

## Freizeitprogramm

# Kultur und Bewegung

## 1. Halbjahr 2024

Für Menschen mit Demenz und  
pünktuell auch mit Angehörigen.

Januar bis Juni 2024

**Infos und Anmeldung** (bis spätestens 3 Tage vorher)  
bern@alz.ch oder Tel. 031 312 04 10

## Angehörige

sind willkommen. Kreativ-Atelier und Spaziergänge sind nur für Demenzbetroffene reserviert. Alle Angebote werden durch Freiwillige begleitet.

## Hinweis zu ÖV

Erkundigen Sie sich nach einer SBB Begleiterkarte, mit welcher Personen mit Demenz in Begleitung gratis fahren können.

## Schlechtwetter-Programm

Wanderungen und Spaziergänge werden bei schlechtem Wetter durch ein Innenprogramm ersetzt. Fragen Sie nach.



# Kultur und Bewegung

Begleitetes Freizeitprogramm für  
Menschen mit Demenz

1. Halbjahr 2024

Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen ziehen sich häufig aus dem gesellschaftlichen Leben zurück. Wir möchten mit dem neu zusammengestellten begleiteten Freizeitprogramm die soziale Teilhabe ermöglichen und damit das Gefühl von Zugehörigkeit und Verbundenheit stärken. Mit Ausflügen, Kreativatelier oder Wanderungen und Klassikkonzert steht ein buntes Programm zur Stimulation der Lebensfreude zur Auswahl.

## Kultur und Bewegung

Begleitetes Freizeitprogramm für Menschen mit Demenz (und Angehörige)

### Programm 1. Halbjahr 2024

#### Museum

**Dienstag, 30. Januar 2024, 14:00 – ca. 16:30 Uhr**

Begleiteter Besuch mit angepasster Führung im **Kunstmuseum Bern** und anschliessend Zvieri. Mit Anmeldung.

Treffpunkt: Berner Generationenhaus, Bahnhofplatz 2, 3011 Bern

#### Ausflug

**Freitag, 9. Februar 2024, 13:45 – ca. 17:30 Uhr**

Begleitete Führung und eigenes Erleben im «**Sensorium**», Rütihubelbad, Walkringen u. Zvieri. Mit Anmeldung.

Treffpunkt: Berner Generationenhaus, Bahnhofplatz 2, 3011 Bern

#### Kunst-Atelier

**Montag, 11. März 2024, 14:00 – 17:00 Uhr**

Kreativ-Workshop mit der Kunsttherapeutin Cornelia Birrer im Atelier Lilith, in Bern. Mit Anmeldung.

Treffpunkt: Berner Generationenhaus, Bahnhofplatz 2, 3011 Bern

#### Wanderung

**Donnerstag, 18. April 2024, 13:45 – ca. 17:30 Uhr**

Wanderung mit Eins-zu-Eins Begleitung in den Könizbergwald mit Picknick an der Tubetränke. Mit Anmeldung.

Treffpunkt: Berner Generationenhaus, Bahnhofplatz 2, 3011 Bern

#### Klassik-Konzert

*Berner Symphonieorchester*

**Sonntag, 28. April 2024, 11:00 – 12:00 Uhr, Casino Bern. Burgerratssaal**

Klassik-Matinee «Einisch z' Bärn» mit einem musikalischen Stadtrundgang durch Bern mit MusikerInnen des Berner Symphonieorchesters. Auf Wunsch mit Begleitung. **Ticket (CHF 20,-) <http://shop.buehnenbern.ch>**

#### Spaziergang

**Donnerstag, 2. Mai 2024, 13:30 – 17:30 Uhr**

Spaziergang in der Umgebung von Bern nur für Demenzbetroffene mit Begleitung durch uns. Mit Anmeldung.

Treffpunkt: Berner Generationenhaus, Bahnhofplatz 2, 3011 Bern

#### Ausflug

**Donnerstag, 6. Juni 2024, 13:30 – ca. 17:30 Uhr**

Begleiteter Ausflug nach Utzenstorf ins Schloss Landshut mit kurzer Führung im Museum u. Zvieri. Mit Anmeldung.

Treffpunkt: Berner Generationenhaus, Bahnhofplatz 2, 3011 Bern

---

**Weitere Informationen:** 031 312 04 10 oder [bern@alz.ch](mailto:bern@alz.ch).

**Anmeldung\*** bis spätestens 3 Tage vor Veranstaltung

**über [bern@alz.ch](mailto:bern@alz.ch) oder Tel. 031 312 04 10**

**\*Klassik-Konzert über <http://shop.buehnenbern.ch>**

**Unkostenbeitrag CHF 20,- plus ÖV.**

Der Beitrag gilt nur für Demenzbetroffene und inkludiert Organisation, Begleitung sowie Zvieri oder Picknick, zuzüglich ÖV.