Wegweiser fürs Älterwerden

Ich kam, weiss nicht woher,
ich bin und weiss nicht wer,
ich leb und weiss nicht wie lang,
ich sterb und weiss nicht wann,
ich fahr und weiss nicht wohin
mich wundert's, dass ich so fröhlich bin.
Volksspruch um 1500

Liebe Seniorinnen, liebe Senioren

Sie liegen uns sehr am Herzen. Unsere acht Gemeinden im Thuner Westamt engagieren sich dafür, dass Sie den dritten und vierten Lebensabschnitt mit einer positiven Grundhaltung und grosser Zufriedenheit geniessen können.
In dieser Broschüre finden Sie und Ihre Angehörigen Informationen zu Dienstleistungen und Aktivitäten in unseren Gemeinden zu folgenden Themenbereichen:

- Aktivitäten / Freizeit
- Alters- und Pflegeeinrichtungen / Tageskliniken / Stationäre Institutionen
- Beratungen und Informationen
- Hilfe und Pflege zu Hause
- Hilfe im Haushalt
- Kirchliche Angebote / Religion
- Notfallnummern

Diese Broschüre wird regelmässig überarbeitet. Haben Sie Anregungen? Haben wir etwas vergessen? Danke für Ihre Mithilfe. Unsere Kontaktadresse finden Sie auf der letzten Seite.

Wir wünschen Ihnen viel Lebensglück und hoffen, Sie entdecken Neues und Nützliches in dieser Broschüre.

Für die Kommission Regionale Sozialbehörde Wattenwil (KRSB)

Gemeinderat Daniel Blau, Burgistein

Wegweiser fürs Älterwerden – Angebote in den Gemeinden

Blumenstein, Burgistein, Forst-Längenbühl, Gurzelen, Pohlern, Seftigen, Uebeschi, Wattenwil

Notfallnummern

Polizei	**117**
Feuerwehr	**118**
Sanitätsnotruf	**144**
REGA	**1414**
Toxikologisches Institut	**145**
Notfallnummer Hausärzte	**0900 57 67 47**

Weitere wichtige Nummern finden Sie im Amtsanzeiger

REGIONAL
Pflege und Betreuung

Angebot	Anbieter	Zeit	Ort	Kontaktadresse / Telefon
Beratung von Alzheimerpatienten	Alzheimer Bern	Montag – Donnerstag, 09.00 – 12.00 /13.30 – 16.30 Uhr Dienstag bis 18.00 Uhr	Bahnhofplatz 2 3011 Bern	031 312 04 10 bern@alz.ch
Anlaufstelle zur Entlastung für pflegende Angehörige	Entlastung Angehörige SRK	Montag – Freitag, 08.00 – 11.30 Uhr	Bern-Oberland Länggasse 2 3600 Thun	033 225 00 87 info-oberland@srk-bern.ch
Coiffeur Hausservice	Sibylle Peter	nach Vereinbarung	Mettleneggenstr. 14 3665 Wattenwil	079 280 68 12
Entlastungsdienst Kt. Bern		Schwarztorstr. 32 3007 Bern	Schwarztorstr. 32 3007 Bern	033 336 55 60 heidieichenberger@entlastungsdienst.ch
HomeCare SRK	Schweiz. Rotes Kreuz	nach Bedarf		031 384 02 40 betreuung-oberland@srk-bern.ch
Seniorenbetreuung	Dovida Seniorendienste Schweiz AG		Schwarztorstr. 11 3007 Bern	031 370 80 70 info@dovida.ch

SPITEX-Dienste	Spitex-Dienste oberes Gürbetal	telefonische Erreichbarkeit täglich zu Bürozeiten oder Telefonbeantworter	Burgisteinstrasse 34 3665 Wattenwil	033 356 12 81 info@spitex-og.ch
Verein Schwerkranke begleiten	Verein		Thun und Umgebung	033 221 62 91

REGIONAL
Hilfen im Haushalt

Angebot	Anbieter	Zeit	Ort	Kontaktadresse / Telefon
Frischmahlzeitendienst	Wohlfühlheim	Tel. Anmeldung 1 Tag im Voraus bis 18.00 Uhr	Allmendstrasse 15 3638 Blumenstein	033 335 30 13 info@wfh-blumenstein.ch
Frischmahlzeitendienst	ProSenectute / Casa Gusto	Mo – Fr 08.00 – 16.00 Uhr	Telefonische Bestellungen	058 451 50 50 kontakt@casa-gusto.ch
Frischmahlzeitendienst	Eggimann MZ Dienst	nach Vereinbarung	Eggimann MZ Dienst Hühnerhubelstrasse 64 3123 Belp	079 896 60 05
Krankenmobilien	RS Hilfsmittel GmbH	Montag – Freitag, 09.00 – 12.00, 13.30 - 18.00 Uhr	Bernstrasse 292 3627 Heimberg	033 438 33 33 mail@rs-hilfsmittel.ch
Mittagstisch	Alters- und Pflegeheim Wattenwil	täglich 11:30 – 13.30 Uhr	Burgisteinstrasse 34 3665 Wattenwil	Leitung Gastronomie 033 359 26 56 / 033 359 26 15
Seniorenbetreuung	Dovida Seniorendienste Schweiz AG		Schwarztorstr. 11 3007 Bern	031 370 80 70 info@dovida.ch

REGIONAL
Beratung und Information

Angebot	Anbieter	Zeit	Ort	Kontaktadresse / Telefon
Beratung und Unterstützung, Kurse, Infos, Anlässe, Sport	Pro Senectute Berner Oberland		Malerweg 2 3601 Thun	033 226 60 60
Beratung bei Suchtproblemen	Berner Gesundheit		Aarestrasse 38B 3600 Thun	033 225 44 00 thun@beges.ch
Fahrdienst SRK Oberland	Schweiz. Rotes Kreuz	siehe Website	Länggasse 2 3600 Thun	033 225 00 82 fahrdienst-oberland@srk-bern.ch
Fahrdienst	Frauenverein Belp	auf Vorbestellung Anmeldungen Mo – Fr 8.00 – 10.30 Uhr		079 619 76 70
Ombudsstelle für Alters- und Heimfragen	Stiftung		Bümplizstr. 128 3018 Bern	031 372 27 27 info@ombudsstellen.ch
Sozialdienst Region Wattenwil		nach Vereinbarung	Grundbachstrasse 4 3665 Wattenwil	033 359 59 61
Procap Bern Regionalstelle Thun	www.procap-bern.ch	Mo - Do 9.30 – 11.30 Uhr Di/Do 14.00 – 16.00 Uhr	Cäcilienstrasse 21 3000 Bern 14	033 222 09 09 bern@procap.ch

REGIONALE ALTERS- UND PFLEGEHEIME

Ort	Name	Plätze Altersheim	Plätze Pflegeheim	Ferienbett / Telefon
Blumenstein	Wohlfühlheim		15 Betten	nur bei Vakanzen 033 335 30 13
Seftigen	Pflegezentrum Solviva Chappele		66 Betten	nur bei Vakanzen 033 341 84 84
Wattenwil	Alters-und Pflegeheim	43 Betten	47 Betten	ja 033 359 26 26

Diverse Gemeinden sind folgenden Heimen angeschlossen:

Steffisburg	Solina	125 Betten	Ferienbett ja	033 439 95 95
Spiez	Solina	180 Betten	Ferienbett ja	033 655 40 40
Riggisberg	Alterszentrum Riggishof	49 Betten	Ferienbett auf Anfrage	031 809 17 22
Riggisberg	Schlossgarten Riggisberg	260 Betten	Ferienbett ja	031 808 81 11
Utzigen	Schloss Utzigen Gepflegtes Wohnen	204 Betten	Ferienbett ja	031 838 21 11

GEMEINDEN BLUMENSTEIN / POHLERN

Angebot	Anbieter	Zeit	Ort	Kontaktadresse / Telefon
Frauenarbeitskreis (stricken)	Kirchgemeinde	Montag 13.30 - 16.30 Uhr	Pfarrhaus, Kirchenstrasse 7	Käthy Wenger 033 356 13 32 oder 079 523 62 67
Fahrdienst SRK Oberland	Schweiz. Rotes Kreuz	siehe Website	Länggasse 2, 3600 Thun	033 225 00 82 fahrdienst-oberland@srk-bern.ch
Fahrdienst in Gottesdienst	Kirchgemeinde	nach Vereinbarung	Blumenstein / Pohlern	siehe Amtsanzeiger oder Website Kirchgemeinde
Fahrdienst und Einkaufsdienst BLUPO	Kirchgemeinde	nach Vereinbarung	Blumenstein / Pohlern	Käthy Wenger 033 356 13 32 oder 079 523 62 67
Frischmahlzeitendienst	Wohlfühlheim	tel. Anmeldung 1 Tag im Voraus bis 18.00 Uhr	Wohlfühlheim Blumenstein	Wohlfühlheim 033 335 30 13 info@wfh-blumenstein.ch
Fusspflege	Frauenverein	siehe Zeitschrift „Freizeit“ oder Website Frauenverein	Pavillon, Badstrasse 5	Marianne Häusler 033 356 24 91
Heimbewohnerbesuche	Einwohnergemeinde in Zusammenarbeit mit Frauenverein	nach Vereinbarung	Heimbesuch	Gemeindeverwaltung Blumenstein 033 359 60 60
Geburtstagsbesuche ab 80 Jahren	Einwohnergemeinden Blumenstein und Pohlern	nach Vereinbarung	Hausbesuch	Gemeindeverwaltung Blumenstein 033 359 60 60 Gemeindeverwaltung Pohlern 033 356 12 00
Geburtstagsständli ab 80 Jahren	Musikgesellschaft	Einladung zur Matinée im April	Wattenwil	Marianne Hadorn 079 720 63 65
Kurse	Frauenverein	siehe Zeitschrift „Freizeit“	Gantrischstrasse 11	Marlise Winkler 033 356 28 17
Mittagstisch (Anzahl beschränkt)	Wohlfühlheim	12.00 Uhr Anmeldung erforderlich	Wohlfühlheim Blumenstein	Wohlfühlheim 033 335 30 13
Seniorenmittagstisch	Frauenverein	letzter Donnerstag im Monat	Pfrundscheune bei der Kirche	Sonja Rufener 033 356 32 28

GEMEINDE BURGISTEIN

Angebot	Anbieter	Zeit	Ort	Kontaktadresse / Telefon
Informationsplattform unabhängig zum Thema «Älter werden»	Altersnetzwerk Region Gantrisch	jederzeit – **bis 31.12.2026**	Internet	www.franzundvroni.ch
Anliegen zum Thema «Älter werden»	Altersnetzwerk Region Gantrisch	jederzeit – **bis 31.12.2026**	Hausbesuche nach Vereinbarung	Lisa Loretan 078 422 15 93 Altersbeauftragte
Adventsfeier	Frauenverein	November	Schulhaus Weierboden	Isabelle Portner 079 757 53 82 isakrebs@yahoo.de
Senior*innennachmittag	Kirchgemeinde	i.d.R.1 x pro Monat (2. Dienstagnachmittag)	Kirchgemeindehaus Kirchenthurnen	Rahel Hesse 031 809 04 48 Iris Drescher 031 802 04 10
Fahrdienst Burgistein für Seniorennachmittag	Kirchgemeinde	1 x pro Monat (2. Dienstagnachmittag)	Kirchgemeindehaus Kirchenthurnen	Iris Drescher 031 802 04 10
Geburtstagsbesuch	Frauenverein	nach Vereinbarung	ab 80 Jahre, alle 5 Jahre	Isabelle Portner 079 757 53 82 isakrebs@yahoo.de
Geburtstagsbesuch	Kirchgemeinde	nach Vereinbarung	Hausbesuch ab 80 Jahren	Rahel Hesse 031 809 04 48
Fahrdienst SRK Oberland	Schweiz. Rotes Kreuz	siehe Website	Länggasse 2, 3600 Thun	033 225 00 82 fahrdienst-oberland@srk-bern.ch
Senior*innenferienwoche	Kirchgemeinde	1 x pro Jahr		Iris Drescher 031 802 04 10 Stefan Wälchli 031 809 03 72
Frischmahlzeitendienst	Eggimann MZ Dienst	nach Vereinbarung	Eggimann MZ Dienst Hühnerhubelstrasse 64 3123 Belp	079 896 60 05
Geburtstagsständli ab 80 J.	Jodlerklub Bärgfründe Burgistein	nach Vereinbarung		Hans-Jürg Kappeler 079 385 20 26
Konzert für Senior*innen 60+	Musikgesellschaft Mühlethurnen	siehe Webseite	Kirchgemeindehaus Kirchenthurnen	Stephan Sterchi 079 273 08 96 www.mgmuehlethurnen.ch
Senior*innenausflug	Kirchgemeinde	gemäss Jahresprogramm		Rahel Hesse 031 809 04 48
Senior*innenausflug	Einwohnergemeinde	August		Gemeindeverwaltung 033 359 30 40

Suppentag	Frauenverein	November (3. Samstag)	Mehrzweckhalle Burgiwil	Isabelle Portner 079 757 53 82 isakrebs@yahoo.de
Adventsfenster	Frauenverein	Dezember (alle 2 Jahre)	im ganzen Dorf	Erika Krebs 033 356 59 56

GEMEINDE GURZELEN

Angebot	Anbieter	Zeit	Ort	Kontaktadresse / Telefon
Altersturnen	Pro Senectute	Donnerstag 09.30 - 10.30 Uhr	Turnhalle Gurzelen	Pro Senectute 033 226 70 70
Besucherdienst	Kirchgemeinde	nach Vereinbarung	Heime / zu Hause	Claudia Moser 077 255 74 92
Fahrdienst SRK	Vermittlungsstelle Oberland	nach Vereinbarung	Länggasse 2 3600 Thun	033 225 00 82 fahrdienst-oberland@srk-bern.ch
Fahrdienst Gottesdienst	Kirchgemeinde	nach Vereinbarung	Gurzelen / Seftigen	siehe Amtsanzeiger
Geburtstagsständli	Musikgesellschaft	nach Vereinbarung	nach Vereinbarung	Hodler Michael sekretariat@mg-gurzelen.clubdesk.com
Geburtstagsbesuche	Kirchgemeinde	nach Vereinbarung / ab 80 Jahren	Gurzelen / Seftigen	Claudia Moser 077 255 74 92
Krankenbesuche	Kirchgemeinde	nach Vereinbarung	Heime und Spitäler	Pfarrer Andrea Fabretti 033 345 46 90
Krankenmobilien	RS Hilfsmittel GmbH	Montag – Freitag, 09.00–12.00, 13.30-18.00 Uhr	Bernstrasse 292 3627 Heimberg	033 438 33 33
Lismi- und Nähmorgen	Kirchgemeinde	Donnerstag 09.00 – 11.00 Uhr (ausgenommen Schulferien)	Kirchliches BGZ Seftigen	Claudia Moser 077 255 74 92
Mittagstisch	Heilsarmee	3. Donnerstag im Monat ab 11.45 Uhr	Heilsarmee Gurzelen	Korps Gurzelen 033 345 13 55
Seniorenferien	Kirchgemeinde	gemäss Infos Kirchgemeinde		Pfarrer Andrea Fabretti 033 345 46 90
Seniorennachmittag Immergrün	Kirchgemeinde	3. Mittwoch im Monat, 14.00 Uhr	MZG Gurzelen / BGZ Seftigen	Markus Schneider 033 345 13 50
Seniorenausflug Immergrün	Kirchgemeinde	2 x pro Jahr		Markus Schneider 033 345 13 50
Seniorenreisli	Einwohnergemeinde	alle zwei Jahre		Gemeindeverwaltung 033 346 81 81
Spielnachmittag für Seniorinnen und Senioren	Kirchgemeinde	letzter Dienstag im Monat, 14.00 Uhr	BGZ Seftigen	Helene Kohli 079 746 27 43 Rosmarie Stooss 078 402 23 61

Zvieri Höck		Monatliches Treffen - i.d.R. 1. Mittwoch im Monat	altes Schulhaus Gurzelen, oder Restaurant Bijou, Seftigen	Erika Kislig 078 809 44 95

GEMEINDE FORST – LÄNGENBÜHL

Regelmässige Angebote

Angebot	Anbieter	Zeit	Ort	Kontaktadresse / Telefon
Abholfahrdienst für Seniorengruppe	Kirchgemeinde Wattenwil-Forst			Erika Yavuz 033 356 37 36
Altersturnen	Pro Senectute Thun	Montag 09.00-10.00 Uhr	Mehrzweckgebäude	Ida Gafner 033 345 72 29
Fahrdienst SRK Oberland	Schweiz. Rotes Kreuz	siehe Website	Länggasse 2, 3600 Thun	031 919 09 09 fahrdienst-oberland@srk-bern.ch
Frischmahlzeitendienst	Eggimann MZ Dienst	nach Vereinbarung	Eggimann MZ Dienst Hühnerhubelstrasse 64 3123 Belp	079 896 60 05
Fusspflege	Frauenverein	5 x im Jahr	Mehrzweckgebäude	Esther Schenk 078 858 39 43
Geburtstagsbesuch ab 85 Jahren	Einwohnergemeinde		Hausbesuch	Ursula Knöri (Forst) 079 445 77 24 Gertrud Krebs (L'bühl) 033 356 20 63
Mittagstisch	Kirchgemeinde Amsoldingen	1x im Monat 12.00 – 14.00 Uhr	Kirchgemeindesaal Amsoldingen	Kirchgemeinde Amsoldingen pfarramt@kirche-amsoldingen.ch
Seniorennachmittag Längenbühl mit Fahrdienst	Kirchgemeinde Amsoldingen	im Winter 1 x pro Monat	Kirchgemeindehaus Amsoldingen	Kirchgemeinde Amsoldingen pfarramt@kirche-amsoldingen.ch Fahrdienst: Wenger Dora 033 356 20 48
Seniorennachmittag Forst	Kirchgemeinde Wattenwil-Forst	1. Dienstag im Monat	Mehrzweckgebäude	Philipp Hendriksen 079 616 73 72

Diverse Angebote

Angebot	Anbieter	Zeit	Ort	Kontaktadresse / Telefon
Altersnachmittag	Jodlerchörli Bärgarve	1x jährlich	Mehrzweckgebäude	Ueli Beer 033 671 21 37
Seniorenessen	Frauenverein	1x jährlich	Mehrzweckgebäude	Brigitte Messerli 079 774 22 13
Seniorenreise	Kirchgemeinde Amsoldingen	1x jährlich		Kirchgemeinde Amsoldingen

GEMEINDE SEFTIGEN

Angebot	Anbieter	Zeit	Ort	Kontaktadresse / Telefon
Atmungsturnen für Frauen und Männer (Pilates Care)	Private Basis	Montag, 14.00 – 15.00 Uhr (ohne Schulferien)	Aula Seftigen	Heidi Braunschweiler 079 708 75 23
Besucherdienst	Kirchgemeinde	nach Vereinbarung	Heime / zu Hause	Claudia Moser 077 255 74 92
Besucherdienst	Frauenverein		Heime	Ka Toneatti 079 667 13 93
Essen für alle	Frauenverein	2 x jährlich ab 11.00 Uhr	Aula-Hortraum, Seftigen	Ka Toneatti 079 667 13 93
Fahrdienst SRK	Vermittlungsstelle Oberland	nach Vereinbarung	Länggasse 2 3600 Thun	033 225 00 82 fahrdienst-oberland@srk-bern.ch
Fahrdienst Gottesdienst	Kirchgemeinde		Gurzelen / Seftigen	siehe Amtsanzeiger
Frischmahlzeitendienst	Eggimann MZ Dienst	nach Vereinbarung	Eggimann MZ Dienst Hühnerhubelstrasse 64 3123 Belp	079 896 60 05
Geburtstagsbesuche	Kirchgemeinde	ab 80 Jahren	Gurzelen / Seftigen	Claudia Moser 077 255 74 92
Krankenbesuche	Kirchgemeinde	nach Vereinbarung	Heime und Spitäler	Pfarrer Andrea Fabretti 033 345 46 90
Krankenmobilien	RS Hilfsmittel GmbH	Montag – Freitag, 09.00 – 12.00, 13.30 - 18.00 Uhr	Bernstrasse 292 3627 Heimberg	033 438 33 33 mail@rs-hilfsmittel.ch
Lismi- und Nähmorgen	Kirchgemeinde	Donnerstag, 09.00 – 11.00 (ohne Schulferien)	Kirchliches Begegnungszentrum	Claudia Moser 077 255 74 92
Mittagstisch für alle	Kirchgemeinde	1. Freitag im Monat (ohne Juli und Dezember)	Kirchliches Begegnungszentrum	Kirchgemeinde Sekretariat 033 345 85 25
Seniorenreise	Frauenverein Seftigen	1 x jährlich		Ka Toneatti 079 667 13 93
Seniorenturnen für Frauen und Männer (Fit Gym)	Pro Senectute Kanton Bern	Montag, 16.00 – 17.00 Uhr	Aula Seftigen	Fritz Wyss 079 637 22 80
Seniorenferien	Kirchgemeinde	1 x jährlich		Pfarrer Andrea Fabretti 033 345 46 90

Seniorennachmittag	Frauenverein Seftigen	2 x jährlich		Ka Toneatti 079 667 13 93
Senioren-Ausflug	Kirchgemeinde	2 x jährlich		Kirchgemeinde Sekretariat 033 345 85 25
Seniorennachmittag Immergrün	Kirchgemeinde	3. Mittwoch im Monat, 14.00 Uhr	Gurzelen / Seftigen	Schneider Markus 033 345 13 50
Seniorenturnen für Männer	Private Basis	Donnerstag, 16.00-17.00 Uhr	Turnhalle Seftigen	Arnold Trachsel 079 250 01 54
Spielnachmittag	Kirchgemeinde	letzter Di im Monat 14.00 – 16.00 Uhr	Kirchliches Begegnungszentrum	Amtsanzeiger Kirchgemeinde Sekretariat 033 345 85 25
Zvieri-Höck	Kirchgemeinde	monatliches Treffen – i.d.R. 1. Mittwoch im Monat	Altes Schulhaus in Gurzelen oder Restaurant Bijou Seftigen	Kislig Erika 078 809 44 95

GEMEINDE UEBESCHI

Angebot	Anbieter	Zeit	Ort	Kontaktadresse / Telefon
Fahrdienst SRK Oberland	Schweiz. Rotes Kreuz	siehe Website	Länggasse 2, 3600 Thun	033 225 00 82 fahrdienst-oberland@srk-bern.ch
Fit Gym	Pro Senectute	Mittwochnachmittag	MZG Uebeschi	Fritz Wyss 033 345 12 75
Geburtstagsbesuch	Einwohnergemeinde	ab 90 Jahre		Gemeindeverwaltung 033 346 50 40
Geburtstagsbesuch	Kirchgemeinde	ab 80 Jahre		Kirchgemeinde 033 345 42 94
Gemeindeferien 60+	Kirchgemeinde	September		Markus Schmid 079 378 03 99
Kaffeestube	Frauenverein	jeden Mittwoch 14.00 – 17.00 Uhr	MZH Uebeschi	Eva Spycher 033 345 37 84
Höck	Frauenverein	1. Donnerstag im Monat, von September – Mai	Archestube MZG	Eva Spycher 033 345 37 84
Mahlzeitendienst	Wohlfühlheim Blumenstein	nach Anmeldung	Allmendstrasse 15 3638 Blumenstein	033 335 30 13
Seniorenessen	Kirchgemeinde	4. Freitag im Monat siehe Anzeiger und “reformiert”	direkt im Restaurant	Kirchgemeinde 033 345 42 94
Seniorenkreis	Kirchgemeinde	2. Freitag im Monat	Pfrundschüür Thierachern	Kirchgemeinde 033 345 42 94
Seniorennachmittag	Männerchor	im März/April	MZG Uebeschi	Präsident Männerchor Renato Rubin 079 725 90 94
Seniorenweihnachten	Frauenverein	Dezember	Archestube MZG	Eva Spycher 033 345 37 84
Senioren-Wandergruppe	Kirchgemeinde	jeden 2letzten Di im Monat		Marianne Strauss 079 656 75 91

GEMEINDE WATTENWIL

Angebot	Anbieter	Zeit	Ort	Kontaktadresse / Telefon
Besucherdienst	Evangelisches Gemeinschaftswerk	nach Vereinbarung		Barbara Schmitz 079 376 70 18 Anni Schmid 078 633 48 57
Besucherdienst	Kirchgemeinde	spontan oder nach Vereinbarung		Pfarrer Philipp Hendriksen 079 616 73 72
Besucherdienst für 100jährige	Gemeinderat	nach Vereinbarung		
Coiffeur Hausservice	Frau Sibylle Peter	nach Vereinbarung	Mettleneggenstr. 14, 3665 Wattenwil	079 280 68 12
Fahrdienst SRK Oberland	Schweiz. Rotes Kreuz	siehe Website	Länggasse 2, 3600 Thun	033 225 00 82 fahrdienst-oberland@srk-ern.ch
Fusspflege	Frau T. Nydegger	nach Vereinbarung, auch Hausbesuche	Blumensteinstr. 10, 3665 Wattenwil	033 356 26 77 oder 079 635 56 75
Mittagstisch	Alters- u. Pflegeheim	täglich 11.30 Uhr	Wattenwil	Leitung Hauswirtschaft 033 359 26 26
Mittagstisch für Senioren und Alleinstehende	Evangelisches Gemeinschaftswerk	jeden 3. Mittwoch im Monat	EGW, Höstettli 1, 3665 Wattenwil	Sonja Ammon 076 459 01 60 Angela Burn 079 373 91 77
Mittagstisch	Frauenverein	jeden 1.Mittwoch im Monat	Kirchgemeindehaus	Ruth Schwander 078 632 96 86
Mittagstisch	Kirchgemeinde	1 x monatlich am Mittwoch	Grundbachhöck Rainschulhaus	Monika Hofmann 079 557 05 35
Seniorengruppen	Kirchgemeinde	1 x monatlich	Seniorengruppe Forst-Längenbühl / Wattenwil	Pfarrer Philipp Hendriksen 079 616 73 72
Spielnachmittag für Senior*innen 60+ Lebenswertes Wattenwil für Senior*innen 60+		jeden 1. Donnerstag im Monat	Bistro ArcheStube	Solange Trusch 033 356 02 76
Seniorentanzen	Frauenverein	1 x monatlich am Mittwoch	Feuerwehrgebäude	Monika Jaussi 079 513 07 68
Frischmahlzeitendienst	Eggimann MZ Dienst	nach Vereinbarung	Eggimann MZ Dienst Hühnerhubelstrasse 64, 3123 Belp	079 896 60 05
Handarbeiten und Plaudern	Frauenverein	jeden 1. Donnerstag	Bistro ArcheStube	Brigitte Bigler 078 754 19 18
Wandergruppe Schmetterlinge				Solange Trusch 033 356 02 76

Gemeinde Blumenstein	Gemeindeverwaltung Blumenstein, Stockentalstrasse 2, 3638 Blumenstein Telefon 033 359 60 60, www.blumenstein.ch, gemeinde@blumenstein.ch
Gemeinde Burgistein	Gemeindeverwaltung Burgistein, Burgiwil 21 E, 3664 Burgistein Telefon 033 359 30 40, www.burgistein.ch, gemeindeverwaltung@burgistein.ch
Gemeinde Forst-Längenbühl	Gemeindeverwaltung Forst-Längenbühl, Seematt 7, 3636 Längenbühl Telefon 033 356 02 15, www.forst-laengenbuehl.ch, gemeinde@3636.ch
Gemeinde Gurzelen	Gemeindeverwaltung Gurzelen, Dörfli 117, 3663 Gurzelen Telefon 033 346 81 81, www.gurzelen.ch, gemeinde@gurzelen.ch
Gemeinde Pohlern	Gemeindeverwaltung Pohlern, Hof 18D, 3638 Pohlern 033 356 12 00, www.pohlern.ch, info@pohlern.ch
Gemeinde Seftigen	Gemeindeverwaltung Seftigen, Dorfmatt 6, 3662 Seftigen Telefon 033 346 60 80, www.seftigen.ch, info@seftigen.ch
Gemeinde Uebeschi	Gemeindeverwaltung Uebeschi, Dorf 32, 3635 Uebeschi Telefon 033 346 50 40, www.uebeschi.ch, info@uebeschi.ch
Gemeinde Wattenwil	Gemeindeverwaltung Wattenwil, Vorgasse 1, 3665 Wattenwil Telefon 033 359 59 11, www.wattenwil.ch, info@wattenwil.ch