Angehörige SRK Schweizerisches Rotes Kreuz, Kanton Bern, Region Seeland- Berner Jura	SRK Kanton Bern, Region Seeland-Berner Jura Solothurnstrasse 136 2504 Biel/Bienne ☎ 032 329 32 72 ✉ entlastung-seeland@srk-bern.ch www.srk-bern.ch/seeland www.srk-bern.ch/entlastung-angehoerige	Professionelle Beratung und fachkundige Unterstützung. Für Angehörige von älteren, kranken und sterbenden Menschen
Besuchs- und Begleitdienst SRK Kanton Bern Seeland-Berner Jura	Unterer Quai 23 2502 Biel/Bienne ☎ 032 329 32 78 ✉ besuchsdienst-seeland@srk-bern.ch www.srk-bern.ch/seeland	Der Besuchs- und Begleitdienst vermittelt geschulte Freiwillige für Gespräche, Begleitung, Alltagsaktivitäten

Einkaufsdienst SRK Schweizerisches Rotes Kreuz, Kanton Bern, Region Seeland-Berner Jura	SRK Kanton Bern, Region Seeland-Berner Jura Solothurnstrasse 136 2504 Biel/Bienne ☎ 032 329 32 72 ✉ einkaufsdienst-seeland@srk-bern.ch www.srk-bern.ch/einkaufsdienst	Freiwillige beliefern ältere und kranke Menschen, die ihre Einkäufe nicht selber erledigen können – auch im Fall von Covid-19 Erkrankung od. Quarantäne
Tagesstätte der Seeländischen Spitex SELTA in Lyss	Chaumontweg 2 3250 Lyss ☎ 032 393 78 78 ✉ info@spitex-seeland.ch	Für mobile, demenzkranke Menschen ab 65 J., die tagsüber unterstützende Betreuung benötigen. 08.30 – 16.30 Uhr
Atelier Zwischenhalt Schüpfen	Ursula Remund Schwanden 49 3054 Schüpfen ☎ Tel. 0793733051 ✉ urem@gmx.ch www.atelier-zwischenhalt.com	Entlastung-für Familien mit demenzbetroffenen Angehörigen, Seniorenachmittage, Gedächtnistraining, Kunsttherapie (auch Hausbesuche)
Tagesbetreuung für pflegebedürftige Menschen	Madeleine Studer Pflegefachfrau Aebnit 12 3257 Grossaffoltern ☎ 032 389 24 38 ✉ mad.studer@bluewin.ch	Individuelle Betreuung zur Entlastung der Angehörigen. Spielnachmittage mit Zvieri, Spaziergänge, Begleitung Therapie, Arzt, Einkauf etc.
Besuchsdienst Grossaffoltern	Sylvie Bieri Reuebergstrasse 35 3257 Grossaffoltern ☎ 032 389 26 13	Regelmässige Besuche von Mitmenschen. (Dieses Angebot gilt, soweit es genügend freiwillige Besucher und Besucherinnen gibt). s. S. 9
Besuchsdienst Schüpfen	s. Angebot der Kirchgemeinde	
Benevol Biel und Umgebung	Bahnhofstrasse 30 2502 Biel ☎ 032 322 36 16 ✉ info@benevol-bielbienne.ch	Va Bene: besuchen und begleiten, (Spaziergänge, Gespräche, einkaufen, Behördengänge). Schreibservice
Work+Care	www.info-workcare.ch	Informationen für Erwerbstätige, die Angehörige pflegen

Hilfsmittel, Notrufeinrichtungen

REHABIL AG	Chräjeninsel 13 3270 Aarberg ☎ 032 392 77 11 ✉ info@rehabil.ch www.rehabil.ch	Med. Hilfsmittel für Pflege und Rehabilitation (Gehhilfen, Rollstühle, Pflegebetten usw.) Beratung, Vermietung und Verkauf, Service
Notruf Schweizerisches Rotes Kreuz Region Seeland- Berner Jura	SRK Kanton Bern, Region Seeland-Berner Jura Solithurnstrasse 136 2504 Biel/Bienne ☎ 032 329 32 75 ✉ notruf@srk-bern.ch www.notruf.redcross.ch	Sicherheit rund um die Uhr. Ein Knopfdruck und die Not-rufzentral organisiert ange-messene Hilfe. 24 Std. an 365 Tagen.
Notrufdienst (smartlife) Swisscom	Swisscom Shops, Postfilialen www.swisscom.ch/notruf-uhr	Neues Notrufsystem, auch mit GPS-Modul 24h Notfallzentrale
Spitex Notruf	Spitex Seeland ☎ 032 393 78 78 ✉ info@spitex-seeland.ch	Notrufsystem, verbunden mit der Notrufzentrale von Spitex Seeland

Physiotherapie, Ergotherapie, Podologie

Physio- und Trainingstherapie Schüpfen	Dorfstrasse 1 3054 Schüpfen ☎ 031 879 06 77 ✉ info@pt-s.ch www.pt-s.ch	Physio- und Trainingstherapie Cardiofit
Grossaffoltern	Ammerzwilstrasse 1A 3257 Grossaffoltern Tel. 032 389 23 30 ✉ info@pt-s.ch	Physiotherapie in der Praxis und Heimbehandlungen
Rapperswil	Hauptstrasse 27 3255 Rapperswil BE ☎ 076 566 15 01 ✉ info@pt-s.ch	Physiotherapie in der Praxis und Heimbehandlungen
Physiotherapie Suberg	Reto Kirchhofer Bernstrasse 51 3262 Suberg ☎ 032 530 33 12 ✉ info@physiokirchhofer.ch	Physiotherapie in der Praxis und Heimbehandlungen www.physiokirchhofer.ch

Podologie Blank	Sarah Blank Bernstrasse 11 3262 Suberg ☎ 079 455 86 57 ✉ podologieblank@gmx.ch	Medizinische Fusspflege
Ergotherapie Schüpfen	Christa Gfeller-Indermühle Heidi Rothen Raclé Priska Rothen-Trutmann Leiernstrasse 6 3054 Schüpfen ☎ 031 872 05 72 ✉ info@ergotherapie- schuepfen.ch www.ergotherapie-schuepfen.ch	Alltags- und Selbstständigkeitstraining, Beratung zum Umgang mit Einschränkungen (u.a. Demenz), Hilfsmittel- und Hausabklärung, Gruppentherapie Behandlung in Praxis und Hausbesuche
Hausärzte		
MediZentrum Schüpfen AG	Dorfstrasse 1 3054 Schüpfen ☎ 031 879 50 00 ✉ info@medizentrum.ch www.medizentrum.ch	Hausärzte; Fachärzte; Psychotherapie Ernährungsberatung Diabetesberatung Freiberufliche Pflegefachfrauen
Corona-Tests im MediZentrum Schüpfen	☎ 031 879 50 00 www.medizentrum.ch	Für Abstriche mit Konsultation: Tel. Vereinbarung im Medizentrum Für Abstriche ohne Konsultation: Online Terminvereinbarung
Seeland Corona Hotline	☎ Tel. 032 501 01 24	Für alle Fragen zu Corona (bedient vom 07.30 – 22.00 Uhr)
MediZentrum Lyss AG	Busswilstrasse 6 3250 Lyss ☎ 032 387 07 07 ✉ lyss@medizentrum.ch	Ärzte und Therapeuten unter einem Dach
Walk-in Praxis Lyss AG	Hirschenplatz 8 3250 Lyss ☎ 032 387 22 22 www.walk-in-lyss.ch	Schnelle medizinische Hilfe ohne Vorankündigung Montag – Freitag 07.00 - 19.00 Uhr

Spitäler

Spital Aarberg
Insel Gruppe AG

Lyssstrasse 31
3270 Aarberg
☎ 032 391 82 82
✉ info@spitalaarberg.ch
www.spitalaarberg.ch

Notfallmedizin mit 24-Std-
Rettungsdienst/Ambulatorium
Innere Medizin/Kardiologie
Chirurgie, Traumatologie,
Orthopädie, Radiologie
Anästhesie/Schmerztherapie
Paramedizinisches Angebot

Spital Tiefenau
Insel Gruppe AG

Tiefenaustrasse 112
3004 Bern
☎ 031 308 81 11
✉ info@spitaltiefenau.ch
www.spitaltiefenau.ch

24-Std. Notfalldienst
Grundversorgung
Spezialgebiete
Geriatrische Universitätsklinik

Universitäre
Psychiatrische Dienste
UPD

Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60
☎ 031 930 91 11
✉ alterspsychiatrie@upd.ch

Ambulante Versorgung
Alterspsychiatrische Tagesklinik
Stationäre Versorgung
Memory Clinic

Mein Hausarzt / meine Hausärztin.....

Eigene wichtige Telefonnummern.....

NOTFALLDIENSTE

Polizeinotruf	117
Feuerwehr	118
Sanitätsnotruf / Ambulanz	144
Vergiftungsnotfälle (Toxzentrum)	145
Dargebotene Hand	143
REGA	1414

ÄRZTLICHER NOTFALLDIENST

«hans+»

Hausarzt-Notfall Seeland

Grossaffoltern und Schüpfen

0900 144 111

Falls der Hausarzt nicht erreichbar ist

Medphone

Rapperswil

0900 57 67 47

Notfallarzt Bern

Apotheken Notfalldienst

Biel/Seeland

0842 24 24 24

Zahnarzt Notfalldienst

1811 gibt Auskunft

