



Verein
für Altersfragen
Nidau/Port

**Bitte sichtbar
aufbewahren!**

INFO 60+

**Wichtige Adressen und Informationen
für Seniorinnen und Senioren**

7. Ausgabe 2023/2024

Liebe 60-Jährige und Ältere von Nidau und Port

Der Verein für Altersfragen überreicht Ihnen hier die überarbeitete **7. Auflage von Info 60** mit vielen Adressen und Angaben, die Ihnen in irgendwelcher Situation hilfreich sein können. Von den Notfallnummern über nützliche Adressen, von Heimangaben über mögliche Aktivitäten: Blättern Sie das Verzeichnis durch und sehen Sie die grosse Vielfalt an Institutionen und Einrichtungen, die sich um uns, um die ältere Generation kümmern.

Eine solche Zusammenstellung ist natürlich nie endgültig, Änderungen irgendwelcher Art kann es immer wieder geben. Wir versuchen, das Verzeichnis immer auf dem aktuellsten Stand zu halten:

Ergänzungen und Korrekturen werden laufend auf unserer Homepage (www.60plus-nidau-port.ch) vorgenommen. Sollten Sie, liebe Leserin, lieber Leser, Lücken entdecken, so melden Sie es uns. Wir sind Ihnen dankbar!

Wir hoffen, mit diesem kleinen Nachschlagewerk dienen zu können. Am besten legen Sie es an einen griffbereiten Ort.

Ihr Verein für Altersfragen

	Seite
Notfalldienste + meine wichtigsten Adressen	3
Soziale Angebote	4 – 5
Kirchen	7
Entlastungsdienste und Beratungen	8 – 9
Besucherdienste	10
Spitex, Private Spitex	11 – 12
Mahlzeitendienste, Mittagstische, Hauslieferungen	13 – 14
Hilfe im Haushalt und Garten, Fahrdienste	15 – 17
Wohnheime	18
Therapien, Krankenmobilen	19 – 20
Aktivitäten	21 – 23
Weitere interessante Websites für Altersfragen	24

Notfalldienste

3

Polizei	117
Feuerwehr	118
Sanitätsnotruf Ambulanz Region Biel	144 032 325 15 50
Vergiftungsnotfälle	145
Notfallzentrum im MZB	032 344 46 66
Notfallzentrum Linde	032 366 41 12
Ärztlicher Notfalldienst	0900 900 024 <i>(Tarif CHF 1.95/Min. ab Festnetz)</i>
Apotheken Notfalldienst	0848 24 24 24 <i>(Tarif CHF 1.95/Min. ab Festnetz)</i>
Zahnärztlicher Notfalldienst	0900 903 903
Spitalzentrum Biel, Vogelsang	032 324 24 24
Hirslanden Klinik Linde	032 366 41 11
Rettungshelikopter REGA	1414
Die Dargebotene Hand	143

Meine wichtigsten Adressen

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Soziale Dienste für Nidau und Port		
<p>Schulgasse 2 Postfach 240 2560 Nidau</p> <p>032 332 94 50 www.nidau.ch</p>	<p>Sozialhilfe: Existenzsicherung nach gesetzlichen Vorgaben. Beratung in persönlichen, rechtlichen und finanziellen Fragen. Informationen über und Vermittlung von Hilfsangeboten anderer Institutionen und Beratungsstellen.</p> <p>Kindes- und Erwachsenenschutz: Beratung und Entgegennahme von Gefährdungsmeldungen, Führen von Mandaten wie Beistandschaften.</p> <p>Erstberatung zum Vorgehen im Todesfall.</p>	<p>Bürozeiten</p>
AHV-Zweigstelle für Gemeinde Nidau		
<p>AHV Zweigstelle Nidau Schulgasse 2 2560 Nidau</p> <p>032 332 94 26 ahv@nidau.ch</p>	<p>Anmeldung für AHV-Renten, Anmeldung für Hilflosenentschädigungen und Hilfsmittel, Flexibles Rentenalter, Rentenvorausberechnungen, Anmeldung für Hauspersonal, Anmeldung für Ergänzungsleistungen.</p>	<p>Bürozeiten</p>

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
AHV-Zweigstelle für Gemeinde Port		
<p>Regionale AHV-Zweigstelle Ipsach Dorfstrasse 8 2563 Ipsach</p> <p>032 333 78 02 reg.ahv-zweigstelle@ipsach.ch www.ipsach.ch</p>	<p>Anmeldung für AHV-Renten, Anmeldung für Hilflosenentschädigungen und Hilfsmittel, Flexibles Rentenalter, Rentenvorausrechnungen, Anmeldung für Hauspersonal, Anmeldung für Ergänzungsleistungen.</p>	<p>Bürozeiten</p> <p>Donnerstagmorgen im Gemeindehaus Port</p>
Pro Senectute Kanton Bern / Beratungstelle Biel/Bienne		
<p>Zentralstrasse 40 Postfach 940 2501 Biel</p> <p>032 328 31 11 biel-bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sozialberatung und Information • Treuhanddienst • Kompetente Unterstützung in Finanzen und Administration 	<p>Bürozeiten</p>
Schreibservice		
<p>Schreib-Service Bahnhofstrasse 30 2502 Biel/Bienne</p> <p>079 306 36 16 info@schreiben-ecrire.ch www.schreiben-ecrire.ch</p>	<p>Die Freiwilligen des Schreibservice Biel und Umgebung verfassen gegen einen symbolischen Beitrag: in Ihrem Sinn Texte aller Art (offizielle und private Briefe, Gesuche, Bewerbungen, Lebenslauf); helfen Ihnen, Anleitungen, Verträge oder amtliche Schreiben zu verstehen sowie Formulare auszufüllen.</p>	<p>Di: 16.00 – 18.30 Uhr</p> <p>Fr: 13.30 – 16.00 Uhr</p>



Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Reformierte Kirchgemeinde Nidau		
<p>Aalmattenweg 49 2560 Nidau</p> <p>Christina von Allmen-Mäder Sozialdiakonin</p> <p>032 332 20 92 079 780 35 21 christina.vonallmen@ref-nidau.ch www.ref-nidau.ch</p>	<p>Lebenshilfe</p> <p>Ratsuchenden kann mit Seelsorge, Gesprächsmöglichkeiten oder mit unbürokratischer Unterstützung und Beratung geholfen werden.</p> <p>Wir sind für Sie da. Melden Sie sich telefonisch bei uns und hinterlassen uns eine Nachricht, falls wir gerade nicht erreichbar wären.</p>	<p>Bürozeiten</p>
<p>Nelly Furer Mitarbeiterin Sozialdiakonie</p> <p>032 332 20 93 079 940 03 92 nelly.furer@ref-nidau.ch www.ref-nidau.ch</p>	<p>Senior:innenanlässe</p> <p>Angaben im «reformiert.», Nidauer Anzeiger und auf www.ref-nidau.ch.</p>	
Römisch-katholische Pfarrei Bruder Klaus		
<p>Peter Bernd, Pastoralraumpfarrer Pfarrei Bruder Klaus Alfred-Aebi-Strasse 86 2503 Biel/Bienne</p> <p>032 366 65 99 (Sekretariat) p.bernd@startmail.com pfarrei.bruderklaus@kathbielbienne.ch www.bruderklausbiel.ch</p>	<p>Lebenshilfe</p> <p>Ratsuchende in Notsituationen erhalten Beistand von einem Mitglied des Seelsorgeteams unter 079 366 65 77.</p> <p>Senior:innenanlässe</p> <p>Angaben im Pfarrblatt «angelus» und auf der Webseite.</p>	<p>Mo – Do: 08.00 – 12.00 Uhr 13.30 – 17.30 Uhr</p> <p>Fr: 08.00 – 12.00 Uhr</p> <p>Während den Schulferien nur morgens.</p>

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Entlastungsdienst Schweiz Kanton Bern; Region Biel-Seeland/Berner Jura		
<p>Monica Pianezzi Leiterin Region Biel-Seeland/Berner Jura Schwarztorstrasse 32 3007 Bern</p> <p>032 397 10 01 monica.pianezzi@entlastungsdienst.ch www.entlastungsdienst.ch</p>	<p>Entlastungsdienst Entlastung von Familien und Einzelpersonen mit behinderten, chronisch kranken, betagten und demenzkranken Angehörigen, z. B. Spazieren gehen, Einkaufen, Kochen, Vorlesen etc.</p>	<p>Bürozeiten</p>
Städtisches Tageszentrum Biel		
<p>Neumarktstrasse 33 2502 Biel</p> <p>032 326 19 88 tageszentrum@biel-bienne.ch www.biel-bienne.ch</p>	<p>Tagesbetreuung Ambulante Einrichtung für Tagesbetreuung während einem oder mehreren Tagen.</p>	<p>Bürozeiten</p>
Alzheimer Beratungsstelle Biel und Berner Jura		
<p>Silvia Manser Fachberaterin Demenz, Conseillère (Memory Clinic) Vogelsang 84, 2501 Biel</p> <p>077 523 22 13 silvia.manser@alz.ch www.alz.ch/be</p>	<p>Anlaufstelle für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen.</p>	<p>Beratungstermine nach Vereinbarung</p> <p>Mo + Di: 08.30 – 12.00 Uhr 13.30 – 17.00 Uhr</p>
Pro Senectute Kanton Bern / Beratungsstelle Biel/Bienne		
<p>Zentralstrasse 40 Postfach 940 2501 Biel</p> <p>032 328 31 11 Biel-bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch</p>	<p>Hilfe und Entlastung im Privathaushalt.</p>	<p>Bürozeiten</p>

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
SRK Rotkreuz-Notruf		
Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern Region Seeland/Berner Jura Solithurnstrasse 136 2504 Biel/Bienne 032 329 32 75 notruf-seeland@srk-bern.ch www.srk-bern.ch	Rotkreuz-Notruf Hilfe auf Knopfdruck – Sicherheit rund um die Uhr.	Mo – Fr: 08.30 – 11.30 Uhr
SRK Entlastung Angehörige		
Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern Region Seeland/Berner Jura Solithurnstrasse 136 2504 Biel/Bienne 032 329 32 78 entlastung-seeland@srk-bern.ch www.srk-bern.ch	Entlastung Angehörige Fachkundige Unterstützung für Angehörige von älteren, kranken und sterbenden Menschen. Freiwillige übernehmen stundenweise die Betreuung Ihrer Nächsten, damit Sie neue Kraft tanken können.	Mo – Fr: 08.30 – 11.30 Uhr
aamina Entlastungsdienste		
Hauptstrasse 72 2560 Port 032 333 27 87 079 215 49 30 roland.kuhn@amina.ch www.amina.ch	Entlastungsdienste <ul style="list-style-type: none">• Tages-Aufenthalte, auch an Wochenenden• Einbindung in den Alltag der Dauergäste• Individuelles, persönliches Programm und Pflege• Fixpreis pro Tag, Abmeldungen kurzfristig ohne Kostenfolgen	

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Besucherdienste der Kirchgemeinde und des Gemeinnützigen Frauenverein Nidau		
<p>Nelly Furer Mitarbeiterin Sozialdiakonie Aalmattenweg 49 2560 Nidau</p> <p>032 332 20 93 079 940 03 92 nelly.furer@ref-nidau.ch www.ref-nidau.ch</p>	<p>Für ältere, einsame Menschen.</p>	<p>Bürozeiten</p>
SRK Besuchs- und Begleitdienst		
<p>Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern Region Seeland/Berner Jura Solothurnstrasse 136 2504 Biel/Bienne</p> <p>032 329 32 78 besuchsdienst-seeland@srk-bern.ch www.srk-bern.ch</p>	<p>Freiwillige verbringen Zeit mit betagten Menschen und leisten ihnen Gesellschaft.</p>	<p>Mo – Fr: 08.30 – 11.30 Uhr</p>
Pro Senectute Kanton Bern / Beratungstelle Biel/Bienne		
<p>Zentralstrasse 40 Postfach 940 2501 Biel</p> <p>032 328 31 11 Biel-bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Begleitung beim Spazieren • Begleitung beim Einkaufen oder zum Arzt • Plaudern beim Kaffee und Kuchen • Vorlesen • Spielen 	<p>Bürozeiten</p>

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Spitex AareBielersee Stützpunkte: Nidau, Port, Safnern, Twann		
<p>Ipsachstrasse 10 2560 Nidau</p> <p>032 332 97 97 info@spitexaarebielersee.ch www.spitexaarebielersee.ch</p>	<p>Professionelle Pflege für alle mit Engagement und Herzblut:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hauswirtschaftliche und betreuerische Leistungen • Behandlung und Pflege zu Hause • Psychiatriepflege • Wundpflege • Podologie • Palliative Care • Anstellung pflegende Angehörige 	<p>07.00 – 12.00 Uhr 14.00 – 17.00 Uhr</p> <p>Klienten erreichen die Spitex rund um die Uhr.</p>
Provitass Spitex AG und Provitass Hess GmbH		
<p>Esther Hess Keltenstrasse 3a 2563 Ipsach</p> <p>032 505 27 52 Direkt 075 416 08 74 info@provitas.ch www.provitas.ch</p>	<p>Private Spitexorganisation, Akut- und Übergangspflege, Betreuung und Unterstützung zu Hause in allen Belangen, Hilfe bei der täglichen Hygiene. Tagesstätte zur Entlastung der Angehörigen.</p>	<p>Bürozeiten</p>
Home Instead Seniorenbetreuung		
<p>Marktplatz 19, 3250 Lyss</p> <p>032 511 11 88 lyss@homeinstead.ch www.homeinstead.ch</p>	<p>Betreuung, Haushalt, Pflege, Nachtwache; Palliative Betreuung. Krankenkassenanerkant.</p>	<p>7 Tage/24 Stunden erreichbar</p>
Privatspitex IDUNA		
<p>Lisa Pelikan Stricker Zihlstrasse 12, 2501 Biel</p> <p>032 331 51 51 homecare@spitexiduna.ch www.spitexiduna.ch</p>	<p>Aus einer Hand kompetenter Einsatz im vertrauten Umfeld.</p>	<p>Bürozeiten</p>

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Senevita Casa Biel-Seeland		
<p>Senevita Casa Biel-Seeland Tulpenweg 20 2503 Biel/Bienne</p> <p>032 365 61 11 www.senevitacasa.ch</p>	<p>Für Pflege, Betreuung und Haushalthilfe.</p>	<p>Mo – Fr: 08.00 – 12.00 Uhr 13.30 – 16.00 Uhr</p>
Tandem 60 plus		
<p>Monique Jüni Kasernenstrasse 19 3250 Lyss</p> <p>032 384 14 50 info@tandem60plus.ch www.tandem60plus.ch</p>	<p>«Etwas zusammen unternehmen» Autonom und zu Hause bleiben.</p> <p>Begleitung während täglichen Aktivitäten + Hobbys, zu Hause + ausserhalb um Selbstständigkeit und Autonomie längerfristig zu bewahren.</p>	<p>7 Tage/24 Stunden erreichbar</p>
Spitex Zämespannen AG		
<p>Tulpenweg 33 2575 Täuffelen</p> <p>032 396 11 34 info@zaemespanne.ch www.zaemespanne.ch</p>	<p>Private Spitex-Organisation für Beziehungspflege:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stabile Kleinteam für hohe Betreuungskontinuität • Akut- und Langzeitpflege zu Hause • Betreuung/Begleitung/Haushalt • Direkte Erreichbarkeit der Pflegenden für die Kundinnen und Kunden • Speziell in komplexen Pflegesituationen sorgen die hohe Kontinuität und unser top ausgebildetes Personal für Sicherheit und Komfort. • Nachteinsätze und Nachtbetreuung nach Bedarf und Vereinbarung. 	<p>Einsatzzeiten und Erreichbarkeit der Mitarbeitenden von 7 – 22 Uhr, 7 Tage pro Woche.</p> <p>Unterwegs im ganzen Seeland von Gampelen bis Büren a. d. Aare auf der Südseite des Bielersees.</p>

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Ruferheim Wohnen & Pflege / Café Oleander		
Allmendstrasse 52 2560 Nidau 032 332 27 27 office@ruferheim.ch www.ruferheim.ch	Mittagstisch oder Essen abholen.	11.00 – 13.00 Uhr
Villa Sutter AG		
Weyermattstrasse 12 2560 Nidau 032 332 81 20 info@villasutter.ch www.villasutter.ch	Mittagstisch oder Essen abholen.	11.30 – 13.00 Uhr
Menu Service Pfister		
Tulpenweg 16 2503 Biel/Bienne 076 399 30 43	Mahlzeitendienst (nur Mittagessen)	
Wohnguet – Leben im Alter		
Breitenfeldstrasse 2 2575 Täuffelen 032 396 99 00 info@wohnguet.ch www.wohnguet.ch	<ul style="list-style-type: none">• Täglich frische Mahlzeiten• Hauslieferung	Mo – Sa
Luginbühl's Menü-Service		
Schwadernastrasse 65 2558 Aegerten 032 373 18 01 welcome@luginbuehls.com www.luginbuehls.com	<ul style="list-style-type: none">• 9 Menüs pro Woche• Hauslieferung	Anrufszeiten: Mo – Fr: 08.00 – 17.00 Uhr

Adresse

Angebot

Öffnungszeiten

Römisch-katholische Pfarrei Bruder Klaus

Sekretariat Bruder Klaus
Alfred-Aebi-Strasse 86
2503 Biel/Bienne

032 366 65 99
pfarrei.bruderklaus@kathbielbienne.ch
www.bruderklausbiel.ch

Offener Mittagstisch:
Angaben im Pfarrblatt «angelus»
und auf der Webseite.

Mittagstisch im Matthäuszentrum

Ursula Rytz, Sigristin
Lohngasse 4
2562 Port

079 794 59 58

Ein feines Mittagessen
in Gesellschaft.

1x im Monat,
siehe «reformiert».



Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Pro Senectute Kanton Bern / Beratungsstelle Biel/Bienne		
<p>Zentralstrasse 40 Postfach 940 2501 Biel</p> <p>032 328 31 11 biel-bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch</p>	<p>Hilfe und Entlastung im Privathaushalt.</p>	<p>Bürozeiten</p>
Marc Leuenberger Kleintransporte Kurierdienste		
<p>Bellevueweg 26 2562 Port</p> <p>032 333 30 04 079 333 67 08 leven7@bluewin.ch</p>	<p>Hilfe beim Umzug ins Altersheim, Auswahl der Möbel, Bereitstellen von Kartons, Hilfe beim Einpacken, Räumung von Wohnung und Haus.</p>	<p>Mo – Fr: 07.30 – 17.00 Uhr</p> <p>Sa: 08.00 – 12.00 Uhr</p>
Behinderten Taxi Biel		
<p>Jürg Schnider Kreuzgasse 12 a 2555 Brügg</p> <p>079 1 777 007 www.behindertentransport-biel.ch</p>	<p>Rollstuhl- und Behinderten-transport.</p>	
SRK Fahrdienst		
<p>Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern Region Seeland/Berner Jura Solothurnstrasse 136 2504 Biel/Bienne</p> <p>032 341 80 80 fahrdienst-seeland@srk-bern.ch www.srk-bern.ch</p>	<p>Mobil – auch im Alter, bei Krankheit oder Behinderung. Fahrten zum Arzt, zur Therapie, ins Spital oder zur Kur.</p> <p>Anmeldung spätestens 2 Tage vor der Fahrt.</p>	<p>Mo – Fr: 08.30 – 11.30 Uhr 14.00 – 16.00 Uhr</p>

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Stiftung Battenberg Fahrdienst		
<p>Südstrasse 55 2500 Biel/Bienne 6</p> <p>032 344 25 22 www.battenberg.ch</p>	<p>Rollstuhl- und Behinderten-transport.</p>	<p>Bürozeiten</p>
Stiftung Battenberg Gartenarbeiten		
<p>Juerg Rothen Südstrasse 55 2500 Biel/Bienne 6</p> <p>032 344 25 22 juerg.rothen@battenberg.ch www.battenberg.ch</p>	<p>Für private Personen und Immobilienverwaltungen. Gartenpflege, Rasenpflege, Pflanzarbeiten, Umänderungen, wie Steingarten Wege und Plätze.</p>	
Aarboard AG		
<p>Egliweg 10 2560 Nidau</p> <p>032 332 97 14 info@aarboard.ch www.aarboard.ch</p>	<p>Hilfe beim Computer – Support der auch die Bedürfnisse der Senioren kennt.</p> <p>Bei Bedarf kommen wir auch zu Ihnen nach Hause.</p> <p>Kostenlose Beratung.</p>	<p>Mo – Fr: 08.00 – 12.00 Uhr 13.30 – 18.00 Uhr</p>
Räumung von Wohnungen und Haus		
<p>Brockenstube Nidau Hauptstrasse 70 Marianne Schüpbach 2560 Nidau</p> <p>079 321 83 60 brockenstube@frauenverein-nidau.ch www.frauenverein-nidau.ch</p>	<p>Gerne holen wir gut erhaltene Möbel, Kleider und Haushaltartikel für den Verkauf zu Gunsten sozialer Institutionen in Nidau und Umgebung gratis ab.</p>	<p>Verkauf: Di: 14.00 – 18.30 Uhr</p> <p>Nur Warenannahme: Mo: 14.00 – 16.30 Uhr</p>

Adresse

Angebot

Repair Café

Verein Fair
Schlossstrasse 12
2560 Nidau

repaircafé@vereinfair.ch
www.vereinfair.ch
→ repair-cafe

In Repair Cafés kannst Du Deine defekten Dinge wie Haushalts- oder Elektrogeräte gemeinsam mit Reparaturprofis reparieren.

Das Repair Café findet jährlich drei bis vier Mal im Jahr in der Regel im «Haus pour Bienne» an der Kontrollstrasse 22 in Biel/Bienne statt und ist kostenlos.



Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Ruferheim Wohnen & Pflege / Café Oleander		
<p>Allmendstrasse 52 2560 Nidau 032 332 27 27 office@ruferheim.ch www.ruferheim.ch</p>	<p>120 Plätze für pflegebedürftige Personen in Einzel- und Doppelzimmern. Wohngruppe für an Demenz erkrankte Personen, Kurzaufenthalte, Wohnungen und Studios mit Dienstleistungen, Mittagstisch für Betagte.</p>	<p>Bürozeiten</p>
Villa Sutter AG		
<p>Weyermattstrasse 12 2560 Nidau 032 332 81 00 sabine.schmoll@villasutter.ch info@villasutter.ch www.villasutter.ch</p>	<p>Wohnen für Menschen mit Unterstützungs- und Pflegebedarf unabhängig der Pflegestufe, 1er-Zimmer und Ehepaarzimmer, Ferienaufenthalte für 40 und mehr Tage</p>	<p>Bürozeiten</p>
aamina Pflegewohnungen		
<p>Hauptstrasse 72 2562 Port 032 333 27 87 079 215 49 30 roland.kuhny@aamina.ch www.aamina.ch</p>	<p>15 Einzelzimmer in einer familiären Umgebung; REHA-ähnliche Übergangspflege nach Spital-Aufenthalt Langzeit-Pflege für Demenz und Palliative Care.</p>	<p>7 Tage/ 24 Stunden</p>
Betagtenpflegeverein Biel-Seeland		
<p>Geschäftsstelle Unterer Quai 92 2502 Biel 032 323 41 42 bpv.biel-seeland@betagtenpflegeverein.ch www.betagtenpflegeverein.ch</p>	<p>Sechs Pflegewohnungen in Biel und im Seeland für pflegebedürftige, chronisch-krankte Betagte, davon eine Pflegewohnung für demenz-erkrankte Menschen.</p>	<p>Bürozeiten</p>

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Physiotherapie Port		
Thierry Wenger Hauptstrasse 9 2562 Port 032 331 58 58 thiewenger@gmail.com	Krankengymnastik, Elektrotherapie, Sensopro Fitness.	Bürozeiten
Ergona GmbH Praxis für Ergotherapie und Spiraldynamik®		
Brigitte Deschwanden Hauptstrasse 18 2560 Nidau 078 760 41 73 www.ergona.ch	Rehabilitation Handchirurgie, Neurologie, Spiraldynamik®, Lymphdrainage.	Mo – Fr: 08.00 – 18.00 Uhr nach Vereinbarung
Physiotherapie Muff Nidau		
Marianne Muff Lyss-Strasse 14 2560 Nidau 032 365 44 94 079 511 04 56 m.muff@bluewin.ch	Manualtherapie, Lymphdrainage, funktionelle Reha.	Mo – Fr
Physio Nidau		
Julien Lambert Zihlstrasse 5 2560 Nidau 032 331 58 54	Physiotherapie, Rehabilitation, Manual Therapie, Beckenboden für Männer.	Termine nach Absprache

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Sanitas Botta & Botta		
Murtenstrasse 7 Postfach 140, 2501 Biel 032 323 14 74 (Büro) 032 323 14 73 (Verkauf) 032 321 54 44 (Werkstatt) www.sanitas-botta.ch	Rehatechnik und orthopädische Hilfsmittel.	Mo – Fr: 08.30 – 12.00 Uhr 13.30 – 18.00 Uhr
Ruferheim		
Allmendstrasse 52, 2560 Nidau 032 332 27 27 office@ruferheim.ch www.ruferheim.ch	Wir vermieten auf Anfrage: <ul style="list-style-type: none">• Krankenmobilien• ein Pflegebett• Rollstühle• Rollatoren	
Wandergruppe «Chum mit»		
Siehe unter www.60plus-nidau-port.ch .		



Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Ratgeber «Aktiv im Alter»		
www.c-and-a.com/ch/de/shop/fit-im-alter	Der Ratgeber «Aktiv im Alter» informiert über den Einstieg in den Ruhestand und gibt Senioren zahlreiche Tipps.	
Verein für Altersfragen		
Auskunft: Ingrid Schär Leiterin: Rita Herren 032 331 87 91 (Ingrid Schär) 079 463 08 56 (Ingrid Schär) 032 361 22 68 (Rita Herren)	Seniorenturnen Gym/60 Kreuz Saal Hauptstrasse 33 2560 Nidau	Di: 09.00 – 10.00 Uhr
Frauenverein Port		
Kontakt: Ingrid Schär Kursleiterin: Jaqueline Robert 032 331 87 91 (Ingrid Schär) 079 463 08 56 (Ingrid Schär)	MuscleWorkout Mehrzweck-Sporthalle Port Fitnessraum	Mo: 18.00 – 19.00 Uhr Fr: 08.30 – 09.30 Uhr
Frauenverein Port		
Auskunft: Ingrid Schär Leiterin: Rita Herren 032 331 87 91 (Ingrid Schär) 079 463 08 56 (Ingrid Schär) 032 361 22 68 (Rita Herren)	Seniorenturnen Mehrzweck-Sporthalle Port	Turnen Gym/60 Fr: 17.00 – 18.00 Uhr Seniorenturnen Mi: 09.00 – 10.00 Uhr
Turnverein Nidau		
Emilie Schmitz 032 331 70 67	Turnen für Seniorinnen Turnhalle Weidteile	April – September Mo: 18.00 – 19.15 Uhr Oktober – März Mo: 17.30 – 18.45 Uhr

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
SATUS Turnverein Frauenriege		
Rose-Marie Burkhalter 032 331 97 15 turnen@satus-nidau.ch www.satus-nidau.ch	Turn mit – bleib fit! Seniorinnen Obere Turnhalle Weidteile	Di: 18.30 – 20.00 Uhr
SATUS Turnverein Turnen für Alle		
Franz Kaufmann 032 331 97 45 turnen@satus-nidau.ch www.satus-nidau.ch	«Fitness für den Alltag» Männer und Frauen Sporthalle Burgerbeunden Nidau Unkostenbeitrag: CHF 6.00/Person	Mo: 20.00 – 21.00 Uhr
Turnverein Nidau / Männer- und Seniorenriege		
Markus F. Blessing Lindenstrasse 25 2552 Orpund 077 414 05 45	Männerturnen und Seniorenturnen Sporthalle Beunden	Do: 19.15 – 20.45 Uhr
Männerturnverein Port		
Hans-Peter Oettli Weieried 11 2565 Jens 032 331 30 76 079 445 44 74	Veteranenturnen Männer Mehrzweck-Sporthalle Port	Fr: 20.00–21.45 Uhr
Senioren-Jassen Port		
Matthäus-Zentrum Lohngasse 4 2562 Port 032 331 64 53	Kontakt: Susanne Stähli	Do: 13.00 – 17.00 Uhr

Adresse	Angebot	Öffnungszeiten
Singen im Ruferheim		
<p>Allmendstrasse 52 Martial Altorfer 2560 Nidau</p> <p>032 372 18 51</p>	<p>Singen – Es sind alle eingeladen, die gerne singen.</p>	<p>Do: 09.30 – 10.30 Uhr</p>
Fachstelle für Freiwilligenarbeit		
<p>benevol Kanton Bern Standort Biel Bahnhofstrasse 30 2502 Biel/Bienne</p> <p>032 322 36 16 031 312 23 12 info@benevol-be.ch www.benevol-be.ch</p>	<p>Sie wollen sich freiwillig engagieren? Wir haben das passende Engagement. Unsere Mitglieder sind gemeinnützige Organisationen und bieten attraktive Einsätze an. Für ideale Rahmenbedingungen sorgen die benevol-Standards.</p>	
Pro Senectute Biel/Bienne-Seeland		
<p>Zentralstrasse 40 Postfach 940 2501 Biel</p> <p>032 328 31 11 biel-bienne@be.prosenectute.ch www.be.prosenectute.ch/de/freizeit/bewegung-sport/biel.html</p>	<p>Vielfältiges Kurs-, Freizeit- und Sportangebot; Gesundheitsförderungsprogramm «Zwäg ins Alter».</p>	<p>Bürozeiten</p>
sicher stehen – sicher gehen		
<p>www.sichergehen.ch</p>	<p>Aktiv und unabhängig im Alter: Trainieren Sie Gleichgewicht, Kraft und mentale Fitness zu Hause.</p>	
Senior:innenanlässe		
<p>Siehe unter Kirchen Seite 7.</p>		

Weitere interessante Websites für Altersfragen

Suchportal für alle Altersfragen	www.infosenior.ch
Fachorganisation für Altersfragen Pro Senectute	www.be.prosenectute.ch
Veranstaltungen und Vorträge zu aktuellen Themen	www.senioreuni.unibe.ch
Fachwissen praktisch + ehrenamtlich weitergeben	www.seniorexpertcorps.org
Opferhilfe Bern	www.opferhilfe-bern.ch
Portal für Wohnmöglichkeiten	www.wohnen60plus.ch

INFO 60+

7. Auflage, 2023/2024, 3000 Exemplare
Druck: Witschidruck AG, Martiweg 3, 2560 Nidau

Herausgeber und ©

Verein für Altersfragen Nidau/Port

Postfach 35

2560 Nidau

vfa@60plus-nidau-port.ch

www.60plus-nidau-port.ch

**Für CHF 15.– im Jahr sind
Sie Mitglied im**

**Verein für Altersfragen
Nidau/Port!**

Als Mitglied haben Sie als Erste Zugang zu vielen wichtigen Mitteilungen und Informationen, zu Angeboten für Seniorinnen und Senioren sowie zu interessanten Vorträgen für Menschen über 60.

Infos

Christian Bachmann
Aalmattenweg 14, 2560 Nidau
Telefon 032 331 36 42
cbachmann@evard.ch

Ingrid Schär
Wiesenstrasse 29, 2562 Port
Telefon 032 331 87 91
ingscha@bluewin.ch