gemeínde
steffísburg

Ratgeber Alter Steffisburg

Fachstelle für Gesellschaft, Abteilung Soziales
Höchhusweg 5, Postfach 168, 3612 Steffisburg
033 439 44 20 – soziales@steffisburg.ch
www.steffisburg.ch
Auflage 08.26

Notfallnummern

Hausarzt		
Ärztlicher Notfalldienst	**0900 57 67 47**	Pikett-Nr. wenn Hausarzt nicht erreichbar ist.
Sanitätsnotruf	**144**	
Polizeinotruf	**117**	
Feuerwehr	**118**	
Strassenhilfe	**140**	
Rega	**1414**	
Vergiftungsnotfälle	**145**	
Opferhilfe häusliche Gewalt	**142**	
Spitex Zulg	**033 439 36 66**	
Die Dargebotene Hand	**143**	
mal reden	**0800 890 890**	Telefonisches Geprächs-angebot gegen Einsamkeit im Alter. 9 – 20 Uhr, kostenlos

Spitäler

Spital Thun (STS AG)	**058 636 00 00**
Klinik Hohmad	**033 225 25 80**
Inselspital Bern	**031 632 21 11**

NOTFALL MELDEN:
WER ruft an? Adresse / Tel.Nr./ Zufahrt beschreiben
WAS ist geschehen? Akute Erkrankung oder Unfall
WO ist der Unfallort? Adresse/Zufahrt beschreiben
WIE VIELE Personen sind betroffen?
WANN ist der Notfall geschehen?

Apotheken	siehe Thuner Amtsanzeiger
Zahnärzte	

"Im Altwerden ist es wie mit Auf-einem-Berg-steigen: Je höher man steigt, desto mehr schwinden die Kräfte aber umso weiter sieht man". Ingmar Bergmann

Der vorliegende Ratgeber Alter ist eine überarbeitete Version des früheren Seniorenratgebers. Mit der Fachstelle für Gesellschaft wurde in der Abteilung Soziales ein Zweig ausgebaut, der für den Bereich Alter zuständig ist. Eine der Aufgaben ist die Vernetzung im Altersbereich. Mit dem entstandenen "Netzwerk Alter Steffisburg", bestehend aus den Leitenden der Altersinstitutionen, der Spitex Zulg, Vertretungen der Pro Senectute, von Alzheimer Bern, der Reformierten Kirche, der Caritas mit dem Bereich "Pflegende Angehörige", dem Sozialdienstes Zulg, der AHV-Zweigstelle, dem Verein UND Generationentandem, der Gruppe Steffisburg 60 plus und der Stiftung TRANSfair, gibt es ein Gremium, das sich den Themen des Alters annimmt, sich fachlich austauscht und vernetzt.

Gemeinsam hat das Netzwerk Alter die Inhalte des neuen Ratgeber Alter beschlossen. Sie finden eine aktuelle Übersicht zu den wichtigsten Themen in diesem Bereich.

Für Fragen steht Ihnen Barbara Jaeggi von der Fachstelle für Gesellschaft auf der Gemeinde zur Verfügung.

Tel. 033 439 44 20

Angebote nach Themen

Diese Broschüre enthält die wichtigsten Adressen und Kontakte für den Altersbereich. Die enthaltenen Adressen beziehen sich mit einigen Ausnahmen auf die Gemeinde Steffisburg.

Für eine möglichst übersichtliche Darstellung haben wir die Adressen nach Themen aufgeteilt.

Unter dem Begriff "Engagement im Alter" sind Kontakte und Adressen von Institutionen und Organisationen zu finden, die sich anbieten für ein freiwilliges Engagement.

Die Aufteilung der Adressen ist in folgenden Themen gegliedert:

- **Gesundheit** (Fachstellen, Ärzte, Prävention, Bewegung, Fahrdienste usw.)
- **Beratung** (Fach- und Beratungsstellen, Hilfeleistungen)
- **Freizeit** (lokale Angebote)
- **Wohnen** (Stationäre Angebote, Ferienplätze, Alterswohnungen, Besuchs- und Mahlzeitendienste)
- **Engagement im Alter** (Freiwilligenarbeit, Einsatzmöglichkeiten)
- **Diverses**

GESUNDHEIT

Ärzte/Ärztinnen

Mäder Paul Oberdorfstrasse 25 3612 Steffisburg	033 437 07 77	
MediZentrum Landhaus Oberdorfstrasse 32 3612 Steffisburg	033 439 36 36	www.medizentrum-landhaus.ch
MediZentrum Burgergut Bernstrasse 107 3613 Steffisburg	033 439 85 85	www.medizentrum-burgergut.ch
Pohle Thomas Höchhusweg 10 3612 Steffisburg	033 437 34 40	
Sidler Samuel Zelgstrasse 10 3612 Steffisburg	033 439 00 44	
Praxis Gruppe Steffisburg Wiesenstrasse 10 3612 Steffisburg	033 437 68 44	www.praxis-gruppe.ch

Pflege und Betreuung

Spitex Zulg Pflege, Hauswirtschaft Mahlzeitendienst	033 439 36 66	www.spitexzulg.ch
Privat Spitex Steffisburg	033 438 70 84	www.spitex-steffisburg.ch
Spitex Delta	033 221 60 50	www.spitex-delta.ch
Tagestreff Solina Kirchbühl	033 655 45 45	Case Management Solina www.solina.ch
Alterspsychiatrische Dienste	058 636 47 00	www.spitalthun.ch
Verein zur Begleitung Schwerkranker Region Thun	033 221 62 91	www.schwerkranke-begleiten.ch
Caritas Care Betreuung pflegende Angehörige	041 419 22 27	www.caritascare.ch

Krankenmobilien

RS Hilfsmittel Bernstrasse 292 3627 Heimberg	033 438 33 33	www.rs-hilfsmittel.ch
Samariterverein Thun	033 222 10 38	www.samariter-thun.ch
Orthoteam Thun	033 222 30 55	www.ortho-team.ch
Fahrdienst Rotes Kreuz Länggasse 2, Thun	033 225 00 82	www.srk-bern.ch

BERATUNG

Sozialdienste Steffisburg Präventive Beratung	033 439 44 03	www.steffisburg.ch
AHV-Zweigstelle, EL Gemeindehaus Steffisburg Höchhusweg 5	033 439 44 35	www.steffisburg.ch
Fachstelle für Gesellschaft Steffisburg	033 439 44 20	www.steffisburg.ch
Pro Senectute Kanton Bern Beratungsstelle Thun Malerweg 2 3602 Thun	033 226 60 60	www.be.prosenectute.ch
Reformierte Kirchgemeinde Steffisburg 60plus	033 439 80 33	www.refsteffisburg.ch
Ombudsstelle für Alters- und Heimfragen	031 320 30 69	www.ombudsstellebern.ch
Schweizerisches Rotes Kreuz	033 225 00 87	www.beocare.ch
Selbsthilfe BE Beratungszentrum Thun Marktgasse 17 3600 Thun	033 221 75 76 0848 33 99 00	www.selbsthilfe-be.ch

Alzheimer Bern Beratungsstelle Demenz Thun /Berner Oberland Scheibenstr. 3, 3600 Thun	077 437 90 10	Silke Däppen www.alz.ch/be
Parkinson Schweiz Parkinson Gratis Hotline	043 277 20 78 0800 80 30 20	www.parkinson.ch
Krebsliga	031 313 24 24	www.krebsliga.ch
Lungenliga	031 300 26 26	www.lungenliga-be.ch
Verein zur Begleitung Schwerkranker Region Thun	033 221 62 91	www.schwerkranke-begleiten.ch
Suchtberatung		
Berner Gesundheit, Thun	033 225 44 00	www.bernergesundheit.ch
Blaues Kreuz	031 398 14 00	www.blaueskreuz.ch

Hilfeleistungen		
Fürenand mitenand Vermittlung von Hilfeleistungen	033 439 80 32	www.fuerenand-mitenand.ch
Härzaktiv Unterstützung im Alltag	033 553 41 32	www.haerzaktiv.ch
Jobbörse Hilfe durch Jugendliche Mo. + Mi. 13.30 – 17.30 Uhr	077 494 67 72	thun.smalljobs.ch
Stiftung TRANSfair Dienstleistungen für Privat-personen	033 334 04 44	https://trans-fair.ch/leistungen/alltagshelfer
Team Sunneschyn AG Dienstleistungen in Haushalt, Begleitung & Betreuung im Alltag, Region Thun	079 532 94 53	www.team-sunneschyn.ch

FREIZEIT

Altersausflüge Wanderungen

Kirchgemeinde Steffisburg	033 439 80 25	Philipp Joss

Altersnachmittage

Kirchgemeinde Steffisburg	033 439 80 25	Philipp Joss

Ferienangebote

Kirchgemeinde Steffisburg	033 439 80 25	Philipp Joss

Begegnung

UND Generationentandem	079 836 09 37	www.generationentandem.ch
Steffisburg 60 plus	077 416 88 17	www.s60plus.ch
Gemeindebibliothek Oberdorfstrasse 30	033 439 46 16	www.steffisburg.ch
Pro Senectute Div. Angebote	033 226 70 70	www.be.prosenectute.ch/ de/freizeit/kurse.html

Mittagstische

Mittagstisch Glockenthal KG-Haus Glockenthal	033 439 80 35	am 3. Do im Monat; Anmeldung erwünscht
Mittagstisch Kaliforni KG-Haus Kaliforni	033 437 69 16 033 437 95 41	am 2. Do im Monat ab 12.00 Uhr; Anmeldung erforderlich
Mittagstisch Sonnenfeld Saal Kirche Sonnenfeld	033 437 32 27	letzter Do im Monat; Anmeldung erwünscht

WOHNEN

Stationäre Angebote, Ferienplätze, Alterswohnungen

Burgergut Seniorenwohnungen Burgerheim Bernstrasse 113 3613 Steffisburg	033 439 26 26	www.burgergut.ch
Alterswohnen Glockenthal Thunstrasse 38 3612 Steffisburg	058 636 85 00	www.alterswohnenag.ch
Stiftung Solina	033 655 45 45	Case Management www.solina.ch
Solina Ziegelei Ziegeleistr. 22 3612 Steffisburg	033 439 95 95	
Solina Kirchbühl ES Ortbühlweg 10 3612 Steffisburg	033 439 64 64	

Besuchsdienst

Kirchgemeinde Steffisburg	033 439 80 25	www.refsteffisburg.ch

Mahlzeitendienste

SPITEX Zulg Oberdorfstrasse 32 3612 Steffisburg	033 439 36 66	www.spitexzulg.ch
Pro Senectute Casa Gusto Tel. Bestellung Mo-Fr. 8.00 – 16.00 Uhr	058 451 50 50	www.casa-gusto.ch

ENGAGEMENT IM ALTER

Frauenverein Steffisburg	Postfach 38, 3612 Steffisburg	www.frauenverein-steffisburg.ch
Benevol Freiwilligeneinsatz		www.benevol-jobs.ch
Fahrdienst Rotes Kreuz Länggasse 2, Thun	033 225 00 82	www.srk-bern.ch
fürenand mitenand	033 439 80 32	www.fuerenand-mitenand.ch
Härzaktiv	033 553 41 32	www.haerzaktiv.ch
Spitex Freiwillige	033 439 36 66	www.spitexzulg.ch
Pro Senectute	033 226 60 60	www.be.prosenectute.ch
PriMa - Private Mandatstragende	033 439 44 00	www.steffisburg.ch
Kirchgemeinden		
Reformierte Kirchgemeinde Walkeweg 1 3612 Steffisburg	033 439 80 20	www.refsteffisburg.ch
Fürenand mitenand Vereinigung Steffisburger Kirchen	033 439 80 32	www.fuerenand-mitenand.ch
Christkatholische Kirchgemeinde Kirche St. Beatus Göttibach Bellevuestrasse 20, Thun	033 722 26 58	www.christkatholisch.ch
Römisch-Katholische Kirchgemeinde Kapellenweg 7, Thun	033 225 03 53	www.kath-thun.ch
Haus der Religionen Bern	031 380 51 00	www.haus-der-religionen.ch

DIVERSES

Bestattungs-unternehmen	siehe Telefonbuch und Thuner Amtsanzeiger
Vorsorgeauftrag	www.prosenectute.ch
Patientenverfügung	www.prosenectute.ch

Notizen: