



Angebote im Tscharni

Im Quartierzentrum im Tscharnergut bieten wir Ihnen ein vielfältiges Angebot von Aktivitäten, Weiterbildungsmöglichkeiten und Veranstaltungen an. Bleiben Sie aktiv, scheuen Sie sich nicht etwas Neues kennenzulernen, treten Sie aus Ihren eigenen vier Wänden hinaus ins Leben:

Weiterbildung

- Deutsch
Für fremdsprachige Leute finden bei uns Deutschkurse statt.
Kontakt: Muki-Deutsch kathrin.kalakovic@bern.ch
- TAP
Der Verein Tages-Aupairs ermöglicht eine Win-Win Situation für deutschsprachige Einzelpersonen und Kleinfamilien: Migrantinnen erhalten die Möglichkeit, in einer Familie oder einer anderen Haushaltsform Deutsch zu lernen, Kontakte zu knüpfen und etwas Geld zu verdienen. Gleichzeitig erhalten Gasthaushalte an einzelnen Tagen Unterstützung zu Hause. Die Vermittlung wird vom TAP organisiert. www.tagesaupair.ch
078 700 05 96 oder 078 682 36 20
- Werkstatt
Interessiert mit Gleichgesinnten einen Kurs durchzuführen?
Unser Werkstattleiter Herr Wartenweiler unterstützt Sie gerne dabei
Kontakt: Lukas Wartenweiler, 031 991 70 55
werkstatt@tscharni.ch

Treffs

- Frauen
Begegnungsort für Frauen ab 65, wo man in offener Atmosphäre Lebensthemen diskutieren kann oder gemeinsam Ausflüge unternimmt.
Kontakt: Otto Wenger, 031 991 70 55 otto.wenger@tscharni.ch
- Männer ab 60
Gemeinsam einmal im Monat einen Ausflug unternehmen oder einen Anlass besuchen.
Kontakt: Andreas Rohrbach, 031 991 70 55
andreas.rohrbach@tscharni.ch
- Aktive Jungseniorinnen und Jungsenioren
Hier treffen sich Menschen, die gerne austauschen und etwas zusammen unternehmen.
Jungsenioren bis 70 sind jederzeit dazu eingeladen
Kontakt: Antionette Kost, 031 991 63 83 antoinette.kost@kathbern.ch
- Seniorenrat
SeniorInnen aus Bethlehem, die sich 2 Mal jährlich treffen, um Bedürfnisse älterer Menschen aus dem Quartier aufzunehmen und Veränderungen in die Wege zu leiten.
Kontakt: Andreas Rohrbach, 031 991 70 55 andreas.rohrbach@tscharni.ch

- Witwen Begegnungsort um über Themen zu diskutieren, die verwitwete Frauen beschäftigen, um sich gegenseitig zu unterstützen und anzuregen.
Kontakt: Margrith Hutzli, 031 992 00 05

Für Gemüt, Gesundheit und Kontakte

- Bazore Bringt Menschen zusammen, die ihre Fähigkeiten, Dienstleistungen oder Gegenstände in diesem Tauschnetz ohne Geld austauschen wollen.
Kontakt: Marianne Mendez, 079 213 23 29
- Jassen An drei Donnerstagen im Monat mit Gleichgesinnten wird ein Jass geklopft.
Kontakt: Jolanda Weber, 031 992 52 28 jowegra@bluewin.ch
- Konfliktberatung Konflikte gehören zum Leben – gute Lösungen auch! Die Konfliktberatungsstelle *fairhandeln* unterstützt Sie bei der Lösung von Konflikten.
Kontakt: 076 482 78 74 fairhandeln@tscharni.ch
- Mittagstisch „Gsundheit und a Guate mitenand“. Gelegentlich für Fr. 13.— oder für Fr. 6.— ein Jassen mit Zvieri mit anderen SeniorInnen geniessen.
Kontakt: Jolanda Weber, 031 992 52 28 jowegra@bluewin.ch
- Reha-Turnen Nach Krankheit wieder Tritt fassen. Angeleitet von ausgebildeten Fachfrauen können Sie 1 Mal pro Woche den Körper wieder in Schwung bringen.
Kontakt: Jeannette Zahler, 031 332 37 07 jeannettezahler@bluewin.ch
- Schach spielen Sich regelmässig den Herausforderungen des Spiels der Könige stellen und die Hirnzellen aktiv halten.
Kontakt: Kurt Flükiger, 031 921 53 67
- Tanzen für Senioren Einmal im Monat sich beim Tanzen wie zwanzig fühlen, erhält jung und fit.
Kontakt: Jolanda Weber, 031 992 52 28 jowegra@bluewin.ch
- Turnen Bei uns erleben Sie jede Woche Gymnastik, die Spass macht und nachhaltig die Lebensfreude steigert.
Kontakt: Kerstin Zbinden, 079 652 65 30 kerstin.zbinden@hotmail.com
- Café Balance Rhythmik für 60 plus, Musiktherapie nach Jaques Dalcroze, zur Vorbeugung von Gleichgewichtsstörungen und damit die Verminderung des Sturzrisikos. Die unmittelbare Umsetzung und Verbindung von Musik und Bewegung ist das Erfolgsgeheimnis dieses Trainings für ältere Menschen. Gemeinsam einen Kaffee trinken, runden das Angebot ab.
Kontakt: Christina Weber, 078 879 28 81 webca@bluewin.ch

Haben Sie eine Idee? Wünschen Sie ein neues Angebot? Was fehlt Ihnen? Sprechen Sie mit uns.

Sie erhalten bei uns über alle Aktivitäten Auskunft: Tel. 031 991 70 55 oder info@tscharni.ch