

# Wegweiser für Seniorinnen und Senioren



BÖNIGEN  
GSTEIGWILER  
GÜNDLISCHWAND  
INTERLAKEN

MATTEN  
RINGGENBERG  
UNTERSEEN  
WILDERSWIL

## NOTFÄLLE

<b>117 oder 112</b>	<b>Polizei</b>
<b>118 oder 112</b>	<b>Feuerwehr</b>
<b>1414</b>	<b>Rega</b>
<b>033 356 82 01</b>	<b>Kantonspolizei Posten Interlaken</b>
<b>143</b>	<b>Die Dargebotene Hand (seelische Krisen)</b>
<b>145</b>	<b>Vergiftungsnotfälle „Tox Zentrum“ Zürich</b>
<b>144</b>	<b>Sanitätsnotruf (Rettungswagen)</b>

### **Zahnärztlicher Notfalldienst und diensthabende Apotheke**

(Ersichtlich im Anzeiger Interlaken auf Seite 2)

## MEIN HAUSARZT / MEINE HAUSÄRZTIN

Name: Dr. ....

Adresse: .....

Telefon: 033 .....

---

### Ärztlicher Notfalldienst Region Interlaken

**Notfallnummer 0900 576 747 (HANI)**

(CHF 1.98/Min vom Festnetz)

**Hausarztnotfall Region Interlaken (HANI)**

Spital Interlaken, Haus E (Ambulatorium),  
Weissenaustrasse 27, 3800 Unterseen

Internet: [www.han-i.ch](http://www.han-i.ch)

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

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 18.00-21.00 Uhr  
Samstag von 12.00 - 21.00 Uhr  
Sonntag von 12.00 - 20.00 Uhr

**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

*Alt zu sein ist ein herrlich Ding,  
wenn man nicht verlernt hat,  
was anfangen heisst.*

(Martin Buber 1878-1965)

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger

Wir freuen uns, Ihnen die 3. 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 für Seniorinnen und Senioren soll dazu beitragen, dass Sie das Leben im Alter mit Freude geniessen können.

Ein herzlicher Dank geht an alle beteiligten Personen für Ihr Engagement bei der Gestaltung und Erneuerung.

Sozialkommission Interlaken-Unterseen  
Hans-Rudolf Burkhard, Gemeinderat



# INHALTSVERZEICHNIS

## BERATUNG Seite

Lebensprobleme	8
Rechtsfragen	9
Finanzielle Fragen	10
Patientenverfügung	12
Vorsorgeauftrag	14
Testament	16
Todesfall	18

## FREIZEIT / FITNESS / KURSE 21

## GESUNDHEIT

Pflege	24
Beratung / Selbsthilfegruppen	24
Hilfsmittel	26
Medikamente	26

## WOHNEN ZU HAUSE UND IM HEIM

Hilfe im Haushalt	28
Mahlzeitendienste	28
Mittagstische	29
Notrufeinrichtungen	29
Fahrdienste	29
Entlastung für pflegende Angehörige	30
Tagesaufenthalte / Ferienbetten	30
Alterswohnungen in der Region	31
Umzug	33
Alters- und Pflegeheime in der Region	34

## ADRESSEN 37

Infoblatt Ihrer Gemeinde

Beilage

## **BERATUNG / 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 -  
Berner Oberland 033 221 47 47**

**Die Dargebotene Hand 143**



## BERATUNG / 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
- Ombudsmann Krankenversicherung** 041 226 10 10  
Luzern
- 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** 033 221 67 66  
**Rechtsberatung**  
→ CHF 50.00 für eine Beratung von 30 Minuten  
Beratung nur nach telefonischer Terminvereinbarung
- Rechtsauskunft des Bernischen Anwaltsverbandes**  
Frutigenstrasse 29, 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.

## BERATUNG / 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 Gündlischwand 033 855 24 86**

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

**AHV-Zweigstelle Wilderswil 033 826 01 42**

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

## **BILLAG**

**0844 834 834**

### **Schweizerische Erhebungsstelle für Radio- und Fernsehempfangsgebühren**

Bezügerinnen und Bezüger von Ergänzungsleistungen werden von der Gebührenpflicht befreit. Dazu muss der Billag ein schriftliches Gesuch eingereicht werden (Formular unter [www.billag.com](http://www.billag.com))

### **Berner Schuldenberatung, Spiez**

**033 221 76 30**

### **Budgetberatung plus**

**033 971 16 16**

(Kirchlicher Bezirk Interlaken-Oberhasli)

### **Fachstelle Schuldensanierung Berner Oberland, Thun**

**033 221 80 60**

→ Erstberatung unentgeltlich

### **Frauenverband Berner Oberland, Thun - Budgetberatung**

**033 222 42 66**

→ CHF 40.00 bis CHF 100.00 je nach Aufwand und Einkommen für eine Beratung von 75 Minuten.  
Beratung nur nach telefonischer Vereinbarung

### **Frauzentrale des Kantons Bern, Thun - Budgetberatung**

**033 221 67 66**

→ CHF 40.00 bis CHF 100.00 je nach Aufwand und Einkommen für eine Beratung von 75 Minuten.  
Beratung nur nach telefonischer Vereinbarung.

### **Sozialdienst Region Jungfrau**

**033 826 06 26**

### **Eduard Ruchti Stiftung Finanzhilfe für Betagte**

**031 635 97 70**

# BERATUNG / PATIENTENVERFÜGUNG

In einer Patientenverfügung bestimmt ein Mensch zum Voraus was geschehen soll, wenn er nicht mehr in der Lage ist, seine Wünsche zu äussern – zum Beispiel wenn er einen schweren Unfall erlitten hat, im Koma liegt, einen Hirnschlag hatte oder in einen Verwirrtheitszustand gerät.

Die Patientenverfügung erleichtert Angehörigen wie Ärzten, Entscheide in schwierigen Zeiten 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)  
Montag bis Freitag von 09.00 – 12.00 Uhr **031 384 02 00**  
E-Mail: [infodraht@srk-bern.ch](mailto:infodraht@srk-bern.ch)
- [www.fmh.ch](http://www.fmh.ch) **031 359 11 11**
- [www.caritas.ch](http://www.caritas.ch) **0848 419 419** (gratis)
- Pro Senectute Berner Oberland **033 826 52 52**

# BERATUNG / 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**

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.

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.pom.be.ch](http://www.pom.be.ch)“

### **Vorlagen**

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

## BERATUNG / 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.





## BERATUNG / 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.
- 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      033 826 52 52** **Interlaken**

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

## FREIZEIT / FITNESS / KURSE

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

**Mobiler Bücherdienst für Menschen  
ab 60 mit eingeschränkter Mobilität**

→ Pro Senectute Berner Oberland 033 226 60 60

→ Bödéli Bibliothek Interlaken 033 822 02 12

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

**Regionaler Seniorenchor Oberland**  
Singprobe: Montag um 14.45 Uhr im  
Kirchenzentrum FUTURA in Unterseen  
Kontakt: Hans Häsler, Unterseen 033 822 54 68

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

**Senioren-Universität, Bern** 031 631 52 40

**Volkshochschule Interlaken** 033 826 02 90  
Bildung und Weiterbildung für Geist  
und Körper. Spezielle Kurse für  
Seniorinnen und Senioren (60+)

## **Damenturnverein Interlaken**

Seniorinnen des Damenturnvereins Interlaken

Mittwoch, 14.00 – 15.00 Uhr

in der General-Guisan-Turnhalle Interlaken

Kontakt: Karin Seethaler

**033 822 05 38**

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

## **Vitaswiss (Volksgesundheit)**

Frauenturngruppen

Donnerstag, 18.30 – 20.00 Uhr

in der Turnhalle Bönigen

Leitung: Rosmarie Michel

**033 822 36 06**

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

**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. 033 826 52 52.**

## **GESUNDHEIT / PFLEGE**

**Spitex Interlaken  
und Umgebung (öffentliche) 033 826 50 60**

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

## **GESUNDHEIT / BERATUNG / SELBSTHILFEGRUPPEN**

**Alzheimervereinigung,  
Schweizerische ALZ 033 438 10 18  
Zweigstelle Berner Oberland, Spiez**

**Berner Gesundheit (Gesundheits-  
förderung, Suchtfragen) 033 225 44 00**

**Beratungs- und Rehabilitations-  
stelle für Sehbehinderte und Blinde  
des Kantons Bern 031 750 51 51**

**Bernische Krebsliga, Bern 031 313 24 24**

**Blaues Kreuz Fachstelle Thun 033 222 01 77  
Beratung bei Suchtproblemen**

**Ernährungsberatung 033 826 25 19  
fmi Spital Interlaken**



## Hörberatung

Bitte sehen Sie im Telefonbuch nach.

**Lungenliga Bern** 033 822 91 19  
**Zweigstelle Interlaken**

**pro audito schweiz** 044 363 12 00  
Organisation für Menschen mit  
Hörproblemen

**Psychiatrie-Stützpunkt**  
**fmi Spital Interlaken** 033 826 23 21

**Psychiatrie-Spitex** 033 826 50 60

**Rheumaberatung der Pro Infirmis** 058 775 13 00  
**Interlaken**

**Selbsthilfe BE, Thun** 033 221 75 76  
**Telefonische Sprechstunde** 0848 33 99 00

## Wundmanagement und Stomaberatung

(Anmeldung über Hausarzt)

- **fmi Spital Interlaken** 033 826 27 43
- **Spitex Interlaken und Umgebung** 033 826 50 60

## GESUNDHEIT / HILFSMITTEL

**(Krücken, Rollstuhl, Pflegebett, etc.)**

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

**SAHB Schweizerische  
Arbeitsgemeinschaft  
Hilfsmittelberatung für Behinderte  
und Betagte**

**031 996 91 80**

## GESUNDHEIT / MEDIKAMENTE

Bitte beachten Sie, dass Medikamente auch unerwünschte Nebenwirkungen haben können. Auch wenn Sie seit Jahren die gleichen Medikamente benutzen, 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*

## WOHNEN ZU HAUSE / HILFE IM HAUSHALT

### **Spitex Interlaken und Umgebung (öffentliche)**

**033 826 50 60**

Beratung, Betreuung, Hauswirtschaft, Pflege

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

## WOHNEN ZU HAUSE / MAHLZEITENDIENSTE

### **Pro Senectute Berner Oberland**

**079 436 21 11**

Auskünfte und Bestellung

### **Spitex Interlaken und Umgebung (öffentliche)**

**033 826 50 60**

**Hotel Carlton-Europe, Interlaken**  
(liefert in die Gemeinden Interlaken,  
Matten und Unterseen)

**033 826 01 60**

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

## WOHNEN ZU HAUSE / MITTAGSTISCHE

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

(Siehe Infoblatt Gemeinde)

### **Mittagstische in diversen Altersheimen**

(Siehe Adressverzeichnis – bitte persönlich anfragen)

## WOHNEN ZU HAUSE / NOTRUF EINRICHTUNGEN

### **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**

## WOHNEN ZU HAUSE / FAHRDIENSTE

### **Schweizerisches Rotes Kreuz**

Vermittlungsstelle Interlaken

**079 344 00 36**

### **Behindertentaxi Region Interlaken**

**Bödéli-Taxi Interlaken**

**0800 22 00 88**

(Gratis-Telefonnummer)

## ENTLASTUNG FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

**Entlastungsdienst Kanton Bern** 033 822 00 70

**Schweizerisches Rotes Kreuz** 033 826 50 60  
**beocare.ch, Zweigstelle Interlaken**  
Info und Vermittlung

## TAGESAUFENTHALTE UND FERIENBETTEN

### Tagesaufenthalte (auf Anfrage)

**Alters- + Pflegeheim Beatenberg-Habkern** 033 841 88 00

**Altersheim Sunnsyta, Ringgenberg** 033 826 16 86

**Alterswohnheim Rosenau, Matten** 033 826 05 00

**Seniorenvilla Allegro, Goldswil** 033 823 36 26

**Senioren Wohngemeinschaft Jungfraublick,  
Matten (Montag und Donnerstag)** 033 823 43 08

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

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

### 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)

## ALTERSWOHNUNGEN IN DER REGION

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

Beratung zu Alterswohnungen

[www.wohnen60plus.ch](http://www.wohnen60plus.ch)

**Alterswohnungen**

**Zentrum Artos, Interlaken**

**033 828 88 44**

**Wohnen mit Dienstleistungen**

**Bethania im Stedtli, Unterseen**

**033 822 43 02**

**Alterswohnungen Bönigen**

**033 822 95 73**

**Alterswohnungen Habkern**

**033 843 82 10**

**Alterswohnungen Matten**

**033 826 50 21**

**Wohnen mit Dienstleistungen**

**Rosenau, Matten**

**033 826 05 00**

**Alterswohnungen, Ringgenberg**

(unterhalb Altersheim Sunnsyta)

**033 826 16 86**

**Alterswohnungen Schlössli, Bönigen** **033 888 80 20**

**Alterswohnungen Wilderswil**

**033 823 15 75**





## 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**

## ALTERS- UND PFLEGEHEIME IN DER REGION

<b>Pro Senectute Berner Oberland</b> Beratung zu Alters- und Pflegeheimen (inkl. Heimfinanzierung) <a href="http://www.wohnen60plus.ch">www.wohnen60plus.ch</a>	<b>033 826 52 52</b>
<b>Alters- und Pflegeheim 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>033 822 43 02</b>
<b>Alters- und Pflegeheim Kristall, Unterseen</b>	<b>033 826 52 00</b>
<b>Alters- und Pflegeheim Rialto Leissigen</b>	<b>033 847 88 47</b>
<b>Altersheim Sunnsyta Ringgenberg</b>	<b>033 826 16 86</b>
<b>Alterswohnheim 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  
Ringgenberg**

**033 828 18 00**

**Seniorenpark Weissenau, Unterseen**

**033 828 84 00**

**Seniorenvilla Allegro  
Goldswil/Ringgenberg**

**033 823 36 26**

**Senioren Wohngemeinschaft  
Jungfraublick, Matten**

**033 823 43 08**



# ADRESSEN

## Alphabetisch geordnetes 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, Fax 033 826 19 09  
E-Mail: [ahv-zweigstelle@unterseen.ch](mailto:ahv-zweigstelle@unterseen.ch)  
Internet: [www.ahv-iv.ch](http://www.ahv-iv.ch)

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

Gemeindeverwaltung, Interlakenstr. 6, 3806 Bönigen  
Telefon: 033 826 10 03, Fax 033 826 10 09  
E-Mail: [info@boenigen.ch](mailto:info@boenigen.ch)

### **AHV-Zweigstelle Gsteigwiler**

Gemeindeverwaltung, Halten 90, 3814 Gsteigwiler  
Telefon 033 822 13 09, Fax 033 822 13 50  
E-Mail: [info@gsteigwiler.ch](mailto:info@gsteigwiler.ch)

### **AHV-Zweigstelle Gündlischwand**

Gemeindeverwaltung Gündlischwand,  
Viertel 130 E, 3815 Zweilütschinen  
Telefon 033 855 24 86, Fax 033 855 54 21  
E-Mail: [info@guendlischwand.ch](mailto:info@guendlischwand.ch)

# ADRESSEN

## **AHV-Zweigstelle Ringgenberg**

Gemeindeverwaltung, Hauptstrasse 184,  
3852 Ringgenberg  
Telefon 033 822 31 81, Fax 033 823 10 42  
E-Mail: [finanzverwaltung@ringgenberg.ch](mailto:finanzverwaltung@ringgenberg.ch)

## **AHV-Zweigstelle Wilderswil**

Gemeindeverwaltung, Kirchgasse 31, 3812 Wilderswil  
Telefon 033 826 01 42, Fax 033 826 01 59  
E-Mail: [finanzverwaltung@wilderswil.ch](mailto:finanzverwaltung@wilderswil.ch)

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

### **Alterswohnungen Artos, Interlaken**

Alpenstrasse 45, 3800 Interlaken  
Telefon 033 828 88 44, Fax 033 828 88 40  
E-Mail: [mail@artos.ch](mailto:mail@artos.ch)  
Internet: [www.artos.ch](http://www.artos.ch)

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

Stockbrunnen 91, 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 im Stedtli, Unterseen**

### **Wohnen mit Dienstleistungen Bethania im Stedtli,**

Obere Gasse 6, 3800 Unterseen  
Telefon 033 822 43 02, Fax 033 823 44 02  
E-Mail: [heimleitung@altersheim-bethania.ch](mailto:heimleitung@altersheim-bethania.ch)  
Internet: [www.altersheim-bethania.ch](http://www.altersheim-bethania.ch)

# ADRESSEN

## **Alters- und Pflegeheim Kristall**

Seestrasse 72, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 52 00

Fax 033 826 52 01

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

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

## **Alters- und Pflegeheim Rialto AG**

Ischlagweg 17/19, 3706 Leissigen

Telefon 033 847 88 47, Fax 033 847 87 97

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

Internet: [www.pflegeheim-rialto.ch](http://www.pflegeheim-rialto.ch)

## **Alterswohnheim Rosenau, Matten**

### **Wohnen mit Dienstleistungen Rosenau, Matten**

Klostergässli 5, 3800 Matten

Telefon 033 826 05 00

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

Internet: [www.awh-rosenau.ch](http://www.awh-rosenau.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)

# ADRESSEN

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

Präsident Hans Nyffenegger  
Chapelligässli 14, 3806 Bönigen  
Telefon 033 822 95 73  
Internet: [www.boenigen.ch](http://www.boenigen.ch)

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

Vermietung: Gemeindehaus, 3804 Habkern  
Telefon 033 843 82 10, Fax 033 843 82 11  
E-Mail: [gemeinde@habkern.ch](mailto:gemeinde@habkern.ch)  
Internet: [www.habkern.ch](http://www.habkern.ch)

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

Vermietung: Bauverwaltung Matten  
Baumgartenstrasse 14, 3800 Matten  
Telefon 033 826 50 21, Fax 033 823 51 87  
E-Mail: [bauverwaltung@matten.ch](mailto:bauverwaltung@matten.ch)  
Internet: [www.matten.ch](http://www.matten.ch)

## **Alterswohnungen, Kappelstrasse 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: Hans Ulrich Balmer Telefon 033 823 15 75  
Internet: [www.alterswohnungen-wilderswil.ch](http://www.alterswohnungen-wilderswil.ch)  
E-Mail: [info@alterswohnungen-wilderswil.ch](mailto:info@alterswohnungen-wilderswil.ch)



# ADRESSEN

## **Alzheimervereinigung, Schweizerische (ALZ), Bern**

Zweigstelle Berner Oberland, Postfach, 3700 Spiez

Telefon 033 438 10 18

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

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

## **Behindertentaxi Region Interlaken (Rollstuhltaxi)**

Bödéli-Taxi GmbH, Rugenstr. 13, 3812 Wilderswil

Gratis-Telefonnummer 0800 22 00 88

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

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

## **Beratungs- und Rehabilitationsstelle für Sehbehinderte und Blinde des Kantons Bern**

Zähringerstrasse 54, 3012 Bern

Telefon 031 750 51 51, Fax 031 750 51 52

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

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

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von  
08.30 – 11.30 und 13.30 – 16.30 Uhr

## **Beratungsstelle Ehe, Partnerschaft, Familie**

der Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn

Freiestrasse 2a, 3800 Interlaken

Telefon 033 822 25 20

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

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

# ADRESSEN

## **Berner Gesundheit – Zentrum Oberland**

Sucht- und Gesundheitsberatung  
Aarestrasse 38 B, 3601 Thun  
Telefon 033 225 44 00, Fax 033 225 44 01  
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, Fax 031 372 30 48  
E-Mail: [info@schuldeninfo.ch](mailto:info@schuldeninfo.ch)  
Internet: [www.schuldeninfo.ch](http://www.schuldeninfo.ch)

Schuldenhotline für neue KlientInnen: 031 376 10 10

Montag, Dienstag und Donnerstag: 10.00 - 12.30  
und 14.00 -16.00 Uhr

Die telefonische Beratung ist kostenlos.

## **Bernische Krebsliga**

Marktgasse 55, Postfach, 3001 Bern  
Telefon 031 313 24 24, Fax 031 313 24 20  
E-Mail: [info@bernischekrebsliga.ch](mailto:info@bernischekrebsliga.ch)  
Internet: [www.bernischekrebsliga.ch](http://www.bernischekrebsliga.ch)  
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von  
09.00 – 12.00 und 13.30 – 16.30 Uhr

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

Zinggstrasse 16, 3007 Bern  
Telefon 031 372 27 27, Fax 031 372 27 37  
E-Mail: [info@ombudsstellebern.ch](mailto:info@ombudsstellebern.ch)  
Internet: [www.ombudsstellebern.ch](http://www.ombudsstellebern.ch)

# ADRESSEN

## **BILLAG AG**

Contact Center, Postfach, 1701 Freiburg  
Telefon 0844 834 834, Fax 026 414 91 91  
E-Mail: [info@billag.com](mailto:info@billag.com)  
Internet: [www.billag.ch](http://www.billag.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, Fax 033 827 90 91  
E-Mail: [info@boedelibad-interlaken.ch](mailto:info@boedelibad-interlaken.ch)  
Internet: [www.boedelibad-interlaken.ch](http://www.boedelibad-interlaken.ch)

## **Bödeli-Bibliothek**

Marktgasse 4, 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, Postfach 41, 3800 Matten  
Telefon 033 971 16 16  
E-Mail: [beratung@budgetplus.ch](mailto:beratung@budgetplus.ch)  
Internet: [www.budgetplus.ch](http://www.budgetplus.ch)

# ADRESSEN

## **Budget-Beratungsstelle**

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)  
Termin nach telefonischer Vereinbarung

## **Die Dargebotene Hand, Bern**

Geschäftsstelle Bern  
Postfach 585, 3000 Bern 9  
Telefon 031 301 12 23  
E-Mail: [bern@143.ch](mailto:bern@143.ch)  
Internet: [www.143.ch](http://www.143.ch)

## **Eduard Ruchti-Stiftung**

Regierungsstatthalteramt Interlaken-Oberhasli,  
Schloss 1, Postfach 276, 3800 Interlaken  
Telefon 031 635 97 70, Fax 031 635 97 71  
E-Mail: [rsta.in-oh@jgk.be.ch](mailto:rsta.in-oh@jgk.be.ch)

## **Entlastungsdienst Kanton Bern**

Region Oberland-Ost, Eveline Gander,  
Bürgstrasse 16, 3700 Spiez  
Telefon 033 822 00 70  
E-Mail: [eveline.gander@entlastungsdienst.ch](mailto:eveline.gander@entlastungsdienst.ch)  
Internet: [www.entlastungsdienst-be.ch](http://www.entlastungsdienst-be.ch)

# ADRESSEN

## **Ernährungsberatung**

fmi-Spital Interlaken, Weissenaustrasse 27,  
3800 Unterseen

Telefon 033 826 25 19

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

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

## **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, Fax 033 221 80 62

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

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

Telefonzeiten: Montag bis Freitag von  
10.00 – 12.00 und 14.00 – 17.00 Uhr

## **Frauenhaus Thun – Berner Oberland**

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)

Telefonzeiten: Montag, Dienstag, Donnerstag und  
Freitag von 09.00 – 12.00 und 14.00 – 16.00 Uhr

Mittwoch 16.00 – 17.30 und Samstag 09.00 – 13.00 Uhr

In der Nacht und am Sonntag wird das Telefon zum  
Frauenhaus Bern umgeleitet.

# ADRESSEN

## **Frauenverband Berner Oberland**

Untere Hauptgasse 14, 3602 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, 3006 Thun  
Telefon 033 221 67 66 oder 031 311 72 01 (Bern)  
E-Mail: [sekretariat@frauenzentralebern.ch](mailto:sekretariat@frauenzentralebern.ch)  
Internet: [www.frauenzentralebern.ch](http://www.frauenzentralebern.ch)  
Telefonzeiten Sekretariat Bern: Montag bis  
Donnerstag von 07.00 - 12.00 und 13.00 - 18.00 Uhr  
Freitag von 07.00 - 12.00 und 13.00 - 16.30 Uhr

## **Gesundheitszentrum Meiringen der spitäler fmi ag**

Spitalstrasse 13, 3860 Meiringen  
Telefon 033 826 26 26, Fax 033 826 23 00  
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@carltoneurope.ch](mailto:info@carltoneurope.ch)  
Internet: [www.carltoneurope.ch](http://www.carltoneurope.ch)

# ADRESSEN

## **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** (ehemals Vormundschaftsbehörde)

Schloss 9, 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**

Harderstrasse 44, 3800 Interlaken

Telefon: 079 459 58 01

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

Öffnungszeiten: Montag von 15.00 – 17.00 Uhr

Mittwoch von 09.00 – 11.00 und 16.00 – 18.00 Uhr

Freitag von 15.00 – 17.00 Uhr

## **Lungenliga Bern, Beratungsstelle Interlaken**

Untere Bönigstrasse 14, 3800 Interlaken

Telefon 033 822 91 19, Fax 033 822 91 25

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

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

Lungentelefon: 0800 404 800 / Jeden Dienstag von  
17.00 -19.00 Uhr kostenlose ärztliche Beratung

# ADRESSEN

## **Ombudsmann Krankenversicherung**

Morgartenstrasse 9, 6002 Luzern  
Telefon 041 226 10 10, Fax 041 226 10 13  
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**

In Gassen 14, Postfach 2646, 8022 Zürich  
Telefon: 044 211 30 90, Fax: 044 212 52 20  
E-mail: [help@versicherungsombudsman.ch](mailto:help@versicherungsombudsman.ch)  
Internet: [www.versicherungsombudsman.ch](http://www.versicherungsombudsman.ch)

## **Pflegeheim Schlössli am See**

Seestrasse 34, 3806 Bönigen  
Telefon 033 888 80 20, Fax 033 888 80 21  
E-Mai: [info@schloessli.com](mailto:info@schloessli.com)  
Internet: [www.schloessli.com](http://www.schloessli.com)

## **pro audito schweiz**

Organisation für Menschen mit Hörproblemen  
Feldeggstrasse 69, 8032 Zürich  
Telefon 044 363 12 00, Fax 044 363 13 03  
E-Mail: [info@pro-audito.ch](mailto:info@pro-audito.ch), Internet: [www.pro-audito.ch](http://www.pro-audito.ch)

## **Pro Senectute Berner Oberland**

Strandbadstrasse 3, 3800 Interlaken  
Telefon 033 826 52 52  
E-Mail: [interlaken@be.pro-senectute.ch](mailto:interlaken@be.pro-senectute.ch)  
Internet: [www.region-beo.ch](http://www.region-beo.ch)



# ADRESSEN

## **Psychiatrische Dienste Spitäler fmi AG**

Ambulatorium Interlaken, Spitalweg 3, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 23 21, Fax 033 826 23 30

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

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

Telefonzeiten: Montag und Mittwoch bis Freitag  
von 09.00 - 11.30 und 13.30 - 17.00 Uhr

Dienstag von 10.00 - 11.30 und 13.30 - 17.00 Uhr

Notfälle ausserhalb Telefonzeiten:

Spital Interlaken 033 826 26 26 oder Sanitätsnotruf 144

## **Reformierte Kirchgemeinde Gsteig-Interlaken**

Verwaltung und Sekretariat, Kirchgemeindehaus,  
Herziggässli 21, 3800 Matten

Telefon 033 822 45 33, Fax 033 822 45 34

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

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

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 08.00 – 11.30 Uhr und Montag,

Dienstag und Donnerstag von 14.00 – 16.00 Uhr

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

## **Reformierte Kirchgemeinde Ringgenberg**

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

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

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

# ADRESSEN

## **Reformierte Kirchgemeinde Unterseen**

Sekretariat, Schloss, Hauptstrasse 1, 3800 Unterseen

Telefon 033 822 55 77, Fax 033 822 55 92

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

Internet: [www.kirche-unterseen.ch](http://www.kirche-unterseen.ch)

Öffnungszeiten:

Montag und Mittwoch von 08.30 – 11.45 Uhr

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

## **Römisch-Katholisches Pfarramt Interlaken**

Schloss-Strasse 4, 3800 Interlaken

Telefon 033 826 10 80, Fax 033 826 10 85

E-Mail: [kathpfarrei.int@bluewin.ch](mailto:kathpfarrei.int@bluewin.ch)

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

Bürozeiten Pfarrei Sekretariat:

Montag bis Freitag von 08.00 – 11.30 Uhr, Montag,

Dienstag und Donnerstag von 13.30 – 17.00 Uhr

## **Reha Pflegeklinik Eden**

Schulhausweg 11, 3852 Ringgenberg

Telefon 033 828 18 00, Fax 033 828 18 19

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

Internet: [www.reha-pflegeklinik.ch](http://www.reha-pflegeklinik.ch)

# ADRESSEN

## **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, 3601 Thun  
Telefon 058 775 13 00, Fax 058 775 13 09  
E-Mail: [thun@proinfirmis.ch](mailto:thun@proinfirmis.ch)  
Internet: [www.proinfirmis.ch](http://www.proinfirmis.ch)  
Sprechstunde nach telefonischer Vereinbarung  
bei Pro Infirmis, Beratung Oberland, Thun  
Telefon 058 775 13 00

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

Scheibenstrasse 11 B, 3600 Thun  
Telefon 031 635 58 00, Fax 031 635 58 48  
E-Mail: [schlichtungsbehoerde.thun@justice.be.ch](mailto:schlichtungsbehoerde.thun@justice.be.ch)  
Telefonische Rechtsberatung unter Tel. 031 635 58 35  
Montag und Dienstag von 16.30 - 18.00 Uhr,  
Mittwoch von 13.00 - 14.00 Uhr,  
Donnerstag und Freitag von 08.30 – 09.30 Uhr  
Persönliche Rechtsberatung nur nach telefonischer  
Vorankündigung unter Tel. 031 635 58 00  
Achtung: Keine Rechtsberatung per E-Mail

# ADRESSEN

## **Schweizerische Arbeitsgemeinschaft Hilfsmittelberatung für Behinderte und Betagte SAHB**

Hilfsmittel-Zentrum, Worblentalstrasse 32 West  
3063 Ittigen

Telefon 031 996 91 80, Fax 031 996 91 81

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

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

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag  
von 08.00 - 12.00 und 13.30 - 17.00 Uhr  
Termin nach Vereinbarung

## **Exma-VISION Schweiz. Hilfsmittel-Ausstellung**

Dünnerstrasse 32, 4702 Oensingen

Telefon 062 388 20 20, Fax 062 388 20 40

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

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

Öffnungszeiten:  
Montag bis Freitag von 09.00 - 12.00 und  
14.00 - 17.00 Uhr

## **Schweizerischer Seniorenrat SSR**

Worblentalstrasse 32, 3063 Ittigen

Telefon 031 924 11 00, Fax 031 924 11 01

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

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

# ADRESSEN

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

Länggasse 2, 3600 Thun

Telefon 033 225 00 80, Fax 033 225 00 83

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

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

Montag bis Freitag von 08.00 – 11.30 Uhr

- **Rotkreuz-Notruf**

Telefon 033 225 00 86

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

- **Rotkreuz-Fahrdienst**

Telefon 079 344 00 36

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

- **beocare.ch – Entlastung Angehörige**

Aussenstelle Interlaken Telefon 033 826 50 60

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

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

- **beocare.ch – Bildung und Veranstaltung**

Telefon 033 225 00 85

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

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

## **Schweizerischer Verband für Seniorenfragen**

Sekretariat SVS, 8840 Einsiedeln

Telefon 079 434 02 36

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

# ADRESSEN

## **Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Thun**

Marktgasse 17, 3600 Thun

Telefon 033 221 75 76

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

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

Telefonische Sprechstunde 0848 33 99 00,

Montag bis Donnerstag von 09.00 – 12.30 Uhr

und von 14.00 – 16.30 Uhr

## **Seniorenpark Weissenau**

Weissenaustrasse 39, 3800 Unterseen

Telefon 033 828 84 00, Fax 033 828 84 01

E-Mail: [seniorenpark@weissenau.ch](mailto:seniorenpark@weissenau.ch)

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

## **Senioren-Universität Bern**

Hochschulstrasse 4, 3012 Bern

Telefon 031 631 52 40, Fax 031 631 83 36

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

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

## **Seniorenvilla Allegro**

Alters- und Pflegeheim

Walmweg 3, 3805 Goldswil

Telefon 033 823 36 26, Fax 033 823 36 28

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

Internet: [www.seniorenvilla-allegro.ch](http://www.seniorenvilla-allegro.ch)

# ADRESSEN

## **Senioren Wohngemeinschaft Jungfraublick**

Rugenstrasse 1, 3800 Matten

Telefon 033 823 43 08

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

Internet: [www.swg-jungfraublick.ch](http://www.swg-jungfraublick.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)

## **Spital Interlaken / spitäler fmi ag**

Weissenaustrasse 27, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 26 26, Fax 033 826 23 00

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

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

## **SPO Patientenorganisation Bern**

Eigerplatz 12, 3007 Bern

Telefon 031 372 13 11, Fax 031 372 13 16

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

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

Montag, Dienstag und Donnerstag

von 08.30 - 12.00 und 13.30 - 16.00 Uhr

- Hotline für Nichtmitglieder:

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

Montag bis Donnerstag von 09.00 – 12.00 Uhr

# ADRESSEN

## Spitexverein Interlaken und Umgebung

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

- **Stützpunkt Interlaken**

Untere Gasse 2, Stadthaus, 3800 Unterseen

Telefon 033 826 50 60, Fax 033 826 50 61

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

- **Stützpunkt Bönigen**

Untere Stockteile 10 C, 3806 Bönigen

Telefon 033 826 50 60, E-Mail: [info@spitexinterlaken.ch](mailto:info@spitexinterlaken.ch)

- **Stützpunkt Ringgenberg**

Altersheim Sunnsyta, 3852 Ringgenberg

Telefon 033 826 50 60, E-Mail: [info@spitexinterlaken.ch](mailto:info@spitexinterlaken.ch)

- **Stützpunkt Wilderswil**

Schulgässli 56, 3812 Wilderswil

Telefon 033 826 50 60, E-Mail: [info@spitexinterlaken.ch](mailto:info@spitexinterlaken.ch)

- **Psychiatrie-Spitex**

Telefon 033 826 50 60, E-Mail: [info@spitexinterlaken.ch](mailto:info@spitexinterlaken.ch)

## VISTA, Fachstelle Opferhilfe bei sexueller und häuslicher Gewalt

Bälliz 49, 3600 Thun

Telefon 033 225 05 60, Fax 033 225 05 61

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

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

Telefonisch erreichbar: Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag von 09.00 – 13.00 und 14.00 – 16.00 Uhr, Mittwoch von 14.00 – 17.00 Uhr



# ADRESSEN

## **Vitaswiss (Volksgesundheit), Sektion Bönigen**

Präsidentin: Sonja Bieri-Spring  
Hauptstrasse 90, 3806 Bönigen  
Telefon 033 823 17 05  
E-Mail: [sorbi@quicknet.ch](mailto:sorbi@quicknet.ch)  
Internet: [www.vitaswiss.ch](http://www.vitaswiss.ch)

## **Volkshochschule Interlaken und Umgebung**

Spielmatte 3 / alte Mühle, 3800 Unterseen  
Telefon 033 826 02 90, Fax 033 826 02 71  
E-Mail: [info@vhs-interlaken.ch](mailto:info@vhs-interlaken.ch)  
Internet: [www.vhs-interlaken.ch](http://www.vhs-interlaken.ch)

## **Wundmanagement 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)  
Montag bis Freitag von 08.00 – 17.00 Uhr  
(Während Ferienabsenzen Montag bis Donnerstag)
- Spitex Interlaken und Umgebung  
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, Fax 031 635 43 49  
E-Mail: [za.oberland-ost@pom.be.ch](mailto:za.oberland-ost@pom.be.ch)  
Internet: [www.pom.be.ch](http://www.pom.be.ch)

---

# NOTIZEN

---

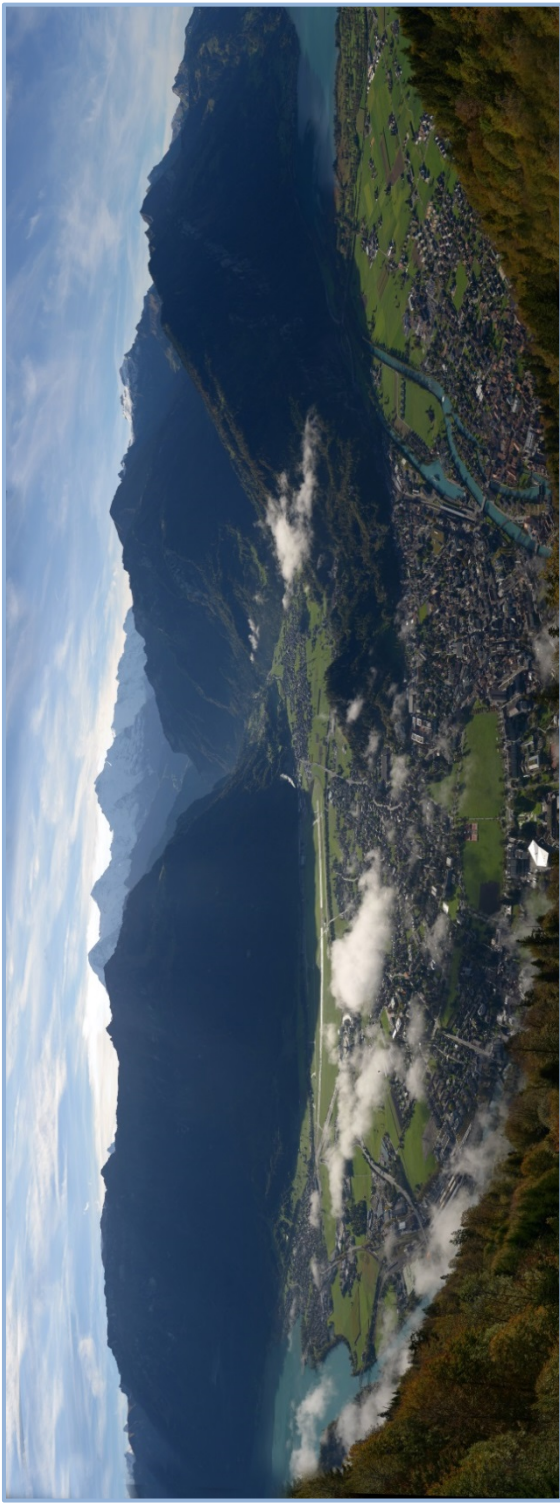


Foto: Herbert Steiner, Ringgenberg

3. 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 Oktober 2016