

## Gesellschaft

Moderation

### 18-001 Facetten der Alterspolitik

freie Plätze

Heinz Gilomen

Wir diskutieren aktuelle Probleme und Lösungsansätze in der Alterspolitik.

### 18-002 Frauenbiographien ein Gedächtnis geben

freie Plätze

Anne-Rose Barth

Wir lesen über Frauen, welche in der Gesellschaft viel gewirkt und bewirkt haben.

### 18-004 Making Sense – Major challenges of our time (MCT)

freie Plätze

Jean-Jacques Subrenat

Participants are invited to examine and discuss some of the major challenges of our time.

### 18-006 Zeit mit (Enkel-) Kindern gestalten

freie Plätze

Elisabeth Grünewald

Ziel ist, dass ältere und jüngere Generation gegenseitig Talente entdecken und fördern.

### 18-007 Rhetorik und Spass

abgesagt

Graham Tritt

Wir vertiefen uns mit Diskussionen in Themen der Rhetorik und Kommunikation.

### 18-008 Diskussionsforum

ausgebucht

Heinz Kneubühl

Tagesthemen zu Politik, Kultur, Gesellschaft, Wissenschaft

### 18-021 Gesellschaft im Gleichgewicht

freie Plätze

Daniela Ghielmetti

Wir lernen Ethnien im ökonomischen, sozialen, politischen und spirituellen Bereich kennen.

## Lebensgestaltung

Moderation

### 18-022 Charakterlehre

ausgebucht

Monique Vuithier

Wieso bin ich so und Du anders?

### 18-024 Auf zu neuen Ufern

ausgebucht

Käthi Jaun

Im Rückblick Stärken sichtbar machen, Fähigkeiten/Wissen/Talente... entdecken.

### 18-025 Wohin des Weges?

freie Plätze

Frieda Hachen

Unterwegs in der Natur

### 18-026 Wohin des Weges?

abgesagt

Frieda Hachen

Gedanklich unterwegs durch den Jahreslauf

<b>18-027</b>	<b>Werte heute</b>	Welche Werte sind uns heute wert-voll?
<small>ausgebucht</small>		
<i>Erica Binder</i>		
<b>18-028</b>	<b>„Herz-Zeit“ - zu zweit im Gespräch</b>	Vorstellung „Herz-Zeit“, Erfahrungsaustausch, Kommunikationsübungen
<small>abgesagt</small>		
<i>Christina Frischherz</i>		
<b>Wissenschaft</b>		
<i>Moderation</i>		
<b>18-040</b>	<b>Astronomie</b>	Geschichte und Techniken der Himmelskunde, Beobachtungstechnik und Astro-Fotografie
<small>ausgebucht</small>		
<i>Urs Fankhauser</i>		
<b>18-042</b>	<b>Aktuelle Zeitgeschichte</b>	Die Teilnehmenden analysieren aktuelle Ereignisse und Entwicklungen der Zeitgeschichte.
<small>ausgebucht</small>		
<i>Christoph Graf</i>		
<b>18-043</b>	<b>Die Welt der Hebräischen Bibel und der Prophet Jeremia</b>	Einführung in wichtige Themenfelder des Alten Testaments und in das Prophetenbuch Jeremia
<small>ausgebucht</small>		
<i>Walter Dietrich</i>		
<b>18-044</b>	<b>Epochen der Griechischen Philosophie</b>	Wir verschaffen uns Einblicke in die Griechische Philosophie.
<small>Kurs beendet</small>		
<i>Alfred Stückelberger</i>		
<b>18-045</b>	<b>Lebenslanges Lernen</b>	Neue Erkenntnisse aus der Lernforschung (Pädagogik, Psychologie, kognitive Neuropsychologie)
<small>Kurs beendet</small>		
<i>Willi Stadelmann</i>		
<b>Kultur</b>		
<i>Moderation</i>		
<b>18-060</b>	<b>Für Schau-Lustige und Museums-Spaziergänger/-innen</b>	Gemeinsam Museen besuchen. Eindrücke und Entdeckungen mit anderen teilen.
<small>ausgebucht</small>		
<i>Eva Koschorke</i>		
<b>18-061</b>	<b>Das Bundeshaus und die Bundesbauten in Bern um 1900</b>	Besichtigung und Würdigung in Beziehung zu anderen Bauten und Denkmälern der Bundesstadt
<small>ausgebucht</small>		
<i>Hans Christoph von Tavel</i>		
<b>18-062</b>	<b>Kultur am Sonntag</b>	Museum, Film, Musik, Theater
<small>freie Plätze</small>		
<i>Pia Neuhaus</i>		
<b>18-063</b>	<b>Natur zur Kultur</b>	Wanderungen in der Umgebung von Bern verbinden Natur und Kultur.
<small>freie Plätze</small>		
<i>Jacqueline Thormann</i>		
<b>18-064</b>	<b>Literarische Wanderungen</b>	Wanderungen zu Handlungsschauplätzen von Schweizer Literatur
<small>Kurs beendet</small>		
<i>Therese Jungen</i>		

**18-065 Städtewanderungen 1**

Wir lernen wandernd grössere und kleinere Städte kennen.

freie Plätze

*Walter Frei***18-066 Jugendstil – Architektur**

Auseinandersetzung mit dem Baustil der Zeit um 1900

ausgebucht

*Martin Fröhlich***18-067 Städtewanderungen 2**

Wir lernen wandernd Städte in der näheren und weiteren Region von Bern kennen.

freie Plätze

*Urs Mathys***18-068 Das Bundeshaus und die Bundesbauten in Bern um 1900 - 2**

Besichtigung und Würdigung in Beziehung zu anderen Bauten und Denkmälern der Bundesstadt

ausgebucht

*Hans Christoph von Tavel***18-069 Navid Kermani: Entlang den Gräben**

Lektüre und Diskussion: Reisetagebuch durch das östliche Europa nach Isfahan.

abgesagt

*Therese Jungen***Musik***Moderation***18-080 Opern – Fans**

Einzelne Opern vertieft kennen lernen.

ausgebucht

*Muriel Streit***18-081 Einblick in die russische Musik des 20. Jahrhunderts**

mit Sergei Rachmaninow, Sergei Prokofiev, Dmitri Schostakowitsch

freie Plätze

*Jacqueline Thormann***18-082 Georg Friederich Händel: Leben und Werk**

Darstellung mit Musikbeispielen ab CD und live

Kurs beendet

*Martin Hubacher***18-083 Musizieren nach Herzenslust**

Mit dem eigenen Instrument in einer Gruppe musizieren.

abgesagt

*Barbara Wyder***18-084 Opern - Fans 2**

Einzelne Opern vertieft kennenlernen

freie Plätze

*Brigitta Hubacher***Filme***Moderation***18-100 Filme am Nachmittag**

Kinobesuche mit anschliessendem Austausch

abgesagt

*Katharina Hürlimann*

<b>18-101</b>	<b>Gemeinsam ins Kino</b>	Geselliges Miteinander-ins-Kino-Gehen mit anschliessendem Gespräch
ausgebucht		
<i>Kathrin Keller</i>		
<b>18-102</b>	<b>Film am Frühabend</b>	Kinobesuch mit anschliessender Diskussion
ausgebucht		
<i>Yvonne Schärer</i>		
<b>18-103</b>	<b>Film am Frühabend - montags 1</b>	Monatlicher Kinobesuch mit anschliessender Besprechung
freie Plätze		
<i>Carole Sunderland</i>		
<b>18-104</b>	<b>Abends zusammen ins Kino</b>	Für Abendaktive, die den Tag zur freien Verfügung haben möchten.
freie Plätze		
<i>Françoise Gysi-Klaus</i>		
<b>18-105</b>	<b>Film am Frühabend - montags 2</b>	Monatlicher Kinobesuch mit anschliessender Besprechung
freie Plätze		
<i>Marie-Louise Opl Steffen</i>		

## Literatur

Moderation

<b>18-120</b>	<b>Deutsche Literatur: Lektüre und Besprechung</b>	Beschäftigung mit aktuellen literarischen Werken hilft uns, unsere Umwelt besser zu verstehen.
ausgebucht		
<i>Susanne Graf-Brawand</i>		
<b>18-121</b>	<b>Deutsche Literatur: Lektüre und Besprechung</b>	Beschäftigung mit aktuellen literarischen Werken hilft uns, unsere Umwelt besser zu verstehen.
abgesagt		
<i>Susanne Graf-Brawand</i>		
<b>18-122</b>	<b>Literatur deutsch (Belletristik)</b>	Neuere, spannende Bücher lesen und miteinander diskutieren.
ausgebucht		
<i>Marianne Heimoz</i>		
<b>18-123</b>	<b>Der wohltemperierte Mord</b>	Wir lesen Krimis aus verschiedenen Jahrhunderten, von Edgar Allan Poe bis Friedrich Dürrenmatt.
freie Plätze		
<i>Marcel Girod</i>		
<b>18-124</b>	<b>Literatur deutsch (Belletristik)</b>	Neuere, spannende Bücher lesen und miteinander diskutieren.
freie Plätze		
<i>Monika Schöni Lanker</i>		

## Schreiben

Moderation

<b>18-140</b>	<b>Schreibwerkstatt</b>	Wir lesen selbst verfasste Texte vor und besprechen sie. Anregungen zur Erzähltechnik
ausgebucht		
<i>Hannelore Dietrich</i>		
<b>18-141</b>	<b>Korrespondieren leicht gemacht: Tipps, Tricks, Normen</b>	Sicher Briefe und Mails schreiben und darstellen. Beim Formulieren den eigenen Stil finden.
abgesagt		
<i>Käthi Jaun</i>		

## Fremdsprachen

Moderation

- |                              |   |  |
|------------------------------|---|--|
| 18-160<br>freie Plätze       | <b>English Book Discussion Group - Monday afternoon</b>   | Participants aim to increase their enjoyment of literature and knowledge of English, meeting once a month to discuss a book that they have read.   |
| <i>Graham Tritt</i>          |   |  |
| 18-161<br>freie Plätze       | <b>English Book Discussion Group – Thursday afternoon</b> | Participants aim to increase their enjoyment of English books by means of active discussions. At each meeting the group members discuss and analyse an English language book which they have all read. |
| <i>Vreni Welstead</i>        |   |  |
| 18-162<br>ausgebucht         | <b>English conversation - Monday</b>                      | Participants aim to improve their spoken English and extend their vocabulary by means of active, often spontaneous discussions.  |
| <i>Robert A. Schwenk</i>     |   |  |
| 18-163<br>freie Plätze       | <b>English Conversation -Tuesday afternoon</b>            | Participants aim to improve their spoken English and to extend their vocabulary through discussion.  |
| <i>Graham Tritt</i>          |   |  |
| 18-164<br>ausgebucht         | <b>English Conversation – Wednesday afternoon</b>         | Participants aim to improve their spoken English and to extend their vocabulary by means of active discussions.  |
| <i>Carole Sunderland</i>     |   |  |
| 18-165<br>ausgebucht         | <b>English Conversation - Thursday (Talk Talk)</b>        | Once a fortnight we meet to read and discuss a text. We also enjoy playing English language games.   |
| <i>Yvonne Schärer</i>        |   |  |
| 18-166<br>freie Plätze       | <b>Conversation française</b>                             | Discussion en français de divers thèmes actuels  |
| <i>Jean Pierre Rosat</i>     |   |  |
| 18-167<br>ausgebucht         | <b>Conversazione in italiano</b>                          | Conversazione in italiano  |
| <i>Giorgio Loderer</i>       |   |  |
| 18-168<br>ausgebucht         | <b>Conversación en español</b>                            | Conversación sobre diferentes temas, elegidos por los participantes  |
| <i>Gerhard Steffen</i>       |   |  |
| 18-169<br>Kurs beendet       | <b>Altgriechisch-Lektüre (Stephanidion)</b>               | Wir lesen Platons Dialog Kriton im Urtext.   |
| <i>Alfred Stückelberger</i>  |   |  |
| 18-170<br>freie Plätze       | <b>Faire sens - Débat d'idées</b>                         | A partir d'un texte (article, nouvelle, essai, roman, poème, biographie, récit...), engager un débat d'idées.  |
| <i>Jean-Jacques Subrenat</i> |   |  |
| 18-171<br>freie Plätze       | <b>English Book Discussion Group – Thursday afternoon</b> | Participants aim to increase their enjoyment of English books by means of active discussions. At each meeting the group members discuss and analyse an English language book which they have all read. |
| <i>Hans Lang</i>             |   |  |

## Natur und Umwelt

Moderation

- |                               |  |   |
|-------------------------------|--|---|
| <b>18-180</b><br>ausgebuht    | <b>Vögel und ihr Lebensraum</b><br><br><i>Ueli Gysi</i>                  | Exkursionen durch verschiedene Habitate (Umgebung Bern und Schweizweit) |
| <b>18-181</b><br>freie Plätze | <b>100 verschiedene Nadel- und Laubbäume</b><br><br><i>Klaus Woodtli</i> | Wir lernen bekanntere und weniger bekannte Baumarten besser kennen.     |

## Spiel und Unterhaltung

Moderation

- |                               |  |  |
|-------------------------------|--|--|
| <b>18-201</b><br>freie Plätze | <b>Begleitete Bridgepartien</b><br><br><i>Hans-Peter Jost</i>                              | Es wird Bridge gespielt mit Betreuung durch den Kursleiter.  |
| <b>18-202</b><br>freie Plätze | <b>Sidi Barrani</b><br><br><i>Thomas Plattner</i>  | Regelmässige Sidi Barrani-Jassrunde, besonders für die Teilnehmenden des letztjährigen Kurses (nach Absprache) |
| <b>18-203</b><br>freie Plätze | <b>Pentabolos - ein pffiffiges und kniffliges Puzzle</b><br><br><i>Christof Fankhauser</i> | Kennenlernen dieses ästhetischen und unglaublich variantenreichen Spiels                                       |
| <b>18-204</b><br>Kurs beendet | <b>Schach Anfängerkurs</b><br><br><i>Hans Ehregruber</i>                                   | Das Spiel der Könige an drei Nachmittagen kennenlernen.  |
| <b>18-205</b><br>ausgebuht    | <b>Pétanque, das Boule-Spiel der Franzosen</b><br><br><i>Françoise Gysi-Klaus</i>          | Alle, die Freude und Interesse an diesem Spiel haben, sind willkommen, ob Anfänger/-innen oder Geübte!         |
| <b>18-206</b><br>Kurs beendet | <b>Spiel und Spass</b><br><br><i>Jean Pierre Rosat</i>                                     | Man ist nie zu alt, Neues zu lernen. Wir machen es spielerisch.  |
| <b>18-207</b><br>abgesagt     | <b>Kegeln im Wohnheim Acherli</b><br><br><i>Beat Jenni</i>                                 | Bewegung und Spass, unabhängig vom Wetter  |
| <b>18-208</b><br>freie Plätze | <b>Spielnachmittage Schach</b><br><br><i>Hans Ehregruber</i>                               | Freies Schachspielen für jedermann/jedefrau  |
| <b>18-209</b><br>freie Plätze | <b>Bridge für Fortgeschrittene</b><br><br><i>Hans-Peter Jost</i>                           | Es wird Bridge gespielt mit Betreuung durch Kursleiter.  |

## Fitness und Gesundheit

Moderation

- |                             |  |  |
|-----------------------------|--|--|
| <b>18-220</b>               | <b>Nordic Walking für Anfänger/-innen, Herbst 2018</b>   | Wir treffen uns an drei Mittwochmorgen für ein erstes Kennenlernen der Nordic Walking-Technik.                   |
| <small>Kurs beendet</small> | <i>Mieke Schwenk - Traast</i>                            |  |
| <b>18-221</b>               | <b>Nordic Walking für Anfänger/-innen, Frühjahr 2019</b> | Wir treffen uns an drei Mittwochmorgen für ein erstes Kennenlernen der Nordic Walking-Technik.                   |
| <small>freie Plätze</small> | <i>Mieke Schwenk - Traast</i>                            |  |
| <b>18-222</b>               | <b>Nordic Walking - Treff</b>                            | Dieser Treff ist für Personen, die die Nordic Walking -Technik kennen und zügig gehen können.                    |
| <small>freie Plätze</small> | <i>Mieke Schwenk - Traast</i>                            |  |
| <b>18-224</b>               | <b>Morgentraining für Körper und Geist</b>               | Sich jeden Morgen bewegen und meditieren, hilft sich gut zu fühlen, seinen Körper zu spüren und achtsam zu sein. |
| <small>abgesagt</small>     | <i>Devamani Loosli</i>                                   |  |
| <b>18-225</b>               | <b>Mobil bleiben im 3. Lebensalter</b>                   | Stärkung der gesamten Körpermuskulatur, Erhaltung der Beweglichkeit, entspannen                                  |
| <small>abgesagt</small>     | <i>Käthi Jaun</i>  |  |
| <b>18-226</b>               | <b>Mit dem Velo über Land</b>                            | Tagestouren mit Velo oder E-Bike   |
| <small>freie Plätze</small> | <i>Heinz Bur</i>   |  |

## Kreatives Gestalten

Moderation

- |                             |   |  |
|-----------------------------|---|--|
| <b>18-240</b>               | <b>Aquarellieren - 1</b>                              | Spielerisches Erarbeiten und Erproben der Aquarellmalerei  |
| <small>freie Plätze</small> | <i>Barbara Soom</i>                                   |  |
| <b>18-241</b>               | <b>Der entscheidende Moment - für spezielle Fotos</b> | Um besondere Fotos zu machen, braucht es auch einen "Riecher" für den richtigen Moment. Das lässt sich sogar etwas üben. |
| <small>freie Plätze</small> | <i>Daniel Marthaler</i>                               |  |
| <b>18-242</b>               | <b>Foto-Workshop</b>                                  | Purpose is to exchange photographic knowledge and experience. Photos can be critiqued and discussed.                     |
| <small>freie Plätze</small> | <i>Robert A. Schwenk</i>                              |  |
| <b>18-243</b>               | <b>Strickgruppe</b>                                   | Stricken für Leute, die gerne stricken und das nicht immer allein tun möchten.   |
| <small>freie Plätze</small> | <i>Christiane Bokor</i>                               |  |
| <b>18-244</b>               | <b>Frei drauflos sticken...</b>                       | mit Faden, Garn, Wolle ... auf verschiedensten Materialien   |
| <small>freie Plätze</small> | <i>Jacqueline Thormann</i>                            |  |
| <b>18-245</b>               | <b>Kreatives aus Altglas</b>                          | Schöpferisches Recycling von Glas. Keine Vorkenntnisse nötig. Wenn möglich leere Flaschen zum Bearbeiten mitbringen.     |
| <small>Kurs beendet</small> | <i>Lea Ammann-Toivanen</i>                            |  |

**18-246 "Dot-Painting"- Symbole auf Steinen**

Kurs beendet

*Christina Frischherz*

Mit Punkten verschiedene Symbole, wie Kreise, Linien, Spiralen, Ornamente, Tiere, Runen etc... gestalten.

**18-247 Aquarellieren - 2**

ausgebucht

*Barbara Soom*

Spielerisches Erarbeiten und Erproben der Aquarellmalerei

**Computer***Moderation***18-260 Smartphone – unser ständiger Begleiter**

Kurs beendet

*Johann Binder*

Gemeinsam das Funktionieren und die Möglichkeiten des Android-Smartphones entdecken (Kein iPhone!).

**18-261 Digital wandern**

ausgebucht

*Johann Binder*

Hilfsmittel zum Planen von Wanderungen und zur Orientierung unterwegs

**Fitness und Gesundheit (Fortsetzung 2019)***Moderation***18-223 Einführung ins Kraul-Schwimmen (Fortsetzung)**

freie Plätze

*Margot Guldemann*

Es ist nie zu spät, sportlich schwimmen zu lernen.