

Begegnung, Aktivität und Bildung

Eine abwechslungsreiche Freizeitgestaltung trägt zum Wohlbefinden bei. Es gibt viele Möglichkeiten, um soziale Kontakte zu leben, geistige Anregung zu erhalten und kreativ tätig zu sein.



Freizeit- und Bildungsangebote

Besuchsdienste

Wünschen Sie sich regelmässige Besuche?

Durch die regelmässigen Besuche einer freiwillig tätigen Person erhalten ältere Menschen sozialen Austausch und Abwechslung in ihrem Alltag.

Anbieter

- [Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Köniz \(Angebote\)](#)
- [Römisch-katholische Kirche: Seelsorgeraum Bern-Süd](#)
- [Nachbarschaftshilfe für ältere Menschen «Zeit-Netz Köniz»](#)
- [Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern, Region Mittelland \(Besuchs- und Begleitsdienst SRK\)](#)

Geselligkeit, Spiel, Aktivität

Möchten Sie an geselligen Anlässen teilnehmen?

Diese Anbieter ermöglichen Begegnungen mit anderen Menschen, indem man gemeinsam feiert, spielt oder handwerklich tätig ist.

Anbieter

- [Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Köniz \(Angebote\)](#)
- [Römisch-katholische Kirche: Seelsorgeraum Bern-Süd](#)
- [Kultur in der Gemeinde Köniz](#)
- [Nachbarschaftshilfe für ältere Menschen «Zeit-Netz Köniz»](#)
- [Pro Senectute Kanton Bern: Kurse und Aktivitäten](#)
- [Verein «La Terza Età» Schliern](#)
- [Verein Senioren Köniz](#)

Veranstaltungen, Weiterbildung, Ausflüge, Reisen

Möchten Sie sich weiterbilden und Neues entdecken?

Diese Anbieter ermöglichen, mit anderen Menschen unterwegs zu sein, Vorträge und Konzerte zu hören, Theater anzuschauen usw.

Anbieter

- [Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Köniz \(Angebote\)](#)
- [Römisch-katholische Kirche: Seelsorgeraum Bern-Süd](#)
- [Könizer Bibliotheken](#)
- [Kultur in der Gemeinde Köniz](#)
- [Nachbarschaftshilfe für ältere Menschen «Zeit-Netz Köniz»](#)
- [Pro Senectute Kanton Bern: Kurse und Aktivitäten](#)
- [Velores \(Velo-Rikscha-Fahrten\)](#)
- [Verein Senioren Köniz](#)
- [gggfon – Gemeinsam gegen Gewalt und Rassismus \(Zivilcourage-Kurse\)](#)
- [Buchsee-Landorf Leist](#)
- [Gurtenbühl-Leist](#)
- [Liebefeld Leist](#)
- [Ortsverein Gasel-Mengestorf](#)
- [Ortsverein Köniz](#)
- [Ortsverein Mittelhäusern](#)
- [Ortsverein Niederscherli](#)
- [Ortsverein Niederwangen](#)
- [Ortsverein Oberscherli](#)
- [Ortsverein Oberwangen](#)
- [Ortsverein Schliern](#)
- [Ortsverein Thörishaus](#)
- [Spiegel-Leist](#)
- [Wabern-Leist](#)

Sprachkurse

Möchten Sie eine Sprache neu lernen oder vertiefen?

Diese Anbieter ermöglichen in regelmässigen Kursen gemeinsam mit anderen Menschen eine Sprache zu erlernen.

Anbieter

- [Könizer Bibliotheken: Sprach-Café Englisch und Sprach-Café Französisch](#)
- [Pro Senectute Kanton Bern: Kurse und Aktivitäten](#)
- [Verein Senioren Köniz](#)
- [collegium60plus](#)

Anonyme Gesprächsangebote

Möchten Sie mit jemandem über Ihre Sorgen und Freuden reden?

Ein offenes Ohr bieten für Menschen, die sich einsam fühlen und vertraulich und kostenlos über ihre Sorgen, Ängste und Freuden reden möchten – das ist die Idee dieser Angebote.

Anbieter

- [Malreden](#)
- [Telefon 143](#) , [143](#)

Gottesdienste, Gebete, spirituelle Vertiefung

Möchten Sie zusammen mit anderen Menschen Ihren Glauben leben?

In Gottesdiensten, Gebeten und Meditationen hören und feiern Gläubige gemeinsam die Worte ihres Glaubens.

Anbieter

- [Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Köniz \(Gottesdienste\)](#)
- [Römisch-katholische Kirche: Seelsorgeraum Bern-Süd](#)
- [Haus der Religionen](#)

Bewegung, Sport

Möchten Sie gemeinsam mit anderen Menschen körperlich aktiv sein?

Diese Organisationen bieten vielfältige Möglichkeiten, sich gemeinsam mit Gleichgesinnten körperlich zu betätigen und gleichzeitig den sozialen Austausch zu pflegen.

Anbieter

- [Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Köniz \(Angebote\)](#)
- [Pro Senectute Kanton Bern: Kurse und Aktivitäten](#)
- [Sportvereine der Gemeinde Köniz](#)
- [collegium60plus](#)

Umgang mit digitalen Geräten

Möchten Sie sicherer werden im Umgang mit dem Mobiltelefon oder dem Computer?

Bei diesen Anbietern lernen ältere Menschen, Mobiltelefon, Computer und andere multimediale Geräte selbstständig zu bedienen.

Sie können ihre Kenntnisse in Gruppen oder durch individuelle Beratung erweitern.

Anbieter

- [Jugend-Job-Börse](#)
- [Nachbarschaftshilfe für ältere Menschen «Zeit-Netz Köniz»](#)
- [Pro Senectute Kanton Bern: Kurse und Aktivitäten](#)
- [Pro Senectute Kanton Bern: IT-Dienstleistungen nach Mass](#)

-

Freiwillig tätig sein

Möchten Sie sich sozial engagieren?

Diese Organisationen bieten Menschen jeden Alters die Gelegenheit, sich als Freiwillige für das Gemeinwohl einzusetzen.

Anbieter

- [careköniz \(Freiwilligenarbeit\)](#)
- [Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Köniz \(Freiwilligenarbeit\)](#)
- [Grünau, Wabern](#)
- [Römisch-katholische Kirche: Seelsorgeraum Bern-Süd](#)
- [Nachbarschaftshilfe für ältere Menschen «Zeit-Netz Köniz»](#)
- [Pro Senectute Kanton Bern \(Freiwilligenarbeit\)](#)
- [Siloah Residenz Vivo, Köniz](#)
- [tilia Köniz \(Freiwilligenarbeit\)](#)
- [Weyergut Bethanien, Wabern](#)
- [benevol Kanton Bern](#)
- [innovage](#)
- [Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern, Region Mittelland \(sich engagieren für ältere Menschen\)](#)
- [Gurtenbühl-Leist](#)
- [Ortsverein Gasel-Mengestorf](#)
- [Ortsverein Mittelhäusern](#)
- [Ortsverein Niederscherli](#)
- [Ortsverein Niederwangen](#)
- [Ortsverein Oberscherli](#)
- [Ortsverein Schliern](#)
- [Ortsverein Thörishaus](#)
- [Spiegel-Leist](#)
- [Verkehrsgenossenschaft Gartenstadt-Liebefeld](#)
- [Wabern-Leist](#)