

Seniorama ab 2024 mit neuem Team

Nach dem Weggang der langjährigen Stelleninhaberin Barbara Gross sind wir seit Beginn des Jahres als neues Team beim Seniorama – der Altersarbeit der Gemeinden Urtenen-Schönbühl und Mattstetten – tätig.

Franziska Theiler

Wohnt mit ihrem Ehemann in Krauchthal,
1 Tochter (27 J., bereits flügge).
Franziska ist zu 60% im Inselspital Bern als
Radiologiefachfrau angestellt.



Barbara Christen

Wohnt mit ihrem Lebenspartner,
Sohn (11 J.) und Tochter (19 J.) in Krauchthal.
Barbara arbeitet zu 40-50% in der Pflege und Aktivierung
in einem Altersheim in Burgdorf



Kennengelernt haben wir uns während der Ausbildung zur Fachfrau Aktivierung und Alltagsgestaltung, welche wir an der LeA-Schule (Schule für Lebensbegleitung im Alter) absolvierten. Schnell entstand eine Freundschaft. Wir spürten, dass für uns gleiche Werte wichtig sind und wir uns in vielen Bereichen gut ergänzen. Im Oktober 2021 eröffneten wir einen Treffpunkt für Seniorinnen und Senioren in Krauchthal, welcher von der Kirchgemeinde unterstützt wird. Alle zwei Wochen bieten wir ein Gedächtnistraining an. Es ist ein Ort zur Pflege der sozialen Kontakte, bei welchem man wie nebenbei auch die geistige Fitness auf Trab hält - wir nennen es Netzwerk für Kopf & Herz.



Netzwerk Kopf



Das Gehirn ist ein Wunderwerk und lebenslang lernfähig. Ein beschäftigter Geist stärkt das ‚Netzwerk der Nervenzellen‘. Spielerisch und mit Humor tun wir ohne Leistungsdruck Gutes für unsere geistige Fitness.



Netzwerk Herz



Wir pflegen das ‚zwischenmenschliche Netzwerk‘ beim gemütlichen Beisammensein und stärken so unser Wohlbefinden. Gemeinsam statt einsam ist das Ziel.

Nun dürfen wir gemeinsam in Ihre Gemeinde ‚expandieren‘. Gerne stellen wir unser Engagement, unsere Freude und Begeisterungsfähigkeit für die Seniorinnen und Senioren der Gemeinden Urtenen-Schönbühl und Mattstetten zur Verfügung! Wir hoffen, unser Netzwerk an Kontakten und Bekanntschaften bald ‚ordeli‘ ausgebaut zu haben. Helfen Sie uns dabei, indem Sie uns an einem Anlass des Seniorama besuchen.

Die Treffen finden in der Regel am Dienstagnachmittag im Postsäli, Zentrumsplatz 8, in Urtenen-Schönbühl statt. Das Programm gestaltet sich dabei wie folgt:

- Am 1. Dienstag des Monats: **Spiel- und Jassnachmittage**, geleitet von Annemarie Jakob
- Am 2. Dienstag des Monats: **Gedächtnistraining Netzwerk für Kopf & Herz**
- Am 3. Dienstag des Monats: **Seniorama-Treff**, kleinere Veranstaltungen und einfache Treffen
- Am 4. Dienstag des Monats: **Gedächtnistraining Netzwerk für Kopf & Herz**

Neu haben Sie so fast jede Woche die Möglichkeit, sich mit Gleichgesinnten zu treffen um dem Alltag zu entfliehen, das Zusammensein zu geniessen, etwas zu erarbeiten oder einfach einander zuzuhören, sich gegenseitig zu ermutigen und unterstützen und hoffentlich auch gemeinsam viel zu lachen!

Wir freuen uns auf Sie! Herzlich
Franziska Theiler & Barbara Christen

✂

Haben wir Sie ‚gluschtig‘ gemacht (was uns freuen würde!)? Dann retournieren Sie diesen Talon an uns (Adresse untenstehend) oder bringen diesen auf die Gemeinde.

Bitte notieren Sie uns **Ihre Adresse**:

Ich bin am Veranstaltungsprogramm des Seniorama interessiert. Bitte schicken sie mir den Quartalsbrief zu.

- per Post.
- per Mail. Meine Mailadresse lautet:

Meine Wünsche & Ideen/Was ich ihnen sagen möchte:

.....
PS an alle: Verfügen Sie über freie Zeit, die Sie gerne für andere Menschen einsetzen möchten? Dann freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme! Wir werden sicher immer wieder froh sein, eine Helferschar um uns zu wissen, auf welche wir im Bedarfsfall zurückgreifen können.