

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

Kurs beendet

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

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

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

Literatur

Moderation

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

Schreiben

Moderation

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

Fremdsprachen

Moderation

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

Natur und Umwelt

Moderation

18-180 Vögel und ihr Lebensraum

ausgebucht

Ueli Gysi

Exkursionen durch verschiedene Habitate (Umgebung Bern und Schweizweit)

18-181 100 verschiedene Nadel- und Laubbäume

freie Plätze

Klaus Woodtli

Wir lernen bekanntere und weniger bekannte Baumarten besser kennen.

18-182 100 verschiedene Nadel- und Laubbäume, Vormittag

freie Plätze

Klaus Woodtli

Wir lernen bekanntere und weniger bekannte Baumarten besser kennen.

Spiel und Unterhaltung

Moderation

18-201 Begleitete Bridgepartien

freie Plätze

Hans-Peter Jost

Es wird Bridge gespielt mit Betreuung durch den Kursleiter.

18-202 Sidi Barrani

freie Plätze

Thomas Plattner

Regelmässige Sidi Barrani-Jassrunde, besonders für die Teilnehmenden des letztjährigen Kurses (nach Absprache)

18-203 Pentabolos - ein pfiffiges und kniffliges Puzzle

freie Plätze

Christof Fankhauser

Kennenlernen dieses ästhetischen und unglaublich variantenreichen Spiels

18-204 Schach Anfängerkurs

Kurs beendet

Hans Ehrenguber

Das Spiel der Könige an drei Nachmittagen kennenlernen.

18-205 Pétanque, das Boule-Spiel der Franzosen

ausgebucht

Françoise Gysi-Klaus

Alle, die Freude und Interesse an diesem Spiel haben, sind willkommen, ob Anfänger/-innen oder Geübte!

18-206 Spiel und Spass

Kurs beendet

Jean Pierre Rosat

Man ist nie zu alt, Neues zu lernen. Wir machen es spielerisch.

18-207 Kegeln im Wohnheim Acherli

abgesagt

Beat Jenni

Bewegung und Spass, unabhängig vom Wetter

18-208 Spielnachmittage Schach

freie Plätze

Hans Ehrenguber

Freies Schachspielen für jedermann/jedefrau

18-209 Bridge für Fortgeschrittene

freie Plätze

Hans-Peter Jost

Es wird Bridge gespielt mit Betreuung durch Kursleiter.

Fitness und Gesundheit

Moderation

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

Kreatives Gestalten

Moderation

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