

**Freitag, 21. Juli 2023**

13.30 – 14 Uhr Raum für Gedankenreisen

Ein meditativer Einstieg in der Kirche  
mit Pfarrerin Sabine Müller Jahn

14.15 – 15.45 Uhr Musik

ab Schellackplatten

mit Edwin Feuz u. Abschlussgrillzvieri

Edwin Feuz spielt ab Schellackplatten Schlager, Chansons, Jazz und Rock&Roll. Zwischen den Musikstücken aus den 30er, 40er und 50er Jahren erzählt er Anekdoten zum Schmunzeln und Nachdenken.

Zum Abschluss der Woche gibt es ein gemeinsames Grillen auf Feuerschalen. Es hat einen Grundstock an Cervelats, Salate und Brote. Weiteres Essen kann gerne mitgebracht werden.



### Kontakte

Kirchgemeinden Frieden und Heiliggeist  
Regula Rhyner, 076 248 54 26  
regula.rhyner@refbern.ch

Kirchgemeinde Matthäus  
Anja Rufener, 031 309 00 18  
anja.rufener@refbern.ch

Kirchgemeinde Nydegg  
Liliane Möri, 031 352 73 43  
liliane.moeri@refbern.ch

Kirchgemeinde Münster  
Edwin Feuz, 076 281 52 20  
edwin.feuz@refbern.ch

Kirchgemeinde Paulus  
Annette Bühlmann Steiner,  
079 685 41 16  
annette.buehlmann@refbern.ch



Kirchgemeinde  
**Heiliggeist**

Kirchgemeinde  
Frieden  
Bern

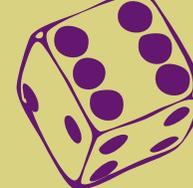


Evangelisch-reformierte Kirche  
**Matthäus**  
Bern und Bremgarten

KIRCHGEMEINDE  
NYDEGG BERN

evangelisch-reformierte  
Kirchgemeinde **Paulus**

münster  
berner



# SOMMER WOCHEN

für die ältere  
Generation

Erzählen  
Zuhören  
Geniessen  
Philosophieren  
Singen  
Spielen



Montag, 17. bis Freitag, 21. Juli 2023

Kirchliches Zentrum Nydegg  
Nydeggstalden 9, 3011 Bern  
(Linie 12 Richtung Kleezentrum  
Haltestelle Nydegg;  
der Zugang ist nicht barrierefrei,  
mit dem Taxi aber gut erreichbar)

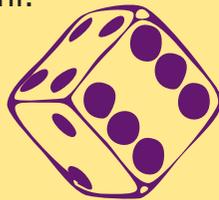




# Herzlich willkommen zur Sommer-Woche!

Auch dieses Jahr wird in und um die Räumlichkeiten der Kirchgemeinde Nydegg ein Ort des Treffens und Verweilens für Menschen der älteren Generation geschaffen.

Kitzeln Sie mit uns Ihr Gedächtnis, lauschen Sie den Reisen im Erzähl-Café, finden Sie Ihr Glück im Spiel, singen und tanzen Sie kräftig mit, philosophieren Sie mit Gleichgesinnten übers Alter(n), geniessen Sie die kleinen Z'Vieri-Köstlichkeiten und noch vieles mehr.



## Programm

täglich ab 16.00 Uhr, Z'Vieri

mit süssen und salzigen Köstlichkeiten. Wir freuen uns über einen Unkostenbeitrag.



### Montag, 17. Juli

13.30 – 14 Uhr, Raum für Gedankenreisen

Ein meditativer Einstieg in der Kirche

mit *Pfarrer Daniel Hubacher*

14.15 – 15.45 Uhr, Erzählcafé

mit *Claudia Sollberger*

«Wenn jemand eine Reise tut, dann kann er was erzählen.» (Matthias Claudius 1740-1815) Reisen macht uns glücklich. Während dem Reisen begegnen wir anderen Menschen – Reisen eröffnet neue Horizonte. Kann eine Reise auch traurig machen? Wie hat sich das Reisen im Laufe der Zeit verändert? Wie soll unsere letzte Reise gestaltet werden? Und was entdecken wir bei der Reise in unseren Körper, in unsere Seele, in unseren Geist?

### Dienstag, 18. Juli

13.30 – 14 Uhr, Musik

mit *Boris Bittel (Berner Liedermacher)*

Schliessen Sie die Augen und lassen Sie sich vom Berner Liedermacher musikalisch verführen.

14.15 – 15.45 Uhr, Spielnachmittag

mit *Elsbeth Vurchio und Annette Bühlmann Steiner*

Jetzt ist Spielen angesagt!

Vom modernen Klassiker über einfache Würfel- bis zu Kartenspielen ist für alle etwas dabei.



### Mittwoch, 19. Juli

13.30 – 14 Uhr, Bewegtes Denken

mit *Liliane Möri Kirby*

Bewegtes Denken ist ganzheitliches, humorvolles Gedächtnistraining, welches unser Gehirn fordert und fördert.

14.15 – 15.45 Uhr Singen und eine Geschichte hören

mit *Annekäthi Bischoff und Béatrice Staubli*

Vom Essen und Trinken, Singen und Erzählen: Genuss pur! In gemütlicher Runde singen wir Lieder und hören eine Geschichte zum genussvollen Thema.

### Donnerstag, 20. Juli

13.30 – 14.00 Uhr, Bewegtes Denken

mit *Liliane Möri Kirby*

Ganzheitliches, humorvolles Gedächtnistraining zum Einstieg.

14.15 – 15.45 Uhr Lesung

mit *Walter Däpp zu seinem Buch*

«So alt wie hütt bini no nie gsi».

Der Berner Journalist und Autor erzählt ernste und heitere berndeutsche Kurzgeschichten – über das Älterwerden oder das Jungbleiben, über Alltägliches und Unsägliches, über Fremdes und Vertrautes. Im Anschluss zur Lesung laden wir Sie zu einer Austauschrunde zum Thema «älter werden» ein.

