

WEGWEISER FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN



BÖNIGEN

GSTEIGWILER

GÜNDLISCHWAND

INTERLAKEN

MATTEN

RINGGENBERG

UNTERSEEN

WILDERSWIL

IM NOTFALL

117

Polizei

112

Europäischer Notruf

144

**Sanitätsnotruf
(Rettungswagen)**

118

Feuerwehr

1414

Rega

143

**Die Dargebotene Hand
(seelische Krisen)**

145

Vergiftungsnotfälle

033 356 86 60

**Kantonspolizei
Polizeiwache Interlaken**

**Zahnärztlicher Notfalldienst und
diensthabende Apotheke**

(Ersichtlich im Anzeiger Interlaken auf Seite 2)

Ärztlicher Notfalldienst Region Interlaken

Meine Hausärztin/ Mein Hausarzt

Name: _____

Telefon: _____

Notfallnummer 0900 57 67 47 (HANI)

(CHF 3.23/Min vom Festnetz)

Hausarztnotfall Region Interlaken (HANI)

Spital Interlaken, Weissenaustrasse 27, Unterseen

Internet: www.han-i.ch E-Mail: info.hani@hin.ch

Öffnungszeiten: Montag – Freitag von 18:00 – 21:00 Uhr
Samstag von 12:00 – 21:00 Uhr
Sonntag von 12:00 – 20:00 Uhr

Walk-In-Clinic Interlaken, Bahnhofstrasse 29, Interlaken

Internet: www.walk-in-clinic.ch

E-Mail: info@walk-in-clinic.ch

Bitte beachten Sie auch die Informationen im Anzeiger Interlaken unter „Notfalldienste“ (Seite 2)
Wenn Sie Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt nicht erreichen und ausserhalb den Öffnungszeiten des HANI, können Sie auch den Spitalnotfall aufsuchen.



Foto: Herbert Steiner, Ringgenberg

VORWORT

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger

Wir freuen uns, Ihnen die 4. Auflage des Wegweisers für Seniorinnen und Senioren zu überreichen, welche die Koordinationskommission der Region Interlaken für Altersfragen im Auftrag der Gemeinden Bönigen, Gsteigwiler, Gündlischwand, Interlaken, Matten, Ringgenberg, Unterseen und Wilderswil auf den neuesten Stand gebracht hat.

Sie finden in der Broschüre ein breites Spektrum von Informationen, die Ihnen und Ihren Angehörigen bei der Orientierung im dritten Lebensabschnitt behilflich sein können. Es sind altbekannte und neue, bewährte Hinweise zur Erhaltung und Verbesserung Ihrer Lebensqualität. Der Wegweiser soll dazu beitragen, dass Sie das Leben im Alter mit Freude geniessen können.

Die Gemeinden, Bönigen, Gsteigwiler, Gündlischwand, Wilderswil, Matten, Ringgenberg, Unterseen und Interlaken, bedanken sich herzlich bei allen beteiligten Personen für Ihr Engagement bei der Gestaltung und Erneuerung des Wegweisers.

Inhaltsverzeichnis

BERATUNG	7 - 18
LEBENSPROBLEME	7
FINANZIELLE FRAGEN	9 - 10
PATIENTENVERFÜGUNG	11 - 12
VORSORGEAUFTAG	13 - 14
TESTAMENT	15
TODESFALL	16 - 18
FREIZEIT / FITNESS / KURSE	19 - 22
GESUNDHEIT	23 - 26
PLEGE IM ALTER	233
SELBSTHILFE	23 - 24
HILFSMITTEL / GEHHILFE	25
MEDIKAMENTE	25 - 26
ZU HAUSE WOHNEN	27 - 28
HILFE IM HAUSHALT	27
MAHLZEITENDIENST	27
MITTAGSTISCH	28
NOTRUFREINRICHTUNG	28
FAHRDIENST	28
ENTLASTUNG FÜR ANGEHÖRIGE	29
TAGESAUFENTHALT UND FERIENBETTEN	29
ALTERS- UND PFLEGEHEIME IN DER REGION	30 - 33
UMZUG	34
ADRESSEN FÜR WICHTIGE ANLAUFSTELLEN	35 - 55
SCHLUSSWORT	56

LEBENSPROBLEME

Pro Senectute Berner Oberland 033 826 52 52

Umfassende Beratung und Unterstützung
in allen Fragen. Anlaufstelle bei persönlichen
und familiären Problemen.

**KESB Kinder- und Erwachsenenschutz-
Behörde Oberland-Ost** 031 635 22 25

Sozialdienst Region Jungfrau 033 826 06 26

Pfarrämter Telefonnummern
im Adressverzeichnis und
im Infoblatt der Gemeinden

**Beratungsstelle Ehe, Partnerschaft,
Familie der Reformierten Kirchen
Bern-Jura-Solothurn** 033 822 25 20

Selbsthilfe BE 033 221 75 76
Beratungszentrum Thun

**VISTA, Fachstelle Opferhilfe bei
sexueller und häuslicher Gewalt, Thun** 033 225 05 60

Frauenhaus Thun 033 221 47 47
Berner Oberland

Die Dargebotene Hand 143

RECHTSFRAGEN

- Pro Senectute Berner Oberland** 033 826 52 52
Fach- und Dienstleistungsorganisation
der Schweiz im Dienste der älteren Menschen
- Bernische Ombudsstelle für Alters-
Betreuungs- und Heimfragen** 031 372 27 27
- Schlichtungsbehörde Berner Oberland**
Miet- und Arbeitsrecht 031 635 58 00
- SPO Patientenschutz, Bern** 031 372 13 11
- Ombudsstelle Krankenversicherung** 041 226 10 10
Luzern
- Frauenverband Berner Oberland** 033 222 42 66
Rechtsberatung (v.a. Ehe-, Familien- und Scheidungsrecht)
• CHF 50.00 für eine Beratung von 30 Minuten
Beratung nur nach telefonischer Terminvereinbarung
- Frauenzentrale des Kantons Bern** 033 311 72 01
Rechtsberatung
• CHF 120.00 für eine Beratung von 1 Stunde
Beratung nur nach telefonischer Terminvereinbarung
- Rechtsauskunft des Bernischen Anwaltsverbandes**
Frutigenstrasse 22, 3600 Thun, Internet: www.bav-aab.ch
• Sprechstunden: Jeden ersten und dritten Mittwoch des
Monats von 17.00 - 19.00 Uhr
Persönlich vorsprechen ohne Anmeldung.
Keine telefonischen und schriftlichen Auskünfte.
Unkostenbeitrag bis max. CHF 50.00 pro Konsultation.

FINANZIELLE FRAGEN

Pro Senectute Berner Oberland 033 826 52 52
Sozialberatung, Bildung und Kultur, Sport und Bewegung, Gesundheitsförderung und Prävention, Hilfen zu Hause, Gemeinwesenarbeit, Generationenbeziehungen

AHV-Zweigstelle Bödeli 033 826 19 05
AHV-Zweigstelle der Gemeinden
Interlaken, Unterseen, Matten, Beatenberg und Därligen

AHV-Zweigstelle Bönigen-Iseltwald 033 826 10 03

AHV-Zweigstelle Gsteigwiler 033 822 13 09

AHV-Zweigstelle Ringgenberg 033 822 31 81

AHV-Zweigstelle Wilderswil und 033 826 01 42
Umgebung, Niederried und Gündlischwand

Auf der AHV-Zweigstelle Ihrer Gemeinde erhalten Sie Auskunft über die

- AHV
- Ergänzungsleistungen
- Hilflosenentschädigung
- Rentenfragen

www.ahv-iv.ch

Informationsplattform rund um die Sozialversicherungen, Merkblätter und Formulare, Ansprechpartner sowie Webshop

SERAFE Schweizerische Erhebungsstelle für Radio- und Fernsehempfangsgebühren	058 201 31 67
Bezügerinnen und Bezüger von Ergänzungsleistungen werden von der Gebührenpflicht befreit. Dazu muss der Serafe ein schriftliches Gesuch eingereicht werden (Formular unter www.serafe.ch)	
Berner Schuldenberatung, Spiez	033 221 76 30
Budgetberatung plus (Kirchlicher Bezirk Interlaken-Oberhasli)	077 445 65 88
Fachstelle Schuldensanierung Berner Oberland, Thun Erstberatung unentgeltlich	033 221 80 60
Frauenverband Berner Oberland, Thun - Budgetberatung Günstige Budgetberatung je nach Einkommen und Aufwand. Beratung nur nach telefonischer Vereinbarung	033 222 42 66
Frauenzentrale Kanton Bern, Interlaken 033 221 67 66 Budgetberatung Je nach Einkommen und Aufwand, mind. CHF 55.00 resp. 1% des mtl. Netto Einkommens.	
Sozialdienst Region Jungfrau	033 826 06 26
Eduard Ruchti Stiftung Finanzhilfe für Menschen in Not	033 822 93 42

PATIENTENVERFÜGUNG

Mit einer Patientenverfügung bestimmen Sie im Voraus, wie Sie medizinisch behandelt und gepflegt werden wollen, falls Sie nicht mehr in der Lage sind, Ihre Wünsche zu äußern – zum Beispiel bei einem schweren Unfall, wenn Sie im Koma liegen, einen Hirnschlag hatten oder in einem Verwirrheitszustand sind.

Die Patientenverfügung erleichtert Angehörigen sowie Ärzten, in schwierigen Zeiten Entscheidungen zu treffen. Niemand ist jedoch verpflichtet, eine Patientenverfügung zu erlassen, sie ist freiwillig.

In der Patientenverfügung können Sie sowohl über Ihre Behandlung in der Sterbephase als auch über die Behandlung Ihres Körpers nach dem Tod bestimmen. Eine Patientenverfügung gehört nicht ins Testament, da dieses erst nach dem Tod eröffnet wird.

In der Patientenverfügung können Sie Ihre Wünsche zu folgenden Themen niederschreiben:

- Was geschieht mit mir, wenn ich (plötzlich!) schwer krank oder nicht mehr urteils- und handlungsfähig bin?
- Lehne ich bei medizinischen Massnahmen bestimmte Medikamente ab (z.B. Antibiotika, Psychopharmaka, usw.)?
- Wie und wo stelle ich mir mein Sterben vor? Wann lehne ich wiederbelebungs- und lebensverlängernde Massnahmen ab?
- Stehen meine Organe (z.B. Augen-Hornhaut, Nieren, Herz, Leber) für eine Transplantation zur Verfügung?
- Soll mein Körper nach dem Tod für die Lehre (Anatomie-Unterricht) zur Verfügung stehen?
- Soll mein Körper nach dem Tod kremiert oder erdbestattet werden?

- Welche Wünsche bestehen in Bezug auf die Bestattung? Todesanzeige, Persönliche Einladungen (Liste beilegen), Sarg, Grabstelle, Ablauf der Trauerfeier, Lebenslauf (ev. selbst verfasst als Beilage), Musik, Grebt, Danksagung, usw.

Es muss klar ersichtlich sein, wer (Name, Vorname, Geburtsdatum) die Patientenverfügung erlässt und sie muss mit Ort, Datum und Unterschrift versehen werden. Es gibt bewährte, verständliche und doch medizinisch und juristisch korrekte vorgedruckte Patientenverfügungen, auf denen Sie (falls nötig) Ergänzungen vornehmen können.

Ihre persönlichen Wünsche können nur dann umgesetzt werden, wenn entscheidende Personen (wie zum Beispiel Partner, Partnerin, Sohn, Tochter, Hausarzt, Notar, Pfarrer, usw.) davon Kenntnis haben und ein Exemplar Ihrer Patientenverfügung besitzen. Es ist sinnvoll, diese mehreren Personen auszuhändigen. Patientenverfügungen können jederzeit annulliert oder abgeändert werden. Prüfen Sie mindestens alle zwei Jahre Ihre Patientenverfügung und deren Richtigkeit und bestätigen Sie sie mit aktuellem Datum und Unterschrift. Bei Änderungen bitte nicht vergessen, die alten Exemplare bei Ihren Vertrauenspersonen auszutauschen.

Vorgedruckte Patientenverfügungen und weitere Informationen erhalten Sie unter (teilweise gegen Gebühr):

- www.dialog-ethik.ch
- www.patientenverfuegung.redcross.ch **031 384 02 00**
E-Mail: vorsorge@srk.bern.ch
- www.fmh.ch **031 359 11 11**
- www.caritas.ch **0 848 419 419**
- Pro Senectute Berner Oberland **033 826 52 52**

VORSORGEAUFTRAG

Mit dem Inkrafttreten des neuen Erwachsenenschutzrechts auf den 1. Januar 2013 wurde eine klare und einheitliche rechtliche Grundlage für den Vorsorgeauftrag geschaffen. Dieser stärkt das Selbstbestimmungsrecht:

Wer rechtzeitig vorsorgt, kann sicherstellen, dass sein Wille respektiert wird, falls er später beispielsweise infolge Krankheit oder Unfall urteilsunfähig werden sollte.

Was ist ein Vorsorgeauftrag?

Jede handlungsfähige Person kann mit einem Vorsorgeauftrag festlegen, wer sich im Fall ihrer Urteilsunfähigkeit um die Betreuung und die Verwaltung ihres Vermögens kümmern und sie bei Rechtsgeschäften vertreten soll. Sie muss die Aufgaben der beauftragten Person, die eine natürliche oder eine juristische Person (z.B. eine Bank oder Organisation) sein kann, möglichst genau umschreiben.

Sie kann auch Weisungen erteilen, wie diese Aufgaben zu erfüllen sind und etwa bestimmte Vermögensanlagen verbieten. Eine Vertretung kann umfassend gelten oder beschränkt werden (z.B. auf finanzielle Angelegenheiten).

Formvorschriften

Um Missbräuche zu verhindern, sind bestimmte Formvorschriften vorgesehen: Der Vorsorgeauftrag muss entweder wie ein Testament von Hand geschrieben, datiert und unterzeichnet oder durch einen Notar öffentlich beurkundet werden.

Hinterlegungsort und Beurkundung des Hinterlegungsortes

Wählen Sie einen Ort, bei dem die Angehörigen den Vorsorgeauftrag finden. Am besten bei Ihren offiziellen Dokumenten. Den Vorsorgeauftrag (wie auch das Testament) können Sie bei Ihrer Gemeindeverwaltung deponieren.

Wer einen Vorsorgeauftrag erstellt, kann diese Tatsache sowie dessen Hinterlegungsort gegen eine Gebühr auf dem Zivilstandamt beurkunden und ins Personenstandsregister eintragen lassen.

Die Erwachsenenschutzbehörde (KESB) akzeptiert nur das Original. Auf diese Weise stellt die betroffene Person sicher, dass im Fall ihrer Urteilsunfähigkeit die Erwachsenenschutzbehörde erfährt, dass ein Vorsorgeauftrag existiert und wo dieser hinterlegt ist.

Erwachsenenschutzbehörde

Erfährt die Erwachsenenschutzbehörde, dass jemand urteilsunfähig geworden ist, erkundigt sie sich beim Zivilstandamt und bei anderen, ihr bekannten Hinterlegungsstellen (z. B. Gemeinden), ob ein Vorsorgeauftrag existiert. Wenn ja, prüft sie ob er gültig erstellt worden ist. Sind sämtliche Voraussetzungen für seine Wirksamkeit erfüllt, händigt die Erwachsenenschutzbehörde der beauftragten Person eine Urkunde aus, worin ihre Aufgaben und Rechte festgehalten sind.

„Auszug aus www.kesb.dij.be.ch

Vorlagen

Vorgedruckte Vorsorgeaufträge zum Ausfüllen sind z.B. bei der Pro Senectute erhältlich.

TESTAMENT

Beim Testament handelt es sich um eine „letztwillige Verfügung“, welche die Zuteilung von eigenen Vermögenswerten wie Ersparnisse, Liegenschaften, Geldern aus Kranken- und Lebensversicherungen, sowie persönlichen Gegenständen und Möbeln regelt.

Die häufigste Form ist das eigenhändige Testament. Es ist rechtsgültig, wenn es vollständig von Hand geschrieben und mit „Testament“ betitelt ist. Das aktuelle Datum, der Ort, an dem es verfasst worden ist und Ihre persönliche Unterschrift dürfen nicht fehlen.

Das Testament soll helfen, Auseinandersetzungen zu vermeiden. Ist die Zuteilung der Vermögenswerte klar geregelt, geraten die Hinterbliebenen auch nicht in Zweifel über mögliche Ansprüche. Es muss nicht unbedingt böser Wille sein, wenn Nachkommen und Ehegatten in einen Streit geraten. Vielleicht geschieht dies, weil sie sich auf ein mündliches Versprechen berufen, das aber nirgends festgehalten ist. Ein Testament schafft hier Klarheit.

Wenn Sie ein Testament verfassen wollen, müssen Sie dies tun, solange Sie urteils- und handlungsfähig sind. Hinterlegen Sie Ihr Testament bei Ihrer Gemeindeverwaltung und/oder bei einer Vertrauensperson.

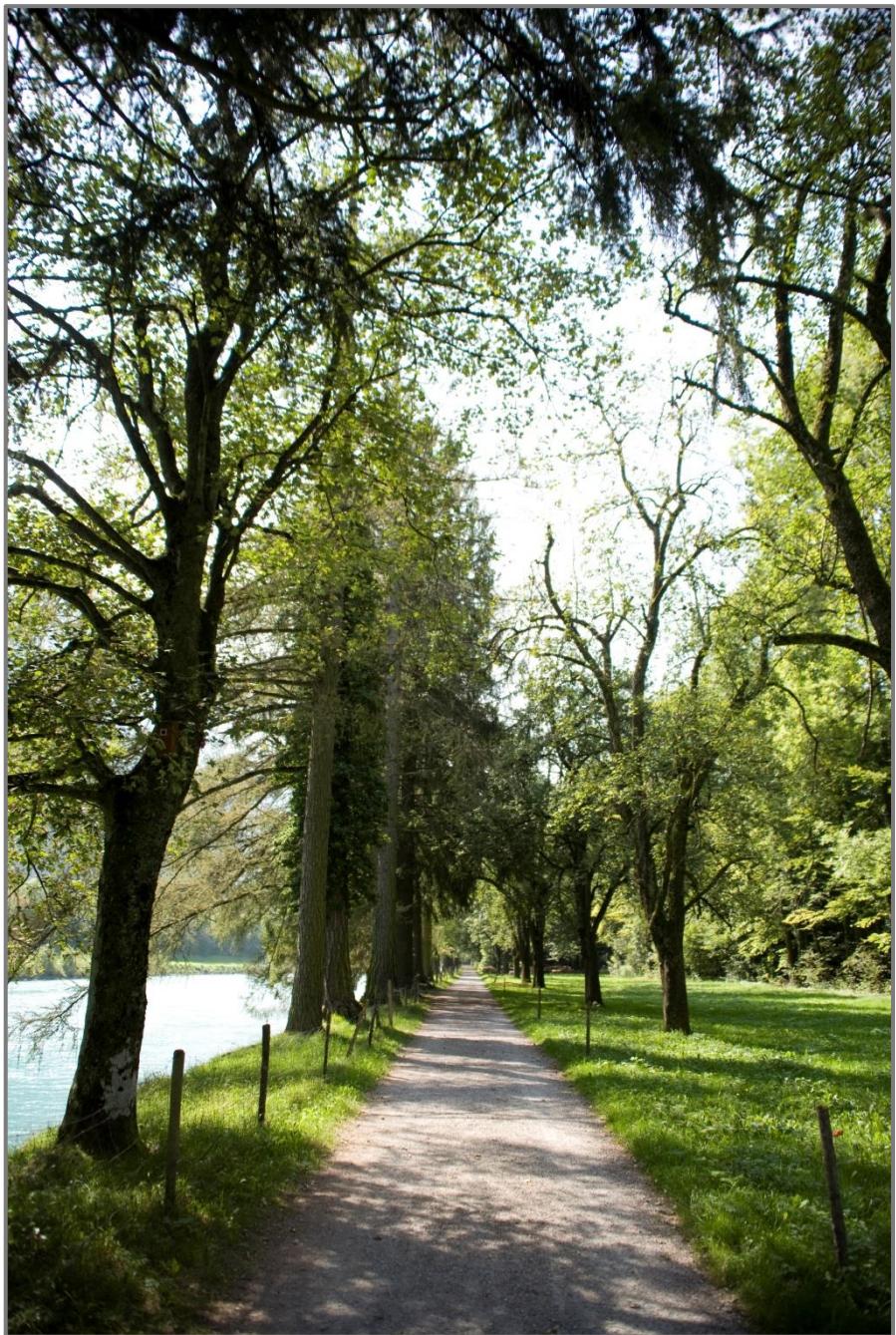
Eröffnet wird das Testament nach Ihrem Tode durch die „Siegelungsbehörde“ Ihrer Gemeinde.

TODESFALL

- Wenn der Todesfall zu Hause erfolgt, sofort den Hausarzt oder den Notfallarzt rufen. Dieser stellt die ärztliche Todesbescheinigung zuhanden des Zivilstandsamtes aus. Bei Unfall, Selbsttötung oder Verdacht auf eine strafbare Handlung muss der Arzt die Polizei benachrichtigen.
- Abklären, ob eine Patientenverfügung und/oder ein Vorsorgeauftrag besteht, um Wünsche der verstorbenen Person zu berücksichtigen.
- Nehmen Sie Kontakt auf mit einem Bestattungsdienst Ihrer Wahl. Bei einem persönlichen Gespräch geht der Bestatter auf Ihre Wünsche ein und berät Sie kompetent bei allen auftretenden Fragen. Er informiert Sie über die anfallenden Kosten und Dritteleistungen.
- Einer der nächsten Angehörigen, ein Verwandter oder der Bestatter meldet den Todesfall beim zuständigen Zivilstandamt mit dem Familienbüchlein, dem Niederlassungsschein und der ärztlichen Todesbescheinigung. Ausländische Staatsangehörige benötigen neben der ärztlichen Todesbescheinigung zwingend den Reisepass oder Personalausweis/Identitätskarte sowie bei Wohnsitz in der Schweiz die Aufenthaltsbewilligung.
- Überdenken Sie die Bestattungsform: Kremation oder Erdbestattung? Hat der/die Verstorbene mündlich oder schriftlich Wünsche geäussert?

- Wenn erwünscht, hilft Ihnen der Bestatter bei allen persönlichen Drucksachen wie Leidzirkulare, Zeitungsinserate und spätere Danksagungskarten.
- Ist ein Testament / Ehe- oder Erbvertrag vorhanden?
- Für die Aufnahme des Siegelungsprotokolls wird die Gemeindeschreiberei mit den Angehörigen einen Termin vereinbaren.
- Kontaktaufnahme mit dem Pfarrer oder gewünschter Person betreffend Datum, Zeit und Ablauf der Trauerfeier.
- Eventuell Lebenslauf mitbringen.
- Falls Sie nach der Trauerfeier zu einem Imbiss einladen möchten, bitte das Restaurant Ihrer Wahl benachrichtigen.
- Besteht eine Lebensversicherung, muss der Tod unverzüglich bei der Versicherungsgesellschaft gemeldet werden.
Auch Krankenkasse, Pensionskasse, AHV oder andere zusätzlich abgeschlossene Leistungen sind zu beachten.
Nicht vergessen: Weitermelden an die Post, BKW/IBI und Wasserversorgung, Telefon- und Fernsehanbieter, Bank/PostFinance, Strassenverkehrsamt, Vereins-, Kurs- und Klubsekretariate, Zeitschriften- und Zeitungsabonnemente.

Die Adressen der Bestattungsdienste finden Sie im Telefonbuch, Branchenverzeichnis oder im Anzeiger Interlaken



FREIZEIT / FITNESS / KURSE

Pro Senectute Berner Oberland 033 226 60 60 Interlaken

Bietet ein breites Spektrum an Kursen, Veranstaltungen und sportlichen Aktivitäten in Gruppen an

Auszug aus dem Angebot

- Sprachkurse
- PC- und Handy-Kurse
- Computeria (www.computeria-interlaken.ch)
- Besichtigungen und Vorträge
- Tanznachmittage im Kursaal Interlaken
- FitGym-Gruppen (Turnen) in verschiedenen Gemeinden
- Walking, Wandern, Velofahren

Verlangen Sie die aktuellen Kurs- und Sportprogramme

Bödelibad Interlaken 033 827 90 90

Hallenbad, Freiluftbad mit grosser Grünfläche, Wellness mit Sauna, Dampfbad und Whirlpool, Minigolfanlage, Aqua-Fit SeniorInnen-Kurse

Damenturnverein Interlaken 078 682 09 55

Seniorinnen des Damenturnvereins Interlaken

Mittwoch, 14.15 – 15:15 Uhr

in der General-Guisan-Turnhalle Interlaken

Kontakt: Ruth Pulfer

Mail: ruth.pulfer@quicknet.ch

Fit Gym 60+ von pro Senectute 033 847 15 52

Frauenturngruppe jeweils am Mittwoch.

Bönigen – Iseltwald in der Turnhalle um 14:00 Uhr

Kontakt: Jacqueline Gurtner

Verschiedene Turnvereine bieten Seniorinnen- und Seniorenturnen an. Bitte fragen Sie direkt bei Ihrem Verein oder konsultieren Sie das Informationsblatt Ihrer Gemeinde.

Viele Kurse zum Thema „Bewegung und Fitness“ bietet ebenfalls die Pro Senectute an. Die Kursprogramme liegen bei Ihrer Gemeindeverwaltung auf oder Sie erhalten Sie direkt bei der Pro Senectute Berner Oberland, Büro Interlaken unter Tel. 033 226 60 60.

Bödeli-Bibliothek, Interlaken	033 822 02 12
Ludothek, Interlaken	079 459 58 01
Gesellschaftsspiele	
Regionaler Seniorenchor Oberland	078 761 76 80
Singprobe: Montag um 14.30 Uhr bis 16:30 Uhr im FUTURA, Unterseen	
Kontakt: Anette Balmer	
Schweizerisches Rotes Kreuz	033 225 00 85
Bern-Oberland, beocare.ch	
Bildung und Veranstaltungen	
Senioren-Universität, Bern	031 684 81 11
Mail: senioren@unibe.ch	
Volkshochschule Interlaken	033 821 06 88
Bildung und Weiterbildung für Geist und Körper. Spezielle Kurse für Seniorinnen und Senioren (60+)	
Internet: www.vhs.interlaken.ch	



PLEGE IM ALTER

Spitex AG

033 826 50 60

Die Adressen und Telefonnummern der privaten
Spitex-Organisationen finden Sie im Telefonbuch.

SELBSTHILFE

Alzheimer Bern, 077 437 90 10

Beratungsstelle Demenz Thun/ Berner Oberland

Beratung für Betroffene und Angehörige sind kostenlos

**Berner Gesundheit (Gesundheits- 033 225 44 00
förderung, Suchtfragen)**

Bernische Krebsliga 031 313 24 24

Beratungsstelle Thun

E-Mail: info@krebsligabern.ch

Blaues Kreuz Fachstelle Thun 033 222 01 77

Fachstelle bei Alkohol- und Suchtprobleme

**Ernährungsberatung 033 826 25 19
fmi Spital Interlaken**

Hörberatung

Bitte sehen Sie im Telefonbuch nach.

Lungenliga Bern

Beratungsstelle Interlaken

033 300 26 26

pro audito schweiz

Organisation für Menschen mit
Hörproblemen.

044 363 12 00

Psychiatrische Dienste

Spitäler fmi AG, Unterseen

033 826 23 21

Psychiatrie-Spitex

033 826 50 60

Rheumaberatung der Pro Infirmis

Beratungsstelle Oberland / Thun

058 775 13 00

Selbsthilfe BE, Thun

08.Rp. /Pro Min.

0848 33 99 00

Wundmanagement und Stomaberatung

(Anmeldung über Hausarzt)

- fmi Spital Interlaken**

E-Mail: i.wundstomaberatung@spitalfmi.ch

033 826 27 43

- Spitex AG**

033 826 50 60

HILFSMITTEL / GEHHILFE

(Krücken, Rollstuhl, Pflegebett, etc.)

Zahlreiche Hilfsmittel werden auch über Apotheken und Drogerien vermietet oder verkauft.

SAHB Schweizerische Hilfsmittel-Zentrum, 3063 Ittigen BE

031 996 91 80

MEDIKAMENTE

Bitte beachten Sie, dass Medikamente auch unerwünschte Nebenwirkungen haben können. Auch wenn Sie seit Jahren die gleichen Medikamente erhalten, können plötzlich Nebenwirkungen auftreten.

Deshalb sollte Ihr Hausarzt und die Spitex (wenn Sie diese benötigen) über sämtliche Medikamente, Salben und Naturheilmittel, die Sie regelmässig oder gelegentlich konsumieren, informiert werden.

Tragen Sie Ihren Medikamenten-Ausweis immer und überall bei sich und legen Sie eine Kopie zuhause zu Ihren Medikamenten. In den Ausweis gehört alles eingetragen, also sämtliche Medikamente, Salben und Naturheilmittel



Foto: Herbert Steiner, Ringgenberg

HILFE IM HAUSHALT

Spitex AG **033 826 50 60**

Beratung, Betreuung, Hauswirtschaft, Pflege

Die Adressen und Telefonnummern der privaten Anbieter finden Sie im Telefonbuch

MAHLZEITENDIENST

Pro Senectute Berner Oberland **033 226 60 60**
Auskünfte und Bestellung

Spitex AG **033 826 50 60**

Hotel Carlton-Europe, Interlaken **033 826 01 60**
(liefert in die Gemeinden Interlaken, Matten und Unterseen)

Entlastungsdienst Kanton Bern

Schwarztorstrasse 32
3007 Bern
Tel. 031 382 01 66
be@entlastungsdienst.ch
www.entlastungsdienst.ch

Bitte beachten sie auch das Infoblatt Ihrer Gemeinde

MITTAGSTISCH

Mittagstische der Gemeinden/Kirchgemeinden
(Siehe Infoblatt Gemeinde)

Mittagstische in diversen Pflegezentrum
(Siehe Adressverzeichnis – bitte persönlich anfragen)

NOTRUEFEINRICHTUNG

Schweizerisches Rotes Kreuz 033 225 00 86
Bern-Oberland, Rotkreuz-Notruf
Beratung und Vermietung

Swisscom Tele-Alarm 0800 800 800
Beratung und Vermietung/Verkauf
im Swisscom-Shop bei der Post Interlaken
oder unter der Gratisnummer

FAHRDIENST

Schweizerisches Rotes Kreuz 033 225 00 80
Vermittlungsstelle Interlaken

Behindertaxi Region Interlaken 0800 22 00 88
Bödeli-Taxi Interlaken (Gratis-Telefonnummer)

ENTLASTUNG FÜR ANGEHÖRIGE

Beocare Entlastung für Angehörige 033 225 00 87
Info und Vermittlung
(siehe auch Seite 27, Entlastungsdienst)

TAGESAUFENTHALT UND FERIENBETTEN

Tagesaufenthalte (auf Anfrage)

Alters- + Pflegeheim Beatenberg-Habkern 033 841 88 00

Altersheim Sunnsyta, Ringgenberg 033 826 16 86

Zumsy Rosenau, Matten 033 826 05 00

Zentrum Artos, Tagestreff 033 828 88 44

Alters- Pflegeheim, EICHE Wilderswil 033 845 85 22

Auskünfte und Adressen über Institutionen und Angebote ausserhalb der Region erhalten Sie bei

➤ **Pro Senectute Berner Oberland 033 226 60 60**

Ferienbetten

Verschiedene Alters- und Pflegeheime in der Region bieten Ferienbetten an.

- Telefonnummern siehe Adressverzeichnis
- Ferienbetten sind auch zu finden unter
www.wohnen60plus.ch

ALTERS- UND PFLEGEHEIME IN DER REGION

Senectute Berner Oberland Beratung zu Alterswohnungen www.wohnen60plus.ch	033 226 60 60
Zentrum Artos, Interlaken	033 828 88 44
Bethania im Stedtli, Unterseen	033 826 09 00
Alterswohnungen Bönigen	033 822 95 73
Gemeindeverwaltung Habkern	033 843 82 10
Bauverwaltung Matten	033 826 50 11
zumsy Rosenau, Matten	033 826 05 00
Alterswohnungen, Ringgenberg (unterhalb Altersheim Sunnsyta)	033 826 16 86
Alterswohnungen Schlössli, Bönigen	033 888 80 20
Alterswohnungen Wilderswil	033 821 65 68

Pro Senectute Berner Oberland Beratung zu Alters- und Pflegeheimen (inkl. Heimfinanzierung) <u>www.wohnen60plus.ch</u>	033 226 60 60
Pflegezentrum Artos, Interlaken	033 828 88 44
Alters- und Pflegeheim Beatenberg-Habkern in Beatenberg	033 841 88 00
Alters- und Pflegeheim Bethania im Stedtli, Unterseen	033 826 09 00
Alters- und Pflegeheim Kristall, Unterseen	033 826 52 00
Wohn- und Pflegezentrum Solviva Spissibach, Leissigen	033 847 88 47
Altersheim Sunnsyta Ringgenberg	033 826 16 86
zumsy Rosenau Matten	033 826 05 00
Pflegeheim Schlössli am See Bönigen	033 888 80 20

Reha Pflegeklinik Eden	033 828 18 00
Ringgenberg	
Seniorenpark Weissenau, Unterseen	033 828 84 00
Alters- und Pflegeheim EICHE	033 845 85 22
Wilderswil	



UMZUG

LISTE FÜR DEN UMZUG

Unbedingt zu informieren sind:

- Einwohnerkontrolle/Steuerverwaltung**
- AHV-Ausgleichskasse**
- Bank / PostFinance**
- Hausarzt**
- Krankenkasse und Versicherungen**
- Post**
- Strassenverkehrsamt**
- Telefon- und Fernsehanbieter**
- IBI/BKW und Wasserversorgung**
- Vereins-, Kurs-, Klubsekretariate**
- Zeitschriften- und Zeitungsabonnemente**
- Kaminfeger**
- Freunde und Bekannte**

ADRESSEN FÜR WICHTIGE ANLAUFSTELLEN

Verzeichnis

Bitte Änderungen von Namen, Adressen, Telefonnummern laufend melden an:

Sekretariat Sozialkommission Interlaken-Unterseen
Gemeindeverwaltung, General Guisanstrasse 43, 3800 Interlaken
Tel. 033 826 51 61, E-Mail: soziales@interlaken.ch

AHV-Zweigstelle Bödeli

(Interlaken, Unterseen, Matten, Beatenberg, Därligen)
Stadthaus, untere Gasse 2, 3800 Unterseen
Telefon 033 826 19 05
E-Mail: ahv-zweigstelle@unterseen.ch
Internet: www.akbern.ch

AHV-Zweigstelle Bönigen-Iseltwald

Gemeindeverwaltung, Interlakenstr. 6, 3806 Bönigen
Telefon: 033 826 10 00
Internet: www.boenigen.ch

AHV-Zweigstelle Gsteigwiler

Gemeindeverwaltung, Halten 90, 3814 Gsteigwiler
Telefon 033 822 13 09
E-Mail: www.gsteigwiler.ch

AHV-Zweigstelle Ringgenberg

Gemeindeverwaltung, Hauptstrasse 184,
3852 Ringgenberg
Telefon 033 822 31 81
E-Mail: ahv@ringgenberg.ch

AHV-Zweigstelle Wilderswil und Gündlischwand

Finanzverwaltung, AHV-Zweigstelle Steuerbüro

Telefon 033 826 01 42

E-Mail: ahv.zweigstelle@wilderswil.ch

Alters- und Pflegeheim Artos, Interlaken

Alpenstrasse 45, 3800 Interlaken

Telefon: 033 828 88 75

E-Mail: mail@artos.ch

Internet: www.artos.ch

Alters- und Pflegeheim Beatenberg-Habkern

Schmuckenstrasse 235, 3803 Beatenberg

Telefon 033 841 88 00, Fax: 033 841 88 01

E-Mail: admin@altersheim-beatenberg.ch

Internet: www.beatenberg.ch/altersheim

Alters- und Pflegeheim Bethania Unterseen im Stedtli

Obere Gasse 6, 3800 Unterseen

Telefon: 033 826 09 00, Fax: 033 826 09 01

E-Mail: heimleitung@bethania-unterseen.ch

Internet: www.bethania-unterseen.ch

Alters- und Pflegeheim Kristall

Seestrasse 72, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 52 00

E-Mail: info@altersheim-kristall.ch

Internet: www.altersheim-kristall.ch

Zumsy Rosenau, Matten
Klostergässli 5, 3800 Matten
Telefon 033 826 05 00
E-Mail: info.rosenau@zumsy.ch
Internet: www.zumsy.ch

Altersheim Sunnsyta
Alters- und Pflegeheim
Kappelistrasse 6, 3852 Ringgenberg
Telefon 033 826 16 86
E-Mail: info@sunnsyta.ch
Internet: www.sunnsyta.ch

**Alterswohnungen Bönigen, Genossenschaft für
Alterswohnungen, Untere Stockteile, Bönigen**
Präsident Kurt Mühlematter, c/o Hermann Michel
Stockteile 8, 3806 Bönigen
Telefon 033 822 43 30
Internet: www.boenigen.ch

**Alterswohnungen Habkern, Genossenschaft
Bärenmatte, Habkern**
Gemeindehaus, Im Holz 373, 3804 Habkern
Telefon 033 843 82 10
E-Mail: gemeinde@habkern.ch
Internet: www.habkern.ch/alterswohnungen

Alterswohnungen Matten, Kesslergasse 6, Matten

Vermietung: Bauverwaltung Matten
Baumgartenstrasse 14, 3800 Matten
Telefon 033 826 50 11
E-Mail: info@matten.ch
Internet: www.matten.ch

Alterswohnungen, Kappelistrasse 6, 3852 Ringgenberg

Vermietung: APH Sunnsyta Telefon 033 826 16 86
E-Mail: sekretariat@sunnsyta.ch
Internet: www.sunnsyta.ch

Alterswohnungen, Schulgässli 56, Wilderswil,

Gemeinnützige Genossenschaft Alterswohnungen
Vermietung: Stefan Zumbrunn, Telefon: 033 821 65 68
Internet: www.alterswohnungen-wilderswil.ch
E-Mail: info@alterswohungen-wilderswil.ch

Alters- und Pflegeheim EICHE

Schulgässli 51A, 3812 Wilderswil
Telefon 033 845 85 22
E-Mail: eiche@seeburg.ch
Internet: www.seeburg.ch/wohnangebote/wohnbereiche/#wohnangebote-mit-pflege

Alters- und Pflegeheim Kristall

Seestrasse 72, 3800 Unterseen
Telefon 033 826 52 00
E-Mail: info@altersheim-kristall.ch
Internet: www.altersheim-kristall.ch

Zumsy Rosenau, Matten
Klostergässli 5, 3800 Matten
Telefon 033 826 05 00
E-Mail: info.rosenau@zumsy.ch
Internet: www.zumsy.ch

Altersheim Sunnsyta
Alters- und Pflegeheim
Kappelistrasse 6, 3852 Ringgenberg
Telefon 033 826 16 86
E-Mail: info@sunnsyta.ch
Internet: www.sunnsyta.ch

**Alterswohnungen Bönigen, Genossenschaft für
Alterswohnungen, Untere Stockteile, Bönigen**
Präsident Kurt Mühlematter, c/o Hermann Michel
Stockteile 8, 3806 Bönigen
Telefon 033 822 43 30
Internet: www.boenigen.ch

**Alterswohnungen Habkern, Genossenschaft
Bärenmatte, Habkern**
Gemeindehaus, Im Holz 373, 3804 Habkern
Telefon 033 843 82 10
E-Mail: gemeinde@habkern.ch
Internet: www.habkern.ch/alterswohnungen

Alterswohnungen Matten, Kesslergasse 6, Matten

Vermietung: Bauverwaltung Matten
Baumgartenstrasse 14, 3800 Matten
Telefon 033 826 50 11
E-Mail: info@matten.ch
Internet: www.matten.ch

Alterswohnungen, Kappelistrasse 6, 3852 Ringgenberg

Vermietung: APH Sunnsyta Telefon 033 826 16 86
E-Mail: sekretariat@sunnsyta.ch
Internet: www.sunnsyta.ch

Alterswohnungen, Schulgässli 56, Wilderswil,

Gemeinnützige Genossenschaft Alterswohnungen
Vermietung: Stefan Zumbrunn, Telefon: 033 821 65 68
Internet: www.alterswohnungen-wilderswil.ch
E-Mail: info@alterswohungen-wilderswil.ch

Alters- und Pflegeheim EICHE

Schulgässli 51A, 3812 Wilderswil
Telefon 033 845 85 22
E-Mail: eiche@seeburg.ch
Internet: www.seeburg.ch/wohnangebote/wohnbereiche/#wohnangebote-mit-pflege

Alzheimervereinigung, Schweizerische (ALZ)

Region Thun/Berner Oberland
Telefon 077 437 90 10
E-Mail: silke.daeppen@alz.ch
Internet: www.alzheimer-schweiz.ch/de/bern/home

Behindertentaxi Region Interlaken (Rollstuhltaxi)
Bödeli-Taxi GmbH, Rugenstr. 13, 3812 Wilderswil
Gratis-Telefonnummer 0800 22 00 88
E-Mail: mail@boedelitaxi.com
Internet: www.boedelitaxi.com

**Beratungs- und Rehabilitationsstelle für
Sehbehinderte und Blinde des Kantons Bern**
Neufeldstrasse 95, 3012 Bern
Telefon 031 306 33 33
E-Mail: info@b-bern.ch
Internet: www.b-bern.ch

**Beratungsstelle Ehe, Partnerschaft, Familie
der Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn**
Freiestrasse 2a, 3800 Interlaken
Telefon 033 822 25 20
E-Mail: wschaeppi@hotmail.com
Internet: www.berner-eheberatung.ch

Berner Gesundheit – Zentrum Oberland
Sucht- und Gesundheitszentrum
Bahnhofstrasse 20, 3800 Interlaken
Telefon 033 225 44 00
E-Mail: thun@beges.ch
Internet: www.bernergesundheit.ch

Berner Schuldenberatung

Thunstrasse 34, 3700 Spiez

Telefon 033 221 76 30

E-Mail: info@schuldeninfo.ch

Internet: www.schuldeninfo.ch

Bernische Krebsliga

Schwanengasse 5/7, 3001 Bern

Telefon 031 313 24 24

E-Mail: info@krebsligabern.ch

Internet: www.bern.krebsliga.ch

Bernische Ombudsstelle für Alters-,**Betreuungs- und Heimfragen**

Bümplizstrasse 128, 3018 Bern

Telefon: 031 372 27 27

E-Mail: info@ombudsstellebern.ch

Internet: www.ombudsstellebern.ch

SERAFE AG

Telefon: 058 201 31 67

Kontakt: www.serafe.ch/de/kontakt/

Internet: www.serafe.ch

Blaues Kreuz Fachstelle Thun

Kasernenstrasse 17, 3600 Thun

Telefon 033 222 01 77

E-Mail: fs.thun@blaueskreuzbern.ch

Internet: www.blaueskreuzbern.ch

Bödelibad Interlaken

Goldey, 3800 Unterseen

Telefon 033 827 90 90

E-Mail: info@boedelibad-interlaken.ch

Internet: www.boedelibad-interlaken.ch

Bödeli-Bibliothek

Spilmatte 3, 3800 Interlaken

Telefon 033 822 02 12

E-Mail: info@boedeli-bibliothek.ch

Internet: www.boedeli-bibliothek.ch

Budgetberatungsstelle plus

Kirchlicher Bezirk Interlaken-Oberhasli

Budgetberatung plus, Herzigässli 21, 3800 Matten

Telefon 033 971 16 16

E-Mail: beratung@budgetplus.ch

Internet: www.budgetplus.ch

Budget-Beratungsstelle
Frauenverband Berner Oberland (FBO)
Untere Hauptgasse 14, 3600 Thun
Telefon 033 222 42 66, Fax 033 222 42 26
E-Mail: fbo.thun@bluewin.ch
Internet: www.frauenverband-berneroerland.ch

Die Dargebotene Hand, Bern
Geschäftsstelle Bern
Telefon 031 301 12 23
E-Mail: bern@143.ch
Internet: www.bern.143.ch

Eduard Ruchti-Stiftung
Regierungsstatthalteramt Interlaken-Oberhasli,
Schloss 1, Postfach 276, 3800 Interlaken
Telefon 031 635 97 70, Fax 031 635 97 71
Allgemeine Auskunft: office@stiftungschweiz.ch
E-Mail: rsta.in-oh@jgk.be.ch

Entlastungsdienst Kanton Bern
Schwarztorstrasse 32, 3007 Bern
Telefon 031 382 01 66
E-Mail: be@entlastungsdienst.ch
Internet: www.entlastungsdienst.ch/bern

**Evangelisch-methodistische Kirche
Interlaken und Habkern**

Waldeggstrasse 5, 3800 Interlaken

Telefon 033 822 36 71E-Mail: interlaken@emk-schweiz.ch

Internet: www.emk-interlaken.ch

Fachstelle Schuldensanierung Berner Oberland

Scheibenstrasse 3, 3600 Thun

Telefon 033 221 80 60

E-Mail: beo@schuldensanierung-fss.ch

Internet: www.schuldensanierung-fss.ch

Frauenhaus Thun – Berner Oberland

Panoramastrasse 1A, Postfach 57, 3602 Thun

Telefon 033 221 47 47, Fax 033 221 47 48

E-Mail: info@frauenhaus-thun.ch

Internet: www.frauenhaus-thun.ch

Frauenverband Berner Oberland

Untere Hauptgasse 14, 3600 Thun

Telefon 033 222 42 66, Fax 033 222 42 26

E-Mail: fbo.thun@bluewin.ch

Internet: www.frauenverband-berneroberland.ch

Frauenzentrale Bern, Budget und Rechtsberatung

Marktgasse 17, 3600 Thun

Telefon 031 311 72 01

E-Mail: sekretariat@frauenzentralebern.ch

Internet: www.frauenzentralebern.ch

Gesundheitszentrum Meiringen der Spitäler fmi ag

Spitalstrasse 13, 3860 Meiringen

Telefon 033 826 26 26

E-Mail: info@spitalfmi.ch

Internet: www.spitalfmi.ch

Hotel Carlton-Europe, Interlaken

Höheweg 92-94, 3800 Interlaken

Telefon 033 826 01 60, Fax 033 826 01 69

E-Mail: info@carltoneurope.ch

Internet: www.carltoneurope.ch

Heilsarmee Interlaken

Niesenstrasse 10, 3800 Interlaken

Telefon 033 822 85 22

E-Mail: korps_interlaken@heilsarmee.ch

Internet: www.heilsarmee.ch

KESB Kinder- und Erwachsenenschutzbehörde

Oberland-Ost

Schloss 11, 3800 Interlaken

Telefon 031 635 22 25, Fax 031 635 22 49

E-Mail: info.kesb-oo@jgk.be.ch

Internet: www.be.ch/kesb

Ludothek Jojo Interlaken

Spielmatte 3, 3800 Unterseen

Telefon: 079 459 58 01

E-Mail: kontakt@ludothek-jojo.ch

Internet: www.ludothek-jojo.ch

Lungenliga Bern, Beratungsstelle Interlaken

Untere Bönigstrasse 8, 3800 Interlaken

Telefon 031 300 26 26, Fax 033 300 26 25

E-Mail: info@lungenliga-be.ch

Internet: www.lungenliga.ch

Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin.

Ombudstelle Krankenversicherung

Morgartenstrasse 9, 6002 Luzern

Telefon 041 226 10 10

E-Mail: info@om-kv.ch

Internet: www.om-kv.ch

Ombudsmann der Privatversicherung und der Suva

Postfach 1063, 8024 Zürich

Telefon: 044 211 30 90

Internet: www.versicherungsombudsman.ch

Pflegeheime

Pflege- und Wohnheime mit individuellen Angebote für

Pflege- und Betreuungsangebote

Internet: www.pflege-heime.ch

Pflegeheim Schlossli am See

Seestrasse 34, 3806 Bönigen

Telefon 033 888 80 20, Fax 033 888 80 21

E-Mail: info@schloessli.com

Internet: www.schloessli.com

Pro Audito Berner Oberland

Organisation für Menschen mit Hörproblemen

Frutigenstrasse 22, 3600 Thun

Telefon 077 453 40 46

E-Mail: info@pro-audito-beo.ch,

Internet: www.pro-audito-beo.ch

Pro Senectute Berner Oberland

Strandbadstrasse 3, 3800 Interlaken

Telefon 033 826 52 52

E-Mail: oberland@be.prosenectute.ch

Internet: www.be.prosenectute.ch

Psychiatrie Spitäler fmi AG

Ambulatorium Interlaken, Spitalweg 3, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 23 21

E-Mail: psychiatrie@spitalfmi.ch

Internet: www.spitalfmi.ch

Psychiatrische Notfalldienst:

Psychiatrischer Notfalldienst: 033 826 26 26 oder

Sanitätsnotruf 144

Reformierte Kirchgemeinde Gsteig-Interlaken

Verwaltung und Sekretariat, Kirchgemeindehaus,

Herziggässli 21, 3800 Matten

Telefon 033 822 45 33

E-Mail: verwaltung@gsteig-interlaken.ch

Internet: www.gsteig-interlaken.ch

Die Pfarrämter finden Sie im Infoblatt Ihrer Gemeinde

Reformierte Kirchgemeinde Ringgenberg

Kirchgasse 12, 3852 Ringgenberg

Telefon Sekretariat: 033 822 12 27

E-Mail: sekretariat.kirchgemeinde@kircheringgenberg.ch

Internet: www.kircheringgenberg.ch

Die Pfarrämter finden Sie im Infoblatt Ihrer Gemeinde

Reformierte Kirchgemeinde Unterseen

Sekretariat, Schloss, Hauptstrasse 1, 3800 Unterseen

Telefon 033 822 55 77

E-Mail: sekretariat@kirche-unterseen.ch

Internet: www.kirche-unterseen.ch

Die Pfarrämter finden Sie im Infoblatt Ihrer Gemeinde

Kirche Unterseen, Ressort Senioren

Telefon: 033 821 28 56

E-Mail: senioren@kirche-unterseen.ch

Römisch-Katholisches Pfarramt Interlaken

Schloss-Strasse 4, 3800 Interlaken

Telefon 033 826 10 80

E-Mail: pfarrei@kath-interlaken.ch

Internet: www.kath-interlaken.ch

Reha Pflegeklinik Eden

Schulhausweg 11, 3852 Ringgenberg

Telefon 033 828 18 00, Fax 033 828 18 19

E-Mail: info@reha-pflegeklinik.ch

Internet: www.reha-pflegeklinik.ch

Rheumaberatung der Pro Infirmis

Beratungsstelle Oberland Ost,

Untere Bönigstrasse 35, 3800 Interlaken

(Die Beratungsstelle Interlaken ist nur bei Bedarf besetzt)

Postadresse: Pro Infirmis, Beratungsstelle Oberland,
Niesenstrasse 1, 3600 Thun

Telefon 058 775 13 00

E-Mail: thun@proinfirmis.ch

Internet: www.proinfirmis.ch

Schlichtungsbehörde Berner Oberland

(Mietrecht und Arbeitsrecht)

Scheibenstrasse 11 B, 3600 Thun

Telefon 031 635 58 00, Fax 031 634 50 74

E-Mail: schlichtungsbehoerde.thun@justice.be.ch

Telefonische Rechtsberatung unter Tel. 031 635 58 35

Rechtsberatung vor Ort, nur nach telefonischer Voranmeldung
unter Tel. 031 635 58 00

Achtung: Keine Rechtsberatung per E-Mail

Schweizerischer Verband für Seniorenfragen

Sekretariat SVS, 8840 Einsiedeln

Herr Ueli Brügger

Telefon 079 434 02 36

E-Mail: seniorenfragen@bluewin.ch

Internet: www.seniorenfragen.ch

Schweizerische Arbeitsgemeinschaft Hilfsmittelberatung

Hilfsmittel-Zentrum, Worblentalstrasse 32 West

3063 Ittigen

Telefon 031 996 91 80

E-Mail: hmz.ittigen@sahb.ch

Internet: www.sahb.ch

Termin nach Vereinbarung

Exma VISION - Hilfsmittel

Dünnernstrasse 32, 4702 Oensingen

Telefon: 062 388 20 20

E-Mail: exma@sahb.ch

Internet: www.sahb.ch/exma-vision/

Termin nach Vereinbarung

Schweizerischer Seniorenrat SSR

Kirchstrasse 24, 3097 Liebefeld

Telefon 031 311 89 07

E-Mail: info@ssr-csa.ch

Internet: www.ssr-csa.ch

Solvivacare, Wohn- und Pflegezenter

Ischlagweg 17/19, 3706 Leissigen

Telefon: 033 847 88 47

E-Mail: info@solviva-leissigen.ch

Internet: www.solviva-care.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz, Kanton Bern

Bernstrasse 162, 3052 Zollikofen

Telefon 031 919 09 09

E-Mail: kvbe@srk-bern.ch

Internet: www.srk-bern.ch

Rotkreuz-Notruf

Telefon 058 426 26 62

E-Mail: notruf@srk-thun.ch

Internet: www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/im-alter/rotkreuz-notruf

Rotkreuz-Fahrdienst, Region Oberland

Telefon 033 225 00 82

E-Mail: fahrdienst-oberland@srk-bern.ch

Internet: www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/im-alter/rotkreuz-fahrdienst

Entlastung Angehörige, Beocare

Länggasse 2, 3600 Thun

Telefon: 033 225 00 87

E-Mail: info-beocare@srk-bern.ch

Internet: www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/im-alter/entlastung-fuer-angehoerige

Besuchs-und Begleitdienst, Region Oberland

Länggasse 2, 3600 Thun

Telefon: 033 225 00 80

E-Mail: info-oberland@srk-bern.ch

Internet: www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/im-alter/besuchs-und-begleitdienst

Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Thun

Marktgasse 17, 3600 Thun

Telefon: 0848 33 99 00 (08 Rp./Min)

E-Mail: info@selbsthilfe-be.ch

Internet: www.selbsthilfe-be.ch

Seniorenpark Weissenau

Weissenaustrasse 39, 3800 Unterseen

Telefon 033 828 84 00

E-Mail: info@seniorenparkweissenau.ch

Internet: www.seniorenparkweissenau.ch

Seniorenuniversität Bern

Hochschulstrasse 4, 3012 Bern

Telefon 031 631 52 40

E-mail: seniorenuni@unibe.ch

Internet: www.seniorenuni.unibe.ch

Sozialdienst Region Jungfrau

Jungfraublickallee 16 3800 Interlaken

Telefon 033 826 06 26, Fax 033 826 06 27

E-Mail: info@sdrj.ch

Internet: www.sdrj.ch

Spitäler fmi AG, Spital Interlaken

Weissenaustrasse 27, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 26 26

E-Mail: info@spitalfmi.ch

Internet: www.spitalfmi.ch

SPO Patientenorganisation Bern

Postgasse 15, 3007 Bern

Telefon 031 372 13 11

E-Mail: be@spo.ch

Internet: www.spo.ch

Hotline für dringende Anliegen:

Telefon 0900 56 70 47 (Fr. 2.90 pro Min. ab Festnetz)

SPITEX AG

Untere Gasse 2, Stadthaus, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 50 60

E-Mail: info@spitexinterlaken.ch

E-Mail: spitex.interlaken@spitex-hin.ch

Internet: www.spitexinterlaken.ch

Psychiatrie-Spitex

Telefon 033 826 50 60,

E-Mail: info@spitexinterlaken.ch

Internet: www.spitexinterlaken.ch/Angebote/Psychiatrie-Spitex/P2Aeh/

VISTA, Fachstelle Opferhilfe bei sexueller und häuslicher Gewalt

Bälliz 49, 3600 Thun

Telefon 033 225 05 60

E-Mail: info@vista-thun.ch

Internet: www.stiftung-gegen-gewalt.ch/wsp/de/fachstellen/vista/angebot/angebot/

Volkshochschule Interlaken und Umgebung

Spielmatte 3, 3800 Unterseen

Telefon 033 821 06 88

E-Mail: info@vhs-interlaken.ch

Internet: www.vhs-interlaken.ch

Wundzentrum und Stomaberatung

(Die Anmeldung erfolgt über den Hausarzt)

- fmi-Spital Interlaken, Weissenaustr. 27, 3800 Unterseen
Telefon 033 826 27 43
Internet: www.spitalfmi.ch
E-Mail: i.wundstomaberatung@spitalfmi.ch
- Spitex AG
Telefon 033 826 50 60
E-Mail: info@spitexinterlaken.ch

Zivilstandskreis Oberland-Ost

Schloss 8, 3800 Interlaken

Telefon 031 635 43 40

E-Mail: za.oo.zbd@be.ch

Internet: www.zivilstand.sid.be.ch

SCHLUSSWORT

4. aktualisierte Auflage, überarbeitet durch die regionale Koordinationskommission der Region Interlaken für Altersfragen im Auftrag der Gemeinden Bönigen, Gsteigwiler, Interlaken, Gündlischwand, Matten, Ringgenberg, Unterseen und Wilderswil.

Der Wegweiser ist ebenfalls im Internet unter den Gemeinden abrufbar.

Erscheinungsdatum 2023



Foto: Herbert Steiner, Ringgenberg