Senioren Köniz
Der Verein für die ganze Gemeinde

Jahresberichte

Senioren Köniz

2025

Vorstand Verein

Präsidium
Kathrin Dietrich-Herren, Schwarzenburgstrasse 810, 3145 Niederscherli

Vizepräsident, Vertretung Internet
Franz Widmer, Könizbergstrasse 39, 3097 Liebefeld

Politik
Urs Maibach, Steingrubenweg 30, 3095 Spiegel

Weiterbildung
Martha Häberli, Schwarzenburgstrasse 219, 3097 Liebefeld

Geselliges
Urs Küenzi, Rosenweg 42, 3097 Liebefeld

Freiwilligenarbeit
Marianne Knuchel, Albitweg 31, 3095 Spiegel

Finanzen
Martin Urfer, Balmholzweg 29, 3145 Niederscherli

Protokoll
Barbara Wenger, Fuhrenstrasse 22A, 3098 Schliern

Mitgliederadministration, Internet
Elisabeth Zürcher, Funkstrasse 81, 3084 Wabern

Gruppen:

Politik
Urs Maibach, Kathrin Dietrich-Herren, Marianne Knuchel

Weiterbildung
Martha Häberli, Thomas Gurtner, Heinz Müller, Ruth Steiner, Franz Widmer, Maja Zimmermann-Güpfert

Geselliges
Urs Küenzi, Kathrin Dietrich-Herren, Werner Dietrich

Freiwilligenarbeit
Marianne Knuchel, Therese Boichard

Webseite: www.senioren-koeniz.ch, Email: info@senioren-koeniz.ch

Jahresberichte 2025

Liebe Vereinsmitglieder

Wie schnell doch die Zeit vergeht, schon neigt sich das Vereinsjahr dem Ende entgegen. Es reiht sich nahtlos in die Reihe der sehr erfolgreichen Jahre. Unsere Veranstaltungen sind immer sehr gut besucht und oftmals müssen wir die auswärtigen Angebote doppelt oder dreifach führen. Die beiden Veranstaltungsorte in Köniz, Pfarreisaal St. Josef und Saal careköniz Lilienweg, verfügen zum Glück über genügend grosse Kapazitäten, da haben alle Interessierten Platz. Es zeugt aber auch davon, dass die verschiedenen Gruppen es schaffen, ein abwechslungsreiches und breit gefächertes Programm auf die Beine zu stellen. Da findet sich immer etwas, das einen interessiert. Die vielen positiven Rückmeldungen sind eine Freude und grosse Genugtuung für uns.

Der Flyer mit unserem Programm erfreut sich immer noch grosser Beliebtheit und ist ausserdem ein perfektes Werbemittel.

Vorstand

Der Vorstand traf sich zu 4 Sitzungen bei careköniz im Alterszentrum Lilienweg. Wir sind froh, dass wir auch weiterhin hier tagen können und der Raum uns gratis zur Verfügung steht.

Der Vorstand erledigte seine ihm vorgegebenen Aufgaben.

Gegen Ende des Jahres war klar, dass sich die Millenet Stiftung doch noch rückwirkend auf 1. Januar auflösen kann und das gesamte Kapital in die neu zu gründende Stiftung careköniz überführt wird. Da sich aus diesem Grund eine Statutenrevision aufdrängt, hat eine kleine Gruppe mit Martha Häberli, Heinz Müller und mir, dies an die Hand genommen. Es freut uns, dass wir die überarbeiteten Statuten an der Mitgliederversammlung 2026 zur Genehmigung vorlegen können.

Von unseren Kugelschreibern, die wir als Werbegeschenk bei verschiedenen Anlässen auflegen, hatte es nur noch wenige. Der Vorstand hat verschiedene Alternativen geprüft und kam zum Schluss, dass ein Kugelschreiber nicht nur die preiswerteste Variante, sondern immer noch ein praktischer Alltagsgegenstand ist.

Das diesjährige Vorstandsessen fand in erweiterter Form statt. Auch eingeladen waren alle von den Gruppen Weiterbildung und

Freiwilligenarbeit. Es wurde ein gemütlicher Abend mit dem Fazit, dass die künftigen Vorstandsessen immer in diesem Rahmen stattfinden sollen.

Mitgliederversammlung

Am 19. März fand die Mitgliederversammlung in der Thomaskirche im Liebefeld statt. Die Traktandenliste enthielt neben den üblichen Geschäften auch die Gesamterneuerungswahlen des Vorstandes und die Wahl der Präsidentin. Alle Vorstandsmitglieder, so wie die Vorsitzende stellten sich nochmals zur Wahl und wurden mit Applaus von der Versammlung bestätigt. Die Stiftungsräte der Millenet Stiftung wurden bis zu deren Auflösung bestätigt.

Im Anschluss fand das traditionelle Lotto statt. Die reichgefüllten Teller mit dem Apéro fanden bei angeregten Gesprächen grossen Anklang und waren im Nu leer.

Zum Abschluss durften alle Mitglieder noch ein Exemplar der persönlichen Chronik von Robert Hofer über das Alters- und Pflegeheim Lilienweg Köniz mitnehmen.

Mitgliederzahlen

Sehr erfreulich entwickeln sich unsere Mitgliederzahlen. In diesem Jahr gab es 94 Eintritte. Dies spricht für unser Angebot und ist eine Wertschätzung gegenüber dem Verein. Auch der Anlass für die Neupensionierten bewährt sich, um neue Mitglieder zu werben. Ende Jahr hatten wir 675 Mitglieder. Das sind 62 mehr als Ende 2024.

IT-Sprechstunde

Seit Anfang Jahr besteht ein neues Angebot für unsere Mitglieder, das aber nur auf der Website aufgeschaltet ist, die IT-Sprechstunde. Bei Problemen mit der Nutzung von Tablet, Notebook, Smartphone oder Schwierigkeiten mit der Nutzung des Internets kann ein Termin auf unserer Webseite gebucht werden. Die beiden Fachpersonen des Vereins, Bruno Schneider und Manuel Vogler, helfen bei der Behebung der Schwierigkeiten und geben gute Tipps. Für die Sprechstunde stellt uns das Alterszentrum Lilienweg kostenlos einen Raum zur Verfügung.

Website

Sehr grosser Beliebtheit erfreut sich unsere Website. Wir sehen dies an den monatlichen Statistiken, die uns die Besucherzahlen und das Surfverhalten aufzeigen. Dank Elisabeth Zürcher ist die Seite immer top aktuell.

Vertretungen in externen Gremien

Auch in diesem Jahr engagierten sich Vorstandsmitglieder in verschiedenen Kommissionen und Gremien:

- Urs Maibach und ich in der **Alters- und Gesundheitskonferenz.**
- In der **Projektgruppe und der Fachkommission „gemeinsam altersfreundlich“**, der **Begleitgruppe Liebefeldpark** vertritt Urs Maibach den Verein.
- Auch Marianne Knuchel arbeitet in der **Projektgruppe** und der **Fachkommission „gemeinsam altersfreundlich“** mit. Zudem nimmt sie an den Treffen der **Seniorenräte** und den **Netzwerktagungen** teil und sie vertritt den Verein Senioren Köniz im **Stiftungsrat** der Stiftung careköniz.

Dank

Zum Schluss darf ich dem ganzen Vorstand sowie allen Mitarbeitenden der Gruppen meinen grossen Dank aussprechen. Mit Engagement setzen sie sich ein, damit unser Verein attraktiv bleibt. Ich bin froh auf so viel Mithilfe zählen zu können.

Ein grosser Dank geht auch an careköniz für die unentgeltliche Nutzung ihrer Räume.

Im Anschluss erhalten Sie einen Rückblick auf unsere rege Vereinstätigkeit mit dem ganzen Jahresprogramm.

Kathrin Dietrich-Herren, Präsidentin

Politik

Die Gruppe Politik des Vereins Senioren Köniz bringt die Anliegen der älteren Bevölkerung aktiv in politische und planerische Prozesse ein. Im Mittelpunkt stehen eine altersfreundliche Entwicklung der Gemeinde sowie die Stärkung von Mitsprache, Teilhabe und Selbständigkeit.

Projekt „Köniz - gemeinsam altersfreundlich“

Das Projekt „Köniz - gemeinsam altersfreundlich“ bildete 2025 erneut den Schwerpunkt unserer Arbeit. Wesentliche Elemente sind das **Verzeichnis der Altersangebote**, die **Nachbarschaftshilfe „Zeit Netz Köniz“** sowie die **Info Treffs Alter** in Köniz und Niederscherli. Diese Angebote zeigen die Bedeutung von Vernetzung und freiwilligem Engagement für Lebensqualität und sozialen Zusammenhalt. Sie dienen als niederschwellige Anlaufstellen für Fragen rund ums Älterwerden und bieten Unterstützung bei administrativen oder digitalen Anliegen. Die Zusammenarbeit zwischen Freiwilligen, Fachstellen und Gemeinde ist konstruktiv und von gegenseitiger Wertschätzung geprägt. Die Freiwilligenarbeit ist ein tragender Pfeiler des Projekts. Freiwillige bringen Zeit, Erfahrung und Engagement ein und leisten einen wesentlichen Beitrag zur Unterstützung älterer Menschen.

Im Sommer 2025 wurde das Projekt abgeschlossen und evaluiert. Die Ergebnisse dienen als Grundlage für Entscheide zur Weiterführung einzelner Angebote im Regelbetrieb. Aus Sicht der Seniorinnen und Senioren ist entscheidend, dass Mitsprache, Vernetzung und freiwilliges Engagement langfristig gesichert bleiben.

Alters- und Gesundheitskonferenz der Gemeinde Köniz

Die Alters- und Gesundheitskonferenz (AGK) übernimmt eine wichtige Rolle bei der strategischen Weiterentwicklung der Altersarbeit in der Gemeinde Köniz. Sie vernetzt Organisationen, Verwaltung und Bevölkerung und schafft Raum für Austausch und Koordination.
Die AGK befasste sich schwergewichtig mit dem Projekt „Köniz - gemeinsam altersfreundlich“ und dessen Abschluss. Darüber hinaus übernimmt sie übergeordnete Aufgaben im Rahmen einer langfristig altersfreundlichen Gemeindeentwicklung. Der Verein Senioren Köniz bringt sich aktiv ein und vertritt die Anliegen der älteren Bevölkerung.

Begleitgruppe Park Liebefeld

Die Begleitgruppe Park Liebefeld traf sich auch im Jahr 2025 zu einer Sitzung. Sie bietet der Bevölkerung die Möglichkeit, Anliegen und Erfahrungen rund um die Nutzung des Parks einzubringen. Für ältere Menschen sind insbesondere Fragen der Zugänglichkeit, der Aufenthaltsqualität und der Nutzung der Infrastruktur von Bedeutung.

K wie Köniz – Senioren und Wohnen

Im Rahmen von „K wie Köniz“ konnten die Einwohnerinnen und Einwohner ihre Bedürfnisse, Meinungen und Erwartungen zur zukünftigen Entwicklung der Gemeinde einbringen. Ein zentrales Anliegen ist das Wohnen im Alter. Bezahlbarer, altersgerechter Wohnraum, eine gute Erreichbarkeit von Dienstleistungen sowie sichere und barrierefreie Aussenräume sind entscheidend für Lebensqualität, Selbstständigkeit und soziale Teilhabe. Der Verein setzt sich dafür ein, dass diese Themen in den weiteren Planungs- und Entscheidungsprozessen angemessen berücksichtigt werden.

Erfa-Tagung ProSenior / Altersforum

An der ERFA-Tagung wurde über die Zukunft des altersfreundlichen Lebensraums im Kanton Bern diskutiert. Im Zentrum standen Fragen rund um selbstbestimmtes Wohnen im Alter, die Bedeutung von sicherer Infrastruktur, Nahversorgung und gemeinschaftsfördernden Wohnform-en. Die Tagung machte deutlich: Altersfreundliche Lebensräume entstehen durch gemeinsames Handeln über institutionelle und disziplinäre Grenzen hinweg.

Urs Maibach

Weiterbildung

Unsere Gruppe organisierte 25 Weiterbildungsanlässe und eine dreitägige Reise. An drei Sitzungen wurden Ideen für unterschiedliche Angebote zusammengetragen und festgelegt. Die Organisation, die Entgegennahme der Anmeldungen und die Durchführung der einzelnen Anlässe wurde auf die Mitglieder der Gruppe verteilt. Jedes Mitglied übernahm die Verantwortung für 4-6 Anlässe.

Das Interesse an unserem Programm wächst. Eine höchst erfreuliche Tatsache! Der Saal im Pfarreizentrum bot bisher glücklicherweise genügend Platz. Hingegen stiessen wir mehrmals an Grenzen bei Anlässen auswärts mit beschränkter Teilnahme. Um alle Angemeldeten zu berücksichtigen, organisierten wir sieben zusätzliche Führungen.

HEKS-Film zu Israel und Palästina, 06.01.2025

Der grausame Überfall der Hamas auf Kibbutz's in Südisrael und die massive Vergeltung der israelischen Armee stürzte die Zivilbevölkerung in Gaza in nie dagewesenes tragisches Leid. Michael Kaminer stellte in seinem Film dar, wie wichtig es ist, gerade in solch tragischen Zeiten, über die historischen Tatsachen der Vertreibung von Zehntausenden Palästinensern aus ihren sich jetzt in Israel befindenden Dörfer aufzuklären. Er vermittelte den 28 Teilnehmenden seine Überzeugung, dass eine Versöhnung zwischen Israelis und Palästinensern nur dann möglich ist, wenn beide Seiten bereit sind, sich mit dem Leid und den Träumen der anderen Seite auseinanderzusetzen.

Thomas Gurtner

Visionauten – Ideen zünden. Für morgen. 27.01.2025

Die Ideenwerkstatt „Visionauten" ist nach einer Veranstaltung der Stiftung „Schweizer Jugend forscht" entstanden. Am International Swiss Talent Forum versuchten junge Leute in drei Tagen nach einem vorgegebenen Schema innovative Zukunftsideen zu erarbeiten. Sechs junge Teilnehmer haben diesen Prozess adaptiert und generieren für Unternehmen in wenigen Tagen Lösungen für deren Fragestellungen. Intensive Tage für diese jungen Leute, die dies in ihrer meist knapp bemessenen Freizeit durchziehen, da sie bereits in anspruchsvollen Berufen engagiert sind. 21 Teilnehmende liessen sich von ihrem Enthusiasmus anstecken und von der Präsentation von Charleen und Junia begeistern.

Heinz Müller

Modernes Bauen und seine Herausforderungen, 03.02.2025

Der Referent (1999 bis 2008 Präsident und CEO der Firma Losinger-Marazzi) kennt die Baubranche wie kein Zweiter. Er schilderte den 43 Teilnehmenden den Wandel in den letzten 2½ Jahrzehnten, belegte mit Fakten den Ist-Zustand und zeigte auf, in welche Richtung die Entwicklung gehen muss: „Wir müssen die Stadt grundlegend anders denken!" und „Anders machen ist möglich!", waren zwei markante Aussagen des Referenten. Zusammengefasst seine zentralen Anliegen: Vernetzt bauen, von Anfang an mit allen Involvierten planen (Wohnen, Arbeiten, Einkaufen in Fussdistanz), Synergien nutzen, Ressourcen schonen (Bauen benötigt in der Schweiz 40% Energie, verursacht 40% CO^2-Aus-

stoss und 50% Abfall), umnutzen statt abreissen, verdichtet bauen (die Wohnfläche ist zweimal schneller gewachsen als die Anzahl der Bewohner! Richtlinie für Wohnfläche: 60m^2 pro Person).

Martha Häberli

Musikalische Lesung: Durch den Schatten singen, 24.02.2025

Knapp 50 Teilnehmerinnen und Teilnehmer hörten gebannt der wunderbaren Stimme von Ruth Margot - von ihrem Mann Res auf der Gitarre begleitet - zu.
Dazwischen las die Autorin Passagen aus ihrem Buch „Durch den Schatten singen." Wir erlebten, wie es sich anfühlt, vom Vater nicht anerkannt zu werden und an der Seite einer Mutter aufzuwachsen, die von Familie und Gesellschaft ausgegrenzt wurde.

Ruth Steiner

Besuch der Sternwarte Uecht, 10.03.2025

Eine interessierte Schar von 70 Mitgliedern traf sich bei der Tramendstation Wabern, wo uns zwei Postautos abholten und bequem bis zum Space Eye brachten. Dort wurden wir zuerst in zwei Gruppen durch die interaktive Ausstellung zu den Themen Weltall und Umwelt geführt und dann im Planetarium auf eine persönlich kommentierte atemberaubende Reise durch das Universum begleitet. Einmal mehr wurde einem bewusst, wie winzig sich unsere Erde im All anfühlt – und erst recht ein einzelner Mensch. Bevor uns die Postautos wieder nach Köniz und Wabern führten, genossen wir noch den herrlichen Rundblick von der Dachterrasse des Mario Botta-Turms und ein feines Zvieri.

Maria Kopp

Kirchenführung: Die Kunstvolle im Quartier, 31.03.2025

Die Thomaskirche im Liebefeld wurde vom Könizer Architekten Franz Meister projektiert und 1967 eingeweiht. Unter der künstlerischen Leitung von Max von Mühlenen, welcher die vielfarbigen Fenster der Kirche gestaltete, wurden die Räume u.a. durch mehrere Könizer Kunstschaffende gestaltet: Ein Wandfries von Werner Schmutz im ehemaligen Sitzungszimmer stellt die kirchlichen Feiern wie Taufe, Hochzeit, Beerdigung und Abendmahl dar. In der Jugendstube gestaltete Elsbeth Gysi den Paradiesgarten mit dem Baum der Erkenntnis und den Evangelistensymbolen. Im grossen Kirchgemeindesaal finden sich abstrakte

Holzplastiken, am Kirchturm ein Relief (Kreuz, Alpha und Omega) von Rudolf Mumprecht. Zudem gibt es in den Unterrichtsräumen Keramiken von Walter Loosli.

Fachkundig führte Urs Küenzi die 41 Interessierten in zwei Gruppen um die harmonisch in den Hang eingebaute und mit Kupfer verkleidete Anlage und durch die mit Holz ausgekleideten Räume im Innern.

Martha Häberli

Medizinischer Notfall? – Helfen kann man immer, 28.04.2025

Urs Zoss erklärte den 70 Teilnehmenden mit interessanten Beispielen aus seiner 40-jährigen Berufserfahrung als Rettungssanitäter, wie man sich bei einem medizinischen Notfall verhalten sollte. Entscheidend ist, Ruhe zu bewahren, ruhig und besonnen zu handeln und dem Patienten „erste Hilfe“ anzubieten.

Ruth Steiner

Heilsarmee Buchseegut Köniz: Wohnen, Arbeiten, Leben, 05.05.2025

Das Interesse war gross: 86 Personen meldeten sich an. Dank der Flexibilität der Verantwortlichen konnte zusätzlich zur Doppelführung am Nachmittag eine Doppelführung am Vormittag angeboten werden, so dass alle Interessierten berücksichtigt werden konnten.
Auf einem geführten Rundgang erhielten wir Einblick in die verschiedenen Bereiche der Gärtnerei. Danach waren die Gruppen zu Informationen über die Institution und zu Kaffee und Kuchen im Speisesaal eingeladen.

Das Buchseegut ist seit 1903 im Besitz der Heilsarmee. Zuerst wurden entlassene Strafgefangene integriert. Dann lag der Fokus auf Alkoholkranken, heute sind es vermehrt Personen mit psychischen Problemen, die hier integriert werden. Damals lautete das Motto: „Suppe, Seife, Seelenheil“, heute „Sicherheit, Selbstwert, Sinn“.

Martha Häberli

3-tägige Reise Bodensee – Schwäbische Alb, 13.05 bis 15.05.2025

25 reiselustige Teilnehmende wurden mit dem Reisebus der Firma Engeloch während 3 Tagen durch Süddeutschland gefahren. Am Dienstagvormittag wurden wir auf der Reichenau durch das Münster St. Maria und Markus mit der eindrücklichen Schatzkammer geführt.

Am Nachmittag bezogen wir nach einer unterhaltsamen Stadtführung in Bad Waldsee unsere Zimmer im Parkhotel und wurden nachher mit einem feinen Spargelmenü verwöhnt.
Am Mittwoch fesselte uns in Ravensburg im Spielemuseum die Geschichte des Otto Maier Verlags. Nach der individuellen Stadtbesichtigung tauchten wir am Nachmittag im Hymer-Museum in die Welt des mobilen Reisens ein. Nach dem Besuch der schönsten Dorfkirche der Welt in Steinhausen hatten wir unser Nachtessen mit schwäbischen Spezialitäten redlich verdient. Der Heimreisetag begann nach der Fahrt an den Bodensee mit einer Führung im ältesten archäologischen Freilichtmuseum Deutschlands in Unteruhldingen. Als Abschluss besuchten wir in Gaienhofen das Hesse-Museum.

Franz Widmer

Wer hat's erfunden? Nicht nur Ricola, 19.05.2025

Viele Erfindungen sind heute nicht mehr wegzudenken. Von technischen Geräten bis zu Medikamenten, sie sind Teil unseres täglichen Lebens. Erfindungen werden durch Patente geschützt. Warum und wie? Prof. Heinz Müller, ehemals Patentexperte am Institut für Geistiges Eigentum in Bern, erklärte anhand von gängigen Beispielen, wie das iPhone, die Rolex oder das Aspirin, welchem Zweck ein Schutz durch Patente dient und warum dies für eine Volkswirtschaft wichtig ist. Auch Markenschutz, Designschutz und das Urheberrecht (Copyright) haben die gleiche Funktion wie der Patentschutz. Erstaunlich, dass die kleine Schweiz weltführend in Innovationen ist, wenn man die Anzahl Patente pro Kopf der Bevölkerung misst. Die USA ist da nur auf dem 15. Platz. Die Summe der weltbekannten Innovationen, die aus der Schweiz stammen ist beachtlich. 31 Teilnehmende verfolgten die interessanten Ausführungen.

Heinz Müller

Geschichten hinter Gefängnismauern, 26.05.2025

Mit viel Humor erzählte Marlis Pfander den 84 Teilnehmenden, wie sie als 54-jährige Frau und Quereinsteigerin den Schritt wagte, sich als Direktorin des Regionalgefängnisses Bern, dem sogenannt „härtesten Männerknast des Landes", zu bewerben. Mit viel Herz und Verstand und oft auch mit unkonventionellen Methoden, krempelte sie den als „Pulverfass" bezeichneten Betrieb um und wurde bald schon als

„Chischte-Mami“ weitherum bekannt. Im Buch „Hinter Gittern – Mein Leben im Männerknast“ gab sie Einblick in den wenig bekannten Mikrokosmos Gefängnis und ihre neunjährige Amtszeit als Verantwortliche für 130 Insassen und 50 Mitarbeitende.

Ruth Steiner, Martha Häberli

Pflanzenspaziergang im Pro Natura Zentrum Eichholz, 02.06.2025

Bereits zum dritten Mal waren wir mit Giovina Nicolai unterwegs in der Natur. Sie begleitete uns in zwei Gruppen à 15 Personen (einmal am Vormittag, einmal am Nachmittag) auf die zweistündigen Spaziergänge durch das idyllische Pro Natura Zentrum Eichholz. Dieses umfasst zwei Hektaren Auenlandschaft mit einer ausserordentlichen Biodiversität und bietet Lebensraum für über 200 Pflanzenarten, mehr als 50 Vogelarten und unzählige Insekten wie Libellen, Schmetterlinge oder Wildbienen.
Auf den Spaziergängen begegneten wir versteckten Pflanzenschätzen, welche typisch für diese wassernahen Standorte sind, ergänzt mit Wissenswertem über diese Pflanzen aus verschiedensten Themenbereichen.

Martha Häberli

Erster Besuch des neuen Centre Albert Anker in Ins, 24.06.2025

Das Interesse war gross, 30 Personen konnten berücksichtigt werden, 20 weitere wurden auf einer Warteliste vorgemerkt (siehe 15.07.2025). Wir wurden in zwei Gruppen eingeteilt. Im Wechsel hatte die eine Gelegenheit, die Sonderausstellung „Faszination Japan. Die Sammlung von Albert Anker“ im neuen Pavillon, den idyllischen Garten und die Dauerausstellung im Haus individuell zu besuchen. Währenddem erhielt die andere Gruppe auf einem geführten Rundgang Einblick in die Wohnung von Albert Anker, wo er geboren wurde und mit seiner Familie lebte sowie in das Atelier des Kunstmalers, das bis heute praktisch unverändert erhalten geblieben ist.

Martha Häberli

Zweiter Besuch des neuen Centre Albert Anker in Ins, 15.07.2025

Aufgrund des grossen Interesses konnte für 24 Personen eine zusätzliche Führung zu demselben Programm wie am 24.06.2025 gebucht werden.

Wie funktioniert moderne künstliche Intelligenz? 11.08.2025

Die künstliche Intelligenz ist in aller Munde und in allen Medien präsent. Aber was ist das genau und wie funktioniert sie? Prof. Matthias Stürmer von der BFH erklärte, wie die Künstliche Intelligenz über die Zeit entstand und wie sie sich zu funktionierenden Werkzeugen entwickelt hat. Diese Werkzeuge sind heute in sehr vielen Bereichen einsetzbar und erlauben, extrem schnell Aufgaben zu lösen, die Menschen nicht oder nur mit viel Effort und Zeit bewältigen. 83 Teilnehmende waren an seinen Vortrag gekommen, um Einblicke in eine brandneue disruptive Technologie zu erhalten. Die Chancen und Risiken für eine solche Technologie sind heute wahrscheinlich noch nicht abschätzbar. Die vielen Fragen dazu am Ende des Vortrages reflektierten den noch nicht vollständig gestillten Wissensdurst der Anwesenden.

Heinz Müller

VIDMARHallen – vom Tresorbau zum Kulturtreffpunkt, 18.08.2025

Die 41 Angemeldeten konnten für den Besuch in zwei Gruppen eingeteilt werden. Geführt wurden wir von Hanspeter Marmet, Architekt und Mitverantwortlicher für das, was in den VIDMARHallen baulich geschieht.

Zuerst erfuhren wir anhand einer Power-Point-Präsentation Wissenswertes über die Geschichte der Hallen, in der einst Tresore, Panzertüren und Büromöbel produziert wurden und über deren Umnutzung zu einem Zentrum mit dem spannenden Mix von Gewerbe, Kunst und Kultur. Auf einem Rundgang erhielten wir Einblick in die Handwerks- und Dienstleistungsbetriebe, in Künstlerateliers, Freizeit- und Kulturangebote sowie die Bühne des Stadttheaters Bern.

Mit grosser Sorgfalt wurden die alten Gebäudeteile renoviert, mit Neuem ergänzt, dabei jedoch die Spuren der ursprünglichen Nutzung (Krane, Klötzliböden, Sheddächer usw.) bewahrt.

Martha Häberli

FAIRMED: Gesundheit für die Ärmsten, 01.09.2025

Lorenz Indermühle, Geschäftsführer, illustrierte den 22 Teilnehmenden anhand einfühlsamer Bilder aus Afrika und Asien, wo und wie FAIRMED in vollkommen abgeschnittenen und schwer zugänglichen Gegenden einfache medizinische Versorgung durch den Einsatz ausschliesslich

lokaler Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gewährleisten kann.
Er erläuterte auch wie sich FAIRMED für die Bekämpfung von vernachlässigten Tropenkrankheiten, wie Lepra und Elephantiasis, einsetzt.

Thomas Gurtner

Am Rande - mittendrin, Erlebnisse eines Surprise-Verkäufers, 08.09.2025

Urs Habegger verlor seinen Job als Grafiker aufgrund einer missratenen Augenoperation. Seit fast 20 Jahren arbeitet er nun als Verkäufer des Strassenmagazins Surprise in der Bahnhofunterführung Rapperswil. 55 Personen folgten der Lesung aus seinem Buch „Am Rande – mittendrin“ und den humorvoll vorgetragenen Erzählungen über seine Begegnungen und Erlebnisse. Dazwischen sang er selbstgetextete Lieder und begleitete sich mit der Gitarre.

Ruth Steiner

Wie bringt Müll Licht ins Dunkel? 15.09.2025

In der Schweiz produzieren wir im Schnitt pro Person 700 kg Abfall.

Mit dem Abfall der Region erzeugt die Energiezentrale Bern Fernwärme für rund 450 Kunden, z.B. das ganze Inselspital, das Bundeshaus, die Universität und den Hauptbahnhof.

Die 28 Interessierten wurden in zwei Gruppen durch das Gebäude geführt und kompetent über die Vorgänge informiert.

Franz Widmer, Martha Häberli

Besuch des Kulturzentrums Reitschule, 14.10.2025

Michael und Mara führten 36 interessierte Personen in zwei Gruppen durch die verschiedenen Räumlichkeiten der Reitschule. Wir wissen jetzt, dass das Veranstaltungsangebot sehr gross ist. Es reicht von Konzerten über Film- und Theatervorführungen, Performances, Ausstellungen, Literaturlesungen bis zum Restaurant „Sous le Pont“. Es lohnt sich, mal hinzugehen!

Ruth Steiner

Berner Münster – Vordergründiges und Hintergründiges, 20.10.2025

Die Teilnehmerzahl mussten wir leider auf 25 Personen beschränken. Dafür wird am 5. Januar 2026 die Führung durch das Berner Münster wiederholt.

Barbara Ursprung versammelte uns unter dem jüngsten Gericht des Hauptportals und gab uns (informativ – und auch immer wieder humorvoll) Einblick in die Geschichte des Berner Münsters und der Moral- und Glaubensvorstellungen der Berner Bevölkerung des 15. Jahrhunderts. Sie führte uns durch den spätgotischen Raum zur Hebammentüre, in den Chor zu den eindrücklichen Glasfenstern aus dem 15. Jahrhundert, erklärte die Hintergründe des Totentanzfensters (nach den Wandmalereien von Niklaus Manuel) und schloss zuletzt noch die Türe zum „Pfarrstübli“ auf, wo die Bilder der Pfarrpersonen seit der Reformation zu sehen sind.

Maja Zimmermann-Güpfert

Tonbildschau „Namibia – Botswana“, 27.10.2025

Bereits zum zweiten Mal waren Barbara Berdat und Ruedi Franz mit einer Tonbildschau bei den Senioren zu Gast.
Die beiden reisten im Hebst 2017 durch den Nordosten Namibias und den Norden Botswanas und hielten Eindrücke ihrer sechswöchigen, abenteuerlichen Reise in Fotos und Videos fest. Die daraus entstandene Tonbildschau mit wunderbaren Bildern von Tieren und Landschaften begeisterte die 82 Teilnehmenden auch dieses Mal.

Martha Häberli

Antibiotikaresistenz – Gibt es einen Weg zurück? 03.11.2025

Prof. Dr. med. Andreas Kronenberg, Projekteiter ANRESIS, Universität Bern, hat 57 Teilnehmenden anschaulich erklärt, was Antibiotikaresistenz ist und wie diese auch in der Schweiz kontinuierlich ansteigt. Die Auswirkungen sind beträchtlich und stellen eine Gefahr für die gesamte Bevölkerung dar. Neben den Entwicklungen für neue Antibiotika, die einige Zeit dauern kann und nicht leicht zu finanzieren sind, ist eine gezielte Einschränkung des Antibiotikaverbrauchs unbedingt von Nöten. Dr. Kronenberg konnte dies dem Publikum sehr plausibel machen, ist er doch neben seiner Tätigkeit an der Universität Bern auch Hausarzt in einer Praxis in der Stadt.

Heinz Müller

Woher kommt unser Trinkwasser? Wie steht es mit der Qualität unseres Wassers? 11.11.2025

Gemeinderat Hansueli Pestalozzi informierte als Direktionsvorsteher „Umwelt und Betriebe“ und damit oberster Verantwortlicher für unser Wasser. Seinen sehr informativen und kompetenten Erläuterungen folgten über 70 Teilnehmende. Vor dem Vortrag wurden 25 Interessierte von Fabio Nuozzi, Dienststellenleiter Wasser, ins Reservoir Blinzern geführt. Aufgrund des grossen Andrangs fanden am Folgetag nochmals 2 Führungen durchs Reservoir statt.

Franz Widmer

Wildtiere im Siedlungsraum, 17.11.2025

Stefan Steuri, Wildtierpfleger und Ranger, berichtete anhand von Bildern und Anschauungsmaterialien, wie Biber, Saatkrähen, Stadtfüchse, Tauben usw. den urbanen Raum erobern und vom Lebensraum Stadt profitieren. Seine Ausführungen waren mit Fakten aber auch mit humorvollen Geschichten gespickt. Habt ihr z.B. gewusst,

- dass die Zähne von Bibern orangefarben und eisenhaltig sind?
- dass Biber im Mittelalter wegen ihres schuppigen Schwanzes von der Kirche als „fischähnliche“ Wassertiere klassifiziert wurden, um sie während der Fastenzeit essen zu dürfen?
- dass sich Saatkrähen mit einem Uhu aus Plastik, dessen Flügel bewegt werden können, vertreiben lassen?

Dem Referenten gelang es, seine Faszination für die Zusammenhänge in der Natur zu vermitteln und die 83 Teilnehmenden zu begeistern.

Martha Häberli

Was tut sich im Schloss Köniz? 02.12.2025

Mitglieder der neugegründeten Stiftung Schloss Köniz führten 44 Teilnehmende in zwei Gruppen auf einem Rundgang durch die Räumlichkeiten und zeigten die jetzige Nutzung des Schosses auf.
Bei Kaffee und Kuchen wurde uns auch der Sinn und Zweck der Stiftung vorgestellt, welche sich als Ziel gesetzt hat, das Schloss als Gemeinschaftsort für kulturelle und soziale Angebote in der Gemeinde weiter zu renovieren und zu entwickeln. Ein Förderverein wird zurzeit gegründet. Interessenten können sich für einen möglichen Beitritt bei Roland Röthlisberger unter roethlisberger@schloss-koeniz.ch melden.

Aufgrund der grossen Nachfrage wird dieser Rundgang im Spätsommer 2026 wiederholt.

Thomas Gurtner

Die Berner Diakonissen, 08.12.2025

Über 60 Teilnehmende fanden sich in der Kapelle Oranienburg ein. Drei Schwestern und ihre frühere Leiterin erzählten packend, berührend - und immer wieder humorvoll - über ihre Geschichte, ihr Denken und Wirken. Zu Sophie von Wurstemberger führten sie uns zurück, die mit ihrem sozialen Einsatz und ihrer Krankenstube in der Berner Altstadt den Grundstein für die Glaubensgemeinschaft der Berner Diakonissen gelegt hatte. Von der „Blütezeit“ berichteten sie, als (zur Zeit des zweiten Weltkriegs) über 1’000 Diakonissen in Bern wirkten, und von ihrem heutigen Einsatz auf der Palliativstation.
Der Villa Sarepta, dem Pflegeheim Belvoir und dem Salemspital entlang gelangten wir danach zum Mutterhaus, wo wir bei Punch und Züpfe noch mit den Schwestern persönlich ins Gespräch kamen.

Maja Zimmermann-Güpfert

Englischkurse, 2025

Auch im Berichtsjahr haben wir geübt, wie wir uns in der Fremdsprache unterhalten können. Auch unterhaltsame oder spannende Lektüre fehlte nicht. Die geringe Anzahl der Teilnehmenden veranlasst uns jedoch, den Kurs ab Januar 2026 nicht mehr weiterzuführen.

Elisabeth Zürcher

Danke!

Vielen Dank allen Seniorinnen und Senioren für ihre rege Teilnahme an unseren Anlässen! Die vielen positiven Rückmeldungen motivieren uns.

Von 2007 bis Ende 2025 bot Elisabeth Zürcher Englischunterricht für Seniorinnen und Senioren an! Danke Elisabeth für deinen grossen Einsatz ganze 19 Jahre lang!

Ein grosser Dank geht an das Pfarreizentrum St. Josef, wo wir für unsere Veranstaltungen den grossen Saal, das Foyer und nach Bedarf auch die Küche benützen dürfen. Ein spezieller Dank geht an den Sakristan Ante

Corluka für seine stets hilfreiche Unterstützung in betrieblichen Belangen.

Als Co-Leitung durften wir auf eine kreative, engagierte und verlässliche Gruppe „Weiterbildung“ zählen. Herzlichen Dank für die Mitarbeit!

„Martha Häberli und Franz Widmer

Geselliges

Apéro, Konzert und Fondueplausch, 25.03.2025

Das Wetter erlaubte uns, den Apéro wahlweise drinnen oder draussen zu geniessen. Alphorn und Blasmusikklänge begeisterten die zahlreichen jüngeren und älteren Zuhörenden.
Geleitet von Adrian von Steiger und Wolfgang Pemberger konnten wir mit Schülern der Musikschule Köniz an einer musikalischen Reise quer durch die Welt teilnehmen.
Bei der anschliessenden, von den Fonduerebellen vorzüglich vorbereiteten „Käsesuppe“ ergaben sich bei einer fröhlichen Stimmung viele anregende Gespräche.
Die rund 50 Teilnehmenden haben den Nachmittag sichtlich genossen.

Fahrt ins Blaue, 18.06.2025

Eine fröhliche Schar von 20 Personen liess sich auch dieses Jahr auf eine unbekannte Reise ein. In Liestal wurde in der Bibliothek, welche sich in einem historischen Salzlager befindet, der erste Halt gemacht. Mit dem Postauto ging es durch das unbekannte Laufental zum Mittagshalt in Laufen. Mit den Chemins-de-fer-du-Jura gelangten wir über die weiten Weiden des Juras nach La Chaux-de-Fonds. Von hier führte uns die BLS wieder zurück nach Bern.

Sommerstamm im Restaurant des Psychiatriezentrum Münsingen, 01.07.2025

20 Mitglieder reisten grösstenteils gemeinsam mit Zug und Bus zum Psychiatriezentrum in Münsingen (PZM). Dieses Mal war das Wetter so heiss, dass die Teilnehmenden froh waren, im schönen Gebäude der Cafeteria Platz zu nehmen.
Die Hitze hatte auch etliche Abmeldungen zur Folge.

Erfrischt mit hausgemachtem Eistee und je nach Geschmack Gebäck oder Eis durften wir uns von Sonja Meyer über die Institution und ihre langjährige Geschichte erzählen lassen. Als pensionierte ehemalige Mitarbeiterin konnte sie ihre Ausführungen auch mit einigen Anekdoten aus dem Alltag in der stationären Psychiatrie ergänzen.

Mitgliederanlass: Schlossschüür in Köniz, 26.08.2025

Mit Simonetta Sommaruga durften wir einen ausgesprochen bekannten Gast begrüssen. Als ehemalige Gemeinderätin ist sie nach wie vor mit der Gemeinde Köniz verbunden. Nach dem Einstieg mit Anekdoten aus ihrer Zeit als Gemeinderätin, den dazu gehörenden Feierlichkeiten sowie rund um ihr Wirken als Bundesrätin wurden Fragen aus dem Publikum zu Politik und Tätigkeit gestellt. Die auch teilweise persönlichen Fragen wurden kompetent und wohlüberlegt beantwortet. Immer noch sind politische Engagements für Simonetta Sommaruga Herzensangelegenheiten.
Mit rund 150 Teilnehmenden war der Anlass sehr gut besucht. Beim von logisgusto vorbereiteten - einmal mehr sehr feinen - Apéro Riche wurde es fast ein bisschen eng. Mit vielen Gesprächen unter den Anwesenden klang der Nachmittag fröhlich und gemütlich aus.
Der Anlass wurde auch mit einem Artikel in der Könizer Zeitung gebührend gewürdigt.

Weihnachtsstamm, 15.12.2025

Die grosse Zahl von rund 90 angemeldeten Personen konnten sich an diesem Nachmittag an die weihnächtlich dekorierten Tische im Pfarreisaal der Kirche St Joseph setzen.
Versorgt mit Getränken, Grittibänzen und Weihnachtsguetzli erfreuten sich die Teilnehmenden an vier von Urs Küenzi - in Stellvertretung - vorgelesenen kritischen Varianten des Lukas-Evangeliums.

Musikalisch umrahmt wurde der Anlass durch Kirchenmusikerin Mariia Gapon, welche auf einfühlsame und temperamentvolle Weise die Feier ergänzte und auch die gemeinsam gesungenen Weihnachtslieder rassig begleitete.

Urs Küenzi

Freiwillige Mitarbeit

Mit der dreiteiligen Weiterbildungsreihe stärkt der Verein Senioren Köniz die Arbeit der Freiwilligen Mitarbeitenden. Da die Themen auch 2025 auf grosses Interesse bei Seniorinnen und Senioren stiessen, wurden für die drei Anlässe auch die Mitglieder von Senioren Köniz eingeladen.

Freiwillig engagiert, 16.01.2025

Freiwillige Mitarbeitende sind eine wichtige Stütze für Pflegeheime. Am ersten Weiterbildungsanlass 2025 gab Carmen Bucher, diplomierte Pflegefachfrau HF und Fachbereichsleiterin Pflege, den 33 Teilnehmenden einen Einblick in das Thema. Sie zeigte auf, wie Freiwillige das Leben älterer Menschen bereichern und wies darauf hin, dass dieses Engagement oft mit intensiven Emotionen verbunden ist. Der Austausch mit Fachpersonen, die Möglichkeit Unterstützung anzunehmen sowie die Einhaltung der Schweigepflicht sind dabei zentral.

In der ganzen Gemeinde Köniz bringt die Nachbarschaftshilfe Zeit-Netz-Köniz ältere Menschen, die Unterstützung wünschen und Freiwillige, die sich engagieren möchten, zusammen. Die Koordinatorin Gabriela Imhof stellte die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten vor. Sie erklärte, wie Freiwilligenarbeit geleistet werden kann und wo ältere Menschen Unterstützung erhalten können.

Was ist eigentlich integrierte Versorgung? 12.02.2025

Die integrierte Versorgung in Pflege und Betreuung verfolgt das Ziel, Schnittstellenprobleme und Überschneidungen zwischen den Leistungserbringern zu vermeiden. Ein Netzwerk ermöglicht eine qualitativ hochwertige medizinische, pflegerische und betreuerische Grundversorgung – bei gleichzeitiger Realisierung von Kosteneinsparungen. Christina Gygax, Geschäftsführerin von carekköniz, zeigte den 42 Teilnehmenden praxisnah auf, wie dieses Konzept in Köniz umgesetzt wird. Das Modell integriert das Alterszentrum am Lilienweg sowie die vier ehemaligen Spitex-Standorte in ein standortübergreifendes Versorgungsnetz. Die positive Rückmeldung der 42 Teilnehmenden an diesem zweiten Anlass

zeigt, dass die Bevölkerung von Köniz weiss, dass sie in gesundheitlich schwierigen Zeiten nicht allein ist und von careköniz gut umsorgt wird.

Eigenweltorientiert kommunizieren – Mitmensch sein mit Menschen mit Demenz, 26.11.2025

Prof. Müller sprach zu den 76 Teilnehmenden des dritten Weiterbildungsanlasses über den respektvollen Umgang mit Menschen mit Demenz. Dabei hob er vier zentrale Aspekte hervor: Wertschätzung durch Zuhören, Augenkontakt und das aufmerksame Beobachten der Mimik; angemessene Nähe und Distanz, bei der eine sanfte Berührung Vertrauen und Geborgenheit vermitteln kann; die Bedeutung des eigenen Lieblingsnamens sowie Zutrauen. Menschen mit Demenz sollte nicht vorschnell alles abgenommen werden – mit genügend Zeit und Geduld können sie vieles selbstständig bewältigen und auch nach einem Sturz häufig aus eigener Kraft wieder aufstehen. Angehörige, Freiwillige und Pflegefachpersonen leisten eine anspruchsvolle und zugleich sehr wertvolle Arbeit in der Begleitung von Menschen mit Demenz.

careköniz blickt erfolgreich auf das erste Betriebsjahr zurück. Die engagierten freiwilligen Mitarbeitenden leisten dazu einen wichtigen Beitrag. Auch in Zukunft ist careköniz auf kompetente, einfühlsame Freiwillige angewiesen. Interessierte Personen können sich gerne bei Carmen Bucher unter 031 970 14 80 melden.

Marianne Knuchel