



Einwohnergemeinde **Bolligen**



# senior*i*info

**Adressen**

**Telefonnummern**

**Links**

## FREIZEIT / AKTIVITÄTEN

### Altersnachmittage und Veranstaltungen

Beachten Sie die Publikationen (Bantiger Post und Anzeiger Region Bern)

Reformierte Kirche  
Martin Arbenz, Diakon  
Kirchstrasse 12, 3065 Bolligen

031 921 15 84  
[diakonie@kirchebolligen.ch](mailto:diakonie@kirchebolligen.ch)  
[www.be.ref.ch/bolligen](http://www.be.ref.ch/bolligen)

Frauenverein  
Präsidentin Frau Anita Alagia  
Worbentalstrasse 183, 3065 Bolligen

031 921 33 38  
[praesidium@frauenverein-bolligen.ch](mailto:praesidium@frauenverein-bolligen.ch)

Römisch-katholische Kirche Petrus und Paulus Ittigen  
Yasmin Gutiérrez  
ob. Zollgasse 31, 3072 Ostermundigen

031 930 87 14  
[peterpaul.ittigen@kathbern.ch](mailto:peterpaul.ittigen@kathbern.ch)  
[www.kathbern.ch/ittigen](http://www.kathbern.ch/ittigen)

### Ausflüge / Wanderungen / Ferien / Fitness

Siehe auch Kapitel Vereine im Bolligen-Info der Einwohnergemeinde Bolligen

Reformierte Kirche  
Martin Arbenz, Diakon  
Kirchstrasse 12, 3065 Bolligen

031 921 15 84  
[diakonie@kirchebolligen.ch](mailto:diakonie@kirchebolligen.ch)  
[www.be.ref.ch/bolligen](http://www.be.ref.ch/bolligen)

Frauenverein  
Präsidentin Frau Anita Alagia  
Worbentalstrasse 183, 3065 Bolligen

031 921 33 38  
[praesidium@frauenverein-bolligen.ch](mailto:praesidium@frauenverein-bolligen.ch)

Pro Senectute Region Bern  
Fragen ums Alter und Älterwerden  
Muristrasse 12, 3000 Bern 31

031 359 03 03  
[region.bern@be.pro-senectute.ch](mailto:region.bern@be.pro-senectute.ch)  
[www.be.pro-senectute.ch](http://www.be.pro-senectute.ch)

Graue Panther Bern  
Schwarztorstrasse 20, 3007 Bern

031 382 92 00  
[sekretariat@grauepantherbern.ch](mailto:sekretariat@grauepantherbern.ch)  
[www.grauepantherbern.ch](http://www.grauepantherbern.ch)

### Ausbildung und Kurse

Pro Senectute Region Bern  
Fragen ums Alter und Älterwerden  
Muristrasse 12, 3000 Bern 31

031 359 03 03  
[region.bern@be.pro-senectute.ch](mailto:region.bern@be.pro-senectute.ch)  
[www.be.pro-senectute.ch](http://www.be.pro-senectute.ch)

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kantonalverband Bern, Bildung  
Effingerstrasse 25, 3008 Bern

031 384 02 33  
[bildung@srk-bern.ch](mailto:bildung@srk-bern.ch)  
[www.srk-bern.ch](http://www.srk-bern.ch)

Senioren-Universität Bern  
Hochschulstrasse 4, 3012 Bern

031 631 52 40  
[seniorenuni@lentwicklung.unibe.ch](mailto:seniorenuni@lentwicklung.unibe.ch)  
[www.seniorenuni.unibe.ch](http://www.seniorenuni.unibe.ch)

Volkshochschule Bern  
Grabenpromenade 3, 3011 Bern

031 320 30 30  
[info@vhsbe.ch](mailto:info@vhsbe.ch) und [www.vhsbe.ch](http://www.vhsbe.ch)

ProSenior Bern  
Geschäftsstelle  
Postfach 146, 3292 Buswil BE

032 392 80 20  
[info@prosenior-bern.ch](mailto:info@prosenior-bern.ch)  
[www.prosenior-bern.ch](http://www.prosenior-bern.ch)

# BERATUNG

## Lebensfragen

Pro Senectute Region Bern 031 359 03 03  
Fragen ums Alter und Älterwerden [region.bern@be.pro-senectute.ch](mailto:region.bern@be.pro-senectute.ch)  
Muristrasse 12, 3000 Bern 31 [www.be.pro-senectute.ch](http://www.be.pro-senectute.ch)

Einwohnergemeinde Bolligen 031 924 70 60  
Informationsstelle für Senioren [sozialdienste@bolligen.ch](mailto:sozialdienste@bolligen.ch)  
Hühnerbühlstrasse 3, 3065 Bolligen [www.bolligen.ch](http://www.bolligen.ch)

### Reformierte Kirche

Christine Schmid, Pfarrerin 031 921 68 77  
Kirchstrasse 23, 3065 Bolligen  
Martin Arbenz, Diakon 031 921 15 84  
Kirchstrasse 12, 3065 Bolligen  
Sekretariat Kirchgemeinde 031 921 15 66  
Kirchstrasse 12, 3065 Bolligen [diakonie@kirchebolligen.ch](mailto:diakonie@kirchebolligen.ch)  
[www.be.ref.ch/bolligen](http://www.be.ref.ch/bolligen)

Römisch-katholische Kirche Petrus und Paulus Ittigen 031 930 87 14  
Rain 13, 3063 Ittigen [peterpaul.ittigen@kathbern.ch](mailto:peterpaul.ittigen@kathbern.ch)  
Edith Zingg [www.kathbern.ch/ittigen](http://www.kathbern.ch/ittigen)  
ob. Zollgasse 31, 3072 Ostermundigen

## Rechtsfragen

Anwaltsverband BAV/AAB 031 312 53 53  
Rechtsauskunftsstelle 031 312 53 81  
Bundesgasse 16, 3011 Bern [bav@solnet.ch](mailto:bav@solnet.ch)  
[www.bav-aab.ch](http://www.bav-aab.ch)

Frauenzentrale des Kantons Bern 031 311 72 01  
Zeughausgasse 14, 3011 Bern [sekretariat@frauenzentralebern.ch](mailto:sekretariat@frauenzentralebern.ch)  
[www.frauenzentralebern.ch](http://www.frauenzentralebern.ch)

Bernische Ombudsstelle für Alters- und Heimfragen 031 326 30 69  
Herrengasse 22, 3011 Bern [info@ombudsstellebern.ch](mailto:info@ombudsstellebern.ch)  
[www.ombudsstellebern.ch](http://www.ombudsstellebern.ch)

Mietrechtliche Fragen und Probleme: 031 635 47 50  
Schlichtungsbehörde Bern Mittelland [Schlichtungsbehoerde.Bern@justice.be.ch](mailto:Schlichtungsbehoerde.Bern@justice.be.ch)  
Effingerstrasse 34, 3007 Bern

Einwohnergemeinde Bolligen 031 924 70 60  
Vormundschaften / Beistandschaften [sozialdienste@bolligen.ch](mailto:sozialdienste@bolligen.ch)  
Hühnerbühlstrasse 3, 3065 Bolligen [www.bolligen.ch](http://www.bolligen.ch)

## Finanzielle Fragen

Einwohnergemeinde Bolligen  
AHV-Zweigstelle Bolligen  
Hühnerbühlstrasse 3, 3065 Bolligen

031 924 70 42  
[ahv-zweigstelle@bolligen.ch](mailto:ahv-zweigstelle@bolligen.ch)  
[www.bolligen.ch](http://www.bolligen.ch)

Pro Senectute Region Bern  
Fragen ums Alter und Älterwerden  
Muristrasse 12, 3006 Bern 31

031 359 03 03  
[region.bern@be.pro-senectute.ch](mailto:region.bern@be.pro-senectute.ch)  
[www.be.pro-senectute.ch](http://www.be.pro-senectute.ch)

## Vermittlungsstellen für Freiwillige

Benevol Bern  
Aarberggasse 8, Postfach, 3000 Bern 7

031 312 23 12  
[info@benevolbern.ch](mailto:info@benevolbern.ch)  
[www.benevolbern.ch](http://www.benevolbern.ch)

Reformierte Kirche  
Martin Arbenz, Diakon  
Kirchstrasse 12, 3065 Bolligen

031 921 15 84  
[diakonie@kirchebolligen.ch](mailto:diakonie@kirchebolligen.ch)  
[www.be.ref.ch/bolligen](http://www.be.ref.ch/bolligen)

Römisch-katholische Kirche Peter und Paul  
Edith Zingg  
ob. Zollgasse 31, 3072 Ostermundigen

031 930 87 11  
[peterpaul.ittigen@kathbern.ch](mailto:peterpaul.ittigen@kathbern.ch)  
[www.kathbern.ch/ittigen](http://www.kathbern.ch/ittigen)

## Gerontopsychiatrische Angebote

UPD Waldau  
Ambulanter Dienst mit Gedächtnissprechstunde  
Bolligenstrasse 111, 3000 Bern 60

031 930 93 56  
[info.upd@gef.be.ch](mailto:info.upd@gef.be.ch)  
[www.gef.be.ch/upd](http://www.gef.be.ch/upd)

## Todesfall

Einwohnergemeinde Bolligen  
Bestattungsamt  
Hühnerbühlstrasse 3, 3065 Bolligen

031 924 70 22  
[gemeindepolizei@bolligen.ch](mailto:gemeindepolizei@bolligen.ch)  
[www.bolligen.ch](http://www.bolligen.ch)

Zivilstandskreis Bern-Mittelland  
Laupenstrasse 18A, 3008 Bern

031 635 42 00  
[info.za-bern@pom.be.ch](mailto:info.za-bern@pom.be.ch)  
[www.pom.be.ch](http://www.pom.be.ch)

Einwohnergemeinde Bolligen  
Siegelungsamt  
Hühnerbühlstrasse 3, 3065 Bolligen

031 924 70 60  
[sozialdienste@bolligen.ch](mailto:sozialdienste@bolligen.ch)  
[www.bolligen.ch](http://www.bolligen.ch)

Einwohnergemeinde Bolligen  
Testamentswesen  
Hühnerbühlstrasse 3, 3065 Bolligen

031 924 70 07  
[praesidiales@bolligen.ch](mailto:praesidiales@bolligen.ch)  
[www.bolligen.ch](http://www.bolligen.ch)

## Verschiedenes

Fachstelle Hindernisfreies Bauen Kanton Bern  
Chutzenstrasse 68, 3007 Bern

031 941 37 07  
[www.hindernisfrei-be.ch](http://www.hindernisfrei-be.ch)

Genossenschaft Lutertalpark, Wohnen im Lutertal Bolligen

[www.lutertalpark.ch](http://www.lutertalpark.ch)

## HILFE UND PFLEGE ZU HAUSE

### Unterstützende und entlastende Hilfe im Haushalt

SPITEX-Verein Bolligen,  
Hilfe und Pflege zu Hause, Stützpunkt  
Rüedimatte 2, 3065 Bolligen

031 928 08 08  
[info@spitex-bolligen.ch](mailto:info@spitex-bolligen.ch)  
[www.spitex-bolligen.ch](http://www.spitex-bolligen.ch)

heimex – Dienstleistungen zu Hause  
Stützpunkt tilia Ittigen  
Ittigenstrasse 16, 3063 Ittigen

031 970 68 68  
[heimex@tilia-stiftung.ch](mailto:heimex@tilia-stiftung.ch)  
[www.tilia-stiftung.ch/heimex](http://www.tilia-stiftung.ch/heimex)

Home Instead, Bern-Ost - Seniorenbetreuung

031 950 60 00

Schweizerisches Rotes Kreuz (Wäsche- und Flickdienst)  
Sektion Bern-Mittelland  
Effingerstrasse 25, 3008 Bern

031 384 02 00  
[info@srk-bern.ch](mailto:info@srk-bern.ch)  
[www.srk-bern.ch](http://www.srk-bern.ch)

Hauswirtschaftliche Ausbildungsstätte HWA Bolligen  
Wäsche- und Flickdienst  
Kistlerstrasse 63, 3065 Bolligen

031 924 24 00  
[info@hwa-bolligen.ch](mailto:info@hwa-bolligen.ch)  
[www.hwa-bolligen.ch](http://www.hwa-bolligen.ch)

## Pflege zu Hause

SPITEX-Verein Bolligen  
Hilfe und Pflege zu Hause, Stützpunkt  
Rüedimatte 2, 3065 Bolligen

031 928 08 08  
[info@spitex-bolligen.ch](mailto:info@spitex-bolligen.ch)  
[www.spitex-bolligen.ch](http://www.spitex-bolligen.ch)

heimex – Dienstleistungen zu Hause  
Stützpunkt tilia Ittigen  
Ittigenstrasse 16, 3063 Ittigen

031 970 68 68  
[heimex@tilia-stiftung.ch](mailto:heimex@tilia-stiftung.ch)  
[www.tilia-stiftung.ch/heimex](http://www.tilia-stiftung.ch/heimex)

ZAPP Zentrum für ambulante Palliativpflege Bern  
Effingerstrasse 25, 3008 Bern

031 332 27 23  
[info@zapp-bern.ch](mailto:info@zapp-bern.ch)  
[www.zapp-bern.ch](http://www.zapp-bern.ch)

Spitalexterne Onkologiepflege SEOP  
Marienstrasse 8, 3008 Bern

031 388 50 50  
[admin@spitexch.ch](mailto:admin@spitexch.ch)  
[www.spitexch.ch](http://www.spitexch.ch)

## Mahlzeitendienst

SPITEX-Verein Bolligen  
Hilfe und Pflege zu Hause, Stützpunkt  
Rüedimatte 2, 3065 Bolligen

031 928 08 08  
[info@spitex-bolligen.ch](mailto:info@spitex-bolligen.ch)  
[www.spitex-bolligen.ch](http://www.spitex-bolligen.ch)

Pro Senectute Region Bern  
Fragen ums Alter und Älterwerden  
Muristrasse 12, 3000 Bern 31

031 359 03 03  
[region.bern@be.pro-senectute.ch](mailto:region.bern@be.pro-senectute.ch)  
[www.be.pro-senectute.ch](http://www.be.pro-senectute.ch)

tilia Ittigen  
Ittigenstrasse 16, 3063 Ittigen

031 917 21 11  
[ittigen@tilia-stiftung.ch](mailto:ittigen@tilia-stiftung.ch)  
[www.tilia-stiftung.ch/mittagstisch](http://www.tilia-stiftung.ch/mittagstisch)

## Offener Mittagstisch

Stiftung Alters- und Pflegeheim Aespliz (Küche direkt)  
Grauholzstrasse 11, 3063 Ittigen

031 924 20 10  
[info@aespliz.ch](mailto:info@aespliz.ch)  
[www.aespliz.ch](http://www.aespliz.ch)

Seniorenessen jeden 1. Dienstag im Monat im Reberhaus  
(ausser Juli/August). Anmeldung

031 862 12 12

tilia Ittigen  
Ittigenstrasse 16, 3063 Ittigen

031 917 21 11  
[ittigen@tilia-stiftung.ch](mailto:ittigen@tilia-stiftung.ch)  
[www.tilia-stiftung.ch/mittagstisch](http://www.tilia-stiftung.ch/mittagstisch)

## Hilfsmittel / Krankenmobilen

Samariterverein Bolligen (DI und DO 17.30-18.30), via SPITEX-  
Verein Bolligen, Stützpunkt, Rüedimatte 2, 3065 Bolligen

031 928 08 08

Hilfsmittelstelle Bern  
Kornweg 15, 3027 Bern

031 991 60 80  
[www.hilfsmittelstelle.ch](http://www.hilfsmittelstelle.ch)

Apotheke Wyss (z.B. Stöcke, Inhalationsgeräte)  
Dorfmarit 10, 3065 Bolligen

031 924 34 24  
[apowyss@bluewin.ch](mailto:apowyss@bluewin.ch)  
[www.apowyss.ch](http://www.apowyss.ch)

## Entlastungsdienst für pflegende Angehörige

Entlastungsdienst Region Bern-Mittelland  
Schwarztorstrasse 32, 3000 Bern

031 972 50 55  
[www.entlastungsdienst-be.ch](http://www.entlastungsdienst-be.ch)

Stiftung Alters- und Pflegeheim Aespliz (Ferienbett)  
Grauholzstrasse 11, 3063 Ittigen

031 924 20 20  
[info@aespliz.ch](mailto:info@aespliz.ch)  
[www.aespliz.ch](http://www.aespliz.ch)

Tagestreff Ostermundigen  
Untere Zollgasse 5, 3072 Ostermundigen

031 931 64 84  
[tagestreff.ostermundigen@tilia-stiftung.ch](mailto:tagestreff.ostermundigen@tilia-stiftung.ch)  
[www.tilia-stiftung.ch/tagestreff](http://www.tilia-stiftung.ch/tagestreff)

## Besuchs- und Begleitdienste

Reformierte Kirche  
Martin Arbenz, Diakon  
Kirchstrasse 12, 3065 Bolligen

031 921 15 84  
[diakonie@kirchebolligen.ch](mailto:diakonie@kirchebolligen.ch)  
[www.be.ref.ch/bolligen](http://www.be.ref.ch/bolligen)

Römisch-katholische Kirche Petrus und Paulus Ittigen  
Yasmin Gutiérrez  
ob. Zollgasse 31, 3072 Ostermundigen

031 930 87 14  
[peterpaul.ittigen@kathbern.ch](mailto:peterpaul.ittigen@kathbern.ch)  
[www.kathbern.ch/ittigen](http://www.kathbern.ch/ittigen)

Pro Senectute Region Bern  
Fragen ums Alter und Älterwerden  
Muristrasse 12, 3000 Bern 31

031 359 03 03  
[region.bern@be.pro-senectute.ch](mailto:region.bern@be.pro-senectute.ch)  
[www.be.pro-senectute.ch](http://www.be.pro-senectute.ch)

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Bern-Mittelland  
Effingerstrasse 25, 3008 Bern  
Aussenstelle Bolligen: Bernadette und Erich Kiser

031 384 02 00  
[info@srk-bern.ch](mailto:info@srk-bern.ch)  
[www.srk-bern.ch](http://www.srk-bern.ch)  
079 867 05 15

## Transportdienste (auf Bestellung)

BETAX  
Berner Behindertentransport  
Stöckackerstrasse 60, 3008 Bern

031 990 30 80  
[betax@betax.ch](mailto:betax@betax.ch)  
[www.betax.ch](http://www.betax.ch)

TIXI  
Freiwilligen-Dienst von BETAX für Behinderte  
Stöckackerstrasse 60, 3018 Bern

031 990 30 90  
[betax@betax.ch](mailto:betax@betax.ch)  
[www.betax.ch](http://www.betax.ch)

Rotkreuz-Fahrdienst: SRK, Sektion Bern-Mittelland  
MO-FR 08:00 – 11:15 Uhr und 14:00 – 16:00 Uhr

031 384 02 10  
[fahrdienst@srk-bern.ch](mailto:fahrdienst@srk-bern.ch) und [www.srk-bern.ch](http://www.srk-bern.ch)

Taxi in Bolligen:  
Mc Driver, Heinz Baumann  
Housi's VIP

0800 07 07 13  
079 787 25 74

## TAGESKLINIKEN / HEIME

### Tageskliniken / Tagestreff

Tagestreff Ostermundigen  
Untere Zollgasse 5, 3072 Ostermundigen

031 931 64 84  
[tagestreff.ostermundigen@tilia-stiftung.ch](mailto:tagestreff.ostermundigen@tilia-stiftung.ch)  
[www.tilia-stiftung.ch/tagestreff](http://www.tilia-stiftung.ch/tagestreff)

UPD Waldau  
Gerontopsychiatrische Tagesklinik  
Bolligenstrasse 111, 3000 Bern 60

031 930 97 11  
[info.upd@gef.be.ch](mailto:info.upd@gef.be.ch)  
[www.gef.be.ch/upd](http://www.gef.be.ch/upd)

Domicil Baumgarten  
Bümplizstrasse 159, 3018 Bern

031 997 67 67  
[baumgarten@domicilbern.ch](mailto:baumgarten@domicilbern.ch)  
[www.baumgarten.domicilbern.ch](http://www.baumgarten.domicilbern.ch)

Tagestreff Muri-Gümligen  
Worbstrasse 296, 3073 Gümligen

031 951 00 35  
[tagestreff@muri-guemligen.ch](mailto:tagestreff@muri-guemligen.ch)  
[www.muri-guemligen.ch](http://www.muri-guemligen.ch)

Wohn- und Pflegeheim Lindeneegg  
Diemerswilstrasse 28, 3038 Oberlindach

031 828 11 22  
[lindeneegg@seniocare.ch](mailto:lindeneegg@seniocare.ch)  
[www.seniocare.ch](http://www.seniocare.ch)

## Stationäre Alterseinrichtungen

Stiftung Alters- und Pflegeheim Bolligen und Ittigen (Aespliz)  
Grauholzstrasse 11, 3063 Ittigen

031 924 20 20  
[info@aespliz.ch](mailto:info@aespliz.ch)  
[www.aespliz.ch](http://www.aespliz.ch)

tilia Ittigen  
Ittigenstrasse 16, 3063 Ittigen

031 917 21 11  
[ittigen@tilia-stiftung.ch](mailto:ittigen@tilia-stiftung.ch)  
[www.tilia-stiftung.ch](http://www.tilia-stiftung.ch)

Wohn- und Pflegeheim  
Schlossweg 5, 3132 Riggisberg

031 808 81 11  
[wohnheim.riggisberg@bluewin.ch](mailto:wohnheim.riggisberg@bluewin.ch)  
[www.wohnheimriggisberg.ch](http://www.wohnheimriggisberg.ch)

Wohn- und Pflegeheim  
Wuhlstrasse 110a, 3068 Utzigen

031 838 21 11  
[info@heimutzigen.ch](mailto:info@heimutzigen.ch)  
[www.heimutzigen.ch](http://www.heimutzigen.ch)

## ÄRZTINNEN UND ÄRZTE

Persönlicher Arzt / Ärztin

.....

Notarzt

0900 57 67 47

Notruf / Sanitätspolizei

144

Redaktion: Fachgruppe für Altersfragen  
Herausgeber: Einwohnergemeinde Bolligen  
Stand 03.04.2018

Änderungen bitte melden an: [sozialdienste@bolligen.ch](mailto:sozialdienste@bolligen.ch)