

Älter werden wir ein Leben lang

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Pro Senectute ist die Fachstelle für Fragen rund um das Alter und Altern. Ganz unabhängig davon, ob Sie mit einer Fachperson Ihre persönlichen Anliegen besprechen, sich sportlich oder kulturell betätigen, ein Dienstleistungsangebot in Anspruch nehmen wollen oder sich freiwillig engagieren möchten.



Pro Senectute Kanton Bern

Telefon 031 359 03 03

info@be.prosenectute.ch, be.prosenectute.ch

Spendenkonto CH98 0900 0000 3000 0890 6

Wir beraten und informieren

- Sozialberatung
- Gemeinwesenarbeit
- Soziokultur

Wir bewegen und bilden

- Bewegung und Sport
- Bildung und Kultur

Fragen zur Gesundheit

- Gesundheitsförderung



Jetzt mit TWINT spenden

Wir unterstützen im Alltag

- Administrationsdienst
- Büroassistenz
- Treuhanddienst
- Steuererklärungsdienst
- Besuchs- und Begleitdienst
- Mahlzeitendienst
- Reinigungsdienst

Sind Sie freiwillig dabei?

- Erwachsenensport
- win3 – drei Generationen
im Klassenzimmer



Fragen rund ums Alter? Pro Senectute Kanton Bern kennt die Antworten

Von der Pensionierung über die Finanzen bis hin zum Heimeintritt beim Älterwerden stellen sich immer wieder Fragen, die nie zuvor ein Thema waren. Als **die** Fachstelle für das Alter und Altern steht Pro Senectute Kanton Bern Betroffenen beratend zur Seite. Pro Senectute Kanton Bern unterstützt und fördert mit ihrer Tätigkeit die Lebensgestaltung, die Selbstständigkeit und die Lebensqualität von Menschen im AHV-Alter – persönlich und kompetent. Die Dienstleistungen und Entlastungsangebote von Pro Senectute Kanton Bern sind vielseitig und decken zahlreiche Bereiche des Älterwerdens ab.



Sozialberatung

Wir beraten und informieren kostenlos rund ums Älterwerden

Mitarbeitende in der Sozialberatung geben Antworten zu Fragen betreffend Finanzen, Sozialversicherung, Recht, Wohnen und Heimeintritt. In Konfliktsituationen bildet die mediative Konfliktberatung einen neutralen Ort zur gemeinsamen Lösungsfindung.



Bildung und Sport

Wir bewegen und bilden

Zum gesunden Altern und zum Erhalten der Selbstständigkeit gehören körperliche und geistige Fitness. Abwechslungsreiche Kursangebote wie Wasserfitness, Radfahren, Schneeschuhlaufen, Sprachen, Tanzen und der sichere Umgang mit digitalen Medien gehören unter anderem zu unserem vielfältigen Angebot.



Gesundheitsförderung

Wir machen Sie «zwäg» fürs Alter

In individuellen und kostenlosen Gesprächen beraten Pflegefachpersonen zu körperlichen, seelischen und sozialen Gesundheitsthemen, damit ein langes aktives und selbstbestimmtes Leben zu Hause möglich ist.



Services

Wir entlasten im Alltag

Unsere Dienstleistungen erleichtern und entlasten das Leben zu Hause und im Alltag. Pro Senectute Kanton Bern hilft bei administrativen Tätigkeiten wie Zahlungen erledigen, Belege ordnen und Formulare ausfüllen – kurz oder langfristig. Auch die Einkommens- und Rentenverwaltung oder die Steuererklärung kann durch Pro Senectute ausgeführt werden. Mahlzeiten liefern, die Wohnung reinigen, Besuche oder Begleitungen für gemeinsame Aktivitäten sind weitere Angebote, die Entlastung bringen.

Auf den Internetportalen www.wohnen60plus.ch und www.infosenioren.ch finden Seniorinnen und Senioren sowie Angehörige unzählige Informationen zu Themen wie Wohnen und weitere Altersfragen.

Pro Senectute Kanton Bern – wir sind für Fragen da!

Geschäftsstelle
Worbentalstrasse 32, 3063 Ittigen
Telefon 031 359 03 03
info@be.prosenectute.ch
be.prosenectute.ch

Beratungsstellen

Liebefeld 031 359 03 03

Thun 033 226 60 60

Biel 032 328 31 11

Burgdorf 034 420 16 50

Langenthal 062 916 80 90

Bern 031 359 03 03

Interlaken 033 226 60 60

Lyss 032 328 31 11

Konolfingen 031 790 00 10