



Sozialdienste der Stadt Thun
Thunerhof, Hofstettenstrasse 14
3602 Thun

Telefon 033 225 84 68

WEGWEISER FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN

SOZIALDIENSTE DER STADT THUN



SANITÄTS-NOTRUF **Nr. 144**

POLIZEI **Nr. 117**

FEUERWEHR **Nr. 118**

Mein Hausarzt

Name: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

*«Welche Freude, wenn es heisst:
Alter, du bist alt an Haaren, blühend aber ist dein Geist!»
Lessing*

LIEBE THUNERINNEN UND THUNER

Wir freuen uns, Ihnen die 4. Auflage des Wegweisers für Seniorinnen und Senioren zustellen zu können, den der Seniorenrat auf den neuesten Stand gebracht hat. Von Seniorinnen und Senioren für Personen ab 70 Jahren bearbeitet und von privater Seite finanziell unterstützt, birgt der Ratgeber eine Fülle von Informationen.

Im dritten Lebensabschnitt stehen Fragen zur Gesundheit, zur Gestaltung des Alltags und zu Kontakten mit anderen Menschen im Mittelpunkt Ihres Interesses. Sie finden hier altbekannte und neue, bewährte Hinweise zur Erhaltung oder Verbesserung Ihrer Lebensqualität. Es werden Ihnen Wege zur Lösung persönlicher Probleme aufgezeigt und wertvolle Ratschläge zur Bewältigung der täglichen Anforderungen gegeben. Wenn Sie dabei auf fremde Hilfe angewiesen sind oder soziale Kontakte suchen, finden Sie unter den vielen Adressen bestimmt die richtige. Der Wegweiser für Seniorinnen und Senioren soll dazu beitragen, dass Sie das Alter mit Freude geniessen können.

Dem Seniorenrat danken wir für das Engagement und die Beiträge zur Erneuerung und Gestaltung des Wegweisers für Seniorinnen und Senioren. Allen Sponsoren danken wir für die finanzielle Unterstützung.

Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, wünschen wir viel Freude mit dem Wegweiser, alles Gute für die Zukunft und einen blühenden Geist.



Andreas Lüscher, Gemeinderat
Vorsteher der Direktion Soziales



BERATUNG	6
Lebensprobleme	8
Rechtsfragen	9
Finanzielle Fragen	10
Todesfall	11
FREIZEIT	12
Fitness	14
Bildung, Kurse, Kontakte	15
Sinnvolle Beschäftigungen	16
GESUNDHEIT	18
Notfalldienste	20
Pflege	21
Hilfsmittel	22
Chronische Leiden	23
Selbsthilfegruppen	24
Gesundheitsberatung	25
WOHNEN ZU HAUSE	26
Hilfe im Haushalt	28
Notrufeinrichtungen	28
Mahlzeiten	29
Hauslieferdienste	30
Begleitung – Transportdienste	30
Entlastungsangebote	31
WOHNEN IM HEIM	32
Übergangslösungen	34
Umzug ins Heim	34
Thuner Alters- und Pflegeheime	35
ADRESSEN	36
alphabetisch geordnet	36
GÖNNER	52



LEBENSPROBLEME

RECHTSFRAGEN

FINANZIELLE FRAGEN

TODESFALL

Guter Rat sei teuer sagt man, aber schwierig zu finden!
Die hier genannten Stellen und Organisationen schenken Ihnen gerne Gehör und werden Ihnen weiterhelfen.

BERATUNG / Lebensprobleme

Pro Senectute Berner Oberland Tel. 033 226 60 60
 Umfassende Beratung und Unterstützung in allen Fragen.
 Förderung von Selbständigkeit und Lebensqualität im Alter.
 Erste Anlaufstelle bei persönlichen und familiären Problemen,
 rechtlichen und finanziellen Fragen. Insbesondere Sozial-
 versicherungen, Ergänzungsleistungen, Hilflosenentschädigungen,
 Budgets, Pflegeverträge, Heimeintritte sowie Entlastungen von
 Angehörigen. Besuchen Sie unser Internet-Portal:
www.pro-senectute.region-beo.ch

Sozialdienste der Stadt Thun Tel. 033 225 84 68
 Beratung und allfällige finanzielle Unterstützung

Pfarrämter

Reformierte Kirchgemeinde Goldiwil-Schwendibach	Tel. 033 442 12 86
Lerchenfeld	Tel. 033 222 17 84
Strättligen	Tel. 033 334 67 78
Thun-Stadt	
Kreis I	Tel. 033 222 19 48
Kreis II	Tel. 033 222 10 08
Kreis III	Tel. 033 222 40 14
Kreis Schönau	Tel. 033 222 78 82
Kreis Lukas	Tel. 033 222 76 55
Paroisse française	Tel. 031 972 33 12
Thun-Strättligen	
Kreis Bostudenzelg	Tel. 033 336 99 75
Kreis Markus	Tel. 033 336 49 41
Kreis Johannes	Tel. 033 336 94 56
Kreis Allmendingen	Tel. 033 336 48 39
Kreis Scherzligen	Tel. 033 336 79 77
Kreis Gwatt	Tel. 033 336 12 78
Römisch-katholische Kirchgemeinde	
St. Marienkirche	Tel. 033 225 03 60
St. Martinkirche	Tel. 033 225 03 33

BERATUNG / Lebensprobleme

Hinweis: Wer für Sie zuständig ist, erfahren Sie bei

Evangelisch-reformierte Gesamtkirche Thun Tel. 033 225 70 00

Römisch-katholische Kirchgemeinde Tel. 033 225 03 53

Christkatholische Kirchgemeinde Thun Tel. 033 437 26 83
 Kirche Göttibach

Die Dargebotene Hand Tel. 143
 Gesprächspartner für Menschen in Krisensituationen.
 Bietet Lebenshilfe im Schutze der Anonymität.

BERATUNG / Rechtsfragen

Sozialdienste der Stadt Thun Tel. 033 225 84 68
 Unentgeltliche Rechtsauskunftsstelle für
 minderbemittelte Thunerinnen und Thuner.

Rechtsauskunft des Bernischen Anwaltsverbandes

Persönlich vorsprechen ohne Anmeldung.
 Frutigenstrasse 29, Thun.
 Keine telefonischen und schriftlichen Auskünfte.
 Öffnungszeiten: Am ersten und dritten Mittwoch des Monats
 von 17.00 bis 19.00 Uhr.

BERATUNG / Finanzielle Fragen

Hinweis: Lassen Sie sich beraten; es gibt oft unerwartete Lösungen!

AHV-Zweigstelle der Stadt Thun Tel. 033 225 82 59
Auskunft über AHV, Ergänzungsleistungen,
Hilflosenentschädigung und Rentenfragen.

Pro Senectute Berner Oberland Tel. 033 226 60 60
Viele unerfreuliche Diskussionen können vermieden werden,
wenn die Frage der Entschädigung für die Betreuung von
Angehörigen frühzeitig geklärt wird. Beratung dazu erhalten
Sie von uns.
Auch: Vermögensberatung Senioren für Senioren, in
Zusammenarbeit mit pensionierten MitarbeiterInnen der BEKB.

Sozialdienste der Stadt Thun Tel. 033 225 84 68
Beratung und allfällige finanzielle Unterstützung

Reformierte Kirchgemeinde Tel. 033 334 67 78
Thun-Strättligen

Billag AG Contact Center Tel. 0844 834 834
Radio- und TV-Empfang.
Bezügerinnen und Bezüger von Ergänzungsleistungen zu einer
AHV- oder IV-Rente haben, auf schriftliches Gesuch hin,
Anspruch auf gebührenfreien Radio- und TV-Empfang.

BERATUNG / Todesfall

Pro Senectute Berner Oberland Tel. 033 226 60 60
Anordnungen für den Todesfall
Wissenswertes zum Testament

Bestattungsamt Thun Tel. 033 225 82 45
Anmeldung Todesfälle, Organisation
Bestattungsabläufe, Auskunft und Gebühren

Siegelungsamt / Einwohnerdienste Thun Tel. 033 225 82 49
Das Siegelungsamt setzt sich zwecks Aufnahme des Siegelungs-
protokolls direkt mit den Hinterbliebenen in Verbindung.
Testamente werden hier hinterlegt und eröffnet.

Bestattungsinstitute
Allgemeine Bestattungs AG Tel. 033 222 31 02
Seit über 80 Jahren im Dienste der Trauerfamilien

Bestattungen AG Bönzli Hansruedi Tel. 033 223 24 09
Bestattungen, amtl. Formalitäten, Drucksachen,
org. von Blumen, Musik, etc., Rückführungen ins Ausland

Sandro Lüthi Bestattungsdienst Tel. 033 222 64 57
Bestattungen von A–Z

Thomas Rubin Bestattungsdienst Tel. 033 222 75 75
Wir betreuen die Trauerfamilien in Thun
und Umgebung

Pfarrämter
Alle Telefonnummern finden Sie auf Seite 8

Trauer- und Lebensbegleitung Tel. 033 222 98 22
Schärer-Santschi Erika,
Termine nach Vereinbarung Natel 079 314 04 54

Trauerbegleitung Tel. 0844 144 144
Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Oberland
beocare.ch
Entlastung Angehörige

**FITNESS****BILDUNG, KURSE, KONTAKTE****SINNVOLLE BESCHÄFTIGUNGEN**

Aktiv bleiben und Kontakte pflegen bereitet Freude und ist gesund. An Angeboten, mit anderen etwas zu unternehmen, zu lernen oder Hobbies zu pflegen, fehlt es nicht. Orientieren Sie sich was zur Wahl steht und versuchen Sie auch Neues.

Ob Sie gerne turnen, wandern oder schwimmen – Sie haben viele Möglichkeiten. Machen Sie Ihrem Körper zuliebe irgendwo mit. Sie werden sich bald frischer und erst noch zufriedener fühlen.

Fitnesspark Hallenbad Oberhofen Tel. 033 244 00 11
Wassergymnastik für Senioren am Donnerstag von 08.00–10.00 Uhr. Donnerstag und Freitag auch speziell aufgeheiztes Wasser.

Solbad Hotel, Sigriswil Tel. 033 252 25 25
Wellness-Oase, Solebad (35 Grad)
Whirlpool, Kneipp-Bad, Massagen,
Saunalandschaft, Beauty-Angebote

TC Training Center Thun Tel. 033 225 07 07
Herzliche Kompetenz in Fitness-, Gesundheits-,
Kraft- und Ausdauertraining finden Sie in Ihrer
Fitnessfamily.

Medwell – Wellness Center Tel. 033 335 22 77
Massagen und Therapien für alle Bereiche.
Kraft und Ausdauersport auch im Alter mit
umfassender Betreuung.
Erkundigen Sie sich nach speziellen Angeboten
für Senioren.

Pro Senectute Berner Oberland Tel. 033 226 70 70
Bietet ein breites Spektrum von Kursen
und sportlichen Aktivitäten in Gruppen an

Kirchliche Beratungsstellen Telefon siehe Seite 8
Für Ferien und Wanderungen

Pro Senectute Berner Oberland Tel. 033 226 70 70
Kontakte: Tanz-, Gesangsnachmittage, Volkstanzen,
Seniorentheater, Besichtigungen.
Kurse: Verlangen Sie das vielfältige Kursprogramm.

Klubschule Migros Thun Tel. 058 568 94 64
Diverse Kurse (Fitness, Informatik)
für Senioren und Seniorinnen

Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Oberland Tel. 033 225 00 85
Verlangen Sie unser Kursprogramm

Volkshochschule Region Thun Tel. 033 221 44 61
Bildung und Weiterbildung für Geist und Körper.
Halbjährliche Kursprogramme erhältlich
in Apotheken, Drogerien, Buchhandlungen.

Kirchgemeinde Strättligen Tel. 033 334 67 78
Umfangreiches Programm für Veranstaltungen,
Erlebnis- und Wanderferien, Musiknachmittage, etc.
Jeden Donnerstag Seniorenclub.

Wenn Sie sich noch irgendwo nützlich machen und in «Musse» dabei sein wollen, lässt sich bestimmt eine passende Aufgabe finden. Vielerorts gibt es grössere und kleinere Aufgaben zu erfüllen, und vielerorts ist man auf Ihre Unterstützung und Erfahrung angewiesen.

beocare.ch Tel. 0844 144 144
Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Oberland
Beratung und Vermittlung

Pro Senectute Berner Oberland Tel. 033 226 60 60
Möchten Sie regelmässig oder sporadisch freiwillige
Einsätze für ältere Menschen leisten?

Nach sorgfältiger Einführung vermittelt Ihnen Pro Senectute gerne geeignete Einsätze für: Begleitung bei Besorgungen, Arztbesuchen oder auf Spaziergängen sowie Mithilfen bei administrativen Arbeiten bei den SeniorInnen zu Hause. Weiter ist möglich als VeranstaltungsbegleiterInnen oder in der Computera mitzuarbeiten.

Besuchsdienst

Verschiedene Pfarrämter verfügen über einen Besuchsdienst; bitte erkundigen Sie sich bei Ihrem Pfarrer oder beim kirchlichen Beratungs- und Sozialdienst. Siehe Seite 8.

Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Oberland

Einsatz im Fahrdienst Tel. 033 225 00 80
Einsatz in der Alltagsentlastung Tel. 0844 144 144

Frauenverein Thun

Brockenstube Grabenstrasse 6, Kinderkleiderbörse,
Frauenpoint, Kurse, Ausflüge

Frauenverein Strättligen

Brockenstube, Ausflüge, Kurse, Vorträge, Turnen,
Lesungen, Adventsfeier Tel. 033 335 13 87

Katholische Frauengemeinschaft

Tel. 033 223 83 26

Zytbörse Thun Tel. 033 223 10 00
Tausch von Dienstleistungen

Zeitlupe. Die Zeitschrift für SeniorenInnen. Tel. 044 283 89 13
Für Bezügerinnen und Bezüger von Ergänzungs-
leistungen (EL) gratis!
Bestelltalon anfordern (siehe Adressen)

Unterstützungen in Schule und Kindergarten Tel. 033 222 43 91
Kinder in Schule unterstützen, Beziehungen
zwischen Generationen fördern.

Hinweis:

Auch die kirchlichen Beratungs- und Sozialdienste freuen sich stets über neue freiwillige Helferinnen und Helfer.

Altersnachmittage, Sonntagstreff, Mittagstisch, Seniorenclub

Beachten Sie die Publikationen im Amtsanzeiger und im
Kirchgemeindeblatt.

Kirchgemeinde Strättligen Tel. 033 334 67 78
Umfangreiches Programm für Veranstaltungen,
Erlebnis- und Wanderferien, Musiknachmittage, etc.
Jeden Donnerstag Seniorenclub.

BLS Schifffahrt Berner Oberland Tel. 058 327 48 11
Ob ein Ausflug zu zweit, alleine, mit der Familie
oder Freunden. Auf dem Thuner- und Brienersee
erleben Sie viele einzigartige Angebote und
unvergessliche Augenblicke.





NOTFALLDIENSTE

PFLEGE

HILFSMITTEL

CHRONISCHE LEIDEN

GESUNDHEITSBERATUNG

SELBSTHILFEGRUPPEN

Eine Krankheit, ein chronisches Leiden im Alter muss nicht unbedingt bedeuten, dass ein Weiterleben in der gewohnten Umgebung nicht mehr möglich ist. In Notsituationen, aber auch bei andauernden gesundheitlichen Störungen, wird Ihnen Hilfe und Pflege durch Fachpersonal geboten.

Ärztliche Hilfe

Rufen Sie zuerst Ihren Hausarzt an!

Hören Sie seine Meldung ab Tonband bis zum Ende. Oft gibt sie wichtige Informationen über die Erreichbarkeit Ihres Arztes. Versuchen Sie ebenfalls, Ihren Hausarzt über seine Privatnummer zu erreichen.

Ärztlicher Pikettdienst

Tel. 033 222 77 22

Notfallapotheke

Beachten Sie die allwöchentlichen Publikationen im Amtsanzeiger und die Hinweistafeln an allen Apotheken.

Zahnärztlicher Notfalldienst

Der im Amtsanzeiger publizierte Zahnarzt ist am Wochenende telefonisch erreichbar:

Samstag 16.00 bis 17.00 Uhr

Sonntag 09.30 bis 10.00 und 16.00 bis 17.00 Uhr

An Werktagen leistet jeder im Telefonbuch aufgeführte Zahnarzt Notfalldienst.

Spitex Region Thun

Tel. 033 226 50 50

Grund- und Behandlungspflege durch geschulte

Mitarbeitende der offiziellen Spitex-Organisation der Stadt Thun.

Palliative-Pflege, Psychiatrische Pflege.

Hausbetreuungsdienst für Stadt und Land AG Tel. 033 336 21 84

Haushaltarbeiten, Betreuung und Begleitung

sowie Pflege aus einer Hand: Qualifiziertes, zuverlässiges

Fachpersonal nimmt sich gerne Zeit und berücksichtigt

die individuellen Bedürfnisse der Kunden.

Fixe Tarife die von den Krankenkassen anerkannt sind.

**Schweizerisches Rotes Kreuz
Ergotherapiezentrum**

Beratung auf ärztliche Verordnung

Tel. 033 226 26 82

Krankenmobilenmagazine

Samariterverein Strättligen

Tel. 033 336 87 54

Samariterverein Thun

Tel. 033 222 10 38

Beratung, Vermietung und Verkauf von Fahrstühlen,
Gehstöcken, Gehböckli, Rollatoren, Nachtstühlen,
Badeliften, Pflegebetten und weiteren Hilfsmitteln.

Samariterverein Strättligen

Tel. 033 336 87 54

Nothilfe- und Samariterkurse, Notfälle bei Kleinkindern.

Samariterverein Thun

Tel. 033 336 96 78

Kurse: CPR, Defi, Unfälle bei Senioren

Spitex Region Thun

Beratung und Bedarfsabklärung

Tel. 033 226 50 50

Pro Senectute Berner Oberland

Beratung, Vermittlung, Finanzierung

Tel. 033 226 60 60

Selbst wenn Sie sich mit einem chronischen Leiden abfinden müssen,
sind Sie nicht allein. Viele Stellen bemühen sich, den Langzeitpatienten
das Leben zu erleichtern.

pro audito thun

Verein für Menschen mit Hörproblemen

Ables- und Hörtraining, Sprachpflege

Tel. 033 336 13 66

Hörmittelzentrale Thun

Hörtest, Hörgeräte zur Probe, Gehörschutz

Anpassung und Service von Hörsystemen.

Tel. 033 222 67 27

Lungenliga Bern, Regionalstelle

Berner Oberland

Sozialberatung und Abgabe von Atemhilfsgeräten.

Sprechstunden nach telefonischer Vereinbarung.

Tel. 033 224 04 44

Berner Gesundheit

Suchtberatung und Prävention. Unentgeltliche
Einzel- und Familienberatung für Alkohol- und
Suchtkranke und deren Angehörige in Zusammenarbeit
mit Ärzten, Spitälern, Kliniken.

Tel. 033 225 44 00

Psychiatrische Dienste Thun

Abklärung und Behandlung von psychischen
Erkrankungen. Gedächtnissprechstunde.
Zuweisung nur via Hausarzt.

Tel. 033 226 47 00

Spitex Region Thun

Psychiatrische Krankenpflege

Tel. 033 226 50 50

Pro Infirmis Beratungsstelle Thun

Rheumaberatung

Tel. 033 225 55 00

dasRückenzentrum Tel. 033 225 55 22

Orthopädische Chirurgie, Chiropratik,
Wirbelsäulenmedizin: Zuweisung durch Arzt.

Rücken Trainings Center im Bahnhof Tel. 033 225 01 25

Medizinisches Aufbautraining,
ohne ärztliche Überweisung.
Intensiv betreutes Aufbautraining.
Persönlich betreutes Fortsetzungstraining.

**Beratungs- und Rehabilitationsstelle für
Sehbehinderte und Blinde des Kantons Bern** Tel. 031 750 51 51

Information und Beratung für Betroffene und
Angehörige. Schulungen und Hilfsmittelverkauf.

GESUNDHEIT / Selbsthilfegruppen

Selbsthilfezentrum Berner Oberland Tel. 033 221 75 76

Information, Vermittlung und Beratung
über Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen.
Unterstützung von Gruppengründungen.

Alzheimervereinigung (ALZ) Bern Tel. 033 438 10 18

Zweigstelle Bern-Oberland
Information und Beratung von Betroffenen und ihren Familien.
Angehörigengruppen von Alzheimer- und anderen
Demenzkranken.

Diabetesberatung Tel. 033 226 29 09

Grundinstruktion vom Diabetes mellitus
(Stoffwechsel-Selbstkontrolle Tbl-Behandlung)
Insulin Behandlung

**Ernährungsberatung
Spital Thun-Simmmenthal AG** Tel. 033 226 28 66

Rückenleiden
dasRückenzentrum Tel. 033 225 55 22
Kompetenzzentrum für Abklärung und Behandlung
akuter und chronischen Rückenleiden

Pro Infirmis Beratungsstelle Thun Tel. 033 225 55 00
Rheumaberatung

Medwell – Wellness Center Tel. 033 335 22 77
Umfassende Fachkompetenz. Beratung durch Fitness-
trainerin, Bewegungspädagogin, Physiotherapeuten.

Stomaberatungsstelle Inselspital Bern Tel. 031 632 36 62
Beratung für Patienten mit einem künstlichen Darmausgang

Spitex Region Thun Tel. 033 226 50 50
Beratung und Bedarfsabklärung. Gesundheitsförderung
und Prävention.



HILFE IM HAUSHALT

MAHLZEITEN

HAUSLIEFERDIENSTE

NOTRUF EINRICHTUNGEN

ENTLASTUNGSANGEBOTE

BEGLEITUNG / TRANSPORTDIENSTE

SELBSTHILFEGRUPPEN

Gewiss haben Sie den Wunsch, möglichst lange daheim zu bleiben. Wenn die Beine nicht mehr so recht wollen oder der Atem kurz wird, brauchen Sie zeitweise eine helfende Hand, die Haushalthilfe. Es gibt eine Reihe weiterer Hilfen – Mahlzeitendienst, offene Mittagstische, Begleit- und Transportdienste – die Ihnen das Verbleiben zu Hause erleichtern.

Spitex Region Thun Tel. 033 226 50 50
 Hauswirtschaft und Betreuung.
 Unterstützung von Familien in Krisen.

Hausbetreuungsdienst für Stadt und Land AG Tel. 033 336 21 84
 Haushaltarbeiten, Betreuung und Begleitung sowie
 Pflege aus einer Hand: Qualifiziertes, zuverlässiges
 Fachpersonal nimmt sich gerne Zeit und berücksichtigt
 die individuellen Bedürfnisse der Kunden.

à propos plus Tel. 033 222 14 04
 Garten- und Umgebungsarbeiten, Haushaltarbeiten,
 Reinigungen, Malerarbeiten, Umzugshilfen, Bau-
 und Renovationsarbeiten.
 Wir sind günstig: Sie bezahlen Fr. 22.– pro Stunde, exkl. MwSt

Alters- und Pflegeheim Schärmehof Tel. 033 335 15 16
 Wasch-, Flick- und Bügeldienst

Pro Senectute Berner Oberland Tel. 033 226 60 60
 Umzugs- und Reinigungsdienst

Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Oberland Tel. 033 225 00 80
 Beratung und Vermittlung

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, sich zu verpflegen, wenn man nicht mehr selber kochen kann.

Pro Senectute Berner Oberland Tel. 033 226 60 60
 schickt Ihnen ein Merkblatt über die Angebote
 und vermittelt Ihnen gerne eine ausführliche Beratung.

Mahlzeitendienst durch Verein Pro Senectute Amt Thun
 Zuhause essen, ohne selbst zu kochen. Pro Senectute
 bringt Ihnen die Mahlzeiten jeden Dienstag ins Haus.
 Auskunft u. Bestellungen: Kropf Verena Tel. 033 453 24 34
 Thun Land: Eichenberger Nina Tel. 033 222 82 64

Offene Mittagstische
 Folgende Altersheime in Thun bieten täglich einen offenen
 Mittagstisch an. Eine Anmeldung mindestens am Vortag ist
 überall erforderlich. Wünsche für Schonkost oder Diät genau
 angeben!
 Eine Abmeldung im Verhinderungsfall erleichtert die Organisation
 in den Heimen. Anmeldefristen, Preise, Essenszeiten und detail-
 liertes Angebot entnehmen Sie dem Merkblatt der Pro Senectute.

- | | |
|---|--------------------|
| Altersheim Glockenthal | Tel. 033 439 63 63 |
| Falken – Wohnen im Alter | Tel. 033 222 90 22 |
| Sonnmatt – Wohnen im Alter | Tel. 033 334 55 34 |
| Alters- und Pflegeheim Schärmehof | Tel. 033 334 82 82 |
| Gutknecht-Stiftung | Tel. 033 334 34 34 |
| Betagtenheim Schöneegg | Tel. 033 225 65 65 |
| Betagten- und Pflegeheim Niesenblick AG | Tel. 033 336 23 83 |
| Martinzentrum – Wohnen im Alter | Tel. 033 225 78 78 |
| Pflegeheim Berntor AG | Tel. 033 225 77 77 |
| Pflegeheim EBV Seewinkel | Tel. 033 334 72 72 |
| Übergangsheim Hohmadpark | Tel. 033 226 01 01 |
| Zentrum Philadelphia | Tel. 033 334 26 26 |

Pro Senectute Berner Oberland Tel. 033 226 60 60
Eine Liste für Hauslieferdienste erhalten Sie bei uns.

Velo-und Autokurier «Kürier» Tel. 033 222 63 62
Sie kaufen > wir bringen.
Verschiedene Geschäfte der Innenstadt bieten die Hauslieferung per Velo oder mit dem Elektromobil an.
Beachten Sie das entsprechende Signet am Geschäftseingang.

WOHNEN ZU HAUSE / Begleitung – Transportdienste

Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Oberland Tel. 033 225 00 80
Rotkreuzfahrdienst für Fahrten zum Arzt, zur Therapie und ins Spital

Behinderten Transporte Oesch Tagsi Tel. 033 222 22 24
Personen im Rollstuhl und Gehbehinderte die öffentliche Nahverkehrsmittel nicht benützen können, werden durch Tagsi-Oesch im Auftrag der Stiftung für Behindertentransport des Kantons Bern in der Region Thun befördert.

Informationen und Antragsformulare für eine «Fahrberechtigungskarte» erhalten Sie bei:

Pro Senectute Berner Oberland Tel. 033 226 60 60
Pro Infirmis / Rheumaberatung Tel. 033 225 55 00

Besuch von kirchlichen Veranstaltungen
Auskunft über Autofahrdienste erteilen Pfarrämter und die Beratungs- und Sozialdienste der Kirchgemeinden.

Übergangshaus Hohmadpark Tel. 033 226 01 01
Nach Spitalaufenthalt, zur Erholung, in Pflegefällen.
Ferienbetten.

Gutknecht-Stiftung Tel. 033 334 34 34
Tagesaufenthalt, Ferienplätze

Alters- und Pflegeheim Schärmehof Tel. 033 336 85 85
Tagesplätze

Verein Tagestreff für Behinderte und Betagte Tel. 033 437 06 46
Tagesentlastungsangebot mit kompetenter Betreuung zur Entlastung von Angehörigen und Betreuenden zu Hause, sowie für Demenz betroffene Menschen, Betagte und Behinderte.
Rollstuhlgängig. Geschützter Garten.

Wohn-Gemeinschaft Waisenhausstrasse Tel. 033 223 23 78
der Gutknecht-Stiftung. Tagesplätze für Desorientierte, Verwirrte.

Entlastungsdienst Kanton Bern Tel. 033 336 55 60
Entlastung von Familien mit behinderten und langzeitkranken Angehörigen. Stundenweise halbe und ganze Tage in der Familie.
Betreuungskosten: Fr. 16.– bis Fr. 26.– pro Stunde.

Verein zur Begleitung Schwerkranker Region Thun Tel. 033 222 53 73
Begleitung Schwerkranker zur Entlastung der Angehörigen.
Sterbebegleitung.

Labyrinth, Tagesstätte für Erwachsene Tel. 033 222 03 66
Tagesbetreuung und Aktivierung. Ergotherapie im Hause möglich. Vergünstigung für EL-Bezüger.



ÜBERGANGSLÖSUNG

UMZUG INS HEIM

THUNER ALTERS- UND PFLEGEHEIME

Denken Sie daran in eine Alterswohnung
oder in ein Altersheim zu ziehen?
Erkundigen Sie sich zeitig nach der für Sie
besten Lösung.
Und melden Sie sich rechtzeitig an!

Da der nötige Umzug ins Alters- oder Pflegeheim meist nicht sofort möglich ist, gibt es als zeitlich beschränkte Übergangslösung das

Übergangsheim Hohmadpark Tel. 033 226 01 01
Nach Spitalaufenthalt, zur Erholung, in Pflegenotfällen.
Ferienbetten.

WOHNEN IM HEIM / Umzug ins Heim

Mietamt Thun Tel. 033 222 00 58
Telefonische Rechtsauskunft bei ausserterminlichen
Kündigungen und anderen Fragen rund um den
Mietvertrag.
Sprechstunden:
Vor Anmeldung erforderlich unter Tel. 033 222 00 73
Di+Do: 09.30–11.30 / Mi: 14.00–17.00 Uhr

Pro Senectute Berner Oberland Tel. 033 226 60 60
Umzugs- und Reinigungsdienst

Heim-Infostelle Thun Tel. 033 223 57 90
Auskunft rund um den Heimeintritt, über freie Plätze,
Kosten und Finanzierungslösungen.
Anmeldungsformulare für die Thuner Alters- und
Pflegeheime.

Alters- und Pflegeheim Schärmehof Tel. 033 334 82 82

Betagten- und Pflegeheim Niesenblick AG Tel. 033 336 23 83

Betagtenheim Schöneegg Tel. 033 225 65 65

Falken – Wohnen im Alter Tel. 033 222 90 22

Gutknecht-Stiftung Tel. 033 334 34 34

Martinzentrum – Wohnen im Alter Tel. 033 225 78 78

Pflegeheim Berntor AG Tel. 033 225 77 77

Pflegeheim EBV Seewinkel Tel. 033 334 72 72

Soleil Alters- und Pflegeheim Tel. 033 442 02 10

Sonn matt – Wohnen im Alter Tel. 033 334 55 34

Tertianum Bellevue-Park Thun Tel. 033 227 07 07

Übergangsheim Hohmadpark Tel. 033 226 01 01

Zentrum Philadelphia Tel. 033 334 26 26



Alphabetisch geordnetes Verzeichnis

Bitte:
 Änderungen von Namen, Adressen,
 Telefonnummern laufend melden an:
 Sozialdienste der Stadt Thun
 Thunerhof, 3602 Thun, Tel 033 225 84 68

à propos plus

Arbeits- und Bildungsangebot des Contact Netz
 Scheibenstrasse 3, 3600 Thun
 Telefon 033 222 14 04, Fax 033 222 14 09
 E-Mail: aproposplus.thun@contactmail.ch
 Internet: www.a-propos-plus.ch
 Mo–Fr: 08.00–12.00; 14.00–17.00 Uhr

AHV-Zweigstelle der Stadt Thun

Hofstettenstrasse 14, 3602 Thun
 Telefon 033 225 82 59, Fax 033 225 89 10
 E-Mail: ahvzweigstelle@thun.ch, Internet: www.thun.ch
 Mo–Mi: 08.00–11.45; 14.00–17.00 Uhr
 Do: 08.00–11.45; 14.00–18.00 Uhr
 Fr: 08.00–11.45; 14.00–16.00 Uhr

Allgemeine Bestattungs AG

Inhaber Andreas Schwarz, Hinter der Burg 2, 3600 Thun
 Telefon 033 222 31 02, Fax 033 222 33 90
 E-Mail: info@allgemeine-bestattung.ch
 Internet: www.allgemeine-bestattung.ch
 24 Stunden-Betrieb (Tag und Nacht)

Alters- und Pflegeheim Schärmehof

von Maystrasse 43, 3604 Thun
 Telefon 033 334 82 82, Fax 033 334 82 89
 E-Mail: heim@schaermehof.ch

Altersheim Glockenthal

Pflegeheim, betreutes Wohnen extern
 Thunstrasse 38, 3612 Steffisburg
 Telefon 033 439 63 63, Fax 033 439 63 60
 E-Mail: ahg@spitalstsag.ch
 Verpflegung für externe Betagte

Alzheimervereinigung (ALZ) Bern

Zweigstelle Bern-Oberland, Postfach, 3700 Spiez
 Telefon 033 438 10 18, Internet: www.alz.ch

Behinderten Transporte

Oesch Tagsi, Brahmweg 9, 3600 Thun
 Telefon 033 222 22 24, Fax 033 222 22 25
 E-Mail: info@oeschtaxi.ch, Internet: www.oeschtaxi.ch
 24 Stunden-Betrieb unter 033 222 22 22

beocare.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Oberland
 Entlastung Angehörige
 Länggasse 2, 3600 Thun, www.beocare.ch
 Telefon 0844 144 144, E-Mail: info@beocare.ch

Beratungs- und Rehasstelle für Sehbehinderte für den Kanton Bern

Zähringerstrasse 54, 3012 Bern
 Telefon 031 750 51 51
 E-Mail: info@brsb.ch, Internet: www.brsb.ch
 Mo–Fr: 08.00–12.00; 14.00–17.00 Uhr

Berner Gesundheit

Stiftung für Gesundheitsförderung und Suchtfragen
 Aarestrasse 38B, 3600 Thun
 Telefon 033 225 44 00, Fax 033 225 44 01
 E-Mail: oberland@beges.ch
 Mo–Fr: 08.00–12.00; 14.00–17.00 Uhr
 (Vor Anmeldung notwendig)

Bestattungen AG

Bönzli Hansruedi, Burgstrasse 20, 3601 Thun
 Telefon 033 223 24 09, Fax 033 243 38 62
 E-Mail: office@boenzli-bestattungen.ch
 Internet: www.boenzli-bestattungen.ch
 Tag und Nacht erreichbar.
 Gratisbroschüre «Was tun beim Todesfall»

Bestattungsamt Thun, Friedhofswesen

Markus Weibel, Industriestrasse 2, 3600 Thun
 Telefon 033 225 82 45, Fax 033 225 82 00
 E-Mail: tiefbauamt@thun.ch, Internet: www.thun.ch
 Mo–Do: 08.00–11.30; 14.00–16.30 Uhr
 Fr: 08.00–11.30; 14.00–16.00 Uhr

Bestattungsdienst GmbH

Sandro Lüthi, Mühlemattweg 9D, 3608 Thun
 Telefon 033 222 64 57, Fax 033 222 64 61
 E-Mail: info@luehti-bestattungsdienst.ch
 Internet: www.luethi-bestattungsdienst.ch
 24 Stunden-Betrieb

Betagten- und Pflegeheim Niesenblick AG

Buechallme 9, Postfach 155, 3608 Thun
 Telefon 033 336 23 83, Fax 033 335 23 03

Betagtenheim Schöneegg

Riedstrasse 24, 3626 Hünibach
 Telefon 033 225 65 65, Fax 033 225 65 66
 Internet: www.betagtenheim-schoenegg.ch

Billag AG Contact Center

Postfach, 1701 Fribourg
 Telefon 0844 834 834, Fax 026 414 91 91
 E-Mail: info@billag.com, Internet: www.billag.com

BLS AG, Schifffahrt Berner Oberland

Lachenweg 19, Postfach, 3601 Thun
 Telefon 058 327 48 11, Fax 058 327 48 12
 E-Mail: schiff@bls.ch, Internet: www.bls.ch
 Mitte April bis Mitte Oktober

Burgerheim Thun

Seniorenwohnungen, Café Restaurant Schüür
 Bernstrasse 111, 3613 Steffisburg
 Telefon 033 439 26 26, Fax 033 439 26 27
 E-Mail: verwaltung@bgthun.ch, Internet: www.bgthun.ch

Christkatholische Kirchgemeinde Thun

Christian Binz, Aumattweg 50, 3613 Steffisburg
 Telefon 033 437 26 83
 E-Mail: binz4@bluewin.ch, Internet: www.christkath.ch
 Kirche Göttibach: jeden 2. Sonntag Gottesdienst

dasRückenzentrum

Dr. O. Schwarzenbach, Bahnhofstrasse 3, 3600 Thun
 PD Dr. U. Berlemann, Dr. R. Läubli
 Telefon 033 225 55 22, Fax 033 225 55 23
 E-Mail: wsmedizin@dasrueckenzentrum.ch
 Internet: www.dasrueckenzentrum.ch
 Mo–Fr: 07.00–17.00 Uhr

Diabetesberatung

Spital Thun-Simmental AG, Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun
 Telefon 033 226 29 09, Fax 033 226 24 18
 E-Mail: diabetesberatung@spitalstsag.ch
 Mo–Fr: 08.00–17.00 Uhr

Die Dargebotene Hand

Postfach 585, 3000 Bern 9
 Telefon 143, Internet: www.bern.143.ch
 Steht rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr zur Verfügung

Entlastungsdienst Kanton Bern

Roth Elisabeth, Buechallme 8, 3608 Thun
 Telefon 033 336 55 60, Fax 033 336 55 62
 E-Mail: roth@entlastungsdienst-be.ch
 Internet: www.entlastungsdienst-be.ch
 Di+Mi: 09.00–12.00 Uhr / Mo+Fr: 14.00–16.00 Uhr
 Betreuung von behinderten und langzeitkranken Menschen

Ergotherapiezentrum und Logopädie des SRK

Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun
 Telefon 033 226 26 82

Ernährungsberatung

Spital Thun-Simmental AG, Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun
 Telefon 033 226 28 66, Fax 033 226 25 22
 E-Mail: ernaehrungsberatung@spitalstsag.ch
 Internet: www.spitalstsag.ch
 Mo–Fr: 08.00–12.00; 13.00–17.00 Uhr

Evangelisch-reformierte Gesamtkirchgemeinde Thun

Bälliz 67, 3601 Thun
 Telefon 033 225 70 00, Fax 033 225 70 01
 E-Mail: gkgthun@bluewin.ch, Internet: www.ref-kirche-thun.ch
 Mo–Fr: 08.00–12.00; 14.00–17.00 Uhr

Falken – Wohnen im Alter

Bälliz 46, 3600 Thun
 Telefon 033 222 90 22, Fax 033 222 09 22
 E-Mail: inf@wia-falken.ch

Fitnesspark Hallenbad Oberhofen

Willi Burri, Staatsstrasse 34, 3633 Oberhofen
 Telefon 033 244 00 11, Fax 033 244 00 10
 E-Mail: fitnesspark-oberhofen@bluewin.ch
 Internet: www.fitnesspark-oberhofen.ch
 Mo–Fr: 09.30–21.00 Uhr / Sa: 08.30–17.00 Uhr
 So: 09.30–18.00 Uhr

Frauenverein Strättligen

Präsidentin Eva Ramseier, Hofackerstrasse 2, 3645 Gwatt
 Telefon 033 335 13 87, E-Mail: ebamseier@bluewin.ch

Frauenverein Thun

Postfach 2161, 3601 Thun
Internet: www.frauenvereinthun.ch

Gutknecht-Stiftung

Postgässli 7, 3604 Thun
Telefon 033 334 34 34, Fax 033 334 34 35
E-Mail: info@gks-thun.ch, Internet: www.gks-thun.ch

Hausbetreuungsdienst für Stadt und Land AG

Filiale Thun, Schwarztorstrasse 69, 3000 Bern 14
Telefon 033 336 21 84, Fax 031 326 61 60
E-Mail: hsl_thun@bluewin.ch, Internet: www.homecare.ch
Privat-Spitex: Pflege, Betreuung, Haushalt

Heim-Infostelle Thun

Pro Senectute Berner Oberland, Malerweg 2, 3600 Thun
Telefon 033 223 57 90, Fax 033 226 60 69
E-Mail: oberland@be.pro-senectute.ch

Hörmittelzentrale Thun

Aarestrasse 34, Postfach 2230, 3601 Thun
Telefon 033 222 67 27, Fax 033 222 67 47
E-Mail: info.hzthun@auditosuisse.ch
Internet: www.auditosuisse.ch
Mo–Fr: 08.00–12.00; 13.00–17.00 Uhr / Sa: 08.00–12.00 Uhr

Katholische Frauengemeinschaft

Martinstrasse 26, 3600 Thun
Telefon 033 223 83 26

Klubschule Migros Thun

Luciano Marioni, Bernstrasse 1A, 3600 Thun
Telefon 058 568 94 64, Fax 058 568 94 65
E-Mail: klubschule.thun@gmaare.migros.ch
Internet: www.klubschule.ch
Mo–Do: 09:00–11.30; 13.30–20.00 Uhr
Fr: 09.00–11.30; 13.30–18.00 Uhr

Krankenmobilenmagazin Samariterverein Strättligen

Sonja Däppen, von Maystrasse 31, 3604 Thun
Telefon 033 336 87 54
Di+Do-Nachmittag geschlossen

Krankenmobilenmagazin Samariterverein Thun

Friedheimstrasse 15, 3600 Thun
Telefon 033 222 10 38
Mo, Di, Do: 08.00–11.30; 14.00–18.00 Uhr
Mi, Fr: 08.00–11.30 Uhr / Sa: 10.00–12.00 Uhr

Labyrinth, Tagesstätte für Erwachsene

Frau M. Oester, Mittlere Strasse 23, 3600 Thun
Telefon 033 222 03 66, Fax 033 222 03 78
E-Mail: maya-oester@labyrinthun.ch
Internet: www.labyrinthun.ch
Di–Fr: 09.00–17.00 Uhr

Lungenliga Bern, Region Berner Oberland

Aarefeldstrasse 19, Postfach, 3601 Thun
Telefon 033 224 04 44, Fax 033 224 04 45
E-Mail: rst.oberland@lungenliga-be.ch
Internet: www.lungenliga-be.ch
Mo–Fr: 08.00–12.00 Uhr; 14.00–17.00 Uhr
Di: vormittags geschlossen / Sprechstunden nach Vereinbarung

Mahlzeitendienst der Pro Senectute

Stadt Thun: Kropf Verena, Löchli, 3615 Heimenschwand
 Telefon 033 453 24 34
 Land Thun: Eichenberger Nina, Telefon 033 222 82 64

Martinzentrum – Wohnen im Alter

Martinstrasse 8, 3600 Thun
 Telefon 033 225 78 78, Fax 033 225 78 79
 E-Mail: info@wia-martinzentrum.ch

Medwell Wellness Center

Dieter Neeser, Ernst Hug, Frutigenstrasse 56, 3604 Thun
 Telefon 033 335 22 77, Fax 033 335 46 83
 E-Mail: info@medwell.ch, Internet: www.medwell.ch
 Mo–Fr: 07.00–20.00 Uhr / Sa: 07.30–12.00 Uhr
 So: 09.30–12.00 Uhr

Mietamt Thun

Marktgasse 17, 3602 Thun
 Telefon 033 222 00 58, Internet: www.thun.ch
 Mo: 16.30–18.00 Uhr / Di+Do: 08.30–09.30 Uhr
 Mi: 13.00–14.00 Uhr

Pflegeheim Berntor AG

Bernstrasse 4, 3600 Thun
 Telefon 033 225 77 77, Fax 033 225 77 00
 E-Mail: info@berntor.ch, Internet: www.berntor.ch

Pflegeheim EBV Seewinkel

Im Seewinkel 17, 3645 Gwatt
 Telefon 033 334 72 72, Fax 033 334 72 73
 E-Mail: seewinkel@ebv.ch

pro audito thun – oberland ost

Verein für Menschen mit Hörproblemen
 Schorenstrasse 8A, 3604 Thun
 Telefon 033 336 13 66
 E-Mail: thun@pro-audito.ch, Internet: www.pro-audito-thun.ch

Pro Infirmis Bern, Beratungsstelle Thun

Niesenstrasse 1, Postfach, 3601 Thun
 Telefon 033 225 55 00, Fax 033 225 55 09
 E-Mail: thun@proinfirmis.ch, Internet: www.proinfirmis.ch
 Mo–Do: 08.00–12.00; 14.00–17.00 Uhr
 Fr: 08.00–12.00; 14.00–16.00 Uhr

Pro Senectute Berner Oberland

Malerweg 2, Postfach, 3601 Thun
 Telefon 033 226 60 60, Fax 033 226 60 69
 E-Mail: oberland@be.pro-senectute.ch
 Internet: www.pro-senectute.region-beo.ch
 Mo–Fr: 08.00–12.00; 14.00–17.00 Uhr

Psychiatrische Dienste Thun

Spital Thun-Simmental AG, Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun
 Telefon 033 226 47 00, Fax 033 226 47 10
 Internet: www.psychiatriethun.ch
 Ausser in Notfällen Zuweisung über den Hausarzt

Rechtsauskunft des Bernischen Anwaltsverbandes

Frutigenstrasse 29, 3600 Thun
 Am ersten und dritten Mittwoch des Monats von
 17.00–19.00 Uhr. Persönlich vorsprechen ohne Anmeldung.

Reformierte Kirchgemeinde Thun Strättligen

Schulstrasse 45 B, 3604 Thun
 Telefon 033 334 67 78, Fax 033 335 28 38
 E-Mail: martin.buchmann@ref-kirche-thun.ch
 Internet: www.ref.kirchgemeinde-thun-straettligen
 Mo–Mi und Fr: 08.00–12.00 Uhr (nur telefonisch)
 Besprechungszeiten nach Vereinbarung

Römisch-katholische Kirchgemeinde

Verwaltung, Kapellenweg 7, 3600 Thun
 Telefon 033 225 03 53, Fax 033 225 03 63
 E-Mail: verwaltung@kath-thun.ch, Internet: www.kath-thun.ch

Rücken Trainings Center Thun

im Bahnhof, Seestrasse 2, 3600 Thun
 Telefon 033 225 01 25, Fax 033 225 01 24
 E-Mail: training@dasrueckenzentrum.ch
 Internet: www.dasrueckenzentrum.ch/training
 Mo+Di+Do+Fr: 07.45–20.00 Uhr /
 Mi: 07.45–12.30 Uhr; 14.00–20.00 Uhr / Sa: 08.30–12.00 Uhr

Samariterverein Strättligen

Sonja Däppen, von Maystrasse 31, 3604 Thun
 Telefon 033 336 87 54
 E-Mail: rene.daeppen@vtxnet.ch
 Internet: www.samariterverein-straettligen.ch

Samariterverein Thun

Frau V. La Scalia-Ogi, Postfach 4607, 3604 Thun
 Telefon 033 336 96 78
 E-Mail: info@sv-thun.ch, Internet: www.sv-thun.ch

Schweiz. Rotes Kreuz Bern-Oberland

Länggasse 2, 3600 Thun
 Telefon 033 225 00 80, Fax 033 225 00 83
 E-Mail: info@srk-thun.ch

Selbshilfezentrum Berner Oberland

Silvia Rindlisbacher, Roland Bommeli, Marktgasse 17, 3600 Thun
 Telefon 033 221 75 76, Fax 033 221 75 74
 E-Mail: thun@selbsthilfe-kanton-bern.ch
 Internet: www.selbsthilfe-kanton-bern.ch
 Mo–Fr: 09.00–11.00 Uhr / Mi: zusätzlich 15.00–17.00 Uhr

Siegelungsamt / Einwohnerdienste Thun

Hofstettenstrasse 14, Postfach 145, 3602 Thun
 Telefon 033 225 82 49, Fax 033 225 82 44
 E-Mail: einwohnerdienste@thun.ch, Internet: www.thun.ch

Solbad Hotel Sigriswil

W. Hauenstein Immobilien AG
 Sigriswilstrasse 117, 3655 Sigriswil
 Telefon 033 252 25 25, Fax 033 252 25 00
 E-Mail: info@solbadhotel.ch, Internet: www.solbadhotel.ch
 Ganzjährig offen / Erneuerte und erweiterte Saunalandschaft

Soleil Alters- und Pflegeheim

Farneren 24, 3624 Goldiwil
 Telefon 033 442 02 10, Fax 033 442 02 15

Sonn matt – Wohnen im Alter

Sonn mattweg 7B, 3604 Thun
 Telefon 033 334 55 34, Fax 033 334 55 39
 E-Mail: info@wia-sonnmatt.ch

Sozialdienste der Stadt Thun

Thunerhof, Hofstettenstrasse 14, Postfach 145, 3602 Thun
 Telefon 033 225 84 68, Fax 033 225 84 49
 E-Mail: sozialdienste@thun.ch, Internet: www.thun.ch
 Dienstag-, und Donnerstagvormittag geschlossen

Spitex Region Thun

Malerweg 2, 3600 Thun
 Telefon 033 226 50 50, Fax 033 226 50 40
 E-Mail: info@spitex-region-thun.ch
 Mo–Fr: 08.00–12.00 Uhr; 14.00–17.00 Uhr

Stomaberatungsstelle

Inselspital Bern, B156, 3010 Bern
 Telefon 031 632 36 62, Fax 031 632 85 21
 E-Mail: monica.stoeckli@insel.ch
 Montag–Freitag

TC Training Center Thun

Bahnhofplatz, Panoramastrasse 1, 3600 Thun
 Telefon 033 225 07 07
 E-Mail: info@tc-thun.ch, Internet: www.tc-thun.ch
 Mo–Fr: 08.00–22.00 Uhr / Sa: 09.00–18.00 Uhr
 So+Feiertage: 09.00–16.00 Uhr

Tertianum Bellevue-Park Thun

Tertianum AG, Göttibachweg 2, 3600 Thun
 Telefon 033 227 07 07, Fax 033 227 07 00
 E-Mail: bellevuepark@tertiamum.ch

Thomas Rubin Bestattungsdienst

im Burgzentrum, Burgstrasse 14, 3600 Thun
 Telefon 033 222 75 75, Fax 033 222 75 62
 E-Mail: thomas.rubin@bluewin.ch
 Internet: www.thomasrubin-bestattungen.ch
 24 Stunden-Betrieb mit Pikettdienst

Trauer- und Lebensbegleitung

Erika Schärer-Santschi, Bälliz 61, 3600 Thun
 Telefon 033 222 98 22
 E-Mail: e.schaerersantschi@tiscali.ch
 Natel: 079 314 04 54 / Termine nach Vereinbarung

Übergangshaus Hohmadpark

Frutigenstrasse 36a, 3600 Thun
 Telefon 033 226 01 01, Fax 033 226 01 02
 E-Mail: info@hohmadpark.ch, Internet: www.hohmadpark.ch

Untere Mühle – Wohnen im Alter

Ein Betrieb der WIA Wohnen im Alter AG
 Unterdorfstrasse 17, 3612 Steffisburg
 Telefon 033 439 45 00, Fax 033 439 45 01
 E-Mail: info@wia-unteremuehle.ch
 Internet: www.wia-unteremuehle.ch
 Medizinische Diäten, Physiotherapie, Aktivierungsangebote,
 Wäsche, offener Mittagstisch, Restaurant

Velo- und Autokurier «Kurier»

Beat Rütli, Scherzligweg 8, Postfach 2628, 3601 Thun
 Telefon 033 222 63 62, Fax 033 223 59 79
 E-Mail: info@rundum-mobil.ch, Internet: www.velokurierthun.ch

Verein Pro Senectute Amt Thun

Präsidentin Anna Hofstetter, Sigriswilstrasse 163, 3655 Sigriswil
 Mahlzeitendienst

Verein Tagestreff für Behinderte und Betagte

Rosmarie Hügli, Ortbühlweg 17, 3612 Steffisburg
 Telefon 033 437 06 46, E-Mail: TT17@tagestreff.ch
 Internet: www.tagestreff-steffisburg.ch
 Mo–Fr: 08.30–17.00 Uhr / Anteilige Kosten werden von den
 Krankenkassen übernommen

Verein zur Begleitung Schwerkranker Region Thun

Feuerwerkerstrasse 36, 3603 Thun
 Telefon 033 222 53 73
 Internet: www.begleitung-schwerkranker.ch
 Privat, Heim, Spital

Volkshochschule Region Thun

Marktgasse 17, 3600 Thun
 Telefon 033 221 44 61, Fax 033 221 44 63
 E-Mail: info@vhs-thun.ch, Internet: www.vhs-thun.ch
 Mo-Do: 09.00-11.30 Uhr

WIA Wohnen im Alter AG

Marktgasse 17, 3600 Thun
 Telefon 033 227 27 77, Fax 033 227 27 79
 E-Mail: info@wia-thun.ch

Zeitlupe

Das Magazin für Menschen mit Lebenserfahrung
 Schulstrasse 55, Postfach 2199, 8027 Zürich
 Telefon 044 283 89 13, Fax 044 283 89 10
 E-Mail: info@sbzh.ch, Internet: www.zeitlupe.ch

Zentrum Philadelphia

Hagacherweg 10-14, 3608 Thun-Allmendingen
 Telefon 033 334 26 26, Fax 033 334 26 36
 E-Mail: philadelphia-thun@bluewin.ch

Zytbörse Thun

Frau E. Hutzli, Kapellenweg 7, 3600 Thun
 Telefon 033 223 10 00
 Internet: www.zytboerse.ch
 Freitag: 14.00-16.00 Uhr



Die vorliegende Ausgabe des Wegweisers für Seniorinnen und Senioren wurde freundlicherweise finanziell unterstützt durch:

AGAHiT Alters- und Pflegeheime der Stadt Thun

- Alters- und Pflegeheim Schärmenhof
- Betagten- und Pflegeheim Niesenblick AG
- Betagtenheim Schöneegg
- Falken – Wohnen im Alter
- Gutknecht-Stiftung
- Martinzentrum – Wohnen im Alter
- Pflegeheim Berntor AG
- Pflegeheim EBV Seewinkel
- Soleil Alters- und Pflegeheim
- Sonnmatt – Wohnen im Alter
- Tertianum Bellevue-Park Thun
- Übergangsheim Hohmadpark
- Zentrum Philadelphia

à propos plus

- Allgemeine Bestattungs AG, Inhaber Andreas Schwarz
- Altersheim Glockenthal
- Behinderten Transporte Oesch Tagsi
- Bestattungen AG, Bönzli Hansruedi
- Bestattungsdienst GmbH, Sandro Lüthi
- BLS AG, Schifffahrt Berner Oberland
- Burgerheim Thun
- Christlichkatholische Kirchgemeinde Thun
- dasRückenzentrum Thun
- Entlastungsdienst Kanton Bern
- Fitnesspark Hallenbad Oberhofen
- Frauenverein Strättligen, Frau E. Ramseier
- Frauenverein Thun
- Hausbetreuungsdienst für Stadt und Land AG, Filiale Thun
- Hörmittelzentrale Thun
- Klubschule Migros Thun
- Labyrinth Frau M. Oester

- Lungenliga Bern, Beratungsstelle Thun
- Medwell Wellness Center Thun
- Reformierte Gesamtkirchgemeinde Thun
- Römisch-katholische Kirchgemeinde Thun
- Rücken Trainings Center, im Bahnhof SBB Thun
- Samariterverein Strättligen
- Samariterverein Thun
- Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Oberland
- Selbsthilfezentrum Berner Oberland
- SolbadHotel Sigriswil, W. Hauenstein Immobilien AG
- Spitex Region Thun
- Thomas Rubin, Bestattungsdienst
- Training Center TC
- Trauer- und Lebensbegleitung, E. Schärer-Santschi
- Untere Mühle – Wohnen im Alter
- Verein Pro Senectute Amt Thun
- Verein Tagestreff für Behinderte und Betagte, Steffisburg
- Vetter Druck AG
- Volkshochschule Region Thun
- Zytbörse Thun



4. aktualisierte Auflage von 10'000 Exemplaren, herausgegeben durch den Seniorenrat, Fachgruppe Information & Koordination im Auftrag der Sozialdienste der Stadt Thun.

Der Wegweiser ist ebenfalls im Internet abrufbar unter www.thun.ch/wegweisersenioren.

Erscheinungsdatum Juni 2009

© Copyright by Sozialdienste der Stadt Thun, 2009

Verteiler:

an alle Haushalte mit mindestens einem Mitglied über 70 Jahre.
Jährliche Belieferung der Mitbürgerinnen und Mitbürger, die 70-jährig werden.

Weitere Exemplare sind erhältlich bei den Sozialdiensten der Stadt Thun.

Gesamtherstellung: Vetter Druck AG Thun

Fotos: Stadtmarketing Thun