



# WEGWEISER

FÜR SENIORINNEN UND  
SENIOREN IN THUN

Wegweiser für Seniorinnen und Senioren in Thun, 7. Auflage, 2025

Konzept und Text: Direktion Sicherheit und Soziales der Stadt Thun

Illustrationen: Jürg Kühni, Burgdorf

Druck: Materialzentrale der Stadt Thun

**WOHNEN** 9

---

Information und Beratung 11

---

Wohnen zu Hause 12

---

Wohnen in der Alterswohnung 12

---

Wohnen mit Dienstleistungen 14

---

Wohnen mit Betreuung 16

---

Wohnen im Alters- und Pflegeheim 17

---

**GESUNDHEIT** 23

---

Ärztinnen und Ärzte/Notfälle 25

---

Demenz/Psychiatrie 26

---

Gesundheitsberatung 29

---

Hilfsmittel 33

---

**UNTERSTÜTZUNG** 37

---

**Hilfen im Alltag** 38

---

**Begleitungen** 39

---

**Besuchsdienste** 40

---

**Essen und Verpflegung** 42

---

**Hilfen im Haushalt** 45

---

**Hilfestellungen bei der Administration  
und der Erledigung der Zahlungen** 50

---

**Mobilität und Verkehrssicherheit** 51

---

**Technikhilfe** 52

---

**Betreuung und Pflege zu Hause** 53

---

**Ambulante Pflegeangebote** 54

---

**Entlastung für die pflegenden und  
betreuenden Angehörigen** 58

---

**Langzeitbegleitung und Sterbebegleitung** 60

---

**Tagesstätten und Ferienzimmer** 62

**BERATUNG** 67

---

Alter 69

---

Finanzen 72

---

Fremdsprachige 74

---

Rechtsfragen 76

---

Seelsorge 77

---

Todesfall 80

---

**FREIZEITANGEBOTE 65+** 83

---

Bewegung und Sport 85

---

Bildung und Kultur 89

---

Digitale Medien und Radio 95

---

Treffpunkte 97

---

**FREIWILLIGENARBEIT** 101

---

**ADRESSEN** 113

---







# WOHNEN

Eine gute Wohnsituation erhöht die Lebensqualität im Alter. Vielleicht ist Ihre Wohnung in vertrauter Umgebung das Ideale für Sie und Sie möchten gar nichts ändern. Vielleicht fragen Sie sich, wie die Situation mit zunehmendem Alter aussehen wird. Überlegen Sie sich, einen Platz in einem Alters- und Pflegeheim zu reservieren oder interessieren Sie sich für «Wohnen mit Dienstleistungen»? Oder wäre eine Alterswohnung auch eine Option? So oder so: Die Wohnform im Alter sollte Ihrem Lebensstil entsprechen, wobei natürlich auch finanzielle und gesundheitliche Aspekte eine Rolle spielen.

Es ist deshalb gut zu wissen, welche Wohnformen es gibt und wie sie sich unterscheiden. Im Wegweiser finden Sie Beratungsstellen sowie vielfältige Angebote fürs Wohnen im Alter. Weitere Informationen und Angebote finden Sie auch auf verschiedenen Internet-Plattformen.

<b>INFORMATION UND BERATUNG</b>	<b>11</b>
<b>WOHNEN ZU HAUSE</b>	<b>12</b>
<b>WOHNEN IN DER ALTERSWOHNUNG</b>	<b>12</b>
<b>WOHNEN MIT DIENSTLEISTUNGEN</b>	<b>14</b>
<b>WOHNEN MIT BETREUUNG</b>	<b>16</b>
<b>WOHNEN IM ALTERS- UND PFLEGEHEIM</b>	<b>17</b>

## INFORMATION UND BERATUNG

**Zu unterstützenden Angeboten für ältere Menschen, die zu Hause leben**

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

**Zu Folgeösungen nach einem Spitalaufenthalt**

**Zum Wohnen in Altersinstitutionen in Thun**

---

**Beratung: «Was brauche ich, um selbstständig zu bleiben?»**

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

Ein Angebot von «Zwäg ins Alter»

---

**Auskünfte zur Finanzierung von Heimaufhalten**

AHV-Zweigstelle Thun  
**033 225 85 60**

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

---

## **WOHNEN ZUHAUSE**

Im Kapitel «Unterstützung» finden Sie nützliche Hilfen im Alltag, Entlastungsangebote für pflegende Angehörige und Angebote für ambulante Betreuung und Pflege.

## **WOHNEN IN DER ALTERSWOHNUNG**

Diese Wohnform richtet sich an weitgehend selbstständige Seniorinnen und Senioren. Die barrierefreien Alterswohnungen bieten ein komfortables Zuhause, das Selbstständigkeit und Lebensqualität bis ins hohe Alter garantiert. Je nach Angebot können flexibel Dienstleistungen wie Wohnungsreinigung, Wäscheservice, Mahlzeiten, Pflegeleistungen etc. dazu gebucht werden.

Bei einigen Angeboten ist bei Bedarf auch der Wechsel in ein Einzelzimmer mit umfassender Pflege möglich.

## Wohnen in der Alterswohnung

Alters- und Pflegeheim  
Allmendguet  
Bethesda Alterszentren  
Quartier: Allmendingen  
**033 334 38 00**

---

Die Kosten beinhalten Miete inkl. Nebenkosten, Notruf und Teilnahme an Anlässen.  
Wahlweise mit oder ohne Dienstleistungen.

Alters- und Pflegeheim  
Schärmehof  
Bethesda Alterszentren  
Quartier: Neufeld  
**033 334 82 82**

---

Die Kosten beinhalten Miete inkl. Nebenkosten, Notruf und Teilnahme an Anlässen.  
Wahlweise mit oder ohne Dienstleistungen.

Domizil Selve Park  
Quartier: Innenstadt  
**033 334 06 00**

---

Die Kosten beinhalten Miete inkl. Nebenkosten, SERAFE und Notruf.

Hohmadpark  
Quartier: Hohmad  
**033 244 66 66**

---

Die Kosten beinhalten Miete, Nebenkosten, Telealarm sowie SAT-TV.  
Wahlweise mit oder ohne Dienstleistungen.

## WOHNEN MIT DIENSTLEISTUNGEN

Diese Wohnlösung eignet sich für selbstständige Seniorinnen und Senioren, die ein unabhängiges Leben führen möchten, sich aber nach Bedarf Unterstützung im Alltag wünschen und keine bis leichte Pflege benötigen.

### Wohnen mit Dienstleistungen

Allmendguet  
Bethesda Alterszentren  
Quartier: Allmendingen  
**033 334 38 00**

Domicil Selve Park  
Quartier: Innenstadt  
**033 224 06 00**

Martinzentrum -  
Wohnen im Alter  
Quartier: Hohmad  
**033 225 78 78**

Schärmehof  
Bethesda Alterszentren  
Quartier: Neufeld  
**033 334 82 82**

Seniorenwohnungen ·  
Burgergut Thun Steffisburg  
**033 439 26 26**

Sonn matt - Wohnen im Alter  
Quartier: Dürrenast  
**033 334 55 34**

## Wohnen mit Dienstleistungen

Tertianum AG  
Residenz Bellevue-Park  
Quartier: Lauenen-  
Hofstetten-Ried  
**033 227 07 07**

Verein Alterswohnen im  
Lerchenfeld  
Quartier: Lerchenfeld  
**033 222 18 07**  
**079 567 08 02**

---

Venner-Zyro-Park Thun  
Quartier: Innenstadt  
**033 333 26 26**

40 Wohneinheiten für alle  
Altersgruppen

---

## WOHNEN MIT BETREUUNG

Diese Wohnform eignet sich für Menschen mit Einschränkungen, die sie daran hindern, weiterhin alleine zu wohnen und selbstständig einen Haushalt zu führen. Im Vordergrund stehen das gemeinsame Wohnen und Essen sowie die medizinische Versorgung. Das Angebot richtet sich an Menschen mit keinem bis leichtem Pflegebedarf.

### Wohnen mit Betreuung

Alterswohnen Schlossblick  
Thun

Glockenthal

**033 439 63 00**

---

## WOHNEN IM ALTERS- UND PFLEGEHEIM

Das Angebot richtet sich an Seniorinnen und Senioren, deren Betreuungs- und Pflegebedarf die Möglichkeiten und die Kapazitäten der Angehörigen und der Spitex übersteigt.

Einige Alters- und Pflegeheime bieten zusätzlich Angebote an:

### **Spezialisierte Demenzpflege**

Wohngruppen für demenzkranke Menschen, die zunehmend Hilfe benötigen und auf ein geschütztes Umfeld angewiesen sind.

### **Übergangspflege**

Für rehabilitative Pflege nach einem Spitalaufenthalt, zur vorübergehenden Entlastung pflegender Angehöriger oder als Überbrückung bis eine definitive Wohnlösung in einem Pflegeheim gefunden worden ist.

### **Spezialisierte Palliativ-Pflege**

Für Seniorinnen und Senioren mit einer fortgeschrittenen, schweren Krankheit, die zum Tod führt (z.B. Krebserkrankung), bietet diese Wohnform einen geschützten Rahmen.

## Ferienzimmer

Das Angebot richtet sich an Seniorinnen und Senioren, die vorübergehend eine Unterkunft mit Betreuung und Pflege benötigen (z.B. wegen Umbau ihrer Wohnung oder nach einem Spitalaufenthalt). Für pflegende und/oder betreuende Angehörige stellt das Ferienzimmer eine Entlastungsmöglichkeit dar.

## Hotelzimmer

Das Hotelzimmer eignet sich für selbstständige Seniorinnen und Senioren, die vorübergehend eine Wohnlösung benötigen. Es steht ihnen frei, an den verschiedenen Angeboten des Heimes teilzunehmen.

## Wohnen im Alters- und Pflegeheim

Allmendguet  
Bethesda Alterszentren  
Quartier: Allmendingen  
**033 334 38 00**

Mit Hotelzimmer für selbstständige Seniorinnen und Senioren

Alterswohn- und Pflegeheim  
Gutknecht-Stiftung  
Quartier: Dürrenast  
**033 334 34 34**

Mit spezialisierter Demenzwohngruppe sowie mit Ferienzimmer für nicht demenzkranke Menschen

## Wohnen im Alters- und Pflegeheim

Betagtenheim Schönegg  
Hünibach  
**033 225 65 65**

---

Burgerheim · Burgergut Thun      Mit spezialisierter Demenzabteilung  
Steffisburg  
**033 439 26 26**

---

Domicil Selve Park      Mit Ferienzimmer und/oder mit  
Quartier: Innenstadt      Übergangslösung  
**033 224 06 00**

---

Martinzentrum – Wohnen im      Mit spezialisierter Demenzwohn-  
Alter      gruppe  
Quartier: Hohmad  
**033 225 78 78**

---

## Wohnen im Alters- und Pflegeheim

Pflegeheim Solviva Berntor  
Quartier: Innenstadt  
**033 225 77 77**

Pflegeheim Niesenblick  
Quartier: Allmendingen  
**033 336 23 83**

Schärmehof  
Bethesda Alterszentren  
Quartier: Neufeld  
**033 334 82 82**

Schlossgut Schadau  
Senioren-Wohngemeinschaft  
Quartier: Seefeld  
**033 221 01 88**

Sonn matt - Wohnen im Alter  
Quartier: Dürrenast  
**033 334 55 34**

Mit spezialisierter Palliativ-Pflege

Tertianum AG  
Residenz Bellevue-Park  
Quartier: Lauenen-  
Hofstetten-Ried  
**033 227 07 07**

Ferienzimmer ohne Mindestaufent-  
haltungsdauer sowie spezielles Haus für  
demenzkranke Menschen





# GESUNDHEIT

Den Wunsch, gesund alt zu werden, hat jeder Mensch und vielfach geht dieser Wunsch auch in Erfüllung. Doch mit zunehmendem Alter kommen auch mehr Gesundheitsrisiken auf uns zu.

Um Ihre Gesundheit möglichst lange zu erhalten oder gar zu verbessern, stehen Ihnen zahlreiche Beratungsangebote zur Verfügung. Wenn Einschränkungen oder Erkrankungen auftreten, nehmen Sie diese nicht einfach hin, sondern wenden Sie sich an Ihre Ärztin oder Ihren Arzt. Auch bei spezialisierten Fachstellen finden Sie Unterstützung in Form von Beratung, Informationen und nützlichen Hilfsmitteln.

<b>ÄRZTINNEN UND ÄRZTE / NOTFÄLLE</b>	25
<b>DEMENZ / PSYCHIATRIE</b>	26
<b>GESUNDHEITSBERATUNG</b>	29
<b>HILFSMITTEL</b>	33

# ÄRZTINNEN UND ÄRZTE / NOTFÄLLE

## Ärztinnen und Ärzte / Notfälle

Ärztlicher Notfalldienst  
**0900 57 67 47**

---

Notfalldienst der Apotheken  
**0900 36 36 36**

---

Medizinisches Zentrum  
Thun am Bahnhof  
**058 636 70 00**

---

Medizinische Versorgung ohne  
vorherige Terminabsprache

---

Polizei **112 / 117**

---

Rettungsdienst/Ambulanz  
**144**

---

In schweren medizinischen  
Notfallsituationen

---

Spital STS AG Thun  
Notfallzentrum  
**058 636 99 99**

---

Spital STS AG Thun  
Zahnärztlicher Notfalldienst  
**058 636 00 00**

---

## Ärztinnen und Ärzte / Notfälle

Spital STS AG Thun  
Psychiatrischer Notfalldienst  
Ambulatorium Thun  
**058 636 47 00**

---

## DEMENZ / PSYCHIATRIE

Demenz ist in aller Munde. Doch was heisst das, und wie geht man damit um? Nutzen Sie die Beratungs- und Betreuungsangebote für Demenzbetroffene und deren Angehörige.

Viele Menschen betreuen ihre Angehörigen mit Demenz zuhause. Damit das über längere Zeit möglich bleibt, sind Pausen wichtig und nötig. Im Kapitel «Unterstützung – Betreuung und Pflege zu Hause» finden Sie eine Übersicht geeigneter Entlastungsangebote, Tagesstätten und Ferienzimmer.

Im Kapitel «Wohnen» finden Sie die spezifischen Angebote der Alters- und Pflegeheime für Menschen mit Demenz.

## Information und Beratung

Alzheimer Bern  
Beratungsstelle Thun/  
Berner Oberland  
**077 437 90 10**

Für demenzkranke Menschen  
und ihre Angehörigen

---

## Ambulante Behandlung

Spital STS AG Thun  
Alterspsychiatrischer Dienst  
**058 636 47 00**

Im Psychiatrischen Dienst Thun,  
im Spital während des Aufenthalts,  
im Alters- und Pflegeheim oder  
zu Hause

---

## Früherkennung von Beeinträchtigungen wie Vergesslichkeit oder Verwirrtheit

Spital STS AG Thun  
Psychiatrische Dienste Thun,  
Memory Clinic  
**058 636 47 00**

---

## Demenzbegleitung

SPITEX Region Thun AG  
Fachbereich  
Demenzbegleitung  
**033 226 50 50**

Senevita Casa  
Berner Oberland  
**033 335 72 20**

---

**Demenzbegleitung**

Team Sunneschyn AG  
**031 335 18 19**

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

---

**Demenzbetreuung von  
2 bis 24 Stunden am Tag**

Dovida Seniorendienste  
Berner Oberland  
Seniorendienste Schweiz AG  
**033 847 80 60**

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

---

**Demenztagesstätte**

Licht - Schatten  
Tagesstätte für Menschen  
mit Dezemez  
**033 335 12 91**

Tagestreff  
Gutknecht-Stiftung  
**033 334 34 60**

---

## **GESUNDHEITSBERATUNG**

Wer mehr über den Prozess des Älterwerdens auf körperlicher, seelischer und sozialer Ebene weiss, kann aktiv etwas für seine Gesundheit tun. Gute Beratung hilft Ihnen, das Richtige zu tun.

**Beratung zu Alkohol-,  
Medikamenten- oder  
sonstigen Suchtthemen**

Berner Gesundheit  
Regionalzentrum Berner  
Oberland  
**033 225 44 00**

---

Information, Beratung und Therapie  
für Betroffene und Angehörige

Blaues Kreuz BE/SO/FR  
Fachstelle Thun  
**033 222 01 77**

---

Information, Beratung und Therapie  
für Betroffene und Angehörige

**Beratung für Menschen  
mit Behinderungen und  
ihre Angehörigen**

Pro Infirmis  
Beratungsstelle Oberland  
**058 775 13 00**

---

**Beratung für demenzkranke  
Menschen und  
ihre Angehörigen**

Alzheimer Bern  
Beratungsstelle Thun/Berner Oberland  
**077 437 90 10**

---

**Höranalyse und Hörgeräte**

Audika Thun  
**033 223 00 31**

Beratung rund ums Hören

---

**Diabetesberatung**

Spital STS AG Thun  
**058 636 29 09**

---

**Individuelle  
Gesundheitsberatungen**

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

Ein Angebot von «Zwäg ins Alter»

---

**Veranstaltungen und Kurse  
rund um das Thema «Gesund  
und selbstständig bleiben»**

**Öffentliche Gesundheitsforen**

Tertianum AG  
Residenz Bellevue-Park  
**033 227 07 07**

---

**Beratung für Menschen  
mit Hirnverletzung  
und ihre Angehörigen**

FRAGILE BERN  
Espace Mittelland  
**031 376 21 02**

Beratung und Unterstützung,  
regionale Treffen, Kurse und  
Themenanlässe

---

**Beratung und finanzielle  
Unterstützung bei  
einer Krebserkrankung**

Krebsliga Bern  
**031 313 24 24**

Für betroffene Personen und  
ihre Angehörigen

---

**Beratung und Kurse für  
Menschen mit Lungen- und  
Atemwegserkrankungen**

Lungenliga Bern  
Beratungsstelle Thun  
**031 300 26 26**

Gesundheits- und Sozialberatung

---

**Information und Beratung  
zu Palliative Care**

Mobiler Palliativ Dienst (MPD)  
Palliative Care-Netzwerk  
Region Thun  
**079 139 99 19**

Unterstützung und Betreuung

---

<b>Beratung bei Parkinsonkrankheit</b>	Gratis Hotline PARKINFON <b>0800 80 30 20</b>	Der direkte Draht zum Neurologen
<b>Beratung für Menschen mit einer Rheumaerkrankung</b>	Rheumaliga Bern und Oberwallis <b>031 311 00 06</b>	Kurse, Sozial- und Gesundheits- beratung
<b>Beratung für sehbehinderte und blinde Menschen</b>	SICHTBAR THUN <b>033 225 46 46</b>	Beratung und Unterstützung zum Erhalt der Selbstständigkeit; Sozialberatung
<b>Vermittlung von Selbsthilfegruppen</b>	Selbsthilfe BE Beratungszentrum Thun <b>0848 33 99 00</b>	Information, Beratung und Vermitt- lung zu Selbsthilfegruppen ver- schiedenster Themen
<b>Ambulante Stoma-Beratung</b>	Spital STS AG Thun <b>058 636 22 70</b>	

**Beratung zur Unfallverhütung**

BFU-Sicherheitsdelegierter  
der Stadt Thun  
**033 225 83 60**

---

## **HILFSMITTEL**

Hilfsmittel wie Notrufsysteme, Hör-, Seh- und Gehhilfen oder verstellbare Betten, erhöhen die Sicherheit und den Komfort. Sie tragen dazu bei, dass Sie länger selbstständig bleiben können.

**Beratung und Information  
zu Hilfsmitteln**

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

---

**Vermietung und Verkauf  
von Hilfsmitteln**

a+ hilfsmittelshop  
Samariterverein Thun  
**033 222 10 38**

---

**Vermietung und Verkauf  
von Hilfsmitteln**

Rheumaliga Bern und  
Oberwallis  
**031 311 00 06**

Verkauf von Hilfsmitteln der  
Rheumaliga Schweiz

---

**Rotkreuz-Notruf**

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Bern  
Region Oberland  
**033 225 00 86**

Beratung, Vermietung und  
Installation von Notrufsystemen

---

**Atemtherapiegeräte**

Lungenliga Bern  
Beratungsstelle Thun  
**031 300 26 26**

Information, Instruktion und  
Therapiebegleitung

---

**Vergrossernde, taktile und  
akustische Hilfsmittel**

SICHTBAR THUN  
**033 225 46 46**

Beratung, Schulung und Verkauf  
von Hilfsmitteln für sehbehinderte  
und blinde Menschen

---





# UNTERSTÜTZUNG

Die meisten Menschen wollen in den eigenen vier Wänden alt werden. Auch wenn sich viele rüstig und fit fühlen, geht doch manches nicht mehr so leicht von der Hand wie früher. Dann tut es gut zu wissen, dass jemand da ist, der unterstützt und entlastet, wo es nötig ist. Sei es mit kleinen Arbeiten im Haushalt, der Begleitung an ein Konzert oder zur Unterstützung der pflegenden Angehörigen.

Die Bedürfnisse und Wünsche nach Unterstützung sind individuell und ganz unterschiedlich. Ebenso vielfältig sind die Unterstützungsangebote. Machen Sie sich ein Bild über die verschiedenen Hilfen im Alltag und die ambulanten Pflege- und Betreuungsangebote.

**HILFEN IM ALLTAG**

**38**

---

**BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE**

**53**

---

## HILFEN IM ALLTAG

Im Alter werden die kleinen Dinge des Alltags oft zur grossen Last und können selber nicht mehr bewältigt werden. Eine helfende Hand hier, ein anregendes Gespräch dort – nutzen Sie die zahlreichen Angebote, um Ihren Alltag zuhause oder unterwegs angenehmer zu gestalten.

Seit der letzten Neuauflage sind drei zusätzliche Spitex-Organisationen hinzugekommen. Diese wurden jeweils am Schluss der verschiedenen Angebote hinzugefügt.

Begleitungen 39

---

Besuchsdienste 40

---

Essen und Verpflegung 42

---

Hilfen im Haushalt 45

---

Hilfestellungen bei der Administration  
und der Erledigung der Zahlungen 50

---

Mobilität und Verkehrssicherheit 51

---

Technikhilfe 52

---

## Begleitungen

Begleitungen wie z.B. zum Arzt,  
zur Behörde, zum Coiffeur  
oder für Besorgungen

Entlastungsdienst Kanton  
Bern  
Region Thun-Oberland  
**033 336 55 60**

Dovida Seniorendienste  
Berner Oberland  
**033 847 80 60**

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Bern  
Region Oberland  
Entlastung Angehörige SRK  
**033 225 00 87**

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Fahrdienst Oberland  
**033 225 00 82**

Spitex Schlossmatt  
**033 437 07 95**  
**079 464 65 68**

Senevita Casa Berner  
Oberland  
**033 335 72 20**

Team Sunneschyn AG  
**031 335 18 19**

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

**Begleitungen wie z.B. zum Arzt,  
zur Behörde, zum Coiffeur  
oder für Besorgungen**

Riviera Med GmbH  
Private Spitex  
**079 237 55 21**

VIVA DOMUS Spitex  
**0800 883 884**  
(Gratisnummer)

---

## Besuchsdienste

Suchen Sie Geselligkeit oder jemanden, der mit Ihnen einen Spaziergang unternimmt oder Sie zu einer Veranstaltung begleitet? Die Besuchsdienste bieten vielfältige Möglichkeiten für Kontakte im Alltag.

**Besuche zwecks Geselligkeit  
(Gespräche, Spiele, Vorlesen,  
Spaziergänge etc.)**

Entlastungsdienst Kt. Bern  
Region Thun-Oberland  
**033 336 55 60**

Evang. Allianz Region Thun  
**033 552 00 20**

---

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun  
**079 890 49 58**

---

Die Vermittlung von Freiwilligen  
sowie die Besuche sind gratis.

**Besuche zwecks Geselligkeit  
(Gespräche, Spiele, Vorlesen,  
Spaziergänge etc.)**

Dovida Seniorendienste  
Berner Oberland  
**033 847 80 60**

---

Besuche auch in den Alters- und  
Pflegeheimen

Frauenverein Thun  
**info@frauenvereinthur.ch**

---

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Bern Region  
Oberland  
beocare -  
Entlastung Angehörige SRK  
**033 225 00 87**

---

Team Sunneschyn AG  
**031 335 18 19**

Senevita Casa Berner  
Oberland  
**033 335 72 20**

---

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

---

**Besuche zwecks Geselligkeit**  
(Gespräche, Spiele, Vorlesen,  
Spaziergänge etc.)

Riviera Med GmbH  
Private Spitex  
**079 237 55 21**

VIVA DOMUS Spitex  
**0800 883 884**  
(Gratisnummer)

---

**Geburtstagsbesuche**

Besuchsdienst der röm.-kath. Pfarreien  
St. Marien und St. Martin, Thun  
**033 225 03 33**

---

## **Essen und Verpflegung**

**Kochen**  
(Es wird für Sie zu Hause  
gekocht)

Entlastungsdienst Kanton  
Bern  
Region Thun-Oberland  
**033 336 55 60**

Team Sunneschyn AG  
**031 335 18 19**

---

Senevita Casa Berner  
Oberland  
**033 335 72 20**

---

## Mahlzeitendienst

Pro Senectute CasaGusto  
**058 451 50 50**

Lieferung per Post

Restaurant Schärmehof  
**033 334 82 92**

Anmeldung und Lieferung  
durch Ewi's Mahlzeitenfahr-  
dienst, Ewina Kissling  
**077 250 40 80 /**  
**daheimessen@gmx.ch**

WAG, Wohnen und Arbeiten Gwatt  
**033 334 40 80**

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

Riviera Med GmbH  
Private Spitex  
**079 237 55 21**

## Mittagstisch in der WAG, Wohnen und Arbeiten Gwatt

Restaurant 7ni  
Wohnen und Arbeiten Gwatt  
**033 334 40 80**

auf Voranmeldung

## Mittagstische in Alters- und Pflegeheimen

Fast alle Alters- und Pflegeheime bieten offene Mittagstische an. Unter der Rubrik «Wohnen» oder im Adressteil finden Sie das geeignete Alters- und Pflegeheim in Ihrer Nähe.

## Mittagstische der ref. Kirchgemeinden

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun  
**079 890 49 58**

Informationen in den verschiedenen Kirchgemeindegäusern, unter [www.ref-kirche-thun.ch](http://www.ref-kirche-thun.ch), im «Thuner Amtsanzeiger» und im «reformiert»

Röm.-kath. Kirchgemeinde Thun  
Pfarramt St. Marien  
**033 225 03 60**

## Mittagstische der Evangelischen Allianz Region Thun

Evangelische Allianz Region  
Thun  
**033 552 00 20**

Die Anlaufstelle informiert Sie gerne über die Angebote.

## Vergünstigtes Verpflegungsangebot

Bistro Blaues Kreuz  
**033 222 41 60**

**Vergünstigt einkaufen für  
Menschen mit kleinem Budget**

Caritas-Markt Thun  
**033 221 87 02**

Mit der Caritas-Markt-Karte oder  
KulturLegi-Karte

---

## **Hilfen im Haushalt**

**Rotkreuz-Notruf**

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Bern Region Oberland  
**033 225 00 86**

---

**Einkaufen**

Entlastungsdienst Kanton  
Bern  
Region Thun-Oberland  
**033 336 55 60**

Dovida  
Senioren Dienste Berner  
Oberland  
**033 847 80 60**

---

SPITEX Region Thun AG  
Hauswirtschaft  
**033 226 50 50**

Spitex Schlossmatt  
**033 437 07 95**  
**079 464 65 68**

---

## Einkaufen

Home Care  
Schweizerisches Rotes Kreuz  
**031 384 02 40**

Senevita Casa Berner  
Oberland  
**033 335 72 20**

---

Team Sunneschyn AG  
**031 335 18 19**

Wochenplatzbörse Chinder-  
netz Kanton Bern in Zusam-  
menarbeit mit Jugendlichen  
**077 494 67 72**

---

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

Riviera Med GmbH  
Private Spitex  
**079 237 55 21**

---

VIVA DOMUS Spitex  
**0800 883 884**  
(Gratisnummer)

---

## Liefern und Entsorgen

collectors - Velo-Hauslieferdienst  
und Recycling-Abholdienst  
**033 224 01 66**

---

## Kleine Haushaltsarbeiten

Entlastungsdienst Kanton Bern Region Thun-Oberland <b>033 336 55 60</b>	Dovida Senioren Dienste Berner Oberland <b>033 847 80 60</b>
--	---

---

SPITEX Region Thun AG Hauswirtschaft <b>033 226 50 50</b>	Spitex Schlossmatt <b>033 437 07 95</b> <b>079 464 65 68</b>
---	--

---

Senevita Casa Berner Oberland <b>033 335 72 20</b>	Team Sunneschyn AG <b>031 335 18 19</b>
--	--

---

## Kleine Haushaltsarbeiten

Wochenplatzbörse Chinder-  
netz Kanton Bern in Zusam-  
menarbeit mit Jugendlichen  
**077 494 67 72**

---

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

Home Care  
Schweizerisches Rotes Kreuz  
**031 384 02 40**

Riviera Med GmbH  
Private Spitex  
**079 237 55 21**

---

VIVA DOMUS Spitex  
**0800 883 884**  
(Gratisnummer)

---

## Putzen

Dovida  
Senioren Dienste Berner  
Oberland  
**033 847 80 60**

Home Care  
Schweizerisches Rotes Kreuz  
**031 384 02 40**

---

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

---

Riviera Med GmbH  
Private Spitex  
**079 237 55 21**

Senevita Casa Berner  
Oberland  
**033 335 72 20**

---

SPITEX Region Thun AG  
Hauswirtschaft  
**033 226 50 50**

Spitex Schlossmatt  
**033 437 07 95**  
**079 464 65 68**

---

## Putzen

Team Sunneschyn AG  
**031 335 18 19**

VIVA DOMUS Spitex  
**0800 883 884**  
(Gratisnummer)

---

WAG Spitex (WAG, Wohnen  
und Arbeiten Gwatt)  
**033 334 40 80**

---

## Hilfestellung bei der Administration und der Erledigung der Zahlungen

Evangelische Allianz Region Thun  
**033 552 00 20**

---

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun  
**079 890 49 58**

---

Die Vermittlung der Freiwilligen ist  
gratis.

**Administrationsdienst**  
**Büroassistenz**  
**Steuererklärungsdienst**  
**Treuhanddienst**

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

Die Dienstleistungen sind  
kostenpflichtig.

---

## **Mobilität und Verkehrssicherheit**

**Kurse zu Verkehrssicherheit  
und Mobilität**

Kantonspolizei Bern  
Verkehr, Umwelt und  
Prävention  
**031 638 91 00**

Theoriekurse zu Sicherheit im  
Strassenverkehr

---

rundum mobil GmbH  
**033 334 00 20**

Verschiedene Mobilitätskurse  
und -informationen

---

SICHTBAR THUN  
**033 225 46 46**

Orientierung und Mobilität für  
Menschen mit Sehbehinderung/  
Blindheit

---

## Rotkreuz-Fahrdienst

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Fahrdienst Oberland  
**033 225 00 82**

Freiwillige Fahrerinnen und Fahrer stellen ihre Freizeit und ihr Privatfahrzeug zur Verfügung

---

## Vergünstigte Freizeitfahrten mit dem Taxi für mobilitätsbehinderte Menschen

Stiftung Behindertentransport  
Kanton Bern  
**031 307 40 40**

Auskünfte bei:  
Pro Senectute Kanton Bern,  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

---

## Technikhilfe

### Unterstützung bei digitalen Themen

UND Generationentandem  
**079 836 09 37**

Individuelle Unterstützung bei Problemen mit PC, Smartphone, Druckern, Zoom etc.  
Monatliche Technikhilfe-Kurse zu digitalen Themen

---

## BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE

Wenn ein Familienmitglied erkrankt oder eine ältere Person immer mehr Unterstützung benötigt, ist dies für die Betroffenen, aber auch für die pflegenden und betreuenden Angehörigen eine grosse Herausforderung, die viel Kraft braucht. Hier setzen die verschiedenen ambulanten Betreuungs- und Pflegeangebote an: Sie sorgen dafür, dass die Betroffenen professionelle Unterstützung erhalten, damit sich die pflegenden Angehörigen die dringend benötigten Pausen gönnen können. Finden Sie im Gespräch mit einer Fachperson heraus, welche Lösung für Sie und Ihre Familie die beste ist.

Seit der letzten Neuauflage sind drei zusätzliche Spitex-Organisationen hinzugekommen. Diese wurden jeweils am Schluss der verschiedenen Angebote hinzugefügt.

Ambulante Pflegeangebote 54

---

Entlastung für die pflegenden  
und betreuenden Angehörigen 58

---

Langzeitbegleitung und Sterbebegleitung 60

---

Tagesstätten und Ferienzimmer 62

---

## Ambulante Pflegeangebote

Es ist der Wunsch von vielen pflegebedürftigen Menschen, möglichst lange in ihrem eigenen Zuhause zu bleiben. Die Spitex ermöglicht dies mit pflegerischen und hauswirtschaftlichen Dienstleistungen.

### Grundpflege, Behandlungs- pflege, Abklärung und Beratung

SPITEX Region Thun AG  
**033 226 50 50**

Senevita Casa Berner  
Oberland  
**033 335 72 20**

Spitex Schlossmatt  
**033 437 07 95**  
**079 464 65 68**

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

Riviera Med GmbH  
Private Spitex  
**079 237 55 21**

VIVA DOMUS Spitex  
**0800 883 884**  
(Gratisnummer)

WAG Spitex (WAG, Wohnen  
und Arbeiten Gwatt)  
**033 334 40 80**

**Pflege von Patientinnen und  
Patienten mit unheilbarer oder  
chronischer Krankheit;  
Information und Beratung**

Mobiler Palliativ Dienst (MPD) Unterstützung und Betreuung  
Palliative Care-Netzwerk  
Region Thun  
**079 139 99 19**

---

SPITEX Region Thun AG Senevita Casa Berner  
Palliative Care Oberland  
**033 226 50 50** **033 335 72 20**

---

Spitex Schlossmatt Dovida Seniorendienste  
**033 437 07 95** Berner Oberland  
**079 464 65 68** **033 847 80 60**

---

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

---

**Pflege von Patientinnen und Patienten mit unheilbarer oder chronischer Krankheit; Information und Beratung**

---

Riviera Med GmbH  
Private Spitex  
**079 237 55 21**

VIVA DOMUS Spitex  
**0800 883 884**  
(Gratisnummer)

**Pflege und Betreuung von Patientinnen und Patienten mit Demenz**

---

Alzheimer Bern  
Beratungsstelle Thun/  
Berner Oberland  
**077 437 90 10**

Information und Beratung

SPITEX Region Thun AG  
Demenzbegleitung  
**033 226 50 50**

Dovida  
Senioren Dienste Berner  
Oberland  
**033 847 80 60**

Senevita Casa Berner  
Oberland  
**033 335 72 20**

Home Care  
Schweizerisches Rotes Kreuz  
**031 384 02 40**

---

**Pflege und Betreuung von  
Patientinnen und Patienten  
mit Demenz**

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

Riviera Med GmbH  
Private Spitex  
**079 237 55 21**

---

**Betreuung von Patientinnen  
und Patienten mit  
psychischen/psychosozialen  
Beeinträchtigungen oder  
Suchterkrankungen**

SPITEX Region Thun AG  
Psychosoziale Betreuung  
**033 226 50 50**

Spitex Schlossmatt  
**033 437 07 95**  
**079 464 65 68**

---

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

Riviera Med GmbH  
Private Spitex  
**079 237 55 21**

---

**24-Stunden-Betreuung  
zu Hause/Live in**

Dovida  
Senioren Dienste Berner  
Oberland  
**033 847 80 60**

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

---

VIVA DOMUS Spitex  
**0800 883 884**  
(Gratisnummer)

---

## Entlastung für die pflegenden und betreuenden Angehörigen

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun  
**079 890 49 58**

---

CARITAS Bern  
Pflegerische Angehörige  
**041 419 22 27**  
**angehoerigepflegen@**  
**caritas.ch**

---

Personen, die Familienmitglieder pflegen, werden für ihre Arbeit entschädigt und professionell begleitet.

Dovida  
Senioren Dienste Berner  
Oberland  
**033 847 80 60**

---

Entlastungsdienst Kanton  
Bern  
Region Thun-Oberland  
**033 336 55 60**

---

## Entlastung für die pflegenden und betreuenden Angehörigen

Evangelische Allianz Region  
Thun  
**033 552 00 20**

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Bern Region  
Oberland beocare -  
Entlastung Angehörige SRK  
**033 225 00 87**

---

Senevita Casa Berner  
Oberland  
**033 335 72 20**

Team Sunneschyn AG  
**031 335 18 19**

---

Verein Schwerkranke begleiten  
der Region Thun  
**033 221 62 91**

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

---

Riviera Med GmbH  
Private Spitex  
**079 237 55 21**

VIVA DOMUS Spitex  
**0800 883 884**  
(Gratisnummer)

---

## Langzeitbegleitung und Sterbebegleitung

Dovida  
Senioren Dienste Berner  
Oberland  
**033 847 80 60**

Mobiler Palliativ Dienst (MPD)  
Palliative Care-Netzwerk  
Region Thun  
**079 139 99 19**

---

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Bern Region Oberland  
beocare -  
Entlastung Angehörige SRK  
**033 225 00 87**

SPITEX Region Thun AG  
Palliative Care  
**033 226 50 50**

---

Spitex Schlossmatt  
**033 437 07 95**  
**079 464 65 68**

Senevita Casa Berner  
Oberland  
**033 335 72 20**

---

## Langzeitbegleitung und Sterbebegleitung

Verein Schwerkranke begleiten  
der Region Thun  
**033 221 62 91**

Begleitung zu Hause, in Heimen  
und Spitälern als Teil des palliativen  
Betreuungsnetzes

---

IPB Spitex AG  
**033 334 16 21**

Riviera Med GmbH  
Private Spitex  
**079 237 55 21**

---

VIVA DOMUS Spitex  
**0800 883 884**  
(Gratisnummer)

---

## Tagesstätten und Ferienzimmer

Betreuungsbedürftige und erkrankte Menschen werden häufig von ihren Angehörigen gepflegt. Mit dem Fortschreiten der Krankheit werden Unterstützungs- und Entlastungsangebote immer wichtiger. Tagesstätten übernehmen stunden- oder tageweise die Betreuung und Pflege der Erkrankten und entlasten so die pflegenden Angehörigen.

### Tagesstätte und Tagestreff

Licht - Schatten  
Tagesstätte für Menschen  
mit Demenz  
**033 335 12 91**  
**076 342 54 54**

Für Alzheimer- und Demenzkranke

---

Tagestreff Gutknecht-Stiftung  
**033 334 34 60**

---

**Ferienzimmer für nicht  
demenzkranke Menschen zur  
Entlastung der Angehörigen**

Alterswohn- und Pflegeheim  
Gutknecht-Stiftung

Aufenthalt ab zwei Wochen

**033 334 34 34**

---

Tertianum AG  
Residenz Bellevue-Park

Keine Mindestaufenthaltsdauer

**033 227 07 07**

---

**Ferienzimmer für Entlastungs-  
und Überbrückungsaufenthalte**

WAG, Wohnen und Arbeiten  
Gwatt

**033 334 40 87**

---





FINANZEN	1
FREMD- SPRACHEN	1
RECHTS- FRAGEN	1
SEELSORGE	1

SCHALTER 1



*[Signature]*

# BERATUNG

Sie genießen Ihre Wohnung oder Ihr Haus, verbringen viel Zeit mit Ihren Enkelkindern, gehen auf Reisen, profitieren vom kulturellen Angebot und sind häufig in der Natur unterwegs. Kurz: Sie führen ein erfülltes Leben. Und dann plötzlich stehen Sie, ganz unerwartet, vor einer Situation, in der Sie nicht mehr weiterwissen.

Auch wenn es oft nicht leichtfällt – machen Sie den ersten Schritt, suchen Sie das Gespräch und kontaktieren Sie eine der im Wegweiser aufgeführten Fachstellen. Der Austausch mit einer Fachperson wird Ihnen neue Möglichkeiten aufzeigen.

<b>ALTER</b>	<b>69</b>
<b>FINANZEN</b>	<b>72</b>
<b>FREMDSPRACHIGE</b>	<b>74</b>
<b>RECHTSFRAGEN</b>	<b>76</b>
<b>SEELSORGE</b>	<b>77</b>
<b>TODESFALL</b>	<b>80</b>

## ALTER

### Beratung und Unterstützung bei allen Fragen rund ums Alter

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun  
**079 890 49 58**

---

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

---

Sozialberatung der Röm.-  
kath. Kirchgemeinde Thun  
**076 267 49 88**

Alle drei Institutionen bieten folgende Beratungen an:

Finanzen/Sozialversicherungen,  
Wohnen/Heimeintritt, Gesundheit,  
Recht, Lebensgestaltung,  
betreuende Angehörige, Unter-  
stützung zu Hause und bei schwie-  
rigen Lebenssituationen

---

### Bei Fragen zur AHV und zu Ergänzungsleistungen (EL)

AHV-Zweigstelle Thun  
**033 225 85 60**

---

## Telefonisches Gesprächsangebot für ältere Menschen

Die Dargebotene Hand -  
Telefonische Lebenshilfe  
**143**

Beratung bei schwierigen Lebens-  
situationen und Alltagsorgen;  
Telefonberatung rund um die Uhr  
und anonym; Online-Beratung auf  
**www.143.ch**

---

malreden  
Verein Silbernetz Schweiz  
**0800 890 890**

Für ein gutes Gespräch zwischen-  
durch oder eine langfristige  
Gesprächspartnerschaft.  
Alle Anrufe sind kostenlos, anonym  
und vertraulich.

---

## Bei Grenzüberschreitungen und Konflikten in der Pflege

Bernische Ombudsstelle  
für Alters-, Betreuungs- und  
Heimfragen  
**031 372 27 27**

In der Betreuung zu Hause oder in  
Altersinstitutionen

---

## Bei Beziehungs- und Lebensfragen, bei Konflikten und Krisen

Beratungsstelle Ehe  
Partnerschaft Familie Thun  
**033 222 56 88**

Beratung, Therapie und Begleitung

---

**Klären, vermitteln und  
schlichten in Konflikt- und  
Gewaltsituationen**

Nationales Kompetenzzentrum  
Alter ohne Gewalt  
**Anlaufstelle 0848 00 13 13**

---

Opferhilfe Schweiz  
**[www.opferhilfe-schweiz.ch](http://www.opferhilfe-schweiz.ch)**

---

Unabhängige Beschwerde-  
stelle für das Alter UBA  
**058 450 60 60**

---

Vertrauliche, unabhängige und  
kompetente Beratung

---

Vista Fachstelle Opferhilfe  
**033 225 05 60**

---

**Individuelle  
Sicherheitsberatungen**

Kantonspolizei Bern  
Sicherheitsberatung  
**031 638 56 60**

---

Einbruchschutz für Eigenheim/  
Mietobjekte

## Kurse zu Sicherheit im Alltag

Kantonspolizei Bern  
Verkehr, Umwelt und  
Prävention  
**031 638 91 00**

Primäres Ziel ist die Reduktion von  
Einbruch- und Trickdiebstählen

---

## FINANZEN

### Auskünfte zu AHV/IV-Renten, Hilflosenentschädigung, Hilfsmittel und Ergänzungsleistungen (EL)

AHV-Zweigstelle Thun  
**033 225 85 60**

---

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

---

SICHTBAR Thun  
**033 225 46 46**

Für sehbehinderte und blinde  
Menschen

---

**Budget- und Schuldenberatung,  
Schuldensanierung**

Berner Schuldenberatung  
**031 371 84 84**

Fachstelle Schuldensanierung  
Berner Oberland  
**033 221 80 60**

---

Frauenzentrale  
des Kantons Bern  
**031 311 72 01**

Die Beratungen in Thun finden im  
Beratungszentrum der Selbsthilfe  
BE statt.

---

**Gebührenbefreiung Serafe**

Serafe AG  
**058 201 31 67**

Für AHV- oder IV-Rentnerinnen und  
-Rentner mit Ergänzungsleistungen

---

**Klärung und Beratung der  
Finanzierung von Folgelösungen  
(Ferienbett/Heim)**

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

Beratungen in Thun und Bern  
für betroffene Personen und ihre  
Angehörigen

---

**Beratung und finanzielle  
Unterstützung bei  
einer Krebserkrankung**

Krebsliga Bern  
**031 313 24 24**

Für betroffene Personen und ihre  
Angehörigen

## FREMDSPRACHIGE

Haben Sie Fragen zu Dienstleistungen und Angeboten für ältere Menschen und möchten Sie gerne in Ihrer Muttersprache beraten oder unterstützt werden?

Bei Bedarf an Übersetzung suchen die Institutionen gemeinsam mit Ihnen nach einer Lösung.

**Zentrale Anlaufstelle für  
Migrantinnen und Migranten  
in der Region Thun**

KIO  
Kompetenzzentrum  
Integration  
**033 225 88 00**

Beratung und Information zu  
Aufenthalt und Integration sowie  
Begegnung und Bildung

**Anlaufstelle für Fragen rund  
um das Alter**

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

Finanzen/Sozialversicherungen,  
Wohnen/Heimeintritt, Gesundheit,  
Recht, Beratungen bei schwierigen  
Lebenssituationen

**Beratungsstelle für italienische  
Arbeitnehmerinnen und Arbeit-  
nehmer sowie für Pensionierte**

Associazione Solidarietà e  
Diritti in convenzione con il  
Patronato Istituto Nazionale  
Confederale di Assistenza  
**031 311 50 91**

Kostenlose Beratung zu AHV-, IV-  
und EL-Renten

---

**Treffpunkt für italienische  
Seniorinnen und Senioren**

Incontro dei pensionati  
italiani nella parrocchia San  
Martino  
Chiesa Cattolica Oberland  
Bernese in collaborazione  
con Missione Cattolica Italiana  
**079 261 78 94**

---

## RECHTSFRAGEN

**Auskünfte zu Patientenverfügung und Vorsorgeauftrag (DOCUPASS) sowie Sozialversicherungen**

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

Die Beratungen sind freiwillig, vertraulich und unentgeltlich; Termine nach Vereinbarung im Büro oder bei Ihnen zu Hause

---

**Rechtsberatung**

Frauenzentrale  
des Kantons Bern  
**031 311 72 01**

Die Beratungen in Thun finden im Beratungszentrum der Selbsthilfe BE statt.

---

Rechtsauskunftsstelle des Bernischen Anwaltsverbandes  
**[www.bav-aab.ch/de/rechtssuchende/rechtsauskunftsstellen.html](http://www.bav-aab.ch/de/rechtssuchende/rechtsauskunftsstellen.html)**

Publikation der Daten jeweils im «Thuner Amtsanzeiger»

---

## SEELSORGE

Es ist nicht immer leicht, sich in bestehende Gruppen einzufügen oder sich auf Gespräche mit Seelsorgerinnen und Seelsorgern einzulassen. Wir finden: Es gibt nichts, was sich nicht lohnt, besprochen zu werden, sei es öffentlich oder ganz persönlich bei Ihnen zu Hause. Die Kirchen bieten ein vielfältiges Angebot an Spiritualität, Bildung, Begleitung und Beratung wie auch an sozialdiakonischem Engagement an. Für die oekumenische Zusammenarbeit auf dem Platz Thun haben sie sich in der AKiT (Arbeitsgemeinschaft der Kirchen in Thun) zusammengeschlossen.

**[www.akit.ch](http://www.akit.ch)**

Die Freikirchen im Raum Thun sind in der Evangelischen Allianz Region Thun zusammengeschlossen.

**[www.allianz-thun.ch](http://www.allianz-thun.ch)**

### Seelsorge

Reformierte Gesamtkirchengemeinde Thun:

Pfarramt Goldiwil-  
Schwendibach  
**079 563 48 13**

Pfarramt Lerchenfeld  
**033 222 17 84**

---

Pfarramt Paroisse française  
**078 919 62 42**

Thun-Stadt  
**033 223 17 66**

---

## Seelsorge

Thun-Strättligen  
**033 334 67 70**

---

Röm.-kath. Kirchgemeinde Thun:

Pfarrei St. Marien  
**033 225 03 60**

Pfarrei St. Martin  
**033 225 03 33**

---

Paroisse catholique de  
langue française de Berne et  
environs  
**031 381 34 16**

Christkatholische Kirche Thun  
**031 318 06 55**

---

Evang.-luth. Kirche Bern +  
Thun  
**076 306 15 18**

Heilsarmee Thun  
**033 222 40 10**

---

Evangelisch-methodistische  
Kirche Thun  
**033 222 88 24**

Evang. Allianz Region Thun  
**033 552 00 20**

---

## **TODESFALL**

**Auskünfte zur Bestattung  
der Verstorbenen  
(Trauerfeiern, Beisetzungen)**

Bestattungsamt Thun  
**033 225 82 45**

---

**Auskünfte zur Nachlassregelung  
(Siegelungsprotokoll,  
Testamentseröffnung u.a.)**

Einwohnerdienste  
der Stadt Thun  
**033 225 82 49**

---

**Austausch mit anderen  
Trauernden**

Trauercafé Thun der Fachstel-  
le ältere Generation der ref.  
Gesamtkirchgemeinde Thun  
**079 890 49 58**

Sich mit anderen Trauernden  
austauschen, einander zuhören,  
schweigen, trauern oder einfach  
nur dabei sein

---

Trauercafé Interlaken  
Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Bern Region Oberland  
**033 225 00 87**

---

**Trauergespräche zur Vorbereitung der Beerdigung/  
Abdankung, Begleitung  
durch die verschiedenen  
Trauerphasen**

---

Die Adressen der Kirchen finden Sie im Adressteil unter dem Buchstaben K.





## FREIZEITANGEBOTE 65+

Sich für ein neues Hobby begeistern, Sport treiben, eine Sprache lernen oder die Geselligkeit pflegen.

Wo liegen Ihre Interessen, welche Aktivitäten könnten Ihnen Freude bereiten? Oder was wollten Sie schon immer einmal ausprobieren, hatten aber nie die Zeit dafür?

Den Möglichkeiten sind fast keine Grenzen gesetzt. Hier im Wegweiser haben wir für Sie eine Auswahl an Freizeitaktivitäten in den Bereichen Kultur, Bildung, Sport, Musik, Tanz und vielen mehr zusammengestellt. Denn eine abwechslungsreiche Freizeit trägt viel zum Glücklichein bei.

Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Stöbern!

<b>BEWEGUNG UND SPORT</b>	<b>85</b>
<b>BILDUNG UND KULTUR</b>	<b>89</b>
<b>DIGITALE MEDIEN UND RADIO</b>	<b>95</b>
<b>TREFFPUNKTE</b>	<b>97</b>

## BEWEGUNG UND SPORT

### Entspannung und Gesundheit, Fitness und Tanz

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 70 70**

Volkshochschule  
Region Thun  
**033 221 44 61**

---

### Öffentliches Altersturnen

Schärmehof  
Bethesda Alterszentren  
**033 334 82 82**

---

### Senioren- und Wanderferien

Alzheimer Bern  
Beratungsstelle Thun/  
Berner Oberland  
**077 437 90 10**  
**031 312 04 10**

Rheumaliga Bern und  
Oberwallis  
**031 311 00 06**

---

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun  
**079 890 49 58**

---

Publikation im Jahresprogramm  
der Fachstelle und im «reformiert»  
sowie in Flyern in den Kirchge-  
meindehäusern

## Senioren- und Wanderferien

Röm.-kath. Kirchgemeinde  
Thun

Pfarrei St. Marien

**033 225 03 60**

Auskünfte bei den Pfarrei-Sekretariaten der Kirchgemeinde

Pfarrei St. Martin

**033 225 03 33**

---

Pro Senectute Kanton Bern

Beratungsstelle Thun

**033 226 70 70**

---

## Spezielle Turn- und Sportangebote 65+

All Blacks Thun  
Thuner Laufsportverein

**[www.allblacks.ch](http://www.allblacks.ch)**

Jogging- und Nordic-Walking-Angebot

---

Boccia Club Thun

**[www.bocciacub-thun.ch](http://www.bocciacub-thun.ch)**

---

## Spezielle Turn- und Sportangebote 65+

Curling Veteranen  
Vereinigung Thun  
**[www.ccthunregio.ch](http://www.ccthunregio.ch)**

---

Schnupperkurse für Damen und Herren

Petanque Club Thun  
**[www.petanque-thun.ch](http://www.petanque-thun.ch)**

---

Spiel und Spass für alle

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 70 70**

---

Diverse Allround FitGym-Gruppen

Rheumaliga Bern und  
Oberwallis  
**031 311 00 06**

---

Bewegungskurse und Bewegungs-  
wochen

Turnverein Allmendingen  
**[www.tvallmendingen.ch](http://www.tvallmendingen.ch)**

---

## Spezielle Turn- und Sportangebote 65+

Turnverein Thun Fitness Frauen II <b><a href="http://www.tvthun.ch/abteilungen/polysport/fit-2/">www.tvthun.ch/abteilungen/polysport/fit-2/</a></b>	Turnen (gesundheitsorientierte Turnstunden)
---	---

Turnverein Thun Männerriege <b><a href="http://www.tvthun.ch/abteilungen/maennerriege/">www.tvthun.ch/abteilungen/maennerriege/</a></b>	Gymnastik, Geräte, Ball-Spiele, Unihockey; Alter: 45-90 Jahre
--	---

## Turn- und Sportvereine

Übersicht:  
**[www.thun.ch/leben/freizeit-in-thun/vereine](http://www.thun.ch/leben/freizeit-in-thun/vereine)**

## Wandergruppen

Evangelische Allianz Region Thun <b>033 552 00 20</b>	Pro Senectute Kanton Bern Beratungsstelle Thun <b>033 226 70 70</b>
--	---

Fachstelle ältere Generation der ref. Gesamtkirchgemeinde Thun <b>079 890 49 58</b>	Publikation im «reformiert», «Thuner Tagblatt» und Flyer in den Kirchgemeindehäusern mit allen nötigen Angaben
--	--

## Wandergruppen

Röm.-kath. Kirchgemeinde  
Thun  
Pfarrei St. Marien  
**033 225 03 60**

Pfarrei St. Martin  
**033 225 03 33**

Thuner Chötti  
Verein für aktive Menschen  
**033 336 26 07**  
**033 437 21 34**

Seit mehr als 40 Jahren

## BILDUNG UND KULTUR

### Generationenmärit

UND Generationentandem  
**079 836 09 37**

Dieser Markt mit Infoständen zu Angeboten für Alt und Jung findet im Rahmen des Generationenmärits statt.

### Vielfältiges Programm an Kursen, Vorträgen, Besichtigungen und Treffen

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 70 70**

2x pro Jahr Kursprogramm (kostenlos)

**Veranstaltungen und  
Weiterbildungen zu spezifischen  
Themen rund ums Alter**

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemein-  
de Thun  
**079 890 49 58**

Röm.-kath. Kirchengemeinde  
Thun  
Pfarrei St. Marien  
**033 225 03 60**

Pfarrei St. Martin  
**033 225 03 33**

---

**Veranstaltungen und Kurse für  
Menschen aller Generationen**

UND Generationentandem  
**079 836 09 37**

---

**Vielfältige Tages- und  
Abendkurse**

Volkshochschule Region Thun  
**033 221 44 61**

Bereiche: Sprachen, Grundkom-  
petenzen, Mensch, Kultur, Gesell-  
schaft, Gestalten, Musik und Tanz

---

**Vorträge zu Lebensqualität  
und Gesundheitsförderung**

Wissensforum  
Blaues Kreuz BE/SO/FR  
**033 222 01 77**

---

## Ausflüge und Besichtigungen

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun

Publikationen im «reformiert»  
und in Flyern in den  
Kirchgemeindehäusern

**079 890 49 58**

---

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun

**033 226 70 70**

---

Röm.-kath. Kirchgemeinde  
Thun

Zytbörse Thun

**079 902 16 06**

Pfarrei St. Marien

**033 225 03 60**

Pfarrei St. Martin

**033 225 03 33**

---

Thuner Chötti  
Verein für aktive Menschen

Seit mehr als 40 Jahren

**033 336 26 07/033 437 21 34**

---

## Bildungsangebot

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Bern  
Region Oberland  
beocare - Bildung SRK  
**033 225 00 80**

Für Interessierte, Freiwillige,  
Angehörige und Betreuende von  
älteren, kranken und sterbenden  
Menschen

---

## Filmvorführungen und Diavorträge

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun  
**079 890 49 58**

Im Rahmen der Seniorennach-  
mittage (Oktober - April) in ver-  
schiedenen Kirchgemeindehäusern

---

Röm.-kath. Kirchgemeinde  
Thun  
Pfarrei St. Marien  
**033 225 03 60**  
Pfarrei St. Martin  
**033 225 03 33**

Tertianum AG  
Residenz Bellevue-Park  
**033 227 07 07**

---

## Filmvorführungen und Diavorträge

Cinedolcevita - Kinogenuss  
am Nachmittag  
Im Kino Rex Thun  
**033 222 22 88**

Kino im Allmendguet  
Bethesda Alterszentren  
**033 334 38 00**

---

## Gemeinsam singen und musizieren

Musik- und Gesangsvereine  
Übersicht: [www.thun.ch/  
leben/freizeit-in-thun/  
vereine](http://www.thun.ch/leben/freizeit-in-thun/vereine)

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 70 70**

---

UniSONO  
UND Generationentandem  
**079 836 09 37**

Gemeinsames Singen alle 14 Tage,  
jeweils montags um 18.30 Uhr in  
der Markuskirche Thun, keine Vor-  
kenntnisse nötig

---

## Konzerte

Röm.-kath. Kirchgemeinde Thun  
Pfarrei St. Marien  
**033 225 03 60**  
Pfarrei St. Martin  
**033 225 03 33**

---

## Kunst

Kunstmuseum Thun  
Kontakt Kunstvermittlung  
**033 225 86 10**

Projekte rund ums Alter

---

## Lesungen

Fachstelle ältere Generation der  
ref. Gesamtkirchgemeinde Thun  
**079 890 49 58**

---

## Regelmässige Treffen für Seniorinnen und Senioren

Heilsarmee Thun  
**033 222 40 10**

Frauentreffen 2 x monatlich,  
Treffen für alleinstehende  
Frauen 1 x monatlich,  
Männertreffen 1 x monatlich,  
Seniorentreffen 1 x monatlich

---

## Theater

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun  
**079 890 49 58**

---

Im Rahmen der Seniorennach-  
mittage (Oktober–April) in ver-  
schiedenen Kirchgemeindegäusern

## Theater

Röm.-kath. Kirchgemeinde Thun

Pfarrei St. Marien

**033 225 03 60**

Pfarrei St. Martin

**033 225 03 33**

---

## Vergünstigungen für Menschen mit kleinem Budget

KulturLegi Kanton Bern

**031 378 60 36**

Mit der KulturLegi-Karte der Caritas

---

## DIGITALE MEDIEN UND RADIO

### Computerkurse

Pro Senectute Kanton Bern

Beratungsstelle Thun

**033 226 70 70**

---

**Online- und Print-Magazin  
UND Generationentandem**

UND Generationentandem  
**079 836 09 37**

erscheint viermal jährlich

---

**Radio 60plus auf Radio BeO  
Von Seniorinnen  
und Senioren für alle**

Radio60plus  
**079 463 06 92**

**Kurse zur SBB App**

rundum mobil GmbH  
**033 334 00 20**

Selbstsicher und gut informiert  
mit dem öffentlichen Verkehr unter-  
wegs

---

**Unterwegs im Netz - aber sicher!**

Kantonspolizei Bern  
in Zusammenarbeit mit  
Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

Kurs für Seniorinnen und Senioren  
mit Grundwissen zu den digitalen  
Medien

---

## TREFFPUNKTE

### Basteln und Nähen

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun  
**079 890 49 58**

---

### Kafihöck und Stammtisch

Zytbörse Thun  
**079 902 16 06**

---

### Monatliche Anlässe für Seniorinnen und Senioren, Jass-Nachmittage

Röm.-kath. Kirchgemeinde  
Thun  
Pfarrei St. Marien  
**033 225 03 60**  
Pfarrei St. Martin  
**033 225 03 33**

Auskünfte bei den Pfarrei-  
Sekretariaten

---

## Lotto-Nachmittage und kreative Workshops

---

Bistro Blaues Kreuz  
**033 222 41 60**

## Öffentliche Restaurants, Cafeterias & Bistros in Institutionen

Allmendguet  
Bethesda Alterszentren  
**033 334 38 00**

Martinzentrum – Wohnen im Alter  
**033 225 78 78**

Sonn matt – Wohnen im Alter  
**033 334 55 34**

Tertianum AG  
Residenz Bellevue-Park  
Brasserie du Parc  
**033 227 07 07**

Restaurant 7ni  
WAG, Wohnen und Arbeiten Gwatt  
**033 334 40 80**

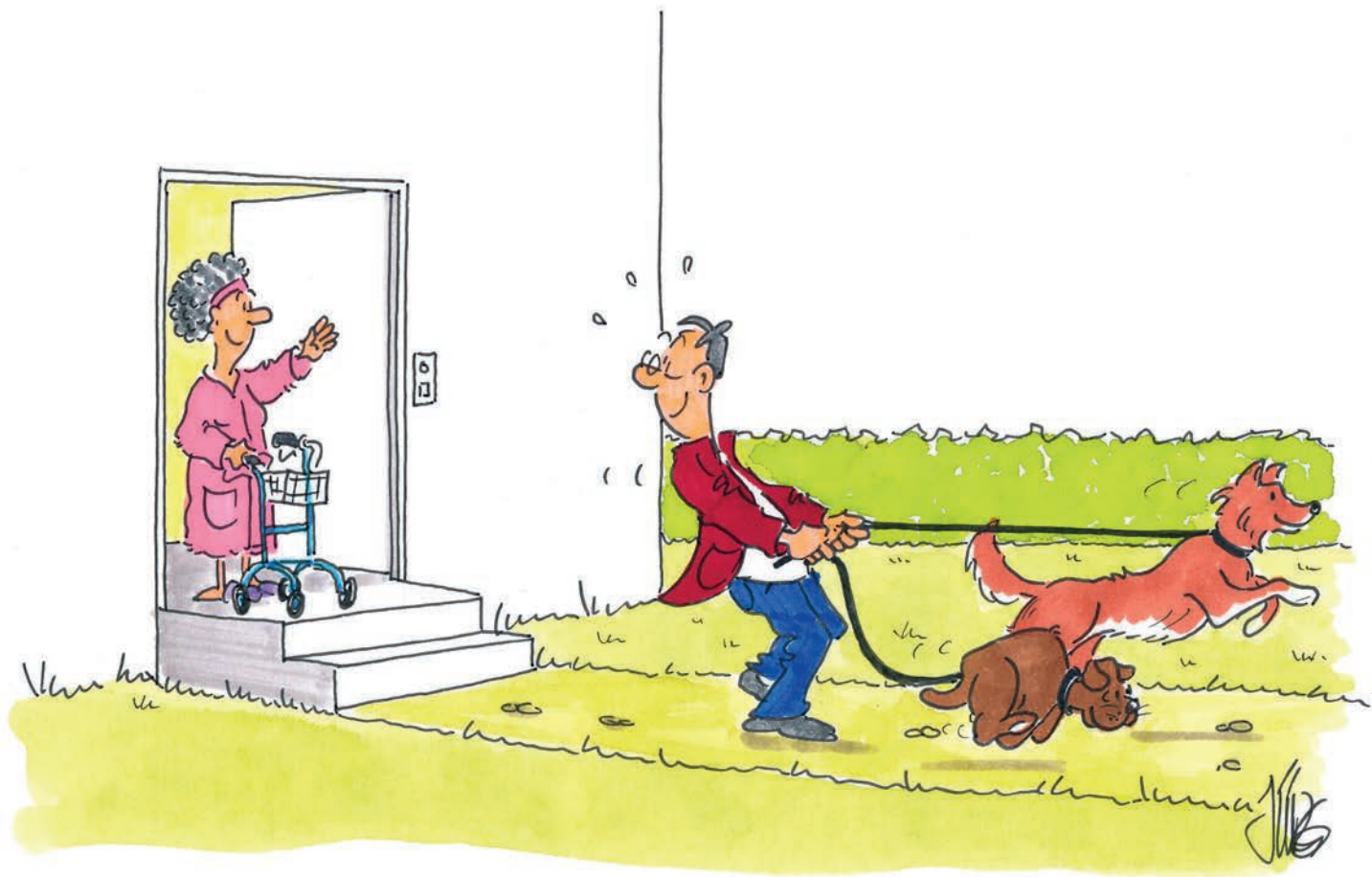
## Spielen und Jassen, Lotto

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun  
**079 890 49 58**

Flyer in den Kirchgemeindehäusern  
und Publikation im «reformiert»

---





# FREIWILLIGENARBEIT

Die Pensionierung beginnt oft mit einer Phase der Neuorientierung. Wie gestalte ich meinen Alltag, wie verbringe ich meine freie Zeit, wo kann ich mich engagieren und Sinnvolles tun? Viele finden in der Freiwilligenarbeit geeignete und erfüllende Aufgaben. Sei dies im Nachbarschafts- und Freundeskreis, bei der Betreuung von Enkelkindern oder als pflegende und betreuende Angehörige. Viele Menschen engagieren sich auch in Vereinen oder in kirchlichen, sozialen und politischen Organisationen.

Vereine sind auch eine gute Möglichkeit, sich gesellschaftlich zu engagieren und Menschen mit gleichen Interessen kennenzulernen. In und um Thun gibt es weit über 300 verschiedene Vereine. Mehr Informationen finden Sie auf der Webseite [www.thun.ch/de/leben/freizeit-in-thun/vereine](http://www.thun.ch/de/leben/freizeit-in-thun/vereine).

Wenn Sie sich gerne innerhalb einer Organisation engagieren möchten, finden Sie hier interessante Angebote für Freiwilligenarbeit in der Stadt Thun.

**Freiwilligenarbeit an  
Schulen und Tagesschulen**

Amt für Bildung und Sport  
**033 225 84 06**

Unterstützung in Klassen in diversen Fächern (Sprachen, Mathematik, Werken und Gestalten u.a.m.); in Tagesschulen: Aufgabenhilfe, Mithilfe beim Mittagessen, Mithilfe bei den Freizeitbeschäftigungen

---

**Freiwilligenarbeit im  
Kompetenzzentrum Integration  
Thun-Oberland KIO**

KIO Kompetenzzentrum  
Integration  
**033 225 88 00**

**Anpacken im Caritas-Markt Thun**

Caritas-Markt Thun  
**031 378 60 33**

Mitarbeit im Verkauf, Lager, in der Logistik oder als Fahrer/-in

---

**Unterstützung bei digitalen  
Anliegen im DigiTreff**

Caritas-Markt Thun  
**031 378 60 33**

Fragen zu mitgebrachten Geräten wie Smartphone, Tablet und Laptop beantworten sowie Anwendungen und Funktionen mit den Teilnehmenden üben

---

**Mitarbeit in den Bereichen  
Besuchs- und Fahrdienste,  
Mittagstisch, Lebensmittel-  
weitergabe**

Evangelische Allianz Region  
Thun  
**033 552 00 20**

**Übernahme von Besuchsdien-  
sten, Mitarbeit an den Mittags-  
tischen, Hilfe bei der Durchfüh-  
rung von Seniorennachmittagen,  
Leitung von Wandergruppen,  
Mithilfe bei der Durchführung  
von Wanderferien**

Fachstelle ältere Generation  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun  
**079 890 49 58**

Freiwillige sind jederzeit willkom-  
men; regelmässige Schulung und  
Support durch Fachpersonen

**Übernahme von Mandaten im  
Erwachsenenschutzbereich**

Fachstelle für private  
Mandatstragende (PriMa)  
**033 225 84 68**

**Freiwilligenarbeit auf dem  
Robinsonspielplatz**

Fachstelle Kinder und Jugend  
**033 335 12 52**

Der Robinsonspielplatz steht  
Kindern und Erwachsenen als  
Treffpunkt zur Verfügung.

**Mitarbeit im Café 0-100 der  
reformierten Kirchgemeinde**

Fachstelle soziale Arbeit,  
der ref. Gesamtkirchgemeinde  
Thun

**079 431 07 95**

(Anfragen gerne per  
Nachricht)

Instruieren neuer Gäste, wie die  
Selbstbedienung in der Küche  
funktioniert

Jeweils von Oktober bis Februar  
am Freitagnachmittag von  
14.00-17.00 Uhr

---

**Besuchsdienste in  
Alters- und Pflegeheimen**

Frauenverein Thun

**info@frauenvereinthun.ch**

---

**Freiwillig kulturelles Wissen  
weitergeben**

Kulturschule Thun

**033 221 48 92**

Kulturelle Gepflogenheiten der  
Schweiz für Menschen mit Asylhin-  
tergrund vermitteln

---

**Besucherkommunikation in den  
Ausstellungen, Unterstützung  
bei Veranstaltungen**

Kunstmuseum Thun

**033 225 84 20**

---

**Foodsave - gemeinsam  
gegen Verschwendung von  
Lebensmitteln**

Madame Frigo  
**thunisstthun@gmail.com**

Kühlschränke kontrollieren, Hygienestandards gewährleisten und Mithilfe bei Verteilaktionen von grösseren Lebensmittelspenden

---

**Unterstützung von Seniorinnen  
und Senioren bei der Erledigung  
ihrer Administration, Hilfe bei  
der Erledigung der Steuerer-  
klärung, Leitung von Sportkursen**

Pro Senectute Kanton Bern  
Beratungsstelle Thun  
**033 226 60 60**

**Gestaltung von Radiobeiträgen,  
Übernahme von administrativen  
Arbeiten, Unterstützung von  
Kolleginnen und Kollegen bei  
technischen Arbeiten**

Radio60plus  
**079 463 06 92**

Wird auf Radio BeO ausgestrahlt;  
Themen von Seniorinnen und  
Senioren für alle

---

**Mitarbeit bei den Angeboten  
65+ im Rahmen von «Frohes  
Alter 65+»**

Röm.-kath. Kirchgemeinde  
Thun  
Pfarrei St. Marien  
**033 225 03 60**  
Pfarrei St. Martin  
**033 225 03 33**

**Monatliche Anlässe für Senior-  
innen und Senioren, Jass-  
Nachmittage, Wandergruppe,  
Wanderferien-Woche**

Röm.-kath. Kirchgemeinde  
Thun  
Pfarrei St. Marien  
**033 225 03 60**  
Pfarrei St. Martin  
**033 225 03 33**

Verschiedene Gruppen der Senior-  
innen- und Senioren-Arbeit; Aus-  
künfte bei den Pfarrei-Sekretariaten

**Übernahme von Fahrdiensten**

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Bern  
Region Oberland  
**033 225 00 82**

Sie fahren die Kundinnen und Kun-  
den zum Termin und wieder nach  
Hause.

**Entlastung der Angehörigen,  
Langzeitbegleitung und Sterbe-  
begleitung**

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Bern  
Region Oberland  
beocare -  
Entlastung Angehörige SRK  
**033 225 00 87**

Sie entlasten betreuende Angehörige und begleiten kranke und sterbende Menschen.

**Freiwilligenarbeit zur Unter-  
stützung von Menschen mit  
Sehbehinderung**

SICHTBAR THUN  
**033 225 46 46**

Besuchsdienste, Unterstützung zu Hause und bei der Administration

**Mitarbeit in der Schreibkurve  
Thun**

Südkurve Thun  
**033 552 15 52**

Unterstützung beim Ausfüllen von Steuererklärungen, RAV-Anmeldungen, Formularen und Schreiben von Bewerbungen

## Mithilfe bei der Lebensmittelabgabe

Tischlein deck dich

Abgabestelle Thun Mitte  
Mittlere Strasse 19, 3600 Thun  
Öffnungszeiten:  
Freitag, 14.45 - 15.45 Uhr

Mithilfe beim Ausladen und Präsentieren der Lebensmittel und Begleitung der Lebensmittelabgabe

Abgabestelle Thun Westhalle  
Industriestrasse 5, 3600 Thun  
Öffnungszeiten:  
Mittwoch, 10.00 - 11.00 Uhr

**052 224 44 88**

---

## Freiwilligenarbeit im Generationendialog

UND Generationentandem  
**079 836 09 37**

Mitarbeit in verschiedenen Projekten  
- Generationenmärkt, Generationenforum, Generationentalk, Politpodium, Digitale Teilhabe, Magazin, Multimedia, Begegnungszentrum  
Offenes Höchhus

---

## Freiwilligenarbeit mit geflüchteten Menschen

Verein Asyl  
Bern Oberland  
**033 552 09 09**  
**freiwillige@asyl-beo.ch**

Unterstützung beim Deutsch Lernen, Nachhilfe, Begleitung im Alltag und beim Wohnen, Unterstützung bei administrativen Angelegenheiten, Begleitung bei der Stellensuche, Kurzzeit-Einsätze, Einsätze in der Kollektivunterkunft, verschiedene Projekte

---

## Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden, Langzeitbegleitungen zu Hause, in Heimen und Spitälern

Verein Schwerkranke begleiten  
der Region Thun  
**033 221 62 91**

---

## Menschen mit körperlicher Beeinträchtigung unterstützen

WAG Wohnen und Arbeiten  
für Körperbehinderte Gwatt  
**033 334 40 87**

Bewohnende beim Einkauf oder Ausflug begleiten, gemeinsam Kaffee trinken, einen Spielnachmittag verbringen oder spazieren gehen

### Mitarbeit bei der Zytbörse Thun

Zytbörse  
**079 902 16 06**

Fähigkeiten, Wissen und Talente  
andern Menschen gegen Zeitgut-  
schriften zur Verfügung stellen

---

### Mitarbeit bei der Zauberlaterne Thun

Die Zauberlaterne Thun  
Filmbildung für Kinder  
(6 bis 12 Jahre)  
**032 723 77 17**

Unterstützung bei Werbung,  
Fundraising, Buchhaltung, Sekreta-  
riat oder Klubleitung. Saalbetreuung  
während den Vorstellungsmorgen  
im Kino Rex. Schulung und Beglei-  
tung der Freiwilligen durch den  
Thuner Verein und den Dachverein.

---

### Mithilfe in Verkauf und Warenbewirtschaftung

Blaukreuz-Brocki Thun  
**033 222 41 60**

### Mithilfe in Service und Küche

Bistro Blaues Kreuz  
**033 222 41 60**

---





# ADRESSEN DER INSTITUTIONEN UND ORGANISATIONEN

Das Älterwerden hat Auswirkungen auf alle Lebensbereiche – entsprechend breit und vielfältig sind die im vorliegenden Wegweiser aufgeführten Angebote für Seniorinnen und Senioren. Die Kontaktdaten der jeweiligen Anbieter finden Sie in der Rubrik «Adressen». Die Institutionen und Organisationen sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt.

## **Erste Anlaufstelle für Fragen rund ums Alter**

Sollten Sie im Wegweiser nicht fündig werden, dann kontaktieren Sie bitte die Pro Senectute Kanton Bern, die erste Anlaufstelle in Thun für alle Fragen rund um das Alter. Pro Senectute unterstützt Seniorinnen und Senioren sowie deren Angehörige mit vielfältigen Angeboten und Beratungsdienstleistungen.

## A

---

### **AHV-Zweigstelle Thun**

Hofstettenstrasse 14, 3600 Thun  
Tel. 033 225 85 60  
ahvzweigstelle@thun.ch  
www.thun.ch

### **All Blacks Thun**

Thuner Laufsportverein  
www.allblacks.ch

### **Allmendguet**

#### **Bethesda Altersbetreuung AG**

Hagacherweg 10, 3608 Thun  
Tel. 033 334 38 00  
admin@allmendguet.ch  
www.allmendguet.ch

### **Alterspsychiatrischer Dienst Spital STS AG**

Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun  
Tel. 058 636 47 00  
psychiatrie@spitalstsag.ch  
www.spitalstsag.ch

### **Alterswohn- und Pflegeheim**

#### **Gutknecht-Stiftung**

Postgässli 7, 3604 Thun  
Tel. 033 334 34 34  
info@gks-thun.ch  
www.gks-thun.ch

### **Alterswohnen Schlossblick**

Betreutes Wohnen  
Burgstrasse 2, 3600 Thun  
Tel. 033 439 63 00  
schlossblick@alterswohnenag.ch  
www.alterswohnenag.ch

### **Alzheimer Bern Beratungsstelle Thun/ Berner Oberland**

Scheibenstrasse 3, 3600 Thun  
Tel. 077 437 90 10  
berneroberland@alz.ch  
www.alz.ch/be

### **Amt für Bildung und Sport**

Hofstettenstrasse 14, 3600 Thun  
Tel. 033 225 84 06  
bildung@thun.ch  
www.thun.ch

### **Associazione Solidarietà e Diritti c/o KIO Thun**

Uttigenstrasse 3, 3600 Thun  
Tel. 031 311 50 91  
diritti.thun@gmail.com  
www.solidarietaediritti.ch

### **Audika Thun**

Bälliz 40, 3600 Thun

Tel. 033 223 00 31

thun@audika.ch

www.audika.ch

## **B**

---

### **Beratungsstelle Ehe Partnerschaft**

#### **Familie Thun der Reformierten**

#### **Kirchen Bern-Jura-Solothurn**

Frutigenstrasse 29, 3600 Thun

Tel. 033 222 56 88

thun@berner-eheberatung.ch

www.berner-eheberatung.ch

### **Berner Gesundheit**

#### **Regionalzentrum Berner**

#### **Oberland**

Aarestrasse 38 B, 3600 Thun

Tel. 033 225 44 00

thun@beges.ch

www.bernergesundheits.ch

### **Berner Schuldenberatung**

Zweigstelle Oberland

Aarestrasse 38 B, 3600 Thun

Tel. 031 371 84 84

info@schuldeninfo.ch

www.schuldeninfo.ch

### **Bernische Ombudsstelle für Alters-, Betreuungs- und Heimfragen**

Bümplizstrasse 128, 3018 Bern

Tel. 031 372 27 27

info@ombudsstellebern.ch

www.ombudsstellebern.ch

### **Bestattungsamt**

Strättligenstrasse 14, 3645 Gwatt

Tel. 033 225 82 45

bestattungsamt@thun.ch

www.thun.ch

**Betagtenheim Schönegg**

Riedstrasse 24, 3626 Hünibach

Tel. 033 225 65 65

info@betagtenheim-schoenegg.ch

www.betagtenheim-schoenegg.ch

**BFU-Sicherheitsdelegierter  
der Stadt Thun**

Industriestrasse 2, 3600 Thun

Tel. 033 225 83 60

toni.zimmermann@thun.ch

www.thun.ch

**Bistro Blaues Kreuz**

Bernstrasse 14, 3612 Steffisburg

Tel. 033 222 41 60

www.besofr.blaueskreuz.ch

**Blaues Kreuz BE/SO/FR**

Fachstelle für Alkohol- und

Suchtprobleme Thun

Kasernenstrasse 17, 3600 Thun

Tel. 033 222 01 77

fs.thun@blaueskreuzbern.ch

www.besofr.blaueskreuz.ch

**Blaukreuz-Brocki Thun**

Bernstrasse 14, 3612 Steffisburg

Tel. 033 222 41 60

brockishopthun@

blaueskreuzbern.ch

www.besofr.blaueskreuz.ch

**Boccia Club Thun**

www.bocciacub-thun.ch

**Burgergut · Burgergemeinde  
Thun**

Bernstrasse 113, 3613 Steffisburg

Tel. 033 439 26 26

info@burgergut.ch

www.burgergut.ch

## C

---

### **Café 0-100**

Fachstelle soziale Arbeit der  
ref. Gesamtkirchgemeinde Thun  
Albert Schweitzer-Weg 1,  
3600 Thun  
Tel. 079 431 07 95 (Anfragen  
gerne per Nachricht)  
noemi.porfido@ref-kirche-thun.ch

### **Caritas Bern**

Zähringerstrasse 25, 3012 Bern  
Tel. 031 378 60 00  
info@caritas-bern.ch  
www.caritas-bern.ch

### **Caritas-Markt Thun**

Seestrasse 18, 3600 Thun  
Tel. 031 378 60 33  
freiwilligenarbeit@caritas-bern.ch

### **CasaGusto**

#### **c/o Pro Senectute**

Forchstrasse 145, 8032 Zürich  
Tel. 058 451 50 50  
kontakt@casa-gusto.ch  
www.casa-gusto.ch

### **Cinedolcevida**

Kino Rex  
Aarestrasse 2a, 3600 Thun  
Tel. 033 222 22 88  
info@cinedolcevida.ch  
www.cinedolcevida.ch/  
category/thun  
www.kino-thun.ch

### **collectors**

#### **Velo-Hauslieferdienst und Recycling-Abholdienst**

Tel. 033 224 01 66  
info@collectors-thun.ch  
www.collectors-thun.ch

#### **Curling Veteranen Vereinigung Thun**

cvtobmann@ccthunregio.ch  
www.ccthunregio.ch

**D**

---

**Die Dargebotene Hand -  
Telefonische Lebenshilfe**

Tel. 143

[www.143.ch](http://www.143.ch)

**Domicil Selve Park**

Scheibenstrasse 33, 3600 Thun

Tel. 033 224 06 00

[selvepark@domicilbern.ch](mailto:selvepark@domicilbern.ch)

[www.selvepark.domicilbern.ch](http://www.selvepark.domicilbern.ch)

**Dovida**

Senioren Dienste Berner Oberland

[info.berner-oberland@dovida.ch](mailto:info.berner-oberland@dovida.ch)

[www.dovida.ch/local-office/berner-oberland](http://www.dovida.ch/local-office/berner-oberland)

**E**

---

**Einwohnerdienste der Stadt Thun**

Hofstettenstrasse 14, 3600 Thun

Tel. 033 225 82 49

[einwohnerdienste@thun.ch](mailto:einwohnerdienste@thun.ch)

[www.thun.ch](http://www.thun.ch)

**Entlastungsdienst Kanton Bern  
Region Thun-Oberland**

Schwarztorstrasse 32, 3007 Bern

Tel. 033 336 55 60

[be@entlastungsdienst.ch](mailto:be@entlastungsdienst.ch)

[www.entlastungsdienst.ch](http://www.entlastungsdienst.ch)

[www.sofort-betreuung.ch](http://www.sofort-betreuung.ch)

**Evangelische Allianz Region Thun**

Tel. 033 552 00 20

[www.allianz-thun.ch](http://www.allianz-thun.ch)

**F**

---

**Fachstelle ältere Generation der  
ref. Gesamtkirchgemeinde Thun**

Frutigenstrasse 4, 3600 Thun

Tel. 079 890 49 58

[katharina.buser@](mailto:katharina.buser@ref-kirche-thun.ch)

[ref-kirche-thun.ch](mailto:ref-kirche-thun.ch)

[www.ref-kirche-thun.ch](http://www.ref-kirche-thun.ch)

**Fachstelle für private  
Mandatstragende (PriMa)**

Hofstettenstrasse 14, 3600 Thun

Tel. 033 225 84 68

[soziales@thun.ch](mailto:soziales@thun.ch)

[www.thun.ch](http://www.thun.ch)

**Fachstelle Schuldensanierung  
Berner Oberland**

Scheibenstrasse 3, 3600 Thun  
Tel. 033 221 80 60  
beo@schuldensanierung-fss.ch  
www.schuldensanierung-fss.ch

**FRAGILE BERN Espace Mittelland**

Mattenhofstrasse 5, 3007 Bern  
Tel. 031 376 21 02  
bern@fragile.ch  
www.fragile-bern.ch

**Frauenverein Thun**

Präsidentin Marianne Burkhard  
Goldiwilstrasse 18, 3600 Thun  
Tel. 079 754 50 47  
info@frauenvereinthun.ch  
www.frauenvereinthun.ch

**Frauenzentrale BE  
Rechts-, Vorsorge-, Budget-  
beratung und Mediation**

Zeughausgasse 14, 3011 Bern  
Tel. 031 311 72 01  
sekretariat@frauenzentralebern.ch  
www.frauenzentralebern.ch

**G**

---

**Generationenmärit Thun**

Tel. 079 836 09 37  
und@generationentandem.ch  
www.generationentandem.ch

**Gutknecht-Stiftung**

Postgässli 7, 3604 Thun  
Tel. 033 334 34 34  
info@gks-thun.ch  
www.gks-thun.ch

## H

---

### **Heilsarmee Thun**

Mittlere Strasse 19, 3600 Thun

Tel. 033 222 40 10

[www.heilsarmeethun.ch](http://www.heilsarmeethun.ch)

### **a+ hilfsmittelshop**

#### **Samariterverein Thun**

Friedheimstrasse 15, 3600 Thun

Tel. 033 222 10 38

[info@samariter-thun.ch](mailto:info@samariter-thun.ch)

[www.samariter-thun.ch](http://www.samariter-thun.ch)

### **Hohmadpark**

Frutigenstrasse 38, 38A, 40, 40A,  
46 & 46A, 3600 Thun

Hauenstein Immobilien AG

Schönbergstr. 23, 3654 Gunten

Tel. 033 244 66 66

## I

---

### **Incontro dei pensionati italiani nella parrocchia San Martino**

#### **Missione Cattolica Italiana**

c/o Sekretariat Koordinationsstelle  
Pastoralraum Bern Oberland

Martinstrasse 7, 3600 Thun

Tel. 078 932 00 92

[mci@kath-thun.ch](mailto:mci@kath-thun.ch)

[www.kathbern.ch](http://www.kathbern.ch)

### **IPB Spitex AG**

Moosweg 40, 3645 Gwatt/Thun

Tel. 033 334 16 21

[info@ipbspitex.ch](mailto:info@ipbspitex.ch)

[www.ipbspitex.ch](http://www.ipbspitex.ch)

## K

---

### **Kantonspolizei Bern**

#### **Verkehr, Umwelt und Prävention**

Tel. 031 638 91 00

[praevention.bo@police.be.ch](mailto:praevention.bo@police.be.ch)

### **KIO Kompetenzzentrum Integration**

Uttigenstrasse 3, 3600 Thun

Tel. 033 225 88 00

[kio@thun.ch](mailto:kio@thun.ch)

[www.thun.ch/kio](http://www.thun.ch/kio)

### **Krebsliga Bern**

Schwanengasse 5/7

Postfach, 3001 Bern

Tel. 031 313 24 24

[info@krebsligabern.ch](mailto:info@krebsligabern.ch)

[www.bern.krebsliga.ch](http://www.bern.krebsliga.ch)

### **KulturLegi Kanton Bern**

Zähringerstrasse 25, 3012 Bern

Tel. 031 378 60 36

bern@kulturlegi.ch

www.kulturlegi.ch/kanton-bern

### **Kulturschule Thun**

Industriestrasse 5, 3600 Thun

Tel. 033 221 48 92

thun@kultur-schule.ch

### **Kunstküche**

Hofstettenstrasse 12, 3600 Thun

Tel. 033 225 86 10

### **Kunstmuseum Thun**

#### **Thunerhof**

Hofstettenstrasse 14, 3600 Thun

Tel. 033 225 84 20

kunstmuseum@thun.ch

www.kunstmuseumthun.ch

Kontakt Kunstvermittlung

Tel. 033 225 86 10

vermittlung@thun.ch

## **KIRCHEN**

---

### **AKiT (Arbeitsgemeinschaft der Kirchen in Thun)**

www.akit.ch

### **Reformierte**

#### **Gesamtkirchgemeinde Thun**

www.ref-kirche-thun.ch

### **Pfarramt Goldiwil-Schwendibach**

Dorfstrasse 63B, 3624 Goldiwil

Tel. 079 563 48 13

goldiwil@ref-kirche-thun.ch

### **Pfarramt Lerchenfeld**

Elsterweg 36A, 3603 Thun

Tel. 033 222 17 84

lerchenfeld@ref-kirche-thun.ch

**Pfarramt Paroisse française**

Pasteur J. Lantz  
Tel. 078 919 62 42

**Thun-Stadt**

Frutigenstrasse 22, 3600 Thun  
Tel. 033 223 17 66  
thun.stadt@ref-kirche-thun.ch

**Thun-Strättligen**

Schulstrasse 45B, 3604 Thun  
Tel. 033 334 67 70  
straettligen@ref-kirche-thun.ch

**Röm.-kath. Kirchgemeinde Thun**

Kapellenweg 7, 3600 Thun  
Tel. 033 225 03 50  
verwaltung@kath-thun.ch  
www.kath-thun.ch

**Pfarrei St. Marien**

Kapellenweg 9, 3600 Thun  
Tel. 033 225 03 60  
st.marien@kath-thun.ch

**Pfarrei St. Martin**

Martinstrasse 7, 3600 Thun  
Tel. 033 225 03 33  
st.martin@kath-thun.ch

**Paroisse catholique de langue française de Berne et environs**

Rainmattstrasse 20, 3011 Bern  
Tel. 031 381 34 16  
cure.francaise@cathberne.ch

**Christkatholische Kirche Thun**

Kramgasse 10, 3011 Bern  
Tel. 031 318 06 55  
sekretariat@ckkgbern.ch

**Evangelisch-Lutherische Kirche**

Postgasse 62, 3011 Bern  
Tel. 076 306 15 18  
info@luther-bern.ch  
www.luther-bern.ch

**Evangelisch-methodistische Kirche Thun**

Klosestrasse 10, 3600 Thun  
Tel. 033 222 88 24  
info@emk-thun.ch

**Evangelische Allianz Region Thun**

033 552 00 20  
www.allianz-thun.ch

## L

---

### **Licht - Schatten Tagesstätte für Menschen mit Demenz**

Zelglistrasse 6, 3608 Thun  
Tel. 033 335 12 91  
Tel. 076 342 54 54  
info@licht-schatten-thun.ch  
www.licht-schatten-thun.ch

**Lungenliga Bern**  
Beratungsstelle Thun  
Aarefeldstrasse 19, 3600 Thun  
Tel. 031 300 26 26  
info@lungenliga-be.ch  
www.lungenliga-be.ch

## M

---

**Madame Frigo**  
thunisstthun@gmail.com

**malreden**  
**Telefonisches Gesprächs-  
angebot für ältere Menschen**  
Tel. 0800 890 890  
www.malreden.ch

**Martinzentrum -  
Wohnen im Alter**  
Martinstrasse 8, 3600 Thun  
Tel. 033 225 78 78  
martinzentrum@wia-thun.ch  
www.wia-thun.ch

### **Medizinisches Zentrum Thun am Bahnhof**

Panoramastrasse 1, 3600 Thun  
Tel. 058 636 70 00  
info@mz-thun.ch  
www.mz-thun.ch

## N

---

**Nationales Kompetenzzentrum  
Alter ohne Gewalt**

Anlaufstelle 0848 00 13 13  
www.alterohnegewalt.ch

## P

---

**Mobiler Palliativ Dienst (MPD)  
Palliative Care-Netzwerk  
Region Thun**

Militärstrasse 6, 3600 Thun  
Tel. 079 139 99 19  
info@palliativecare-thun.ch  
www.palliativecare-thun.ch

**Parkinson Schweiz**  
Südstrasse 120, 8008 Zürich  
Tel. 043 277 20 77  
info@parkinson.ch  
www.parkinson.ch

**Parkinfon**  
Tel. 0800 80 30 20  
Jeden Mittwoch von 17 bis 19 Uhr

**Petanque Club Thun**  
www.petanque-thun.ch

**Pflegeheim Solviva Berntor**  
Bernstrasse 4, 3600 Thun  
Tel. 033 225 77 77  
thun@solviva-thun.ch  
www.solviva-thun.ch

**Pflegeheim Niesenblick**  
Buechallme 9, 3608 Thun  
Tel. 033 336 23 83  
heimleitung@  
pflegeheim-niesenblick.ch  
www.pflegeheim-niesenblick.ch

## **Pro Infirmis**

### **Beratungsstelle Oberland**

Niesenstrasse 1, 3600 Thun

Tel. 058 775 13 00

thun@proinfirmis.ch

www.proinfirmis.ch

## **Pro Senectute Kanton Bern**

### **Beratungsstelle Thun**

Malerweg 2, 3600 Thun

Tel. 033 226 60 60

oberland@be.prosenectute.ch

www.be.prosenectute.ch

www.wohnen60plus.ch

## **CasaGusto**

### **c/o Pro Senectute**

Forchstrasse 145, 8032 Zürich

Tel. 058 451 50 50

kontakt@casa-gusto.ch

www.casa-gusto.ch

## **R**

---

### **Radio60plus**

Bachhubelweg 22, 3612 Steffisburg

Tel. 079 463 06 92

info@radio60plus.ch

www.radio60plus.ch

### **Rechtsauskunftsstelle des Bernischen Anwaltsverbandes**

Frutigenstrasse 22, 3600 Thun

www.bav-aab.ch/de/

rechtssuchende/rechtsauskunfts-  
stellen.html

### **Restaurant Schärmehof**

Von May-Strasse 43, 3604 Thun

Tel. 033 334 82 92

restaurant@schaermehof.ch

www.restaurant.schaermehof.ch

**Rheumaliga Bern und Oberwallis**

Holzikofenweg 22, 3007 Bern

Tel. 031 311 00 06

info.be@rheumaliga.ch

www.rheumaliga.ch/be

**Riviera Med GmbH****Private Spitex**

Geschäftsstelle

Scheibenstrasse 3, 3600 Thun

Tel. 079 237 55 21

info@riviera-med.com

www.riviera-med.com

**Robinson Spielplatz**

Fachstelle Kinder und Jugend

Illienweg 2, 3604 Thun

Tel. 033 335 12 52

robinson@thun.ch

**rundum mobil GmbH**

Marktgasse 17, 3600 Thun

Tel. 033 334 00 20

info@rundum-mobil.ch

www.rundum-mobil.ch

www.mobilsein.ch

**S**

---

**Schärmehof**

Bethesda Alterszentren

von May-Strasse 43, 3604 Thun

Tel. 033 334 82 82

heim@schaermehof.ch

www.schaermehof.ch

**Schlossgut Schadau**

Senioren-Wohngemeinschaft

Seestrasse 26a, 3600 Thun

Tel. 033 221 01 88

info@schlossgut-schadau.ch

www.schlossgut-schadau.ch

**Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Bern Region Oberland**

Länggasse 2, 3600 Thun  
Tel. 033 225 00 80  
info-oberland@srk-bern.ch  
www.srk-bern.ch/oberland

**beocare - Bildung SRK**

Tel. 033 225 00 80  
bildung-beocare@srk-bern.ch

**beocare - Entlastung**

Angehörige SRK  
Tel. 033 225 00 87  
info-beocare@srk-bern.ch

**Home Care**

Tel. 033 225 00 87  
Tel. 079 924 13 74  
betreuung-oberland@srk-bern.ch

**Rotkreuz-Fahrdienst**

Tel. 033 225 00 82  
fahrdienst-oberland@srk-bern.ch

**Rotkreuz-Notruf**

Tel. 033 225 00 86  
notruf-oberland@srk-bern.ch

**Trauercafé SRK Interlaken**

Stadthaus Unterseen  
Untere Gasse 2, 3800 Unterseen  
1. Etage  
Tel. 033 225 00 87

**Selbsthilfe BE**

**Beratungszentrum Thun**  
Marktgassee 17, 3600 Thun  
Tel. 0848 33 99 00  
info@selbsthilfe-be.ch  
www.selbsthilfe-be.ch

**Senevita Casa Berner Oberland**

Aarestrasse 28, 3600 Thun  
Tel. 033 335 72 20  
beo@senevita.ch  
www.senevita.ch

**SERAFE AG (ehemals Billag AG)**

Tel. 058 201 31 67  
www.serafe.ch

**SICHTBAR THUN**

Frutigenstrasse 8, 3600 Thun  
Tel. 033 225 46 46  
sichtbar-thun@blind.ch  
www.blind.ch

**Sonn matt - Wohnen im Alter**

Sonn mattweg 7B, 3604 Thun

Tel. 033 334 55 34

sonnmatt@wia-thun.ch

www.wia-thun.ch

**Sozialberatung der röm.-kath.**

Kirchgemeinde Thun

Kapellenweg 7, 3600 Thun

Tel. 076 267 49 88

www.kath-thun.ch

**Spital STS AG**

Krankenhausstr. 12, 3600 Thun

Tel. 058 636 00 00

info@spitalstsag.ch

www.spitalstsag.ch

**Alterspsychiatrischer Dienst**

Tel. 058 636 47 00

**Diabetesberatung**

Tel. 058 636 29 09

diabetesberatung@spitalstsag.ch

**Memory Clinic**

Tel. 058 636 47 00

**Notfallzentrum Spital Thun**

Tel. 058 636 99 99

**Psychiatrischer Notfalldienst****Ambulatorium Thun**

Tel. 058 636 47 00

**Ambulante Stoma-Beratung**

Tel. 058 636 22 70

**Zahnärztlicher Notfalldienst**

Tel. 058 636 00 00

**SPITEX Region Thun AG****Geschäftsstelle**

Militärstrasse 6, 3600 Thun

Tel. 033 226 50 50

info@spitex-region-thun.ch

www.spitex-region-thun.ch

**Spitex Schlossmatt**

Waisenhausstrasse 2, 3600 Thun

Tel. 033 437 07 95

Tel. 079 464 65 68

info@spitex-schlossmatt.ch

www.spitex-schlossmatt.ch

**Stiftung Behindertentransport****Kanton Bern**

Schwarztorstrasse 32, 3007 Bern

Tel. 031 307 40 40

info@stiftung-btb.ch

www.stiftung-btb.ch

### **Stiftung WiA - Wohnen im Alter**

Geschäftsstelle

Martinstrasse 8, 3600 Thun

Tel. 033 227 27 77

info@wia-thun.ch

www.wia-thun.ch

### **Südkurve Thun**

Industriestrasse 5, 3600 Thun

Tel. 033 552 15 52

schreibkurve@suedkurve-thun.ch

## **T**

---

### **Tagestreff Gutknecht-Stiftung**

Postgässli 15A, 3604 Thun

Tel. 033 334 34 60

tagestreff@gks-thun.ch

www.gks-thun.ch

### **Tagesstätte für Menschen mit**

**Demenz**

**Licht - Schatten**

Zelglistrasse 6, 3608 Thun

Tel. 033 335 12 91

Tel. 076 342 54 54

info@licht-schatten-thun.ch

www.licht-schatten-thun.ch

### **Team Sunneschyn AG**

Wangenstrasse 102, 3018 Bern

Tel. 031 335 18 19

thun@team-sunneschyn.ch

www.team-sunneschyn.ch

### **Tertianum AG**

**Residenz Bellevue-Park**

Göttibachweg 2, 3600 Thun

Tel. 033 227 07 07

bellevuepark@tertianum.ch

www.bellevuepark.tertianum.ch

**Thuner Chötti**

**Verein für aktive Menschen**

Tel. 033 336 26 07

Tel. 033 437 21 34

**Tischlein deck dich**

Tel. 052 224 44 88  
info@tischlein.ch

**Trauercafé Thun der Fachstelle  
ältere Generation der ref.**

**Gesamtkirchgemeinde Thun**  
Tel. 079 890 49 58

**Trauercafé Interlaken**

Stadthaus Unterseen  
Untere Gasse 2, 3800 Unterseen  
1. Etage  
Tel. 033 225 00 80

**Turnverein Allmendingen**

www.tvallmendingen.ch

**Turnverein Thun**

Fitness Frauen II, Männerriege  
www.tvthun.ch

**U**

---

**Unabhängige Beschwerdestelle  
für das Alter UBA**

Malzstrasse 10, 8045 Zürich  
Tel. 058 450 60 60  
Anlaufstelle Tel. 0848 00 13 13  
info@uba.ch  
www.uba.ch

**UND Generationentandem**

Höchhusweg 17, 3612 Steffisburg  
Tel. 079 836 09 37  
und@generationentandem.ch  
www.generationentandem.ch

## V

---

### **Bebo Casa Dienste AG**

#### **Venner-Zyro-Park Thun**

Berntorgasse 7, 3600 Thun

Tel. 033 333 26 26

admin@venner-zyro-park-thun.ch

www.venner-zyro-park-thun.ch

### **Verein Alterswohnen**

#### **im Lerchenfeld**

Lerchenfeldstrasse 47, 3603 Thun

Tel. 033 222 18 07

Tel. 079 567 08 02

margrith.gyger@gmx.ch

### **Verein Asyl**

#### **Berner Oberland**

Frutigenstrasse 4, 3600 Thun

Tel. 033 552 09 09

freiwillige@asyl-beo.ch

www.asyl-beo.ch

### **Verein Die Zauberlaterne**

Terreaux 7, 2000 Neuchâtel

Tel. 032 723 77 17

thun@zauberlaterne.org

www.zauberlaterne.org

### **Verein Schwerkranke begleiten der Region Thun**

Einsatzleitung

Tel. 033 221 62 91

info@schwerkranke-begleiten.ch

www.schwerkranke-begleiten.ch

### **Vista Fachstelle Opferhilfe**

Bälliz 49, 3600 Thun

Tel. 033 225 05 60

### **VIVA DOMUS Spitex**

Bälliz 12, 3600 Thun

Tel. 0800 883 884 (Gratisnummer)

info@vivadomus.ch

www.vivadomus.ch

### **Volkshochschule**

#### **Region Thun**

Marktgasse 17, 3600 Thun

Tel. 033 221 44 61

info@vhs-thun.ch

www.vhs-thun.ch

## W

---

### **Wissensforum**

#### **Blaues Kreuz BE/SO/FR**

Kasernenstrasse 17, 3600 Thun

Tel. 033 222 01 77

fs.thun@blaueskreuzbern.ch

www.besofr.blaueskreuz.ch

### **Wochenplatzbörse Chindernetz**

#### **Kanton Bern**

#### **(ehemals Pro Juventute)**

Frutigenstrasse 4, 3600 Thun

Tel. 077 494 67 72

wochenplatz.thun@chindernetz.be

www.thun.smalljobs.ch

### **Stiftung WAG Wohnen und Arbeiten für Körperbehinderte Gwatt**

Hännisweg 5, 7, 10, 3645 Gwatt

Tel. 033 334 40 80

info@wag-gwatt.ch

www.wag-gwatt.ch

## Z

---

### **Zytbörse Thun**

3600 Thun

Tel. 079 902 16 06

info@zytboerse.ch

www.zytboerse.ch



## **IM NOTFALL**

**144** Sanitätsnotruf

**112/117** Polizei

**118** Feuerwehr

**1414** Rega