

## Angebote September 2020 – November 2020

**Mittwoch, 14. Oktober 2020, 13.30 – 17.00 Uhr, Oberstufenzentrum OZ Eisengasse**  
**Mobil sein – Mobil bleiben.** Wir lüften die Geheimnisse des Libero-Tarifverbundes in Theorie und Praxis. Anmeldung bei Pro Senectute Region Bern, 031 359 03 03

**Seniorenachmittage der Ref. Kirchgemeinde und des Frauenvereins Bolligen**

**28. Oktober, 14.00 Uhr, Kirchgemeindehaus**  
**Pro Senectute «Zwäg is Alter» & Rheumaliga Bern**  
**Thema "Umgang mit chronischen Schmerzen"**

mit Jacqueline Läderach, Pro Senectute und einer Person der Rheumaliga

**18. November, 14.00 Uhr, Kirchgemeindehaus**  
**Seniorentheater Wohlen-Bern**

«D`Verena muess wäg...» „...das beschliessen ihre vier WG-Partner, nachdem Verena zum x-ten Mal ganz tief ins Fettnäpfchen getreten ist! Aber wie soll man ihr das beibringen?“

**Seniorenachmittage: Herbst – Winter 2020**

Mittwoch, 28. Oktober, 18. November, 9. Dezember

[www.kirchbolligen.ch/angebote](http://www.kirchbolligen.ch/angebote)



### Taschen-/Trickdiebstahl, Einzeltrickbetrüger

**Was ist zu beachten:**

- Handtasche nicht im Einkaufswagen deponieren, sondern umhängen und vor dem Körper tragen
- Portemonnaie wenn möglich nicht in der Handtasche/Gesäss-Hosentasche tragen

### **ACHTUNG**

**Aufgrund der anhaltenden Corona-Pandemie finden möglicherweise nicht alle Angebote statt. Bitte informieren Sie sich jeweils direkt beim Veranstalter über die aktuelle Situation.**

## Wiederkehrende Angebote

**Senioren-Wanderungen und - Spaziergänge**

Fast jeden Monat. Daten und detaillierte Beschreibung: Siehe im „reformiert“ auf der Gemeindeseite oder [www.kirchbolligen.ch](http://www.kirchbolligen.ch). Die ref. Kirchgemeinde lädt ein.

**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 für SeniorInnen.** Organisiert vom Frauenverein Bolligen.

Anmeldung bis Donnerstag vorher unter 031 862 12 12

- Bei Ansprache von fremden Personen unbedingt Abstand halten. **Vorsicht bei zwei Personen!** Sich nicht ablenken lassen.
- Misstrauisch sein gegenüber Unbekannten, die sich am Telefon als Verwandte/Bekannte ausgeben und Geld verlangen. Bei Verdacht umgehend nahes Familienumfeld oder die Polizei über den Notruf 117 verständigen.

Kontakt:

Einwohnergemeinde Bolligen, Informationsstelle für Altersfragen

Martin Schmid, Hühnerbühlstrasse 3 / 3065 Bolligen, 031 924 70 61 / [sozialdienste@bolligen.ch](mailto:sozialdienste@bolligen.ch)