

Silberclub

Wandern und mehr für Junggebliebene Januar bis Juni 2024

Januar

Wandergruppe Männer

Mittwoch, 17. Januar, 8.25 Uhr

HB Bern, beim Treffpunkt, Bahnhofshalle

Abfahrt 8.39 Uhr, nach Saanenmöser, umsteigen in Zweisimmen

Wanderung Saanenmöser, Schönried; 1 Std.

Mittagessen Hotel Kernen, Schönried

Leitung Max Oetiker, 079 475 05 03

Jakob Fahrni, 079 755 76 21

Gleitschutzeisen und Stöcke obligatorisch



Foto: Martina Pärli

Wandergruppe für alle

Mittwoch, 24. Januar, 7.50 Uhr

HB Bern, beim Treffpunkt, Bahnhofshalle

Abfahrt 8.07 Uhr, nach Oberwald, umsteigen in Brig

Route Oberwald, Obergesteln, Ulrichen; 1½ Std.

Mittagessen Hotel Walser, Ulrichen

Leitung Helmut Trotter, 079 316 93 91

Beat Buchser, 079 443 45 80

Kurzwanderung möglich. Gleitschutzeisen und Stöcke obligatorisch

Nachmittagsprogramm

Montag, 22. Januar, 14 Uhr

Quartierbibliothek Bümpliz, Bernstrasse 77

Die illegale Pfarrerin: Lesung mit der Autorin Christina Caprez

Am 13. September 1931 tut das Bündner Bergdorf Furna etwas, was zuvor noch keine Gemeinde der Schweiz gewagt hat: Es wählt eine Frau zur Pfarrerin. Ein Skandal, der bis nach Deutschland Schlagzeilen macht. Greti Caprez-Roffler ist 25 Jahre alt, frisch gebackene Theologin und Mutter. Sie zieht mit ihrem Baby ins Bergdorf, ihr Mann bleibt als Ingenieur in Zürich. Nach ihrem Tod macht sich die Enkelin, Christina Caprez, auf die Spuren der ersten Schweizer Gemeindepfarrerin.

Anmeldung erwünscht Quartierbibliothek Bümpliz, 031 991 37 11, buempliz@kob.ch
Ein gemeinsamer Anlass der reformierten Kirchgemeinde mit der Quartierbibliothek
Anschliessend Zvieri im Kirchgemeindehaus

Dienstag, 30. Januar, 14 Uhr

Kirchgemeindehaus, Bernstrasse 85

«So alt wie hütt, bin i no nie gsi»

Berndeutsche Texte zum Älterwerden mit Walter Däpp. Er findet Geschichten. Er erfindet sie nicht. Sei es als Journalist, sei es als Geschichtenerzähler, Walter Däpp beobachtet seine Umwelt und hat die Gabe, aus Alltäglichem Allgemeingültiges zu machen. So entstehen Geschichten, in denen man sich wiedererkennt (Quelle srf).

Februar

Wandergruppe für alle

Montag, 5. Februar, 8.10 Uhr

Bahnhof Bümpliz Süd

Abfahrt 8.21 Uhr, nach Schwarzsee,

umsteigen in Fribourg auf Bus 123

Rundwanderung Schwarzsee; 1½ Std.

Mittagessen Gypsera, Schwarzsee

Leitung Housi Bigler, 079 651 12 53

Jakob Fahrni, 079 755 76 21

Kurzwanderung möglich. Gleitschutzeisen und Stöcke obligatorisch

Wandergruppe Männer

Mittwoch, 14. Februar, 7.45 Uhr

HB Bern, beim Treffpunkt, Bahnhofshalle

Abfahrt 8 Uhr, nach Biberegg, umsteigen in Luzern und Arth Goldau

Wanderung Biberegg, Rothenturm; 1 Std.

Mittagessen Breitä-Stübli, Rothenturm

Leitung Beat Buchser, 079 443 45 80

Helmut Trotter, 079 316 93 91

Gleitschutzeisen und Stöcke obligatorisch

Treberwurstessen für alle

Mittagessen Treberwurst bei Familie Marchon, Bösinggen.

Kosten Fr. 28.50, plus Getränke

Anmeldung bis Montag, 12.2. an Helmut Trotter, 079 316 93 91

Sitzplätze sind beschränkt, Vergabe in der Reihenfolge der Anmeldung.

1. Gruppe: Wanderer

Mittwoch, 21. Februar, 9.10 Uhr

Bümpliz Süd

Abfahrt 9.26 Uhr, nach Laupen

Wanderung Laupen, Bösinggen; 1½ Std.

Leitung Helmut Trotter, 079 316 93 91

Susanna Mettler, 078 345 73 73

2. Gruppe: Nicht-Wanderer

Mittwoch, 21. Februar, 10.40 Uhr

Bümpliz Süd, Gleis 2

Abfahrt 10.56 Uhr, nach Laupen, dann Bus nach Bösinggen-Dorf.

Leitung Max Oetiker, 079 475 05 03

Charly Freudiger 076 318 86 77

3. Gruppe: Anreise im Privatauto

Nachmittagsprogramm

Dienstag, 27. Februar, 14 Uhr

Kirchgemeindehaus, Bernstrasse 85

Berns Schätze im Mittelalter

Auch ohne Pyramiden und Goldschätze ist die Geschichte von Bern spannend und voller Ereignisse. Armand Baeriswyl, Archäologischer Dienst des Kantons Bern, führt uns durchs mittelalterliche Bern und erzählt uns über Schätze und Ereignisse.

März

Wandergruppe für alle

Montag, 4. März, 8.15 Uhr

HB Bern, beim Treffpunkt, Bahnhofshalle

Abfahrt 8.31 Uhr, nach Türlerseersee, umsteigen

in Zürich und Zürich Goldbrunnenplatz

Rundwanderung um den Türlerseersee; 1½ Std.

Mittagessen Restaurant Erpel am Türlerseersee, Hausen am Albis

Leitung Helmut Trotter, 079 316 93 91

Susanna Mettler, 078 345 73 73

Wandergruppe Männer

Mittwoch, 13. März, 8.15 Uhr

HB Bern, beim Treffpunkt, Bahnhofshalle

Abfahrt 8.33 Uhr, nach Unterentfelden, umsteigen in Aarau

Wanderung Unterentfelden, Schönenwerd; 1½ Std.

Mittagessen Dorfstube Myla, Schönenwerd

Leitung Max Oetiker, 079 475 05 03

Beat Buchser, 079 443 45 80

Wandergruppe für alle

Mittwoch, 20. März, 7.45 Uhr

HB Bern, beim Treffpunkt, Bahnhofshalle

Abfahrt 8 Uhr, nach Gelfingen, umsteigen in Sursee und Emmenbrücke

Wanderung Gelfingen, Kloster Baldegg; 1¾ Std.

Mittagessen Klosterkaffee, Baldegg

Leitung Jakob Fahrni, 079 755 76 21

Helmut Trotter, 079 316 93 91

Dem Baldeggsee entlang, Kurzwanderung möglich

Nachmittagsprogramm

Dienstag, 26. März, 14 Uhr
Kirchgemeindehaus, Bernstrasse 85

Die Sache mit dem Gedächtnis

Alzheimer und andere Demenzerkrankungen erkennen und verstehen: Natalie Hamela, Fachberaterin Demenz Alzheimer Bern, präsentiert Erkenntnisse und Erfahrungen. Im zweiten Teil informiert Brenda Zehner, Leiterin Tageszentrum Domicil Baumgarten, über die neuen Angebote im Tageszentrum.

April

Wandergruppe für alle

Montag, 8. April, 12.50 Uhr
Bahnhof Bern, Postautostation

Abfahrt 13.03 Uhr, nach Illiswil, Postauto 100
Wanderung Illiswil, Hinterkappelen; 1½ Std.
Kaffeehalt Restaurant Domicil Hausmatte, Hinterkappelen
Leitung Beat Buchser, 079 443 45 80
Helmut Trotter, 079 316 93 91
Kurzwanderung möglich

Wandergruppe Männer

Mittwoch, 17. April, 7.55 Uhr
Bahnhof Bern, RBS Station

Abfahrt 8.05 Uhr, Lohn Lüterkofen, umsteigen nach Lohn Lüterkofen, alte Schmitte
Wanderung Lohn, Solothurn; 1¾ Std.
Mittagessen Restaurant Vini al Grappolo, Solothurn
Leitung Max Oetiker 079 475 05 03
Helmut Trotter, 079 316 93 91

Wandergruppe für alle

Mittwoch, 24. April, 7.50 Uhr
HB Bern, beim Treffpunkt, Bahnhofshalle

Abfahrt 8.07 Uhr, nach Domodossola, umsteigen in Brig
Rundwanderung Domodossola, Monte Calvario; 1½ Std.
Mittagessen Circolo Acli S.Croce di Maglio Laura e Paolo, Borgata Calvario 5
Leitung Helmut Trotter, 079 316 93 91
Susanna Mettler, 078 345 73 73
Kurzwanderung oder Taxifahrt möglich
ID, Euro nicht vergessen!

Nachmittagsprogramm

Dienstag, 30. April, 14 Uhr
Kirchgemeindehaus, Bernstrasse 85

Beweglich und entspannt dank Stuhl-Yoga!

Senioren-Yoga auf dem Stuhl zum «lose» und in Praxis zum «üebe». Ein Anlass, der Aktivität und Mobilität fördert und gleichzeitig auch Gelegenheit für neue Begegnungen schafft. Conny Stucki ist diplomierte Masseurin und Senioren-Yogalehrerin.

Mai

Wandergruppe für alle

Montag, 6. Mai, 13.10 Uhr
Europaplatz, Gleis 1, unten

Abfahrt 13.21 Uhr, nach Gurten, umsteigen in Wabern
Rundwanderung auf dem Gurten; 1 Std.
Mittagessen Restaurant Tapis rouge, Gurten
Leitung Jakob Fahrni, 079 755 76 21
Housi Bigler, 079 651 12 53

Wandergruppe Männer

Mittwoch, 15. Mai, 7.10 Uhr
Bahnhof Bern, RBS Station

Abfahrt 7.20 Uhr, nach Glutzenberg, umsteigen in Solothurn
Wanderung Glutzenberg, Flumenthal; 1½ Std.
Mittagessen Restaurant Neuhüsli, Flumenthal
Leitung Helmut Trotter, 079 316 93 91
Max Oetiker 079 475 05 03
Kurzwanderung möglich

Wandergruppe für alle

Mittwoch, 22. Mai, 7.45 Uhr
HB Bern, beim Treffpunkt, Bahnhofshalle
Abfahrt 8.04 Uhr, nach Riehen, umsteigen in Basel
Wanderung Riehen, Basel; 1½ Std.
Mittagessen Restaurant Lange Erlen, Basel
Leitung Beat Buchser, 079 443 45 80
Jakob Fahrni, 079 755 76 21
Der Wiese entlang, Kurzwanderung möglich

Nachmittagsprogramm

Freitag, 28. Mai, 14 Uhr
Kirchgemeindehaus, Bernstrasse 85

Gekonnte Zaubereien – mit Humor vorgetragen

Der Zauberer Urs Fasel beherrscht die hohe Schule der kleinen Illusionen perfekt und mit viel Gefühl. Seine Trickkiste ist gross – er verblüfft Jung und Alt. Mit Witz und Charme bringt er alle Zuschauenden zum Staunen, Mitmachen und Lachen. Wenn er vor seinem Publikum steht, geht es garantiert nicht zu wie am ersten Schultag.

Juni

Wandergruppe für alle

Montag, 3. Juni, 12.55 Uhr
HB Bern, beim Treffpunkt, Bahnhofshalle

Abfahrt 13.07 Uhr, nach Spiez
Wanderung Spiez, Faulensee; 1¼ Std.
Leitung Housi Bigler, 079 651 12 53
Susanna Mettler, 078 345 73 73
Picknick (ohne WC) und Kurzwanderung möglich

Wandergruppe Männer

Mittwoch, 12. Juni, 7.20 Uhr
HB Bern, beim Treffpunkt, Bahnhofshalle

Abfahrt 7.34 Uhr, nach Le Pont, umsteigen in Lausanne
Rundwanderung Lac Brenet; 1½ Std.
Mittagessen Restaurant du Cygne, Les Charbonnières
Leitung Housi Bigler, 079 651 12 53
Helmut Trotter, 079 316 93 91
Kurzwanderung möglich

Nachmittagsprogramm

Dienstag, 27. Juni, 14 Uhr
Kirchgemeindehaus, Bernstrasse 85

Stabil und mobil im Alter

Ein plötzlicher Sturz kann die Selbstständigkeit und damit die Lebensqualität stark einschränken. Dem kann man vorbeugen! Sie erfahren von Anna Hirsbrunner, Zwäg ins Alter, Pro Senectute Kanton Bern, was Sie für Ihre Stabilität und Beweglichkeit im Alltag tun können und lernen Angebote und Übungen kennen

Mitkommen. Erleben. Geniessen

Beim gemeinsamen Wandern Gemeinschaft erleben und neue, unbekannte Gegenden entdecken und dabei einen wichtigen Beitrag an Ihre Gesundheit leisten: Der Silberclub bietet jedes Jahr mehr als 45 Aktivitäten mit der Wandergruppe für Männer und Frauen bzw. der Männergruppe an, geleitet von ehrenamtlichen Leiterinnen und Leitern. Es ist keine Anmeldung nötig, wenn es im Programm nicht speziell erwähnt wird. Änderungen finden Sie in den «Bümpliz-Wochen», im «reformiert.» oder in der Agenda auf ww.buempliz.refbern.ch. Kurzfristige Änderungen finden Sie nur auf der Homepage.

Wichtige Hinweise

Die Wanderleiterinnen und Wanderleiter übernehmen keine Haftung! Die Verantwortung liegt vollumfänglich bei den Teilnehmenden. Kosten für Versicherung, Reise und Verpflegung sind Sache der Teilnehmenden. Bitte tragen Sie Adresse und Telefonnummer Ihrer nächsten Angehörigen auf sich. Die Wanderzeiten sind Richtzeiten. Der Witterung angepasste Kleidung, Kopfbedeckungen und Schuhe sind obligatorisch, Wanderstöcke fakultativ, wenn nicht anders erwähnt. Bitte führen Sie ausreichend Getränke mit sich. Fürs Zvieri beim Nachmittagsprogramm wird eine Kollekte erhoben. Gäste sind herzlich willkommen!



Caroline Prato

Sozial-diakonische Mitarbeiterin
031 991 07 61
caroline.prato@refbern.ch
beantwortet gerne alle Ihre Fragen zum Silberclub.

Impressum Reformierte Kirchgemeinde Bümpliz, Bernstrasse 85, 3018 Bern, 031 996 60 60
Ausgabe Januar 2024; Auflage: 220 Stk.
Redaktion Roger Gernet, Martina Pärli