

# WEGWEISER FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN



**BÖNIGEN**

**GSTEIGWILER**

**GÜNDLISCHWAND**

**INTERLAKEN**

**MATTEN**

**RINGGENBERG**

**UNTERSEEN**

**WILDERSWIL**

# IM NOTFALL

---

<b>177</b>	<b>Polizei</b>
<b>112</b>	<b>Europäische Notruf</b>
<b>144</b>	<b>Sanitätsnotruf (Rettungswagen)</b>
<b>188</b>	<b>Feuerwehr</b>
<b>1414</b>	<b>Rega</b>
<b>143</b>	<b>Die Dargebotene Hand (seelische Krisen)</b>
<b>145</b>	<b>Vergiftungsnotfälle</b>
<b>033 356 86 60</b>	<b>Kantonspolizei Polizeiwache Interlaken</b>

**Zahnärztlicher Notfalldienst und  
diensthabende Apotheke**

(Ersichtlich im Anzeiger Interlaken auf Seite 2)

# Ärztlicher Notfalldienst Region Interlaken

## Meine Hausärztin/ Mein Hausarzt

Name: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

**Notfallnummer 0900 57 67 47 (HANI)**

(CHF 3.23/Min vom Festnetz)

### **Hausarztnotfall Region Interlaken (HANI)**

Spital Interlaken, Weissenaustrasse 27, Unterseen

Internet: [www.han-i.ch](http://www.han-i.ch) E-Mail: [info.hani@hin.ch](mailto:info.hani@hin.ch)

**Öffnungszeiten:**

Montag – Freitag	von 18:00 – 21:00 Uhr
Samstag	von 12:00 – 21:00 Uhr
Sonntag	von 12:00 – 20:00 Uhr

**Walk-In-Clinic Interlaken**, Bahnhofstrasse 29, Interlaken

Internet: [www.walk-in-clinic.ch](http://www.walk-in-clinic.ch)

E-Mail: [info@walk-in-clinic.ch](mailto:info@walk-in-clinic.ch)

**Bitte beachten Sie auch die Informationen im Anzeiger Interlaken unter „Notfalldienste“ (Seite 2)**

**Wenn Sie Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt nicht erreichen und ausserhalb den Öffnungszeiten des HANI, können Sie auch den Spitalnotfall aufsuchen.**



*Foto: Herbert Steiner, Ringgenberg*

# VORWORT

---

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger

Wir freuen uns, Ihnen die 4. Auflage des Wegweisers für Seniorinnen und Senioren zu überreichen, welche die Koordinationskommission der Region Interlaken für Altersfragen im Auftrag der Gemeinden Bönigen, Gsteigwiler, Gündlischwand, Interlaken, Matten, Ringgenberg, Unterseen und Wilderswil auf den neuesten Stand gebracht hat.

Sie finden in der Broschüre ein breites Spektrum von Informationen, die Ihnen und Ihren Angehörigen bei der Orientierung im dritten Lebensabschnitt behilflich sein können. Es sind altbekannte und neue, bewährte Hinweise zur Erhaltung und Verbesserung Ihrer Lebensqualität. Der Wegweiser soll dazu beitragen, dass Sie das Leben im Alter mit Freude geniessen können.

Die Gemeinden, Bönigen, Gsteigwiler, Gündlischwand, Wilderswil, Matten, Ringgenberg, Unterseen und Interlaken, bedanken sich herzlich bei allen beteiligten Personen für Ihr Engagement bei der Gestaltung und Erneuerung des Wegweisers.

# Inhaltsverzeichnis

<b>BERATUNG</b> .....	7 - 18
LEBENSPROBLEME .....	7
FINANZIELLE FRAGEN .....	9 - 10
PATIENTENVERFÜGUNG .....	11 - 12
VORSORGEAUFTRAG .....	13 - 14
TESTAMENT .....	15
TODESFALL .....	16 - 18
<b>FREIZEIT / FITNESS / KURSE</b> .....	19 - 22
<b>GESUNDHEIT</b> .....	23 - 26
PFLEGE IM ALTER .....	233
SELBSTHILFE .....	23 - 24
HILFSMITTEL / GEHHILFE .....	25
MEDIKAMENTE .....	25 - 26
<b>ZU HAUSE WOHNEN</b> .....	27 - 28
HILFE IM HAUSHALT .....	27
MAHLZEITENDIENST .....	27
MITTAGSTISCH .....	28
NOTRUF EINRICHTUNG .....	28
FAHRDIENST .....	28
<b>ENTLASTUNG FÜR ANGEHÖRIGE</b> .....	29
<b>TAGESAUFENTHALT UND FERIENBETTEN</b> .....	29
<b>ALTERS- UND PFLEGEHEIME IN DER REGION</b> .....	30 - 33
<b>UMZUG</b> .....	34
<b>ADRESSEN FÜR WICHTIGE ANLAUFSTELLEN</b> .....	35 - 55
SCHLUSSWORT .....	56

# LEBENSPROBLEME

**Pro Senectute Berner Oberland** 033 826 52 52

Umfassende Beratung und Unterstützung  
in allen Fragen. Anlaufstelle bei persönlichen  
und familiären Problemen.

**KESB Kinder- und Erwachsenenschutz-  
Behörde Oberland-Ost** 031 635 22 25

**Sozialdienst Region Jungfrau** 033 826 06 26

**Pfarrämter** Telefonnummern  
im Adressverzeichnis und  
im Infoblatt der Gemeinden

**Beratungsstelle Ehe, Partnerschaft,  
Familie der Reformierten Kirchen  
Bern-Jura-Solothurn** 033 822 25 20

**Selbsthilfe BE** 033 221 75 76  
**Beratungszentrum Thun**

**VISTA, Fachstelle Opferhilfe bei  
sexueller und häuslicher Gewalt, Thun** 033 225 05 60

**Frauenhaus Thun** 033 221 47 47  
**Berner Oberland**

**Die Dargebotene Hand** 143

# RECHTSFRAGEN

**Pro Senectute Berner Oberland** 033 826 52 52  
Fach- und Dienstleistungsorganisation  
der Schweiz im Dienste der älteren Menschen

**Bernische Ombudsstelle für Alters-  
Betreuungs- und Heimfragen** 031 372 27 27

**Schlichtungsbehörde Berner Oberland**  
Miet- und Arbeitsrecht 031 635 58 00

**SPO Patientenschutz, Bern** 031 372 13 11

**Ombudsstelle Krankenversicherung  
Luzern** 041 226 10 10

**Frauenverband Berner Oberland** 033 222 42 66  
**Rechtsberatung** (v.a. Ehe-, Familien- und Scheidungsrecht)

- CHF 50.00 für eine Beratung von 30 Minuten  
Beratung nur nach telefonischer Terminvereinbarung

**Frauenzentrale des Kantons Bern** 033 311 72 01  
**Rechtsberatung**

- CHF 120.00 für eine Beratung von 1 Stunde  
Beratung nur nach telefonischer Terminvereinbarung

**Rechtsauskunft des Bernischen Anwaltsverbandes**

Frutigenstrasse 22, 3600 Thun, Internet: [www.bav-aab.ch](http://www.bav-aab.ch)

- Sprechstunden: Jeden ersten und dritten Mittwoch des Monats von 17.00 - 19.00 Uhr  
Persönlich vorsprechen ohne Anmeldung.  
Keine telefonischen und schriftlichen Auskünfte.  
Unkostenbeitrag bis max. CHF 50.00 pro Konsultation.



# FINANZIELLE FRAGEN

**Pro Senectute Berner Oberland      033 826 52 52**  
Sozialberatung, Bildung und Kultur, Sport und Bewegung,  
Gesundheitsförderung und Prävention, Hilfen zu Hause,  
Gemeinwesenarbeit, Generationenbeziehungen

**AHV-Zweigstelle Bödeli      033 826 19 05**  
**AHV-Zweigstelle der Gemeinden**  
Interlaken, Unterseen, Matten, Beatenberg und Därligen

**AHV-Zweigstelle Bönigen-Iseltwald      033 826 10 03**

**AHV-Zweigstelle Gsteigwiler      033 822 13 09**

**AHV-Zweigstelle Ringgenberg      033 822 31 81**

**AHV-Zweigstelle Wilderswil und      033 826 01 42**  
**Umgebung, Niederried und Gündlischwand**

Auf der AHV-Zweigstelle Ihrer Gemeinde erhalten Sie Auskunft über die

- AHV
- Ergänzungsleistungen
- Hilflosenentschädigung
- Rentenfragen

**[www.ahv-iv.ch](http://www.ahv-iv.ch)**

Informationsplattform rund um die Sozialversicherungen,  
Merkblätter und Formulare, Ansprechpartner sowie Webshop

<b>SERAFE</b> Schweizerische Erhebungsstelle für Radio- und Fernsehempfangsgebühren Bezügerinnen und Bezüger von Ergänzungsleistungen werden von der Gebührenpflicht befreit. Dazu muss der Serafe ein schriftliches Gesuch eingereicht werden (Formular unter <a href="http://www.serafe.ch">www.serafe.ch</a> )	<b>058 201 31 67</b>
<b>Berner Schuldenberatung, Spiez</b>	<b>033 221 76 30</b>
<b>Budgetberatung plus</b> (Kirchlicher Bezirk Interlaken-Oberhasli)	<b>077 445 65 88</b>
<b>Fachstelle Schuldensanierung</b> Berner Oberland, Thun Erstberatung unentgeltlich	<b>033 221 80 60</b>
<b>Frauenverband Berner Oberland, Thun - Budgetberatung</b> Günstige Budgetberatung je nach Einkommen und Aufwand. Beratung nur nach telefonischer Vereinbarung	<b>033 222 42 66</b>
<b>Frauenzentrale Kanton Bern, Interlaken</b> <b>Budgetberatung</b> Je nach Einkommen und Aufwand, mind. CHF 55.00 resp. 1% des mtl. Netto Einkommens.	<b>033 221 67 66</b>
<b>Sozialdienst Region Jungfrau</b>	<b>033 826 06 26</b>
<b>Eduard Ruchti Stiftung</b> Finanzhilfe für Menschen in Not	<b>033 822 93 42</b>

# PATIENTENVERFÜGUNG

Mit einer Patientenverfügung bestimmen Sie im Voraus, wie Sie medizinisch behandelt und gepflegt werden wollen, falls Sie nicht mehr in der Lage sind, ihre Wünsche zu äussern – zum Beispiel bei einem schweren Unfall, wenn Sie im Koma liegen, einen Hirnschlag hatten oder in einem Verwirrtheitszustand sind

Die Patientenverfügung erleichtert Angehörigen sowie Ärzten, in schwierigen Zeiten Entscheidungen zu treffen. Niemand ist jedoch verpflichtet, eine Patientenverfügung zu erlassen, sie ist freiwillig.

In der Patientenverfügung können Sie sowohl über Ihre Behandlung in der Sterbephase als auch über die Behandlung Ihres Körpers nach dem Tod bestimmen. Eine Patientenverfügung gehört nicht ins Testament, da dieses erst nach dem Tod eröffnet wird.

In der Patientenverfügung können Sie Ihre Wünsche zu folgenden Themen niederschreiben:

- Was geschieht mit mir, wenn ich (plötzlich!) schwer krank oder nicht mehr urteils- und handlungsfähig bin?
- Lehne ich bei medizinischen Massnahmen bestimmte Medikamente ab (z.B. Antibiotika, Psychopharmaka, usw.)?
- Wie und wo stelle ich mir mein Sterben vor? Wann lehne ich wiederbelebungs- und lebensverlängernde Massnahmen ab?
- Stehen meine Organe (z.B. Augen-Hornhaut, Nieren, Herz, Leber) für eine Transplantation zur Verfügung?
- Soll mein Körper nach dem Tod für die Lehre (Anatomie-Unterricht) zur Verfügung stehen?
- Soll mein Körper nach dem Tod kremiert oder erdbestattet werden?

- Welche Wünsche bestehen in Bezug auf die Bestattung? Todesanzeige, Persönliche Einladungen (Liste beilegen), Sarg, Grabstelle, Ablauf der Trauerfeier, Lebenslauf (ev. selbst verfasst als Beilage), Musik, Grebt, Danksagung, usw.

Es muss klar ersichtlich sein, wer (Name, Vorname, Geburtsdatum) die Patientenverfügung erlässt und sie muss mit Ort, Datum und Unterschrift versehen werden. Es gibt bewährte, verständliche und doch medizinisch und juristisch korrekte vorgedruckte Patientenverfügungen, auf denen Sie (falls nötig) Ergänzungen vornehmen können.

Ihre persönlichen Wünsche können nur dann umgesetzt werden, wenn entscheidende Personen (wie zum Beispiel Partner, Partnerin, Sohn, Tochter, Hausarzt, Notar, Pfarrer, usw.) davon Kenntnis haben und ein Exemplar Ihrer Patientenverfügung besitzen. Es ist sinnvoll, diese mehreren Personen auszuhändigen. Patientenverfügungen können jederzeit annulliert oder abgeändert werden. Prüfen Sie mindestens alle zwei Jahre Ihre Patientenverfügung und deren Richtigkeit und bestätigen Sie sie mit aktuellem Datum und Unterschrift. Bei Änderungen bitte nicht vergessen, die alten Exemplare bei Ihren Vertrauenspersonen auszutauschen.

Vorgedruckte Patientenverfügungen und weitere Informationen erhalten Sie unter (teilweise gegen Gebühr):

- [www.dialog-ethik.ch](http://www.dialog-ethik.ch)
- [www.patientenverfuegung.redcross.ch](http://www.patientenverfuegung.redcross.ch)      **031 384 02 00**  
E-Mail: [vorsorge@srk.bern.ch](mailto:vorsorge@srk.bern.ch)
- [www.fmh.ch](http://www.fmh.ch)      **031 359 11 11**
- [www.caritas.ch](http://www.caritas.ch)      **0 848 419 419**
- Pro Senectute Berner Oberland      **033 826 52 52**

# VORSORGEAUFTRAG

Mit dem Inkrafttreten des neuen Erwachsenenschutzrechts auf den 1. Januar 2013 wurde eine klare und einheitliche rechtliche Grundlage für den Vorsorgeauftrag geschaffen. Dieser stärkt das Selbstbestimmungsrecht:

Wer rechtzeitig vorsorgt, kann sicherstellen, dass sein Wille respektiert wird, falls er später beispielsweise infolge Krankheit oder Unfall urteilsunfähig werden sollte.

## **Was ist ein Vorsorgeauftrag?**

Jede handlungsfähige Person kann mit einem Vorsorgeauftrag festlegen, wer sich im Fall ihrer Urteilsunfähigkeit um die Betreuung und die Verwaltung ihres Vermögens kümmern und sie bei Rechtsgeschäften vertreten soll. Sie muss die Aufgaben der beauftragten Person, die eine natürliche oder eine juristische Person (z.B. eine Bank oder Organisation) sein kann, möglichst genau umschreiben.

Sie kann auch Weisungen erteilen, wie diese Aufgaben zu erfüllen sind und etwa bestimmte Vermögensanlagen verbieten. Eine Vertretung kann umfassend gelten oder beschränkt werden (z.B. auf finanzielle Angelegenheiten).

## **Formvorschriften**

Um Missbräuche zu verhindern, sind bestimmte Formvorschriften vorgesehen: Der Vorsorgeauftrag muss entweder wie ein Testament von Hand geschrieben, datiert und unterzeichnet oder durch einen Notar öffentlich beurkundet werden.

## **Hinterlegungsort und Beurkundung des Hinterlegungsortes**

Wählen Sie einen Ort, bei dem die Angehörigen den Vorsorgeauftrag finden. Am besten bei Ihren offiziellen Dokumenten. Den Vorsorgeauftrag (wie auch das Testament) können Sie bei Ihrer Gemeindeverwaltung deponieren.

Wer einen Vorsorgeauftrag erstellt, kann diese Tatsache sowie dessen Hinterlegungsort gegen eine Gebühr auf dem Zivilstandsamt beurkunden und ins Personenstandsregister eintragen lassen.

Die Erwachsenenschutzbehörde (KESB) akzeptiert nur das Original. Auf diese Weise stellt die betroffene Person sicher, dass im Fall ihrer Urteilsunfähigkeit die Erwachsenenschutzbehörde erfährt, dass ein Vorsorgeauftrag existiert und wo dieser hinterlegt ist.

### **Erwachsenenschutzbehörde**

Erfährt die Erwachsenenschutzbehörde, dass jemand urteilsunfähig geworden ist, erkundigt sie sich beim Zivilstandsamt und bei anderen, ihr bekannten Hinterlegungsstellen (z. B. Gemeinden), ob ein Vorsorgeauftrag existiert. Wenn ja, prüft sie ob er gültig erstellt worden ist. Sind sämtliche Voraussetzungen für seine Wirksamkeit erfüllt, händigt die Erwachsenenschutzbehörde der beauftragten Person eine Urkunde aus, worin ihre Aufgaben und Rechte festgehalten sind.

*„Auszug aus [www.kesb.dij.be.ch](http://www.kesb.dij.be.ch)“*

### **Vorlagen**

Vorgedruckte Vorsorgeaufträge zum Ausfüllen sind z.B. bei der Pro Senectute erhältlich.

# TESTAMENT

Beim Testament handelt es sich um eine „letztwillige Verfügung“, welche die Zuteilung von eigenen Vermögenswerten wie Ersparnisse, Liegenschaften, Geldern aus Kranken- und Lebensversicherungen, sowie persönlichen Gegenständen und Möbeln regelt.

Die häufigste Form ist das eigenhändige Testament. Es ist rechtsgültig, wenn es vollständig von Hand geschrieben und mit „Testament“ betitelt ist. Das aktuelle Datum, der Ort, an dem es verfasst worden ist und Ihre persönliche Unterschrift dürfen nicht fehlen.

Das Testament soll helfen, Auseinandersetzungen zu vermeiden. Ist die Zuteilung der Vermögenswerte klar geregelt, geraten die Hinterbliebenen auch nicht in Zweifel über mögliche Ansprüche. Es muss nicht unbedingt böser Wille sein, wenn Nachkommen und Ehegatten in einen Streit geraten. Vielleicht geschieht dies, weil sie sich auf ein mündliches Versprechen berufen, das aber nirgends festgehalten ist. Ein Testament schafft hier Klarheit.

Wenn Sie ein Testament verfassen wollen, müssen Sie dies tun, solange Sie urteils- und handlungsfähig sind. Hinterlegen Sie Ihr Testament bei Ihrer Gemeindeverwaltung und/oder bei einer Vertrauensperson.

Eröffnet wird das Testament nach Ihrem Tode durch die „Siegelungsbehörde“ Ihrer Gemeinde.

# TODESFALL

- Wenn der Todesfall zu Hause erfolgt, sofort den Hausarzt oder den Notfallarzt rufen. Dieser stellt die ärztliche Todesbescheinigung zuhanden des Zivilstandsamtes aus. Bei Unfall, Selbsttötung oder Verdacht auf eine strafbare Handlung muss der Arzt die Polizei benachrichtigen.
- Abklären, ob eine Patientenverfügung und/oder ein Vorsorgeauftrag besteht, um Wünsche der verstorbenen Person zu berücksichtigen.
- Nehmen Sie Kontakt auf mit einem Bestattungsdienst Ihrer Wahl. Bei einem persönlichen Gespräch geht der Bestatter auf Ihre Wünsche ein und berät Sie kompetent bei allen auftretenden Fragen. Er informiert Sie über die anfallenden Kosten und Drittleistungen.
- Einer der nächsten Angehörigen, ein Verwandter oder der Bestatter meldet den Todesfall beim zuständigen Zivilstandsamt mit dem Familienbüchlein, dem Niederlassungsschein und der ärztlichen Todesbescheinigung. Ausländische Staatsangehörige benötigen neben der ärztlichen Todesbescheinigung zwingend den Reisepass oder Personalausweis/Identitätskarte sowie bei Wohnsitz in der Schweiz die Aufenthaltsbewilligung.
- Überdenken Sie die Bestattungsform: Kremation oder Erdbestattung? Hat der/die Verstorbene mündlich oder schriftlich Wünsche geäußert?



- Wenn erwünscht, hilft Ihnen der Bestatter bei allen persönlichen Drucksachen wie Leidzirkulare, Zeitungsinserate und spätere Danksagungskarten.
- Ist ein Testament / Ehe- oder Erbvertrag vorhanden?
- Für die Aufnahme des Siegelungsprotokolls wird die Gemeindeschreiberei mit den Angehörigen einen Termin vereinbaren.
- Kontaktaufnahme mit dem Pfarrer oder gewünschter Person betreffend Datum, Zeit und Ablauf der Trauerfeier.
- Eventuell Lebenslauf mitbringen.
- Falls Sie nach der Trauerfeier zu einem Imbiss einladen möchten, bitte das Restaurant Ihrer Wahl benachrichtigen.
- Besteht eine Lebensversicherung, muss der Tod unverzüglich bei der Versicherungsgesellschaft gemeldet werden.  
Auch Krankenkasse, Pensionskasse, AHV oder andere zusätzlich abgeschlossene Leistungen sind zu beachten.  
Nicht vergessen: Weitermelden an die Post, BKW/IBI und Wasserversorgung, Telefon- und Fernsehanbieter, Bank/ PostFinance, Strassenverkehrsamt, Vereins-, Kurs- und Klubsekretariate, Zeitschriften- und Zeitungsabonnemente.

Die Adressen der Bestattungsdienste finden Sie im Telefonbuch, Branchenverzeichnis oder im Anzeiger Interlaken



### **Pro Senectute Berner Oberland Interlaken**      **033 226 60 60**

Bietet ein breites Spektrum an Kursen, Veranstaltungen und sportlichen Aktivitäten in Gruppen an

#### **Auszug aus dem Angebot**

- Sprachkurse
- PC- und Handy-Kurse
- Computeria ([www.computeria-interlaken.ch](http://www.computeria-interlaken.ch))
- Besichtigungen und Vorträge
- Tanznachmittage im Kursaal Interlaken
- FitGym-Gruppen (Turnen) in verschiedenen Gemeinden
- Walking, Wandern, Velofahren

Verlangen Sie die aktuellen Kurs- und Sportprogramme

### **Bödelibad Interlaken**      **033 827 90 90**

Hallenbad, Freiluftbad mit grosser Grünfläche, Wellness mit Sauna, Dampfbad und Whirlpool, Minigolfanlage, Aqua-Fit SeniorInnen-Kurse

## **Damenturnverein Interlaken**

Seniorinnen des Damenturnvereins Interlaken

Mittwoch, 14.15 – 15:15 Uhr

in der General-Guisan-Turnhalle Interlaken

Kontakt: Ruth Pulfer

**078 682 09 55**

Mail: [ruth.pulfer@quicknet.ch](mailto:ruth.pulfer@quicknet.ch)

## **Fit Gym 60+ von pro Senectute**

Frauenturngruppe jeweils am Mittwoch.

Bönigen – Iseltwald in der Turnhalle um 14:00 Uhr

Kontakt: Jacqueline Gurtner

**033 847 15 52**

**Verschiedene Turnvereine bieten Seniorinnen- und Seniorenturnen an. Bitte fragen Sie direkt bei Ihrem Verein oder konsultieren Sie das Informationsblatt Ihrer Gemeinde.**

**Viele Kurse zum Thema „Bewegung und Fitness“ bietet ebenfalls die Pro Senectute an. Die Kursprogramme liegen bei Ihrer Gemeindeverwaltung auf oder Sie erhalten Sie direkt bei der Pro Senectute Berner Oberland, Büro Interlaken unter Tel. 033 226 60 60.**

**Bödeli-Bibliothek, Interlaken** 033 822 02 12

**Ludothek, Interlaken** 079 459 58 01  
Gesellschaftsspiele

**Regionaler Seniorenchor Oberland**  
Singprobe: Montag um 14.30 Uhr bis 16:30 Uhr im  
FUTURA, Unterseen  
Kontakt: Anette Balmer 078 761 76 80

**Schweizerisches Rotes Kreuz** 033 225 00 85  
**Bern-Oberland, beocare.ch**  
Bildung und Veranstaltungen

**Senioren-Universität, Bern** 031 684 81 11  
Mail: senioren@unibe.ch

**Volkshochschule Interlaken** 033 821 06 88  
Bildung und Weiterbildung für Geist  
und Körper. Spezielle Kurse für  
Seniorinnen und Senioren (60+)  
Internet: [www.vhs.interlaken.ch](http://www.vhs.interlaken.ch)



## PFLEGE IM ALTER

**Spitex AG**

**033 826 50 60**

**Die Adressen und Telefonnummern der privaten Spitex-Organisationen finden Sie im Telefonbuch.**

## SELBSTHILFE

**Alzheimer Bern,**

**077 437 90 10**

Beratungsstelle Demenz Thun/ Berner Oberland

*Beratung für Betroffene und Angehörige sind kostenlos*

**Berner Gesundheit**

**033 225 44 00**

**(Gesundheitsförderung, Suchtfragen)**

**Bernische Krebsliga**

**031 313 24 24**

Beratungsstelle Thun

E-Mail: [info@krebsligabern.ch](mailto:info@krebsligabern.ch)

**Blaues Kreuz Fachstelle Thun**

**033 222 01 77**

Fachstelle bei Alkohol- und Suchtprobleme

**Ernährungsberatung**

**033 826 25 19**

**fmi Spital Interlaken**

## Hörberatung

Bitte sehen Sie im Telefonbuch nach.

### **Lungenliga Bern**

Beratungsstelle Interlaken

**033 300 26 26**

### **pro audito schweiz**

Organisation für Menschen mit Hörproblemen

**044 363 12 00**

### **Psychiatrische Dienste**

Spitäler fmi AG, Unterseen

**033 826 23 21**

### **Psychiatrie-Spitex**

**033 826 50 60**

### **Rheumaberatung der Pro Infirmis**

Beratungsstelle Oberland / Thun

**058 775 13 00**

### **Selbsthilfe BE, Thun**

08.Rp. /Pro Min.

**0848 33 99 00**

## **Wundmanagement und Stomaberatung**

(Anmeldung über Hausarzt)

- **fmi Spital Interlaken**

**033 826 27 43**

E-Mail: [i.wundstomaberatung@spitalfmi.ch](mailto:i.wundstomaberatung@spitalfmi.ch)

- **Spitex AG**

**033 826 50 60**



## HILFSMITTEL / GEHHILFE

(Krücken, Rollstuhl, Pflegebett, etc.)

**Zahlreiche Hilfsmittel werden auch über Apotheken und Drogerien vermietet oder verkauft.**

**SAHB Schweizerische**  
Hilfsmittel-Zentrum, 3063 Ittigen BE

**031 996 91 80**

## MEDIKAMENTE

Bitte beachten Sie, dass Medikamente auch unerwünschte Nebenwirkungen haben können. Auch wenn Sie seit Jahren die gleichen Medikamente erhalten, können plötzlich Nebenwirkungen auftreten.

Deshalb sollte Ihr Hausarzt und die Spitex (wenn Sie diese benötigen) über sämtliche Medikamente, Salben und Naturheilmittel, die Sie regelmässig oder gelegentlich konsumieren, informiert werden.

Tragen Sie Ihren Medikamenten-Ausweis immer und überall bei sich und legen Sie eine Kopie zuhause zu Ihren Medikamenten. In den Ausweis gehört alles eingetragen, also sämtliche Medikamente, Salben und Naturheilmittel



*Foto: Herbert Steiner, Ringgenberg*

## HILFE IM HAUSHALT

### **Spitex AG**

**033 826 50 60**

Beratung, Betreuung, Hauswirtschaft, Pflege

**Die Adressen und Telefonnummern der privaten Anbieter finden Sie im Telefonbuch**

## MAHLZEITENDIENST

### **Pro Senectute Berner Oberland**

**033 226 60 60**

Auskünfte und Bestellung

### **Spitex AG**

**033 826 50 60**

### **Hotel Carlton-Europe, Interlaken**

**033 826 01 60**

(liefert in die Gemeinden Interlaken, Matten und Unterseen)

**Bitte beachten sie auch das Infoblatt Ihrer Gemeinde**

## MITTAGSTISCH

### **Mittagstische der Gemeinden/Kirchgemeinden**

(Siehe Infoblatt Gemeinde)

### **Mittagstische in diversen Pflegezentrum**

(Siehe Adressverzeichnis – bitte persönlich anfragen)

## NOTRUF EINRICHTUNG

### **Schweizerisches Rotes Kreuz Bern-Oberland, Rotkreuz-Notruf**

Beratung und Vermietung

**033 225 00 86**

### **Swisscom Tele-Alarm**

Beratung und Vermietung/Verkauf  
im Swisscom-Shop bei der Post Interlaken  
oder unter der Gratisnummer

**0800 800 800**

## FAHRDIENST

### **Schweizerisches Rotes Kreuz**

Vermittlungsstelle Interlaken

**033 225 00 80**

### **Behindertentaxi Region Interlaken**

**Bödeli-Taxi Interlaken**

**0800 22 00 88**

(Gratis-Telefonnummer)

# ENTLASTUNG FÜR ANGEHÖRIGE

**Beocare Entlastung für Angehörige** 033 225 00 87  
Info und Vermittlung

## TAGESAUFENTHALT UND FERIENBETTEN

### Tagesaufenthalte (auf Anfrage)

<b>Alters- + Pflegeheim Beatenberg-Habkern</b>	<b>033 841 88 00</b>
<b>Altersheim Sunnsyta, Ringgenberg</b>	<b>033 826 16 86</b>
<b>Zumsy Rosenau, Matten</b>	<b>033 826 05 00</b>
<b>Zentrum Artos, Tagestreff</b>	<b>033 828 88 44</b>
<b>Alters- Pflegeheim, EICHE Wilderswil</b>	<b>033 845 85 22</b>

Auskünfte und Adressen über Institutionen und Angebote ausserhalb der Region erhalten Sie bei

➤ **Pro Senectute Berner Oberland** 033 226 60 60

### Ferienbetten

Verschiedene Alters- und Pflegeheime in der Region bieten Ferienbetten an.

- Telefonnummern siehe Adressverzeichnis
- Ferienbetten sind auch zu finden unter [www.wohnen60plus.ch](http://www.wohnen60plus.ch)

## ALTERS- UND PFLEGEHEIME IN DER REGION

<b>Senectute Berner Oberland</b> Beratung zu Alterswohnungen <a href="http://www.wohnen60plus.ch">www.wohnen60plus.ch</a>	<b>033 226 60 60</b>
<b>Zentrum Artos, Interlaken</b>	<b>033 828 88 44</b>
<b>Bethania im Stedtli, Unterseen</b>	<b>033 826 09 00</b>
<b>Alterswohnungen Bönigen</b>	<b>033 822 95 73</b>
<b>Gemeindeverwaltung Habkern</b>	<b>033 843 82 10</b>
<b>Bauverwaltung Matten</b>	<b>033 826 50 11</b>
<b>zumy Rosenau, Matten</b>	<b>033 826 05 00</b>
<b>Alterswohnungen, Ringgenberg</b> (unterhalb Altersheim Sunnsyta)	<b>033 826 16 86</b>
<b>Alterswohnungen Schlössli, Bönigen</b>	<b>033 888 80 20</b>
<b>Alterswohnungen Wilderswil</b>	<b>033 821 65 68</b>

<b>Pro Senectute Berner Oberland</b> Beratung zu Alters- und Pflegeheimen (inkl. Heimfinanzierung) www.wohnen60plus.ch	<b>033 226 60 60</b>
<b>Pflegezentrum Artos, Interlaken</b>	<b>033 828 88 44</b>
<b>Alters- und Pflegeheim Beatenberg-Habkern in Beatenberg</b>	<b>033 841 88 00</b>
<b>Alters- und Pflegeheim Bethania im Stedtli, Unterseen</b>	<b>033 826 09 00</b>
<b>Alters- und Pflegeheim Kristall, Unterseen</b>	<b>033 826 52 00</b>
<b>Wohn- und Pflegezentrum Solviva Spissibach, Leissigen</b>	<b>033 847 88 47</b>
<b>Altersheim Sunnsyta Ringgenberg</b>	<b>033 826 16 86</b>
<b>zumsy Rosenau Matten</b>	<b>033 826 05 00</b>
<b>Pflegeheim Schlössli am See Bönigen</b>	<b>033 888 80 20</b>

**Reha Pflegeklinik Eden** 033 828 18 00  
**Ringgenberg**

**Seniorenpark Weissenau, Unterseen** 033 828 84 00

**Alters- und Pflegeheim EICHE** 033 845 85 22  
**Wilderswil**





## LISTE FÜR DEN UMZUG

Unbedingt zu informieren sind:

- Einwohnerkontrolle/Steuerverwaltung**
- AHV-Ausgleichskasse**
- Bank / PostFinance**
- Hausarzt**
- Krankenkasse und Versicherungen**
- Post**
- Strassenverkehrsamt**
- Telefon- und Fernsehanbieter**
- IBI/BKW und Wasserversorgung**
- Vereins-, Kurs-, Klubsekretariate**
- Zeitschriften- und Zeitungsabonnemente**
- Kaminfeger**
- Freunde und Bekannte**

# ADRESSEN FÜR WICHTIGE ANLAUFSTELLEN

## Verzeichnis

Bitte Änderungen von Namen, Adressen, Telefonnummern laufend melden an:

Sekretariat Sozialkommission Interlaken-Unterseen

Gemeindeverwaltung, General Guisanstrasse 43, 3800 Interlaken

Tel. 033 826 51 61, E-Mail: [soziales@interlaken.ch](mailto:soziales@interlaken.ch)

### **AHV-Zweigstelle Bödeli**

**(Interlaken, Unterseen, Matten, Beatenberg, Därliigen)**

Stadthaus, untere Gasse 2, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 19 05

E-Mail: [ahv-zweigstelle@unterseen.ch](mailto:ahv-zweigstelle@unterseen.ch)

Internet: [www.akbern.ch](http://www.akbern.ch)

### **AHV-Zweigstelle Bönigen-Iseltwald**

Gemeindeverwaltung, Interlakenstr. 6, 3806 Bönigen

Telefon: 033 826 10 00

Internet: [www.boenigen.ch](http://www.boenigen.ch)

### **AHV-Zweigstelle Gsteigwiler**

Gemeindeverwaltung, Halten 90, 3814 Gsteigwiler

Telefon 033 822 13 09

E-Mail: [www.gsteigwiler.ch](http://www.gsteigwiler.ch)

### **AHV-Zweigstelle Ringgenberg**

Gemeindeverwaltung, Hauptstrasse 184,  
3852 Ringgenberg  
Telefon 033 822 31 81  
E-Mail: [ahv@ringgenberg.ch](mailto:ahv@ringgenberg.ch)

### **AHV-Zweigstelle Wilderswil**

Finanzverwaltung, AHV-Zweigstelle Steuerbüro  
Telefon 033 826 01 42  
E-Mail: [ahv.zweigstelle@wilderswil.ch](mailto:ahv.zweigstelle@wilderswil.ch)

### **Alters- und Pflegeheim Artos, Interlaken**

Alpenstrasse 45, 3800 Interlaken  
Telefon: 033 828 88 75  
E-Mail: [mail@artos.ch](mailto:mail@artos.ch)  
Internet: [www.artos.ch](http://www.artos.ch)

### **Alters- und Pflegeheim Beatenberg-Habkern**

Schmockenstrasse 235, 3803 Beatenberg  
Telefon 033 841 88 00, Fax: 033 841 88 01  
E-Mail: [admin@altersheim-beatenberg.ch](mailto:admin@altersheim-beatenberg.ch)  
Internet: [www.beatenberg.ch/altersheim](http://www.beatenberg.ch/altersheim)

### **Alters- und Pflegeheim Bethania Unterseen im Stedtli**

Obere Gasse 6, 3800 Unterseen  
Telefon: 033 826 09 00, Fax: 033 826 09 01  
E-Mail: [heimleitung@bethania-unterseen.ch](mailto:heimleitung@bethania-unterseen.ch)  
Internet: [www.bethania-unterseen.ch](http://www.bethania-unterseen.ch)

### **Alters- und Pflegeheim Kristall**

Seestrasse 72, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 52 00

E-Mail: [info@altersheim-kristall.ch](mailto:info@altersheim-kristall.ch)

Internet: [www.altersheim-kristall.ch](http://www.altersheim-kristall.ch)

### **Zumсы Rosenau, Matten**

Klostergässli 5, 3800 Matten

Telefon 033 826 05 00

E-Mail: [info.rosenau@zumсы.ch](mailto:info.rosenau@zumсы.ch)

Internet: [www.zumсы.ch](http://www.zumсы.ch)

### **Altersheim Sunnsyta**

Alters- und Pflegeheim

Kappelistrasse 6, 3852 Ringgenberg

Telefon 033 826 16 86

E-Mail: [info@sunnsyta.ch](mailto:info@sunnsyta.ch)

Internet: [www.sunnsyta.ch](http://www.sunnsyta.ch)

### **Alterswohnungen Bönigen, Genossenschaft für**

### **Alterswohnungen, Untere Stockteile, Bönigen**

Präsident Kurt Mühlematter, c/o Hermann Michel

Stockteile 8, 3806 Bönigen

Telefon 033 822 43 30

Internet: [www.boenigen.ch](http://www.boenigen.ch)

### **Alterswohnungen Habkern, Genossenschaft Bärenmatte, Habkern**

Gemeindehaus, Im Holz 373, 3804 Habkern

Telefon 033 843 82 10

E-Mail: [gemeinde@habkern.ch](mailto:gemeinde@habkern.ch)

Internet: [www.habkern.ch/alterswohnungen](http://www.habkern.ch/alterswohnungen)

### **Alterswohnungen Matten, Kesslergasse 6, Matten**

Vermietung: Bauverwaltung Matten

Baumgartenstrasse 14, 3800 Matten

Telefon 033 826 50 11

E-Mail: [info@matten.ch](mailto:info@matten.ch)

Internet: [www.matten.ch](http://www.matten.ch)

### **Alterswohnungen, Kappelistrasse 6, 3852 Ringgenberg**

Vermietung: APH Sunnsyta Telefon 033 826 16 86

E-Mail: [sekretariat@sunnsyta.ch](mailto:sekretariat@sunnsyta.ch)

Internet: [www.sunnsyta.ch](http://www.sunnsyta.ch)

### **Alterswohnungen, Schulgässli 56, Wilderswil,**

Gemeinnützige Genossenschaft Alterswohnungen

Vermietung: Stefan Zumbunn, Telefon; 033 821 65 68

Internet: [www.alterswohnungen-wilderswil.ch](http://www.alterswohnungen-wilderswil.ch)

E-Mail: [info@alterswohnungen-wilderswil.ch](mailto:info@alterswohnungen-wilderswil.ch)

### **Alters- und Pflegeheim EICHE**

Schulgässli 51A, 3812 Wilderswil

Telefon 033 845 85 22

E-Mail: [eiche@seeburg.ch](mailto:eiche@seeburg.ch)

Internet: [www.seeburg.ch/wohnangebote/wohnbereiche/#wohnangebote-mit-pflege.ch](http://www.seeburg.ch/wohnangebote/wohnbereiche/#wohnangebote-mit-pflege.ch)

### **Alters- und Pflegeheim Kristall**

Seestrasse 72, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 52 00

E-Mail: [info@altersheim-kristall.ch](mailto:info@altersheim-kristall.ch)

Internet: [www.altersheim-kristall.ch](http://www.altersheim-kristall.ch)

### **ZumSY Rosenau, Matten**

Klostergässli 5, 3800 Matten

Telefon 033 826 05 00

E-Mail: [info.rosenau@zumSY.ch](mailto:info.rosenau@zumSY.ch)

Internet: [www.zumSY.ch](http://www.zumSY.ch)

### **Altersheim Sunnsyta**

Alters- und Pflegeheim

Kappelstrasse 6, 3852 Ringgenberg

Telefon 033 826 16 86

E-Mail: [info@sunnsyta.ch](mailto:info@sunnsyta.ch)

Internet: [www.sunnsyta.ch](http://www.sunnsyta.ch)

### **Alterswohnungen Bönigen, Genossenschaft für**

### **Alterswohnungen, Untere Stockteile, Bönigen**

Präsident Kurt Mühlematter, c/o Hermann Michel

Stockteile 8, 3806 Bönigen

Telefon 033 822 43 30

Internet: [www.boenigen.ch](http://www.boenigen.ch)

### **Alterswohnungen Habkern, Genossenschaft Bärenmatte, Habkern**

Gemeindehaus, Im Holz 373, 3804 Habkern

Telefon 033 843 82 10

E-Mail: [gemeinde@habkern.ch](mailto:gemeinde@habkern.ch)

Internet: [www.habkern.ch/alterswohnungen](http://www.habkern.ch/alterswohnungen)

### **Alterswohnungen Matten, Kesslergasse 6, Matten**

Vermietung: Bauverwaltung Matten

Baumgartenstrasse 14, 3800 Matten

Telefon 033 826 50 11

E-Mail: [info@matten.ch](mailto:info@matten.ch)

Internet: [www.matten.ch](http://www.matten.ch)

### **Alterswohnungen, Kappelistrasse 6, 3852 Ringgenberg**

Vermietung: APH Sunnsyta Telefon 033 826 16 86

E-Mail: [sekretariat@sunnsyta.ch](mailto:sekretariat@sunnsyta.ch)

Internet: [www.sunnsyta.ch](http://www.sunnsyta.ch)

### **Alterswohnungen, Schulgässli 56, Wilderswil,**

Gemeinnützige Genossenschaft Alterswohnungen

Vermietung: Stefan Zumbunn, Telefon; 033 821 65 68

Internet: [www.alterswohnungen-wilderswil.ch](http://www.alterswohnungen-wilderswil.ch)

E-Mail: [info@alterswohnungen-wilderswil.ch](mailto:info@alterswohnungen-wilderswil.ch)

### **Alters- und Pflegeheim EICHE**

Schulgässli 51A, 3812 Wilderswil

Telefon 033 845 85 22

E-Mail: [eiche@seeburg.ch](mailto:eiche@seeburg.ch)

Internet: [www.seeburg.ch/wohnangebote/wohnbereiche/#wohnangebote-mit-pflege\\_\\_](http://www.seeburg.ch/wohnangebote/wohnbereiche/#wohnangebote-mit-pflege__)



**Alzheimervereinigung, Schweizerische (ALZ)**

**Region Thun/Berner Oberland**

Telefon 077 437 90 10

E-Mail: [silke.daeppen@alz.ch](mailto:silke.daeppen@alz.ch)

Internet: [www.alzheimer-schweiz.ch/de/bern/home](http://www.alzheimer-schweiz.ch/de/bern/home)

**Behindertentaxi Region Interlaken (Rollstuhltaxi)**

**Bödeli-Taxi GmbH, Rugenstr. 13, 3812 Wilderswil**

Gratis-Telefonnummer 0800 22 00 88

E-Mail: [mail@boedelitaxi.com](mailto:mail@boedelitaxi.com)

Internet: [www.boedelitaxi.com](http://www.boedelitaxi.com)

**Beratungs- und Rehabilitationsstelle für**

**Sehbehinderte und Blinde des Kantons Bern**

Neufeldstrasse 95, 3012 Bern

Telefon 031 306 33 33

E-Mail: [info@b-bern.ch](mailto:info@b-bern.ch)

Internet: [www.b-bern.ch](http://www.b-bern.ch)

**Beratungsstelle Ehe, Partnerschaft, Familie  
der Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn**

Freiestrasse 2a, 3800 Interlaken

Telefon 033 822 25 20

E-Mail: [wschaeppi@hotmail.com](mailto:wschaeppi@hotmail.com)

Internet: [www.berner-eheberatung.ch](http://www.berner-eheberatung.ch)

## **Berner Gesundheit – Zentrum Oberland**

Sucht- und Gesundheitszentrum  
Bahnhofstrasse 20, 3800 Interlaken  
Telefon 033 225 44 00  
E-Mail: [thun@beges.ch](mailto:thun@beges.ch)  
Internet: [www.bernergesundheit.ch](http://www.bernergesundheit.ch)

## **Berner Schuldenberatung**

Thunstrasse 34, 3700 Spiez  
Telefon 033 221 76 30  
E-Mail: [info@schuldeninfo.ch](mailto:info@schuldeninfo.ch)  
Internet: [www.schuldeninfo.ch](http://www.schuldeninfo.ch)

## **Bernische Krebsliga**

Schwanengasse 5/7, 3001 Bern  
Telefon 031 313 24 24  
E-Mail: [info@krebsligabern.ch](mailto:info@krebsligabern.ch)  
Internet: [www.bern.krebsliga.ch](http://www.bern.krebsliga.ch)

## **Bernische Ombudsstelle für Alters-, Betreuungs- und Heimfragen**

Bümplizstrasse 128, 3018 Bern  
Telefon: 031 372 27 27  
E-Mail: [info@ombudsstellebern.ch](mailto:info@ombudsstellebern.ch)  
Internet: [www.ombudsstellebern.ch](http://www.ombudsstellebern.ch)

## **SERAFE AG**

Telefon: 058 201 31 67

Kontakt: [www.serafe.ch/de/kontakt/](http://www.serafe.ch/de/kontakt/)

Internet: [www.serafe.ch](http://www.serafe.ch)

## **Blaues Kreuz Fachstelle Thun**

Kasernenstrasse 17, 3600 Thun

Telefon 033 222 01 77

E-Mail: [fs.thun@blaueskreuzbern.ch](mailto:fs.thun@blaueskreuzbern.ch)

Internet: [www.blaueskreuzbern.ch](http://www.blaueskreuzbern.ch)

## **Bödelibad Interlaken**

Goldey, 3800 Unterseen

Telefon 033 827 90 90

E-Mail: [info@boedelibad-interlaken.ch](mailto:info@boedelibad-interlaken.ch)

Internet: [www.boedelibad-interlaken.ch](http://www.boedelibad-interlaken.ch)

## **Bödéli-Bibliothek**

Spilmatte 3, 3800 Interlaken

Telefon 033 822 02 12

E-Mail: [info@boedeli-bibliothek.ch](mailto:info@boedeli-bibliothek.ch)

Internet: [www.boedeli-bibliothek.ch](http://www.boedeli-bibliothek.ch)

## **Budgetberatungsstelle plus**

Kirchlicher Bezirk Interlaken-Oberhasli

Budgetberatung plus, Herzigässli 21, 3800 Matten

Telefon 033 971 16 16

E-Mail: [beratung@budgetplus.ch](mailto:beratung@budgetplus.ch)

Internet: [www.budgetplus.ch](http://www.budgetplus.ch)

## **Budget-Beratungsstelle**

### **Frauenverband Berner Oberland (FBO)**

Untere Hauptgasse 14, 3600 Thun

Telefon 033 222 42 66, Fax 033 222 42 26

E-Mail: [fbo.thun@bluewin.ch](mailto:fbo.thun@bluewin.ch)

Internet: [www.frauenverband-berneroberland.ch](http://www.frauenverband-berneroberland.ch)

## **Die Dargebotene Hand, Bern**

Geschäftsstelle Bern

Telefon 031 301 12 23

E-Mail: [bern@143.ch](mailto:bern@143.ch)

Internet: [www.bern.143.ch](http://www.bern.143.ch)

## **Eduard Ruchti-Stiftung**

Regierungsstatthalteramt Interlaken-Oberhasli,

Schloss 1, Postfach 276, 3800 Interlaken

Telefon 031 635 97 70, Fax 031 635 97 71

Allgemeine Auskunft: [office@stiftungschweiz.ch](mailto:office@stiftungschweiz.ch)

E-Mail: [rsta.in-oh@jgk.be.ch](mailto:rsta.in-oh@jgk.be.ch)

## **Entlastungsdienst Kanton Bern**

Schwarztorstrasse 32, 3007 Bern

Telefon 031 382 01 66

E-Mail: [be@entlastungsdienst.ch](mailto:be@entlastungsdienst.ch)

Internet: [www.entlastungsdienst.ch/bern](http://www.entlastungsdienst.ch/bern)

## **Evangelisch-methodistische Kirche Interlaken und Habkern**

Waldeggstrasse 5, 3800 Interlaken

Telefon 033 822 36 71 E-Mail: [interlaken@emk-schweiz.ch](mailto:interlaken@emk-schweiz.ch)

Internet: [www.emk-interlaken.ch](http://www.emk-interlaken.ch)

## **Fachstelle Schuldensanierung Berner Oberland**

Scheibenstrasse 3, 3600 Thun

Telefon 033 221 80 60

E-Mail: [beo@schuldensanierung-fss.ch](mailto:beo@schuldensanierung-fss.ch)

Internet: [www.schuldensanierung-fss.ch](http://www.schuldensanierung-fss.ch)

## **Frauenhaus Thun – Berner Oberland**

Panoramastrasse 1A, Postfach 57, 3602 Thun

Telefon 033 221 47 47, Fax 033 221 47 48

E-Mail: [info@frauenhaus-thun.ch](mailto:info@frauenhaus-thun.ch)

Internet: [www.frauenhaus-thun.ch](http://www.frauenhaus-thun.ch)

## **Frauenverband Berner Oberland**

Untere Hauptgasse 14, 3600 Thun

Telefon 033 222 42 66, Fax 033 222 42 26

E-Mail: [fbo.thun@bluewin.ch](mailto:fbo.thun@bluewin.ch)

Internet: [www.frauenverband-berneroberland.ch](http://www.frauenverband-berneroberland.ch)

## **Frauenzentrale Bern, Budget und Rechtsberatung**

Marktgasse 17, 3600 Thun

Telefon 031 311 72 01

E-Mail: [sekretariat@frauenzentralebern.ch](mailto:sekretariat@frauenzentralebern.ch)

Internet: [www.frauenzentralebern.ch](http://www.frauenzentralebern.ch)

## **Gesundheitszentrum Meiringen der Spitäler fmi ag**

Spitalstrasse 13, 3860 Meiringen

Telefon 033 826 26 26

E-Mail: [info@spitalfmi.ch](mailto:info@spitalfmi.ch)

Internet: [www.spitalfmi.ch](http://www.spitalfmi.ch)

## **Hotel Carlton-Europe, Interlaken**

Höheweg 92-94, 3800 Interlaken

Telefon 033 826 01 60, Fax 033 826 01 69

E-Mail: [info@carlton europe.ch](mailto:info@carlton europe.ch)

Internet: [www.carlton europe.ch](http://www.carlton europe.ch)

## **Heilsarmee Interlaken**

Niesenstrasse 10, 3800 Interlaken

Telefon 033 822 85 22

E-Mail: [korps\\_interlaken@heilsarmee.ch](mailto:korps_interlaken@heilsarmee.ch)

Internet: [www.heilsarmee.ch](http://www.heilsarmee.ch)

## **KESB Kinder- und Erwachsenenschutzbehörde Oberland-Ost**

Schloss 11, 3800 Interlaken

Telefon 031 635 22 25, Fax 031 635 22 49

E-Mail: [info.kesb-oo@jgk.be.ch](mailto:info.kesb-oo@jgk.be.ch)

Internet: [www.be.ch/kesb](http://www.be.ch/kesb)

## **Ludothek Jojo Interlaken**

Spielmatte 3, 3800 Unterseen

Telefon: 079 459 58 01

E-Mail: [kontakt@ludothek-jojo.ch](mailto:kontakt@ludothek-jojo.ch)

Internet: [www.ludothek-jojo.ch](http://www.ludothek-jojo.ch)

## **Lungenliga Bern, Beratungsstelle Interlaken**

Untere Bönigstrasse 8, 3800 Interlaken

Telefon 031 300 26 26, Fax 033 300 26 25

E-Mail: [info@lungenliga-be.ch](mailto:info@lungenliga-be.ch)

Internet: [www.lungenliga.ch](http://www.lungenliga.ch)

Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin.

## **Ombudstelle Krankenversicherung**

Morgartenstrasse 9, 6002 Luzern

Telefon 041 226 10 10

E-Mail: [info@om-kv.ch](mailto:info@om-kv.ch)

Internet: [www.om-kv.ch](http://www.om-kv.ch)

## **Ombudsmann der Privatversicherung und der Suva**

Postfach 1063, 8024 Zürich

Telefon: 044 211 30 90

Internet: [www.versicherungsombudsman.ch](http://www.versicherungsombudsman.ch)

## **Pflegeheime**

Pflege- und Wohnheime mit individuellen Angebote für

Pflege- und Betreuungsangebote

Internet: [www.pflege-heime.ch](http://www.pflege-heime.ch)

## **Pflegeheim Schlössli am See**

Seestrasse 34, 3806 Bönigen

Telefon 033 888 80 20, Fax 033 888 80 21

E-Mail: [info@schloessli.com](mailto:info@schloessli.com)

Internet: [www.schloessli.com](http://www.schloessli.com)

### **Pro Audito Berner Oberland**

Organisation für Menschen mit Hörproblemen

Frutigenstrasse 22, 3600 Thun

Telefon 077 453 40 46

E-Mail: [info@pro-audito-beo.ch](mailto:info@pro-audito-beo.ch),

Internet: [www.pro-audito-beo.ch](http://www.pro-audito-beo.ch)

### **Pro Senectute Berner Oberland**

Strandbadstrasse 3, 3800 Interlaken

Telefon 033 826 52 52

E-Mail: [oberland@be.prosenectute.ch](mailto:oberland@be.prosenectute.ch)

Internet: [www.be.prosenectute.ch](http://www.be.prosenectute.ch)

### **Psychiatrie Spitäler fmi AG**

Ambulatorium Interlaken, Spitalweg 3, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 23 21

E-Mail: [psychiatrie@spitalfmi.ch](mailto:psychiatrie@spitalfmi.ch)

Internet: [www.spitalfmi.ch](http://www.spitalfmi.ch)

### **Psychiatrische Notfalldienst:**

Psychiatrischer Notfalldienst: 033 826 26 26 oder

Sanitätsnotruf 144

### **Reformierte Kirchgemeinde Gsteig-Interlaken**

Verwaltung und Sekretariat, Kirchgemeindehaus,

Herziggässli 21, 3800 Matten

Telefon 033 822 45 33

E-Mail: [verwaltung@gsteig-interlaken.ch](mailto:verwaltung@gsteig-interlaken.ch)

Internet: [www.gsteig-interlaken.ch](http://www.gsteig-interlaken.ch)

**Die Pfarrämter** finden Sie im Infoblatt Ihrer Gemeinde



## **Reformierte Kirchgemeinde Ringgenberg**

Kirchgasse 12, 3852 Ringgenberg

Telefon Sekretariat: 033 822 12 27

E-Mail: sekretariat.kirchgemeinde@kircheringgenberg.ch

Internet: www.kircheringgenberg.ch

**Die Pfarrämter** finden Sie im Infoblatt Ihrer Gemeinde

## **Reformierte Kirchgemeinde Unterseen**

Sekretariat, Schloss, Hauptstrasse 1, 3800 Unterseen

Telefon 033 822 55 77

E-Mail: sekretariat@kirche-unterseen.ch

Internet: www.kirche-unterseen.ch

**Die Pfarrämter** finden Sie im Infoblatt Ihrer Gemeinde

## **Kirche Unterseen, Ressort Senioren**

Telefon: 033 821 28 56

E-Mail: senioren@kirche-unterseen.ch

## **Römisch-Katholisches Pfarramt Interlaken**

Schloss-Strasse 4, 3800 Interlaken

Telefon 033 826 10 80

E-Mail: pfarrei@kath-interlaken.ch

Internet: www.kath-interlaken.ch

## **Reha Pflegeklinik Eden**

Schulhausweg 11, 3852 Ringgenberg

Telefon 033 828 18 00, Fax 033 828 18 19

E-Mail: info@reha-pflegeklinik.ch

Internet: www.reha-pflegeklinik.ch

## **Rheumaberatung der Pro Infirmis**

Beratungsstelle Oberland Ost,  
Untere Bönigstrasse 35, 3800 Interlaken  
(Die Beratungsstelle Interlaken ist nur bei Bedarf besetzt)  
Postadresse: Pro Infirmis, Beratungsstelle Oberland,  
Niesenstrasse 1, 3600 Thun  
Telefon 058 775 13 00  
E-Mail: thun@proinfirmis.ch  
Internet: www.proinfirmis.ch

## **Schlichtungsbehörde Berner Oberland (Mietrecht und Arbeitsrecht)**

Scheibenstrasse 11 B, 3600 Thun  
Telefon 031 635 58 00, Fax 031 634 50 74  
E-Mail: schlichtungsbehoerde.thun@justice.be.ch  
Telefonische Rechtsberatung unter Tel. 031 635 58 35  
Rechtsberatung vor Ort, nur nach telefonischer Voranmeldung  
unter Tel. 031 635 58 00  
Achtung: Keine Rechtsberatung per E-Mail

## **Schweizerischer Verband für Seniorenfragen**

Sekretariat SVS, 8840 Einsiedeln  
Herr Ueli Brügger  
Telefon 079 434 02 36  
E-Mail: seniorenfragen@bluewin.ch  
Internet: www.seniorenfragen.ch

## **Schweizerische Arbeitsgemeinschaft Hilfsmittelberatung**

Hilfsmittel-Zentrum, Worblentalstrasse 32 West

3063 Ittigen

Telefon 031 996 91 80

E-Mail: [hmz.ittigen@sahb.ch](mailto:hmz.ittigen@sahb.ch)

Internet: [www.sahb.ch](http://www.sahb.ch)

Termin nach Vereinbarung

## **Exma VISION - Hilfsmittel**

Dünnernstrasse 32, 4702 Oensingen

Telefon: 062 388 20 20

E-Mail: [exma@sahb.ch](mailto:exma@sahb.ch)

Internet: [www.sahb.ch/exma-vision/](http://www.sahb.ch/exma-vision/)

Termin nach Vereinbarung

## **Schweizerischer Seniorenrat SSR**

Kirchstrasse 24, 3097 Liebfeld

Telefon 031 311 89 07

E-Mail: [info@ssr-csa.ch](mailto:info@ssr-csa.ch)

Internet: [www.ssr-csa.ch](http://www.ssr-csa.ch)

## **Solvivacare, Wohn- und Pflegezenter**

Ischlagweg 17/19, 3706 Leissigen

Telefon: 033 847 88 47

E-Mail: [info@solviva-leissigen.ch](mailto:info@solviva-leissigen.ch)

Internet: [www.solviva-care.ch](http://www.solviva-care.ch)

## **Schweizerisches Rotes Kreuz, Kanton Bern**

Bernstrasse 162, 3052 Zollikofen

Telefon 031 919 09 09

E-Mail: [kvbe@srk-bern.ch](mailto:kvbe@srk-bern.ch)

Internet: [www.srk-bern.ch](http://www.srk-bern.ch)

## **Rotkreuz-Notruf**

Telefon 058 426 26 62

E-Mail: [notruf@srk-thun.ch](mailto:notruf@srk-thun.ch)

Internet: [www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/im-alter/rotkreuz-notruf](http://www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/im-alter/rotkreuz-notruf)

## **Rotkreuz-Fahrdienst, Region Oberland**

Telefon 033 225 00 82

E-Mail: [fahrdienst-oberland@srk-bern.ch](mailto:fahrdienst-oberland@srk-bern.ch)

Internet: [www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/im-alter/rotkreuz-fahrdienst](http://www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/im-alter/rotkreuz-fahrdienst)

## **Entlastung Angehörige, Beocare**

Länggasse 2, 3600 Thun

Telefon: 033 225 00 87

E-Mail: [info-beocare@srk-bern.ch](mailto:info-beocare@srk-bern.ch)

Internet: [www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/im-alter/entlastung-fuer-angehoerige](http://www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/im-alter/entlastung-fuer-angehoerige)

## **Besuchs-und Begleitdienst, Region Oberland**

Länggasse 2, 3600 Thun

Telefon: 033 225 00 80

E-Mail: [info-oberland@srk-bern.ch](mailto:info-oberland@srk-bern.ch)

Internet: [www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/im-alter/besuchs-und-begleitdienst](http://www.srk-bern.ch/de/unterstuetzung-im-alltag/im-alter/besuchs-und-begleitdienst)

## **Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Thun**

Marktgasse 17, 3600 Thun

Telefon: 0848 33 99 00 (08 Rp./Min)

E-Mail: [info@selbsthilfe-be.ch](mailto:info@selbsthilfe-be.ch)

Internet: [www.selbsthilfe-be.ch](http://www.selbsthilfe-be.ch)

## **Seniorenpark Weissenau**

Weissenaustrasse 39, 3800 Unterseen

Telefon 033 828 84 00

E-Mail: [info@seniorenparkweissenau.ch](mailto:info@seniorenparkweissenau.ch)

Internet: [www.seniorenparkweissenau.ch](http://www.seniorenparkweissenau.ch)

## **Seniorenuniversität Bern**

Hochschulstrasse 4, 3012 Bern

Telefon 031 631 52 40

E-mail: [seniorenuni@unibe.ch](mailto:seniorenuni@unibe.ch)

Internet: [www.seniorenuni.unibe.ch](http://www.seniorenuni.unibe.ch)

## **Sozialdienst Region Jungfrau**

Jungfraublickallee 16 3800 Interlaken

Telefon 033 826 06 26, Fax 033 826 06 27

E-Mail: [info@sdrj.ch](mailto:info@sdrj.ch)

Internet: [www.sdrj.ch](http://www.sdrj.ch)

## **Spitäler fmi AG, Spital Interlaken**

Weissenaustrasse 27, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 26 26

E-Mail: [info@spitalfmi.ch](mailto:info@spitalfmi.ch)

Internet: [www.spitalfmi.ch](http://www.spitalfmi.ch)

## **SPO Patientenorganisation Bern**

Postgasse 15, 3007 Bern

Telefon 031 372 13 11

E-Mail: [be@spo.ch](mailto:be@spo.ch)

Internet: [www.spo.ch](http://www.spo.ch)

Hotline für dringende Anliegen:

Telefon 0900 56 70 47 (Fr. 2.90 pro Min. ab Festnetz)

## **SPITEX AG**

Untere Gasse 2, Stadthaus, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 50 60

E-Mail: [info@spitexinterlaken.ch](mailto:info@spitexinterlaken.ch)

E-Mail: [spitex.interlaken@spitex-hin.ch](mailto:spitex.interlaken@spitex-hin.ch)

Internet: [www.spitexinterlaken.ch](http://www.spitexinterlaken.ch)

## **Psychiatrie-Spitex**

Telefon 033 826 50 60,

E-Mail: [info@spitexinterlaken.ch](mailto:info@spitexinterlaken.ch)

Internet: [www.spitexinterlaken.ch/Angebote/Psychiatrie-Spitex/P2Aeh/](http://www.spitexinterlaken.ch/Angebote/Psychiatrie-Spitex/P2Aeh/)

## **VISTA, Fachstelle Opferhilfe bei sexueller und häuslicher Gewalt**

Bälliz 49, 3600 Thun

Telefon 033 225 05 60

E-Mail: [info@vista-thun.ch](mailto:info@vista-thun.ch)

Internet: [www.stiftung-gegen-](http://www.stiftung-gegen-gewalt.ch/wsp/de/fachstellen/vista/angebot/angebot/)

[gewalt.ch/wsp/de/fachstellen/vista/angebot/angebot/](http://www.stiftung-gegen-gewalt.ch/wsp/de/fachstellen/vista/angebot/angebot/)

## **Volkshochschule Interlaken und Umgebung**

Spielmatte 3, 3800 Unterseen

Telefon 033 821 06 88

E-Mail: [info@vhs-interlaken.ch](mailto:info@vhs-interlaken.ch)

Internet: [www.vhs-interlaken.ch](http://www.vhs-interlaken.ch)

## **Wundzentrum und Stomaberatung**

(Die Anmeldung erfolgt über den Hausarzt)

- fmi-Spital Interlaken, Weissenaustr. 27, 3800 Unterseen  
Telefon 033 826 27 43  
Internet: [www.spitalfmi.ch](http://www.spitalfmi.ch)  
E-Mail: [i.wundstomaberatung@spitalfmi.ch](mailto:i.wundstomaberatung@spitalfmi.ch)
- Spitex AG  
Telefon 033 826 50 60  
E-Mail: [info@spitexinterlaken.ch](mailto:info@spitexinterlaken.ch)

## **Zivilstandskreis Oberland-Ost**

Schloss 8, 3800 Interlaken

Telefon 031 635 43 40

E-Mail: [za.oo.zbd@be.ch](mailto:za.oo.zbd@be.ch)

Internet: [www.zivilstand.sid.be.ch](http://www.zivilstand.sid.be.ch)

# SCHLUSSWORT

4. aktualisierte Auflage, überarbeitet durch die regionale Koordinationskommission der Region Interlaken für Altersfragen im Auftrag der Gemeinden Bönigen, Gsteigwiler, Interlaken, Gündlischwand, Matten, Ringgenberg, Unterseen und Wilderswil.

Der Wegweiser ist ebenfalls im Internet unter den Gemeinden abrufbar.

Erscheinungsdatum 2023



*Foto: Herbert Steiner, Ringgenberg*