

Mittwoch, 7. Dezember, 14.00 Uhr, Kirchgemeindehaus

Seniorenadventsfeier

Lieder und Geschichten zur Advents- und Weihnachtszeit mit Diakon Martin Arbenz.

Anschliessend Zvieri.

Mittwoch, 18. Januar 2023, 14.00 Uhr, Kirchgemeindehaus

Seniorenachmittag / Seniorenkino

«Es Dach überem Chopf» von Kurt Früh (98 Min.)

mit Zarli Carigiet, Valerie Steinmann, Heinrich Gretler

Alkoholiker und Polterer Caduff lebt mit seiner Frau und sechs Kindern in einer Baracke am Zürcher Stadtrand. Eines Tages wird den Verwehrten eine für sie bezahlbare Wohnung am noblen Zürichberg angeboten. Wie die Fee aus dem Märchen erscheint eines Tages der Hausbesitzer Frehner bei den Caduffs und offeriert ihnen eine Traumwohnung samt Mansarde am Zürichberg. Wo ist der Haken der Geschichte? Anschliessend Zvieri

Mittwoch, 15. Februar, 14.00 Uhr, Kirchgemeindehaus

Seniorenachmittag

Max Reger 150 Jahr-Jubiläum

Johann Baptist Joseph Maximilian Reger wurde am 19. März 1873 geboren und war in den 1920ern ein berühmter deutscher Komponist, der durch seine Orgel- & Kirchenmusikkompositionen bekannt wurde. Diakon Martin Arbenz zeichnet sein Leben in Wort und Bild, und sicher auch mit Musikbeispielen nach. Anschliessend Zvieri

---

## Wiederkehrende Angebote

Donnerstag, 15.12.2022, 14.00-16.00 Uhr. Kirchgemeindehaus

Bolliger Träff

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

Fast jeden Monat

Senioren-Wanderungen und -Spaziergänge der Kirchgemeinde Bolligen

Daten und detaillierte Beschreibung: Siehe im „reformiert“ auf der Gemeindeseite oder [www.kirchebolligen.ch](http://www.kirchebolligen.ch).

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

Weitere Auskünfte bei Pro Senectute, Region Bern, 031 359 03 03

Programme erhältlich auf der Gemeindeverwaltung (Sozialdienste).

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+

Anmeldung bis Donnerstag vorher: Ursina Hepp 079 270 86 44

Organisiert vom Frauenverein Bolligen.

---

## **Sicherheit im Alltag — Verhalten an der Haustüre**

Schauen Sie sich Besucher vor dem Öffnen der Tür durch den Türspion  
oder durch das Fenster genau an. Öffnen Sie die Haustür nur bei vorgelegtem Sperrriegel!

- » Lassen Sie keine Fremden in Ihre Wohnung. Bestellen Sie Unbekannte zu einem spä-teren Zeitpunkt wieder, wenn eine Vertrauensperson anwesend ist.
- » Lassen Sie nur Handwerker in Ihre Wohnung, die Sie selbst bestellt haben oder die von der Hausverwaltung angekündigt worden sind. Das gleiche gilt für vermeintliche Vertre-ter von Verwaltungen/Behörden.
- » Wehren Sie sich energisch gegen zudringliche Besucher, sprechen Sie diese laut an oder rufen Sie um Hilfe.
- » Nehmen Sie für Nachbarn nichts ohne deren ausdrückliche Bitte entgegen, zum Beispiel Nachnahmesendungen oder Lieferungen gegen Zahlung
- » Geben Sie keine Unterschrift für angebliche Geschenke oder Besuchsbestätigungen

## **Sicherheit in der Adventszeit:**

- » Lassen Sie Kerzen nie unbeaufsichtigt; stellen Sie den Kranz auf eine feuerfeste Unterlage.
- » Vermeiden Sie Durchzug, wenn Kerzen brennen. Ist der Adventskranz/ Weihnachtsbaum bereits dürr, zünden Sie die Kerzen nicht mehr an!
- » Halten Sie zu brennbaren Materialien wie Vorhängen, Tapeten, Bettdecken und Kissen, Dekorationen, Möbeln, Fernsehgeräten usw. genügend Abstand.
- » Stellen Sie Kerzenständer oder Rechaud-Kerzen auch in Aluminiumbechern nie direkt auf Möbel oder Tischtücher.
- » Lassen Sie Kinder oder Haustiere nie in der Nähe von brennenden Kerzen spielen. Bewahren Sie Zündhölzer, Feuerzeuge, etc. ausser Reichweite von Kindern auf.

[http://www.bolligen.ch/de/news/meldungen/archiv/1677632463\\_Senior-Info-Dezember2022-Februar2023.php](http://www.bolligen.ch/de/news/meldungen/archiv/1677632463_Senior-Info-Dezember2022-Februar2023.php)