

Angebote September 2022 – November 2022

Senioren-Nachmittage der Reformierten Kirchgemeinde Bolligen

Mittwoch, 19. Oktober, 14.00 Uhr, Kirchgemeindehaus

Programm noch offen. Bitte beachten Sie die Gemeindeseite der reformiert.- Zeitung, Ausgabe September

Mittwoch, 16. November, 14.00 Uhr, Kirchgemeindehaus

Walter Däpp (*1946), Berner Journalist und viele Jahre Autor von Radio SRF Morgengeschichten, erzählt ernste und heitere berndeutsche Geschichten über das Älterwerden oder das Jungbleiben, über Beweglichkeit und Unbeweglichkeit, über Alltägliches und Unsägliches, über Fremdes und Vertrautes, über den ach so komplizierten Lauf der Zeit und über die Freude an den kleinen Dingen, die das Leben lebenswert machen. Anschliessend Zvieri.

Die Fachgruppe Altersfragen lädt zum Senior*innen-Nachmittag mit Zvieri ein:

Dienstag, 15.11.2022, 14.00 Uhr, Reberhaus Bolligen

Vorsorgen – Planen – Regeln mit Komiker ‚Schösu‘ aus dem Entlebuch

Wiederkehrende Angebote

**Bolliger Träff, Kirchgemeindehaus, Donnerstag, 14.00-16.00 Uhr
22.9./20.10./17.11./15.12.2022**

Sich treffen, sich austauschen, sich informieren, Kaffee trinken, vermitteln, spielen, diskutieren
– Alle sind willkommen, wir freuen uns!

Senioren-Wanderungen und -Spaziergänge der Kirchgemeinde Bolligen

Fast jeden Monat. Daten und detaillierte Beschreibung: Siehe im „reformiert“ auf der Gemeindeseite oder www.kirchebolligen.ch.

Jede Woche eine Wanderung oder ein Spaziergang mit Pro Senectute, Senioren Wanderungen 60+

Programme erhältlich auf der Gemeindeverwaltung (Sozialdienste) oder weitere Auskünfte bei Pro Senectute, Region Bern, 031 359 03 03

**Jeden Dienstag, 08.45 – 09.45 oder 10.00 – 11.00 Uhr Kirchgemeindehaus Bolligen
Pro Senectute Fit Gym (Turnen).**

Auskunft und Anmeldung Pro Senectute Region Bern: Ursula Wenger, 031 922 40 46

**Jeden Mittwoch, 19.00 – 20.00 Uhr, obere Turnhalle Schulhaus Lutertal
Turnen der Frauenriege - Seniorinnen**

Auskunft: Frau Corinne Baumann, 031 922 10 21

**Jeden Freitag, 18.15 – 19.45 Uhr obere Turnhalle Schulhaus Lutertal
Turnen der Männerriege Senioren**

Auskunft: Walter Hämmerli 079 703 42 60

**Jeden 1. Dienstag im Monat 11.45 Uhr, Kultur- und Freizeitzentrum Reberhaus
Mittagstisch 60+.**

Organisiert vom Frauenverein Bolligen.

Anmeldung bis Donnerstag vorher: Ursina Hepp 079 270 86 44

Sicherheit im Alltag

Bequemes & sicheres Zahlen in digitalen Zeiten!

Nach dem Blick auf die Handylösung im Zahlungsverkehr liegt der Fokus diesmal bei den lange bekannten sogenannten Plastikgeld-Lösungen, den Kredit- oder Debitkarten. Diese besitzen noch lange ihre Daseinsberechtigung, wollen doch viele Menschen nicht mit dem Handy zahlen. Kredit- und Debitkarten unterscheiden sich in ihrer Nutzung nur wenig. Der Unterschied liegt in der Art der Bezahlung an die Bank. Ausgaben mit Kreditkarten werden später in Rechnung gestellt, solche mit Debitkarten werden sofort dem Konto belastet. Bei beiden gilt es gewisse Sicherheitsmassnahmen zu beachten.

- Sicherheit & Kontrolle: Grundsätzlich gilt, Plastikgeld ist mindestens so sicher aufzubewahren wie reale Banknoten. Im Zuge der Pandemie wurde bei den meisten solcher Kartenkäufe das Zahlen ohne Eingabe eines Pin-Codes möglich.
- Auch darum ist ein sofortiges Sperren von verlorenen oder gestohlenen Karten absolut wichtig!

- Zusätzlich muss der Pin-Code (die Geheimzahl) immer getrennt von den Karten aufbewahrt werden. Im Weiteren lohnt es sich beim Aufschreiben der Geheimzahl, nur einen indirekten Hinweis zu vermerken, für welche Karte der Code gilt.
- Und selbstverständlich sind weder 2222 noch 1234 Geheimzahlen, idealerweise befindet sich die Nummer nur im Kopf. Speziell zu beachten sind Zahlungen im Internet mit Kreditkarten, worauf ein anderes Mal eingegangen wird.
- Eine Hülle bietet Schutz für Karten. Unterschreiben Sie die Karte sofort nach Erhalt auf der Rückseite.
- Händigen Sie Ihre Karte nie an Dritte aus – ausser beim Zahlungsvorgang. Verlangen Sie im Zweifelsfall, dass Sie die Transaktion mitverfolgen können und kontrollieren Sie den Betrag.
- Überprüfen Sie Ihre Kreditkarten-Abrechnung stets auf Korrektheit. Melden Sie Unregelmässigkeiten innerhalb von 30 Tagen ab Rechnungsstellung.

Kontakt: Einwohnergemeinde Bolligen, Informationsstelle für Altersfragen, Martin Schmid, Hühnerbühlstrasse 3, 3065 Bolligen, 031 924 70 61, sozialdienste@bolligen.ch

http://www.bolligen.ch/de/news/meldungen/archiv/1669770076_Senior-InfoSeptember-november2022.php