

19-001 Facetten der Alterspolitik

Thema Gesellschaft

Kurzbeschreibung Wir diskutieren grundlegende Fragen, aktuelle Probleme und Lösungsansätze in der Alterspolitik.

Thema und Inhalt Wir gehen Fragen der Altersdiskriminierung nach, beleuchten das Thema der Isolation im Alter und diskutieren die Probleme der 50plus auf dem Arbeitsmarkt. Zudem informieren wir uns über aktuelle politische Entwicklungen bei der Altersvorsorge sowie im Pflege- und Wohnbereich. Und was haben Bildung oder Migration mit Alterspolitik zu tun?

Mitwirkung Teilnehmende Wir konsultieren parlamentarische Informationsquellen, Berichte aus Verwaltung und Wissenschaft sowie internationale Dokumente. Wir diskutieren die Erkenntnisse und entwickeln mögliche Lösungsansätze.

Zusatzinfo

Moderation Heinz Gilomen
heinz.gilomen@bluewin.ch

Durchführung Maximum 15 Personen

Wochentag: Montag 13.15 - 15.15

Kursdaten:	11.11.19	09.12.19	17.02.20	16.03.20	30.03.20
	27.04.20				

Kursort: Bern, Belpstr. 24 Walkerhaus
Clubraum

19-002 Frauenbiographien ein Gedächtnis geben

Thema **Gesellschaft**

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

Thema und Inhalt Anhand von Büchern, Publikationen, Filmen etc. wollen wir die Erinnerungen an Frauen, die in Politik, Wirtschaft, Bildung, Kultur, Gesellschaft und Familie als Pionierinnen eine wichtige Rolle gespielt haben, aufrecht erhalten. Wir beschliessen gemeinsam, welche Biographien wir lesen.

Mitwirkung Teilnehmende Austausch von Wissen und Erkenntnissen zur damaligen Frauenrolle und Gesellschaftsgeschichte. Zwei Kursteilnehmende leiten die jeweilige Besprechung.

Zusatzinfo

Moderation Anne-Rose Barth
anne-rose.barth@gmx.ch

Durchführung Maximum 12 Personen

Wochentag: Montag 11.00 - 13.00

Kursdaten:	04.11.19	09.12.19	13.01.20	17.02.20	30.03.20
	11.05.20	22.06.20			

Kursort: Bern, Zeughausgasse 14 Frauenzentrale
Sitzungszimmer

19-003 Making Sense – Major challenges of our time (MCT)

Thema **Gesellschaft**

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

Thema und Inhalt The series "Making Sense" started in 2016-17 with "Beyond The Headlines", followed by "Major Challenges of our Time" (MCT) in 2017-18 and 2018-19. MCT is proposed again in 2019-20.
Together with the Moderator, participants set out a 9-month programme, then take turns in preparing and in leading the discussion. At the end of the programme, the group may wish to deliver a written summary of its work and conclusions, which could be published on the Collegium 60plus website, or in some other form.

**Mitwirkung
Teilnehmende**

Zusatzinfo

Moderation Jean-Jacques Subrenat
vesigond@gmail.com

Durchführung Maximum 12 Personen

Wochentag: Thursday 10.00 - 12.00

Kursdaten:	17.10.19	14.11.19	12.12.19	16.01.20	13.02.20
	12.03.20	16.04.20	14.05.20	11.06.20	

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Innovagebüro

19-004 Beziehungen/Relations CH-Europa

Thema **Gesellschaft**

Kurzbeschreibung Zweisprachiges Seminar - avec soutien linguistique
Co-Moderation Christoph Graf

Thema und Inhalt Auf der Grundlage von digital verfügbaren Quellen und Literatur analysieren und diskutieren die Teilnehmenden die historischen, politischen, gesellschaftlichen u.a. Aspekte der europäischen Integration, insbesondere der Beziehungen der Schweiz zur EU aus schweizerischer und europäischer Perspektive.

Les participants analysent et discutent les aspects historiques, politiques, sociaux, etc. de l'intégration européenne, et des relations CH/UE, vues de Suisse et de l'UE.

**Mitwirkung
Teilnehmende**

Zusatzinfo

Moderation Christoph Graf
christoph.graf@innovage.ch

Durchführung Maximum 14 Personen

Wochentag: Donnerstag 14:15 - 16:00

Kursdaten:

17.10.19	14.11.19	12.12.19	16.01.20	13.02.20
19.03.20				

Kursort: Bern, Belpstr. 24 Walkerhaus
Clubraum

19-005 Zeit mit (Enkel-) Kindern gestalten

Thema **Gesellschaft**

Kurzbeschreibung Erwachsene und Kinder fördern gegenseitig ihre Talente.
Co-Moderation Luisa Marretta.

Thema und Inhalt Mögliche Themen:
Bewegungsspiele drinnen und draussen
Theater- und Figurenspiel, (Bilder)Bücher vorlesen und nachspielen
Spielplätze und Ausflüge
Basteln mit Alltagsmaterial
Spiele erfinden / herstellen
Tätigkeiten und Experimente in Haus, Garten und Wald
Feste und Rituale feiern.

Mitwirkung Teilnehmende Wir tauschen Erfahrungen und Ideen aus über gelungenes Zusammensein und über Projekte mit Kindern.
Rollende Planung der Themen gemäss Wunsch der TN.

Zusatzinfo

Moderation Elisabeth Grünewald
gruenewald@bluewin.ch

Durchführung Maximum 12 Personen

Wochentag: Montag 14.00 - 16.00

Kursdaten:	11.11.19	09.12.19	13.01.20	24.02.20	23.03.20
	11.05.20				

Kursort: Bern, Seilerstr. 4 Schweiz. Arbeitsgemeinschaft für Berggebiete
Sitzungszimmer

19-006 Diskussionsforum

Thema **Gesellschaft**

Kurzbeschreibung Tagesthemen zu Politik, Kultur, Gesellschaft, Wissenschaft

Thema und Inhalt Für jedes Treffen wird ein Thema definiert und Fachpersonen eingeladen. Bereits festgelegt:
 Klimawandel - vom Wissen zum Handeln (Prof. H. Wanner)
 Religion, ein Spiel? (Pfarrerin Ella de Groot)
 Globaler Wandel in Gebirgsräumen - Diskussion von Lösungsansätzen (Prof. H. Hurni)
 Major challenges of our time (Botschafter J.J. Subrenat)
 Wie ist Paul Klee heute zu verstehen" (Kuratorin ZPK)
 Ethik und Moral - eine Vertiefung (Prof. W. Lienemann)

Mitwirkung Teilnehmende Kurzes Einführungsreferat durch Fachperson --> Diskussion der Teilnehmenden in kleinen Gruppen und Erarbeitung der Grundlagen für die Diskussion im grossen Kreis, gemeinsam mit den Fachreferenten

Zusatzinfo Moderation: Heinz Kneubühl, Andreas Künzi

Moderation Heinz Kneubühl
 h.kneuebuehl@quickline.ch

Durchführung Maximum 16 Personen

Wochentag: Mittwoch 9.30 - 12.00

Kursdaten:	16.10.19	06.11.19	04.12.19	15.01.20	12.02.20
	04.03.20	01.04.20			

Kursort: Bern, Seilerstr. 4 Schweiz. Arbeitsgemeinschaft für Berggebiete
 Sitzungszimmer

19-008 Biographien von Männern und Frauen

Thema Gesellschaft

Kurzbeschreibung Persönlichkeiten anhand ihrer Biographie kennenlernen.

Thema und Inhalt

Persönlichkeiten aus diversen Bereichen, die in der Vergangenheit Ausserordentliches geleistet haben, genauer anschauen und uns darüber austauschen. Gemeinsam legen wir fest, welche Persönlichkeiten anhand ihrer Biographie näher betrachtet werden.

Mitwirkung Teilnehmende

Alle informieren sich aus verschiedenen Quellen über die Person. Jede/jeder Teilnehmende stellt nach Wahl mindestens eine Person vor, zu zweit oder allein.

Zusatzinfo

Moderation Jean Pierre Rosat
jeanpierre.rosat@gmail.com

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Mittwoch 10-12

Kursdaten:

23.10.19	20.11.19	18.12.19	22.01.20	19.02.20
25.03.20				

Kursort: Bern, Belpstr. 24 Walkerhaus
Quattro

19-020 Charakterlehre

Thema **Lebensgestaltung**

Kurzbeschreibung Wieso bin ich so und Du anders?

Thema und Inhalt Neun verschiedene Persönlichkeitsmuster. Eine spannende Charakterlehre / Enneagramm für den Alltag mit Entwicklungspotenzial. Pro Nachmittag sind zwei Persönlichkeits-Tendenzen vorgesehen. Der Kurs ist ohne Vorkenntnisse leicht verständlich.

**Mitwirkung
Teilnehmende** Wir erarbeiten den Inhalt gemeinsam.

Zusatzinfo 5 Mal zwischen Oktober und April. Daten werden am ersten Treffen gemeinsam festgelegt.

Moderation Monique Vuithier
vumo@bluewin.ch

Durchführung Maximum 7 Personen

Wochentag: Montag 14.00 - 15.30

Kursdaten:

14.10.19				
----------	--	--	--	--

Kursort: Bern, Falkenhöheweg 18 Atelier
Privat (nahe HB Bern)

19-021 Feminismus gestern - heute - morgen

Thema **Lebensgestaltung**

Kurzbeschreibung Wie können wir heutige Girls feministisch stärken?
Co-Moderation Käthi Jaun

Thema und Inhalt Gemeinsames Bestimmen einzelner Feminismus-Themen; z.B. Chancengleichheit, Koedukation, Arbeits- und Lohnungleichheit, Identität, Gender-Sprache, Beziehungen, Sexualität, (LGBT, Porno, Prostitution), Rechte, Gewalt etc.

Mitwirkung Teilnehmende Die Teilnehmenden tragen mit eigenen Beiträgen und Erfahrungen zur Diskussion bei.

Zusatzinfo

Moderation Erica Binder
erica.c60@gmx.ch

Durchführung Maximum 16 Personen

Wochentag: Donnerstag 14.00 - 16.00

Kursdaten:	24.10.19	14.11.19	05.12.19	30.01.20	20.02.20
	12.03.20	02.04.20			

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 5

19-022 Werte heute

Thema **Lebensgestaltung**

Kurzbeschreibung Welche Werte sind heute wertvoll: Für mich - für dich - für uns? Wie kann ich meine Werte leben?

Thema und Inhalt

- Einführung: Wozu brauchen wir Werte? Werte-Wandel und seine Folgen.
- Persönliche Werte: Welche Werte haben mich geprägt, welche habe ich modifiziert, welche sind mir heute noch wichtig? Werte haben - Werte leben.
- Werte-Themen: Der ganz gewöhnliche Alltag bietet uns eine Fülle von Werten; z.B. Werte in Erziehung, Wissenschaft, Umwelt, Politik, Wirtschaft, etc. Aus dieser Werte-Fülle wählen wir Werte-Themen aus, die wir gemeinsam diskutieren wollen.

Mitwirkung Teilnehmende Die einzelnen Teilnehmenden stellen in der Gruppe einen selbstgewählten Werte-Bereich kurz vor und regen mit Fragen die Diskussion an.

Zusatzinfo Bereitschaft, auch die eigenen Werte und deren Umsetzung zu diskutieren.

Moderation Erica Binder
erica.c60@gmx.ch

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Dienstag 14.00 - 16.00

Kursdaten:	29.10.19	19.11.19	10.12.18	04.02.20	25.02.20
	17.03.20	07.04.20			

Kursort: Bern, Schulweg 14a CLUB55
Gemeinschaftsraum

19-023 Kulinarische Perlen neu entdecken

Thema Lebensgestaltung

Kurzbeschreibung Gemeinsame Wahl aus reichhaltiger Schatzkiste alter Rezepte.

Thema und Inhalt Erarbeiten der gemeinsam ausgewählten Rezepte von essbaren Produkten, die grösstenteils eine gewisse Haltbarkeit aufweisen und sich somit auch als kleine persönliche Mitbringsel eignen. Hintergrundinformationen gehören mit dazu.

Mitwirkung Teilnehmende Praktische gemeinsame Umsetzung der Rezepte in dafür ausgerüstetem Kurslokal.

Zusatzinfo

Moderation Marianne Roth-Schneider
m.roth-schneider@quickline.ch

Durchführung Maximum 8 Personen

Wochentag: Donnerstag 14 bis 16 Uhr

Kursdaten:

24.10.19	21.11.19	19.12.19	23.01.20	20.02.20
19.03.20				

Kursort: Bern, Schulweg 14a CLUB55
Gemeinschaftsraum

19-024 Geheimnisse der indischen und indonesischen Küche

Thema Lebensgestaltung

Kurzbeschreibung Wir lernen gemeinsam die Geheimnisse der indischen und indonesischen Küche kennen.

Thema und Inhalt Welche Gewürze werden gebraucht und wie heissen die gleichen Gewürze in Indien und in Indonesien? Wie kann man Zutaten ersetzen? Dies und viele weitere Fragen werden wir angehen und zusammen jeweils ein Menü kochen.

Mitwirkung Teilnehmende Die Menüs werden von ein bis zwei TN geplant. Diese sind jeweils für den Einkauf verantwortlich. Kochbücher und die meisten Gewürze sind vorhanden.

Zusatzinfo Ich bin keine Expertin aber experimentiere gerne und hoffe auf Teilnehmende, welche dies auch schätzen!
Die Unkosten für die erforderlichen Einkäufe werden gemeinsam beglichen.

Moderation Mieke Schwenk
mieke.schwenk@bluewin.ch

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Mittwoch 10.00-15.00 Uhr

Kursdaten:	06.11.19	04.12.19	05.02.20	04.03.20	01.04.20
	06.05.20				

Kursort: Bern, Schulweg 14a CLUB55
Gemeinschaftsraum

19-040 Astronomie

Thema **Wissenschaft**

Kurzbeschreibung Geschichte und Techniken der Astronomie, Himmels-Kunde und Beobachtungstechniken

Thema und Inhalt Kennenlernen der langen Geschichte und der vielfältigen Techniken und Instrumente (Teleskope und Zusatzgeräte) der Astronomie mit entsprechenden Vortragssequenzen und Tipps zur Praxis und Fachliteratur, inklusive der Himmelskunde und der Beobachtungstechniken für den Astro-Amateur. Mit praktischen Geräteeinsätzen und Beobachtungen werden, wenn möglich, einzelnen Gebiete vertieft.

**Mitwirkung
Teilnehmende** Themenbezogen erwünscht

Zusatzinfo Praxis Tag nach Ansage
Praxis Abend nach Ansage

Moderation Urs Fankhauser
fankhauser.urs@bluewin.ch

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Dienstag 18.30 - 21.00

Kursdaten:	15.10.19	12.11.19	10.12.19	14.01.20	18.02.20
	17.03.20	21.04.20	05.05.20	26.05.20	16.06.20

Kursort: Bern, Casinoplatz 8 Foto Zumstein Video
Studio

19-042 Aktuelle Zeitgeschichte

Thema **Wissenschaft**

Kurzbeschreibung Die Teilnehmenden analysieren aktuelle Ereignisse und Entwicklungen der Zeitgeschichte.

Thema und Inhalt

Vereinbartes Thema des Kurses ist die Geschichte des Zweiten Weltkriegs, welcher die Welt bis heute massgeblich beeinflusst hat.

Als Grundlagenlektüre werden die beiden Übersichtsdarstellungen von Elke Fröhlich (Reclam, 2015) und Gerhard Schreiber (C.H.Beck, 2013) sowie der dtv-Atlas Weltgeschichte, Bd.2 empfohlen. Zusätzlich werden für die einzelnen Präsentationen digital verfügbare Literatur und Quellen beigezogen und diskutiert.

Mitwirkung Teilnehmende

Texte lesen, Inhalte präsentieren und diskutieren.

Zusatzinfo

Moderation

Christoph Graf
christoph.graf@innovage.ch

Durchführung

Maximum 14 Personen

Wochentag: Mittwoch 10.15 - 12.00

Kursdaten:	16.10.19	13.11.19	11.12.19	15.01.20	12.02.20
	11.03.20	08.04.20	06.05.20	03.06.20	01.07.20

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 3

19-043 Propheten- und Frauengestalten des AT

Thema **Wissenschaft**

Kurzbeschreibung Kennenlernen von je sechs «Kleinen» Propheten und wichtigen Frauengestalten des Alten Testaments

Thema und Inhalt Dies ist ein Folgekurs zu früheren Kursen über "Die Welt der Hebräischen Bibel". Diesmal soll die erste Hälfte der Abende den Propheten(schriften) Joel, Jona, Nahum, Habakuk, Zefanja und Haggai, die zweite Hälfte den Damen Rebekka, Debora, Batscheba, Tamar, Rut und Judit gelten.

Alle lesen vorab die einschlägigen Bibeltexte, einzelne geben Einführungen zu den betr. biblischen Gestalten. Nach Möglichkeit soll auch die Rezeption in der Kunst-, Musik- und Literaturgeschichte zum Zuge kommen.

Mitwirkung Teilnehmende Voraussetzungen: keine - ausser Neugier und Bereitschaft zum Mittun.

Zusatzinfo Benötigt wird eine brauchbare Bibelübersetzung (Zürcher, Luther, Elberfelder, Jerusalemer).

Moderation Walter Dietrich
walter.dietrich@theol.unibe.ch

Durchführung Maximum 12 Personen

Wochentag: Montag 19.00 -21.00

Kursdaten:	21.10.19	18.11.19	16.12.19	13.01.20	17.02.20
	16.03.20				

Kursort: Wabern, Kirchstr. 208 Gemeindehaus Kirche Wabern
Gruppenraum im UG

19-044 Antike Naturwissenschaften

Thema **Wissenschaft**

Kurzbeschreibung Einblicke in das naturwissenschaftliche Denken der Antike

Thema und Inhalt

Der Kurs will anhand von Textstellen und Anschauungsmaterialien Einblicke in die antiken Naturwissenschaften vermitteln: von den ersten Ansätzen naturwissenschaftlichen Denkens in der frühen griechischen Philosophie über die Herausbildung von Fachwissenschaften im Hellenismus bis zu den Ausläufern in der Spätantike und der Wiederentdeckung in der Renaissance. Die Fachbereiche Astronomie, Geographie, Physik (Atomlehre), Mathematik und Biologie werden speziell zur Sprache kommen.

Mitwirkung Teilnehmende

Wir besprechen miteinander die wissenschaftlichen Erkenntnisse.

Zusatzinfo

Es werden keine besonderen (Sprach-) Kenntnisse vorausgesetzt.

Moderation

Alfred Stückelberger
astueckelberger@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 20 Personen

Wochentag: Dienstag 15.00 - 16.30

Kursdaten:

15.10.19	29.10.19	05.11.19	19.11.19	03.12.19
17.12.19				

Kursort: Bern, Brunnadernstr. 40 Gemeindehaus Petruskirche
Raum 5, UG

19-045 Weitere Betrachtungen zum Thema "Lernen"

Thema **Wissenschaft**

Kurzbeschreibung Auf der Grundlage des Kurses 18-045 werden weitere Themenbereiche zu "Lebenslanges Lernen" vermittelt und diskutiert.

Thema und Inhalt Mögliche Themen:
Emotionen und Gefühle als Treibfedern für Lernen
Digitalisierung und Lernen
Was macht Lernen "Sinn-voll"?
Bewusstsein und freier Wille.
Weitere Interessengebiete nach Absprache mit den Teilnehmenden.

Mitwirkung Teilnehmende Inputs durch den Referenten, Rückfragen und Diskussionbeiträge durch die Teilnehmenden; Diskussion und Reflexion.

Zusatzinfo Fortsetzungskurs auf der Basis des Kurses 18-045

Moderation Willi Stadelmann
willi_stadelmann@bluewin.ch

Durchführung Maximum 16 Personen

Wochentag: Mittwoch 10-12 Uhr

Kursdaten:

23.10.19	06.11.19	20.11.19	04.12.19	
----------	----------	----------	----------	--

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 1

19-046 C. G. Jung und Traumarbeit

Thema **Wissenschaft**

Kurzbeschreibung Die Grundideen von C. G. Jung werden vorgestellt und moderne Traumarbeit wird erklärt und geübt.

Thema und Inhalt Noch heute können wir von Jung (Schweizer Psychiater, 1879 - 1961) und seinen Konzepten zum Aufbau und zur Funktion der menschlichen Psyche (Seele) viel lernen.
Mit diesen Ideen als Hintergrund werden die Methoden der modernen Traumarbeit erklärt und bei Interesse sogar geübt. Zur Vorbereitung auf diesen Kurs wird das Lesen von Jungs Autobiographie (siehe unten) wärmstens empfohlen - ist aber nicht Pflicht.

Mitwirkung Teilnehmende Traumarbeit
Buch: C.G. Jung, Erinnerungen, Träume, Gedanken, Patmos Verlag (u.a. erhältlich auf www.exlibiris.ch)

Zusatzinfo Art Funkhouser ist Psychotherapeut nach C.G. Jung

Moderation Art Funkhouser
art@funkhouser.ch

Durchführung Maximum 12 Personen

Wochentag: Mittwoch 15.00 - 17.00

Kursdaten:	16.10.19	23.10.19	30.10.19	13.11.19	20.11.19
	27.11.19				

Kursort: Bern, Belpstr. 24 Walkerhaus
UNO/DUE

19-047 Geschlecht aus psychologischer Sicht

Thema **Wissenschaft**

Kurzbeschreibung Psychologische Geschlechtsunterschiede und ihre Auswirkungen auf unser Alltagsleben.

Thema und Inhalt Themenbereiche: Erklärungsansätze zur Entstehung von Geschlechtsunterschieden; Kriterien zur Bestimmung des Geschlechts; Geschlechtsunterschiede in verschiedenen Verhaltensbereichen, Geschlechtsunterschiede in Sexualität und Partnerschaft; Geschlechtsunterschiede als Alltagsproblem.

Mitwirkung Teilnehmende Inputs durch den Referenten; Rückfragen, eigene Recherchen, Austausch von eigenen Erfahrungen sowie Diskussionsbeiträge durch die Teilnehmenden.

Zusatzinfo

Moderation Thomas Rammsayer
thomas.rammsayer@psy.unibe.ch

Durchführung Maximum 16 Personen

Wochentag: Dienstag 14-16 Uhr

Kursdaten:

05.11.19	03.12.19	07.01.20	04.02.20	03.03.20
----------	----------	----------	----------	----------

Kursort: Bern, Seilerstr. 4 Schweiz. Arbeitsgemeinschaft für Berggebiete
Sitzungszimmer

19-060 Für Schau-Lustige und

Thema Kultur

Kurzbeschreibung Gemeinsam Museen besuchen. Eindrücke und Entdeckungen mit anderen teilen.

Thema und Inhalt

Museen und Ausstellungen einfach so. Ohne kunsthistorische Vorträge. Aber mit Begeisterung für Unbekanntes und Freude am Wiederbegegnen. Nach gemeinsamer Absprache besuchen wir eine jeweils aktuelle Ausstellung. Nachher und zwischendurch ist Gelegenheit zum Austausch. Auf Wunsch auch eine kurze Einführung. .

Mitwirkung Teilnehmende

Von allen gewünscht ist eine aktive Beteiligung.
Findet alle 4-6 Wochen statt. Daten werden am ersten Kurstag gemeinsam festgelegt.

Zusatzinfo Museumseintritt, Reisekosten

Moderation Eva Koschorke
evakoschorke@bluewin.ch

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Dienstag 14

Kursdaten: 05.11.19 

Kursort: nach Absprache

19-061 Die "Moderne" - Architektur der Zwischenkriegszeit

Thema**Kultur****Kurzbeschreibung**

Die reale Architekturproduktion 1918–1940 kennenlernen, nicht nur Le Corbusier etc.

Thema und Inhalt

Architektur (Schwergewicht Bern und Schweiz) in der ganzen Breite der Epoche darstellen, weil in der Zeit vor dem 1. Weltkrieg die Zentren unserer Städte und Dörfer nachhaltiger geprägt worden sind als später.

Mitwirkung Teilnehmende

Einzelne Bauten dieser Zeit vorstellen, die besonders gefallen oder abstossen.

Zusatzinfo**Moderation**

Martin Fröhlich
martinus11@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 24 Personen

Wochentag: Donnerstag 15.30 - 17.30

Kursdaten:	17.10.19	07.11.19	28.11.19	19.12.19	09.01.20
	30.01.20	20.02.20	12.03.20		

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 1

19-062 Kultur am Sonntag

Thema Kultur

Kurzbeschreibung Museum, Film, Musik, Theater

Thema und Inhalt Gemeinsamer Besuch einer Ausstellung, eines Films, eines Konzertes oder eines Theaters – je nach Angebot und Interesse der Gruppe. Danach Diskussion beim gemeinsamen Essen oder bei Kaffee und Kuchen (abhängig von der Tageszeit).

Mitwirkung Teilnehmende Die Teilnehmenden bringen Vorschläge ein und beteiligen sich an der Organisation.

Zusatzinfo Eintritte und Tickets zu Lasten der Teilnehmenden

Moderation Sibylle Divis
sibylle.divis@collegium60plus.ch

Durchführung Maximum 12 Personen

Wochentag: Sonntag Abhängig vom Programm

Kursdaten:	27.10.19	24.11.19	26.01.20	23.02.20	29.03.20
	26.04.20				

Kursort: nach Absprache

19-063 Natur zur Kultur

Thema **Kultur**

Kurzbeschreibung Wanderungen in der Umgebung von Bern verbinden Natur und Kultur.

Thema und Inhalt Wir wandern bis zu 3 Stunden, geniessen die Natur und lassen uns von Kultur überraschen.

Mitwirkung Teilnehmende Die Teilnehmenden organisieren Touren allein oder zu zweit. Anschliessend an die erste Wanderung machen wir die Jahresplanung.

Zusatzinfo

Moderation Jacqueline Thormann
jacqueline.thormann@collegium60plus.ch

Durchführung Maximum 22 Personen

Wochentag: Mittwoch 9.00 - 17.00

Kursdaten:	16.10.19	13.11.19	11.12.19	08.01.20	12.02.20
	11.03.20	08.04.20	13.05.20	10.06.20	08.07.20
	12.08.20	09.09.20			

Kursort: nach Absprache

19-064 Literarische Wanderungen

Thema **Kultur**

Kurzbeschreibung Wanderungen zu Handlungsschauplätzen von Schweizer Literatur

Thema und Inhalt Auswahl der Lektüre in der Gruppe mit Handlungsort Schweiz / Kanton Bern. Wanderung oder Stadtrundgang zu Handlungsschauplätzen oder Lebensorten der Autoren. Manchmal auch Führungen. Die Gruppe plant die Ausflüge, die ca. alle fünf Wochen stattfinden, gemeinsam und legt auch weitere Daten fest.

**Mitwirkung
Teilnehmende** Organisation der Ausflüge inkl. Lektüre durch 1 - 2 Teilnehmende.

Zusatzinfo Länge der Wanderungen: Im Winter kurze Städtewanderungen, im Sommer Wanderungen mit bis zu 4 Stunden Gehzeit. Auch Auf/Abstiege sollten möglich sein. Je nach Programm ganzer oder halber Tag.

Moderation Therese Jungen
therese.jungen@bluewin.ch

Durchführung Maximum 11 Personen

Wochentag: Montag Zeiten werden rechtzeitig bekannt gegeben

Kursdaten:	14.10.19	11.11.19	16.12.19	27.01.20	
------------	----------	----------	----------	----------	--

Kursort: nach Absprache

19-065 Navid Kermani: Entlang den Gräben

Thema Kultur

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

Thema und Inhalt

Kermani beschreibt in seinem Reisetagebuch ein fremd anmutendes, von Kriegen und Katastrophen gezeichnetes Gebiet: Von Polen bis in den Orient. Mit Gespür für Details skizziert der Autor Menschen und Orte in vergessenen Regionen. Wir wählen besonders interessante von Kermani besuchte Orte für die Lektüre aus. Vertiefung durch eigene Recherchen zu den erwähnten kulturellen, religiösen und historischen Gräben. Diskussion in der Gruppe. Kurstage sind jeweils inhaltlich in sich abgeschlossen.

Mitwirkung Teilnehmende

Je nach Lust und Zeit: Recherchen zu im Buch beschriebenen Gräben. Präsentation dieser Zusatzinformationen in der Diskussionsrunde.

Zusatzinfo

Es werden noch zwei zusätzliche Sequenzen durchgeführt. Die Daten werden im Kurs festgelegt.
Allenfalls ergibt sich daraus eine Privatreise ausserhalb des Collegiums 60plus

Moderation

Therese Jungen
therese.jungen@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 20 Personen

Wochentag: Freitag 13.30 - 15.30

Kursdaten:	18.10.19	22.11.19	10.01.20	14.02.20	
------------	----------	----------	----------	----------	--

Kursort: Bern, Belpstr. 24 Walkerhaus
Clubraum

19-066 Städtewanderungen 1

Thema **Kultur**

Kurzbeschreibung Wir lernen wandernd grössere und kleinere Städte kennen.

Thema und Inhalt Es finden 5 - 6 Städtewanderungen ganztags von Oktober 2019 bis Juni 2020 statt.
Die Städte und die Daten werden an der Zusammenkunft vom 11. Oktober nach gemeinsamer Absprache bestimmt.

Mitwirkung Teilnehmende Organisiert werden die Wanderungen abwechselnd von verschiedenen Gruppenmitgliedern.

Zusatzinfo Erstes Treffen am 11. Oktober, Ort und Zeit werden bekannt gegeben.

Moderation Georges Pestalozzi
georges.pestalozzi@bluewin.ch

Durchführung Maximum 15 Personen

Wochentag: Freitag

Kursdaten:

11.10.19				
----------	--	--	--	--

Kursort: nach Absprache

19-067 Städtewanderungen 2

Thema **Kultur**

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

Thema und Inhalt Die Städte und die Daten der Wanderungen werden am Planungstreffen vom 11. Oktober 2019 bestimmt.

**Mitwirkung
Teilnehmende** Die Wanderungen werden von den Teilnehmenden organisiert.

Zusatzinfo

Moderation Urs Mathys
 urs.mathys@quickline.ch

Durchführung Maximum 20 Personen

Wochentag: Freitag Ganzer Tag

Kursdaten: 11.10.19 

Kursort: nach Absprache

19-068 Ferdinand Hodler und der Genfersee

Thema Kultur

Kurzbeschreibung Hodler malt den Genfersee - von 1875 bis 1918.

Thema und Inhalt

Die ersten Darstellungen des Genfersees und seiner Umgebung von Ferdinand Hodler (Bern 1853 - 1918 Genf) sind kurz nach seinem 20. Lebensjahr, die letzten unmittelbar vor dem Tod entstanden. An ihnen lässt sich der Weg der Malweise und der Kunstauffassung Hodlers exemplarisch erkennen und verfolgen. Sie erlauben Blicke auf den Lebensweg und die Karriere des Künstlers.

Mitwirkung Teilnehmende

Informationen und eventuelle Lektüre werden rechtzeitig vor dem Kurs mitgeteilt.

Zusatzinfo

Der Kurs besteht aus einem Vortrag im Theoriesaal in Bern und einer ganztägigen Exkursion nach Genf.

Moderation

Hans Christoph von Tavel
hctavel@hotmail.com

Durchführung

Maximum 12 Personen

Wochentag: Freitag 14.00-16.00

Kursdaten:

08.05.20

15.05.20

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Bogenschützensaal 2

19-070 Unbekanntes Bern

Thema Kultur

Kurzbeschreibung Besichtigung von wenig bekannten Orten in und um Bern

Thema und Inhalt

Woher kommt unser Strom? Wer kocht Essen für Geringverdienende? Woher hat der Glasbrunnen seinen Namen? Wo wohnte Lenin in Bern und warum kam er hierher? Wir besuchen wenig bekannte Orte und gehen deren Geschichte und Bedeutung nach. Damit wollen wir die Wahrnehmung für unseren Lebensraum schärfen.

Mitwirkung Teilnehmende

Wir bestimmen die Orte gemeinsam am ersten Kurstag. Die Teilnehmenden organisieren Besichtigungen und allenfalls Führungen oder führen selbst Recherchen durch.

Zusatzinfo

Einzelne Besichtigungen können mit Kosten von ca. 15 CHF pro Person verbunden sein.

Moderation

Daniel Hornung
daniel.hornung@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 22 Personen

Wochentag: Mittwoch 14-16 Uhr

Kursdaten:	30.10.19	27.11.19	29.01.20	25.03.20	29.04.20
	27.05.20	24.06.20			

Kursort: Bern, Belpstr. 24 Walkerhaus
Clubraum

19-071 Auf dem Weg zu Grossbern?

Thema

Kultur

Kurzbeschreibung

Wer sind die Gemeinden rund um Bern, die über eine Fusion beraten? Wir besuchen sie.

Thema und Inhalt

Ostermundigen will heiraten. Und zwar am liebsten die Stadt Bern. Bolligen, Bremgarten, Frauenkappelen und Kehrsatz beteiligen sich auch an den Fusionsabklärungen. Auf Rundgängen durch die genannten Gemeinden entdecken wir bauliche, landschaftliche und gesellschaftliche Besonderheiten und suchen das Gespräch mit Verantwortlichen.

Mitwirkung Teilnehmende

Wer in einer der genannten Gemeinden wohnt oder sonst eine besondere Beziehung zu ihr hat, ist eingeladen, die Führung durch diese zu übernehmen.

Zusatzinfo

Auf Wunsch unterstützt der Moderator sie/ihn bei der Planung. Die Rundgänge finden jeweils am Mittwoch von ca. 14.00 - 16.30 Uhr statt.

Moderation

Heinrich Burckhardt
ckdt@gmx.ch

Durchführung

Maximum 20 Personen

Wochentag: Mittwoch

Kursdaten:	30.10.19	27.11.19	15.01.20	05.02.20	04.03.20
------------	----------	----------	----------	----------	----------

Kursort: nach Absprache

19-072 Kunstgeschichte Hodler

Thema **Kultur**

Kurzbeschreibung Ferdinand Hodler (Bern 1853 - 1918 Genf) gilt als einer der grössten Schweizer Maler.

Thema und Inhalt Wir besprechen Gemälde und Zeichnungen von F. Hodler und auch seine Karriere in der Schweiz und in Frankreich, Deutschland und Österreich.

**Mitwirkung
Teilnehmende** Lektüre von Oskar Bätschmann, Ferdinand Hodler. Die Nacht, Der Tag, Die Wahrheit, Bern: Edition Schaap, 2019.

Zusatzinfo In Bibliothek zu konsultieren:
Oskar Bätschmann / Paul Müller, Ferdinand Hodler. Catalogue raisonné der Gemälde, 4 Bde. in 6 Teilen, Zürich: 2008-2018 (auch online über SIK-ISEA, Zürich)

Moderation Oskar Bätschmann
oskar.baetschmann@bluewin.ch

Durchführung Maximum 12 Personen

Wochentag: Donnerstag 16-18

Kursdaten:

09.01.20	23.01.20	06.02.20	20.02.20	
----------	----------	----------	----------	--

Kursort: Bern, Belpstr. 24 Walkerhaus
Clubraum

19-073 Bauen im Fels

Thema

Kultur

Kurzbeschreibung

Annäherung an ein archäologisches Rätsel in der Baukultur anhand von drei Beispielen

Thema und Inhalt

Wir beschäftigen uns mit dieser verlorenen Baukultur anhand von drei Stationen: von einer unlängst entdeckten Grottenburg über eine versunkene Kulturlandschaft zu einer völlig im Fels geborgenen Stadt. Die betrachteten Artefakte liegen in der Schweiz und in Italien. Ein Besuch der Fundstätte in der Schweiz bleibt vorbehalten

Mitwirkung Teilnehmende

Zu diskutieren sind Fragen zur Bedeutung und Einordnung der Stätten. Diese können von den Teilnehmenden nach Interesse und Zeit aufgegriffen und kommentiert werden.

Zusatzinfo

Bei genügend Anteilnahme und Interesse kann der Kurs in der Folgezeit auf aussereuropäische Beispiele ausgedehnt werden.

Moderation

Peter Degen
argos.degen@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 24 Personen

Wochentag: Mittwoch 15.30 17.30

Kursdaten:	02.10.19	16.10.19	30.10.19	20.11.19	04.12.19
	18.12.19	15.01.20	29.01.20		

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 1

19-080 Opern – Fans

Thema **Musik**

Kurzbeschreibung Einzelne Opern vertieft kennenlernen.

Thema und Inhalt Die Gruppe beschliesst die Wahl der Opern. Dies kann u.a. ein Werk aus dem Programm des Stadttheaters Bern sein.

**Mitwirkung
Teilnehmende** Die Mitarbeit für die Teilnehmenden ist freiwillig.

Zusatzinfo

Moderation Muriel Streit
 muriel.streit@bluewin.ch

Durchführung Maximum 8 Personen

Wochentag: Freitag 10.00 - 12.00

Kursdaten:	25.10.19	29.11.19	20.12.19	31.01.20	28.02.20
	27.03.20	24.04.20	29.05.20	26.06.20	

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
 Innovagebüro

19-081 Opern - Fans 2

Thema **Musik**

Kurzbeschreibung Einzelne Opern vertieft kennenlernen

Thema und Inhalt Die Gruppe beschliesst die Wahl der Opern. Dies kann u.a. ein Werk aus dem Programm des Stadttheaters Bern sein.

**Mitwirkung
Teilnehmende** Die Mitarbeit der Teilnehmenden ist freiwillig.

Zusatzinfo

Moderation Brigitta Hubacher
br_hubacher@bluewin.ch

Durchführung Maximum 8 Personen

Wochentag: Freitag 10.00-12.00

Kursdaten:	25.10.19	29.11.19	20.12.19	24.01.20	21.02.20
	27.03.20	24.04.20	29.05.20	26.06.20	

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Gruppenraum 8

19-082 Einblick in die romantische Musik

Thema

Musik

Kurzbeschreibung

Frühromantik – Hochblüte – Spätromantik.
Co-Moderation Roxane Olshausen

Thema und Inhalt

Musikalische Entwicklungen innerhalb der Romantik von Franz Schubert bis Gustav Mahler.
Befreiung aus den strengen Formen der Klassik zur Betonung auf den gefühlsvollen Ausdruck der Romantik
Zusammenhänge mit romantischen Bewegungen in Dichtung, Kunst usw.
Musik im Zentrum: Vielseitige Beiträge live und ab CD

Mitwirkung Teilnehmende

Die Teilnehmenden sind eingeladen, bei der Vorbereitung der Treffen mitzuhelfen. Musikalische Beiträge live oder von beliebten Aufnahmen sind willkommen.

Zusatzinfo

Moderation

Roxane Olshausen
roxane.olshausen@gmail.com

Durchführung

Maximum 16 Personen

Wochentag: Freitag 10.00 - 12.00

Kursdaten:

10.01.20

14.02.20

20.03.20

Kursort: Bern, Brunnadernstr. 83 Elfenau
Privat

19-083 Annäherung an Joseph Haydn (1732 - 1809)

Thema Musik

Kurzbeschreibung Vorträge von Martin Hubacher, Originaltexte und Musikbeispiele aus dem ganzen Oeuvre

Thema und Inhalt Wir verfolgen Haydn's Weg in seiner Zeit, vertiefen uns in sein gewaltiges Werk, bewundern ihn als den Begründer der WIener Klassik, betrachten seine Wirkungen auf Mozart, Beethoven und Spätere.

Mitwirkung Teilnehmende Diskussion, evt. musikalischer Beitrag

Zusatzinfo Inhaltliche Moderation: Martin Hubacher
Organisation: Jacqueline Thormann
Reichhaltige Dokumentation wird gratis abgegeben.

Moderation Martin Hubacher

Durchführung Maximum 15 Personen

Wochentag: Freitag 10.00 - 12.00

Kursdaten:

25.10.19	08.11.19	22.11.19	06.12.19	
----------	----------	----------	----------	--

Kursort: Bern, Brunnadernstr. 83 Elfenau
Privat

19-101 Gemeinsam ins Kino

Thema**Filme****Kurzbeschreibung**

Gemeinsamer Kinobesuch am Mittwochnachmittag mit anschliessendem Gespräch

Thema und Inhalt

Wir einigen uns per Mailumfrage einige Tage vorher auf einen Film, besuchen ihn gemeinsam und nehmen uns anschliessend bei einer Tasse Tee oder einem Glas Wein Zeit zur Diskussion über den Film und zum Austausch unserer Gedanken.

**Mitwirkung
Teilnehmende**

Zusatzinfo**Moderation**

Kathrin Keller
kathrin.keller@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 16 Personen

Wochentag: Mittwoch Nachmittag

Kursdaten:	23.10.19	20.11.19	18.12.19	22.01.20	19.02.20
	18.03.20	22.04.20	20.05.20	24.06.20	

Kursort: nach Absprache

19-102 Film am Fr habend

Thema

Filme

Kurzbeschreibung Kinobesuch mit anschliessender Diskussion in naheliegender Beiz.

Thema und Inhalt

Eine Vorstellungszeit um 18.00 herum ist vorgesehen... kann aber auch früher oder etwas später sein.
Die Filmauswahl findet demokratisch statt: alle machen Vorschläge und der meisterw hnte Film wird gewählt.

Mitwirkung Teilnehmende

Teilnehmende bestimmen Datum (per doodle) und Film (wird aus Vorschlägen gewählt.)

Zusatzinfo

Ab November, 1 Mal pro Monat, Tag und Zeit werden per Doodle jeden Monat neu fixiert.

Moderation

Yvonne Sch rer
yvoneschaerer@hotmail.com

Durchführung

Maximum 8 Personen

Wochentag:

Kursdaten:

--	--	--	--	--

Kursort: nach Absprache

19-103 Film am Fr habend - montags 1

Thema

Filme

Kurzbeschreibung

Monatlicher Kinobesuch mit anschliessender Besprechung

Thema und Inhalt

Am Donnerstag vor dem Filmabend schickt die Moderatorin den Mitgliedern 3-5 Filmvorschl ge (inkl. Vorschläge von Mitgliedern selber) und es wird bis Freitagabend gewählt. Der populärste Film gewinnt. Die Moderatorin reserviert einen Tisch in einem Restaurant in der Nähe des Kinos.

Mitwirkung Teilnehmende

Zusatzinfo

Moderation

Carole Sunderland
carole.sunderland@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 12 Personen

Wochentag: Montag 18

Kursdaten:	21.10.19	18.11.19	16.12.19	20.01.20	17.02.20
	16.03.20	20.04.20	18.05.20	15.06.20	

Kursort: nach Absprache

19-104 Film am Fröhabend - montags 2

Thema**Filme****Kurzbeschreibung**

Monatlicher Kinobesuch mit anschliessender ungezwungener Diskussion

Thema und Inhalt

Am Donnerstag vor dem Filmabend schicken die Moderatorinnen den Mitgliedern 3 Filmvorschläge und es wird bis Freitagabend gewählt. Der populärste Film gewinnt. Anschliessend sitzen wir in einem nahegelegenen Restaurant noch zur Diskussion zusammen.

**Mitwirkung
Teilnehmende****Zusatzinfo**

Co-Moderation: Marie-Louise Opl Steffen

Moderation

Marie-Louise Opl Steffen
oplsteffen@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 10 Personen

Wochentag: Montag 2019/20

Kursdaten:	21.10.19	18.11.19	16.12.19	20.01.20	17.02.20
	16.03.20	20.04.20	18.05.20	15.06.20	

Kursort: nach Absprache

19-105 Abends zusammen ins Kino

Thema

Filme

Kurzbeschreibung Für Abendaktive, die den Tag zur freien Verfügung haben möchten.

Thema und Inhalt

Die Moderatorinnen machen 3 bis 4 Vorschläge. Die Teilnehmenden geben ihre erste und zweite Priorität an. Wir schauen uns den meistgewählten Film an und tauschen uns bei einem Schlummertrunk aus.

Mitwirkung Teilnehmende

Vorschläge aus der Gruppe sind willkommen!

Zusatzinfo

Co-Moderation: Katharina Fehr

Moderation

Katharina Fehr
katharina.fehr@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 12 Personen

Wochentag: Mittwoch abends

Kursdaten:	02.10.19	06.11.19	04.12.19	08.01.20	05.02.20
	04.03.20	01.04.20	06.05.20	03.06.20	

Kursort: nach Absprache

19-120 Deutsche Literatur: Lektüre und Besprechung

Thema **Literatur**

Kurzbeschreibung Beschäftigung mit aktuellen literarischen Werken hilft uns, unsere Umwelt besser zu verstehen.

Thema und Inhalt Gemeinsame Auswahl aktueller, älterer und vorwiegend zeitgenössischer Werke deutschsprachiger SchriftstellerInnen

**Mitwirkung
Teilnehmende** Lektüre und Vorbereitung zuhause. Gemeinsame Interpretation der gelesenen Werke

Zusatzinfo

Moderation Susanne Graf-Brawand
graf-brawand@bluewin.ch

Durchführung Maximum 9 Personen

Wochentag: Dienstag 14.00 - 16.00

Kursdaten:

22.10.19	12.11.19	10.12.19	14.01.20	11.02.20
10.03.20	07.04.20	05.05.20	02.06.20	30.06.20

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Innovagebüro

19-122 Literatur deutsch (Belletristik)

Thema **Literatur**

Kurzbeschreibung Neuere, spannende Bücher lesen und miteinander diskutieren.

Thema und Inhalt Wir sprechen über Autor/in und Inhalt im Kontext des jeweiligen Handlungsumfelds.
Die Titel werden – mit Ausnahme des ersten Buchs – in gemeinsamer Absprache bestimmt.

Mitwirkung Teilnehmende Alle Teilnehmenden bereiten sich auf die Gesprächsrunde vor und beteiligen sich aktiv an der Diskussion.

Zusatzinfo

Moderation Marianne Heimoz
marianne.heimoz@innovage.ch

Durchführung Maximum 14 Personen

Wochentag: Montag 15.30 - 17.30

Kursdaten:

21.10.19	09.12.19	20.01.20	02.03.20	20.04.20
25.05.20				

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Bogenschützensaal 2

19-123 Literatur deutsch (Belletristik)

Thema **Literatur**

Kurzbeschreibung Neuere, spannende Bücher lesen und miteinander diskutieren.

Thema und Inhalt

Wir sprechen über Autor/in und Inhalt im Kontext des jeweiligen Handlungsumfelds.
Die Titel werden – mit Ausnahme des ersten Buchs – in gemeinsamer Absprache bestimmt.

Mitwirkung Teilnehmende

Alle Teilnehmenden bereiten sich jeweils auf die Gesprächsrunde vor und beteiligen sich aktiv an der Diskussion.

Zusatzinfo

Moderation

Monika Schöni Lanker
monika.schoenilanker@hispeed.ch

Durchführung

Maximum 12 Personen

Wochentag: Dienstag 15.00 - 17.00

Kursdaten:

22.10.19	12.11.19	10.12.19	14.01.20	18.02.20
24.03.20	28.04.20			

Kursort: Bern, Zeughausgasse 14 Frauenzentrale
Sitzungszimmer

19-124 Der wohltemperierte Mord

Thema **Literatur**

Kurzbeschreibung Wir lesen Krimis, von Edgar Allan Poe bis Henning Mankell.

Thema und Inhalt Kriminalromane sind mehr als blosse Unterhaltungsliteratur. Je nach Gattung (Detektivroman, Thriller, Spionageroman) findet sich ein spezifischer Aufbau der Spannung und entsprechend unterschiedliche Anforderungen an das Mitdenken des Lesers / der Leserin. Zudem kann die Hintergrundschilderung sozialpolitische, geschichtliche und philosophische Themen ansprechen.

**Mitwirkung
Teilnehmende** Lektüre eines ausgesuchten Kriminalromans zu Hause. Strukturierte Diskussion beim folgenden Treffen.

Zusatzinfo

Moderation Marcel Girod
marcel.ariste.girod@gmail.com

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Freitag 14.00 - 15.30

Kursdaten:	25.10.19	22.11.19	13.12.19	24.01.20	21.02.20
	10.04.20	22.05.20	26.06.20		

Kursort: Bern, Belpstr. 24 Walkerhaus
 UNO

19-140 Schreibwerkstatt

Thema Schreiben

Kurzbeschreibung Wir lesen selbst verfasste Texte vor und besprechen sie. Sie erhalten Anregungen zur Erzähltechnik.

Thema und Inhalt Ziel: Freude am (literarischen) Schreiben gewinnen, entfalten, Schreibtechniken ausprobieren, die dabei helfen, Schreibstaus aufzulösen, den eigenen Stil zu entwickeln. Sie erhalten Anregungen fürs Schreiben von fiktiven und selbst erlebten Geschichten. Sie entwickeln Kriterien für das Überarbeiten Ihrer Texte durch das Feedback der Gruppe, durch literarische Textanalysen.

Mitwirkung Teilnehmende Zu Hause Texte schreiben und kurze Texte bekannter AutorInnen lesen

Zusatzinfo Zur Mitarbeit ist nichts weiter notwendig als die Bereitschaft, sich auf die Gruppe und den Schreibprozess einzulassen.
Bitte anschaffen: "Mit Geschichten durchs Jahr", Diogenes, Zürich 2011

Moderation Hannelore Dietrich
hannelore.dietrich@hispeed.ch

Durchführung Maximum 9 Personen

Wochentag: Montag 13:45 - 16:00

Kursdaten:	21.10.19	18.11.19	16.12.19	20.01.20	17.02.20
	16.03.20				

Kursort: Bern, Belpstr. 24 Walkerhaus
Clubraum

19-160 English Book Discussion Group - Monday afternoon

Thema Fremdsprachen

Kurzbeschreibung Participants aim to increase their enjoyment of literature and knowledge of English, meeting once a month to discuss a book that they have read.

Thema und Inhalt The group organizes itself in advance with regard to the meeting place, dates and the books to be read.

Mitwirkung Teilnehmende Each participant may act as discussion leader. All members are encouraged to suggest books, which then are voted on.

Zusatzinfo

Moderation Graham Tritt
g.tritt@gmx.net

Durchführung Maximum 8 Personen

Wochentag: Monday 14.30 - 16:00

Kursdaten:	07.10.19	04.11.19	02.12.19	13.01.20	10.02.20
	09.03.20	06.04.20	04.05.20	01.06.20	

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Cafeteria

19-161 English Book Discussion Group – Thursday afternoon

Thema Fremdsprachen

Kurzbeschreibung 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

Thema und Inhalt The group organises itself for two meetings in advance: which book and who will act as discussion leader for a specific book. All members suggest books. We try to take into account that not all group members have English as their mother tongue.

Mitwirkung Teilnehmende Each participant is expected to act in turn as discussion leader.

Zusatzinfo Every session is attended by a native English speaking person

Moderation

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Thursday 13.30 - 15.30

Kursdaten:	17.10.19	28.11.19	16.01.20	20.02.20	02.04.20
	14.05.20	25.06.20			

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 3

19-162 English Book Discussion Group – Thursday afternoon

Thema Fremdsprachen

Kurzbeschreibung 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

Thema und Inhalt The group organises itself for two meetings ahead: which book and who will act as discussion leader for a specific book. All members suggest books. We try to take into account that not all group members have English as their mother tongue.

Mitwirkung Teilnehmende Each participant is expected to act in turn as discussion leader.

Zusatzinfo

Moderation Hans Lang
hmlang@gmx.ch

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Thursday 15.45 - 17.45

Kursdaten:	17.10.19	28.11.19	16.01.20	20.02.20	02.04.20
	14.05.20	25.06.20			

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 3

19-163 English conversation - Monday

Thema Fremdsprachen

Kurzbeschreibung Participants aim to improve their spoken English and extend their vocabulary by means of active, often spontaneous discussions.

Thema und Inhalt The group meets together with an English mother tongue moderator to discuss newspaper articles, items of current interest, travelling experiences, subjects of special interest to members or any other agreed to topic.

Mitwirkung Teilnehmende Group members may take turns preparing material for presentation and discussion.

Zusatzinfo

Moderation Robert A. Schwenk
smileawhile@bluewin.ch

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Monday 13:30 - 15:15

Kursdaten:	14.10.19	28.10.19	11.11.19	25.11.19	09.12.19
	16.12.19	13.01.20	27.01.20	10.02.20	24.02.20
	09.03.20	23.03.20	20.04.20	04.05.20	18.05.20
	08.06.20	22.06.20			

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Innovagebüro

19-164 English Conversation -Tuesday afternoon

Thema Fremdsprachen

Kurzbeschreibung Participants aim to improve their spoken English and to extend their vocabulary through discussion.

Thema und Inhalt The group meets together with an English mother tongue moderator to discuss items of current or special interest, travelling experiences etc.

**Mitwirkung
Teilnehmende**

Zusatzinfo

Moderation Graham Tritt
g.tritt@gmx.net

Durchführung Maximum 8 Personen

Wochentag: Tuesday 14.30- 16.00

Kursdaten:	08.10.19	05.11.19	03.12.19	14.01.20	11.02.20
	10.03.20	07.04.20	05.05.20	02.06.20	

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Cafeteria

19-165 English Conversation – Wednesday afternoon

Thema Fremdsprachen

Kurzbeschreibung Participants aim to improve their spoken English and to extend their vocabulary by means of active discussions.

Thema und Inhalt The group meets to discuss newspaper articles, items of current interest, travel experiences, subjects of special interest to members or any other agreed to topic. For each meeting, one of a group of English native speakers will be invited to participate and provide input, feedback, comments, explanations, etc.

Mitwirkung Teilnehmende Members of the group take turns preparing material for presentation and discussion or organise an excursion, and each will be responsible for setting up the program for one or more meetings.

Zusatzinfo

Moderation Ursula Jeanmonod
ursula.jeanmonod@gmail.com

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Wednesday every 14.00 - 16.00

Kursdaten:	23.10.19	06.11.19	20.11.19	04.12.19	18.12.19
	08.01.20	22.01.20	05.02.20	19.02.20	04.03.20
	18.03.20	01.04.20	29.04.20	13.05.20	27.05.20
	10.06.20	24.06.20			

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Innovagebüro

19-166 English Conversation - Thursday (Talk Talk)

Thema Fremdsprachen

Kurzbeschreibung Once a fortnight we meet to read and discuss a text. We also enjoy playing English language games.

Thema und Inhalt An A4-sized text is mailed to the participants before the lesson, to be read and digested. Then we will read and discuss it in class.

Mitwirkung Teilnehmende Any topic suggestions are welcomed.

Zusatzinfo

Moderation Yvonne Schärer
yvoneschaerer@hotmail.com

Durchführung Maximum 9 Personen

Wochentag: Thursdays 14.30 - 16.00

Kursdaten:	31.10.19	14.11.19	28.11.19	12.12.19	09.01.20
	23.01.20	06.02.20	20.02.20	05.03.20	19.03.20
	02.04.20	16.04.20	30.04.20	14.05.20	28.05.20
	11.06.20	25.06.20			

Kursort: Bern, Zeughausgasse 14 Frauenzentrale
Sitzungszimmer

19-167 Conversation française

Thema Fremdsprachen

Kurzbeschreibung Discussion en français de divers thèmes actuels

Thema und Inhalt Libre discussion de thèmes d'actualité. Le but est de rafraîchir les connaissances de la langue française.

Mitwirkung Teilnehmende Les participant(e)s proposent des thèmes de discussion préférés.

Zusatzinfo Une connaissance moyenne de la langue est exigée.
Les dates suivantes seront fixées lors de la première rencontre.
Mardi tous les 15 jours.

Moderation Jean Pierre Rosat
jeanpierre.rosat@gmail.com

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Dienstag 15.00 - 17.00

Kursdaten: 08.10.19

Kursort: Bern, Niesenweg 1 Tertianum La Résidence
Sitzungszimmer

19-168 Littérature française

Thema Fremdsprachen

Kurzbeschreibung Discussion d'un livre de la littérature française du 19ème au 21ème siècle

Thema und Inhalt Les participants auront l'occasion de parfaire leur connaissance de la langue de Voltaire par la lecture, analyse et discussion de livres en langue française.

Mitwirkung Teilnehmende A chaque rencontre, un membre du groupe présente un livre de son choix que les autres membres auront lu et dirige la discussion.

Zusatzinfo

Moderation Francis Muriset
francis.muriset@muri-be.ch

Durchführung Maximum 8 Personen

Wochentag: Dienstag 14.00 - 16.00

Kursdaten:

05.11.19	03.12.19	07.01.20	18.02.20	17.03.20
14.04.20	12.05.20			

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Innovagebüro

19-169 Conversazione in italiano

Thema Fremdsprachen

Kurzbeschreibung Incontri e conversazioni in italiano

Thema und Inhalt Lettura in comune di testi, discussione di temi d'attualità, a turno brevi relazioni dei partecipanti su argomenti di libera scelta.

Mitwirkung Teilnehmende Formula interattiva

Zusatzinfo

Moderation Giorgio Loderer
giorgio.loderer@bluewin.ch

Durchführung Maximum 15 Personen

Wochentag: Montag Vormittag 09.00-11.00

Kursdaten:	28.10.19	04.11.19	18.11.19	09.12.19	16.12.19
	13.01.20	27.01.20	10.02.20	24.02.20	09.03.20
	23.03.20	06.04.20	20.04.20	04.05.20	18.05.20
	08.06.20	22.06.20			

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Bogenschützensaal 2

19-170 Conversación en español

Thema Fremdsprachen

Kurzbeschreibung Conversación sobre diferentes temas, elegidos por los participantes

Thema und Inhalt El tema se decide siempre durante la lección anterior. Los participantes eligen los temas.

**Mitwirkung
Teilnehmende**

Zusatzinfo

Moderation Gerhard Steffen
steffen-opl@bluewin.ch

Durchführung Maximum 12 Personen

Wochentag: 2. Mittwoch des 14.00 - 15.30

Kursdaten:	16.10.19	13.11.19	11.12.19	15.01.20	12.02.20
	11.03.20	08.04.20	13.05.20	10.06.20	

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 3

19-171 Altgriechisch-Lektüre (Stephanidion)

Thema Fremdsprachen

Kurzbeschreibung Wir lesen einen griechischen Urtext.

Thema und Inhalt Wir lesen und besprechen einen griechischen Text. Kenntnisse des Altgriechischen sind vorausgesetzt. Der Text wird von den jetzigen Stephanidionteilnehmenden im November 2019 festgelegt.

Mitwirkung Teilnehmende Die Teilnehmenden bereiten einzelne Stücke vor, die wir übersetzen und besprechen.

Zusatzinfo Der Kurs dauert vom März bis Juni 2020 und findet zur gewohnten Zeit am gewohnten Ort statt (s.u.). Bisherige Teilnehmende gelten als angemeldet. Neue Interessierte melden sich bitte neu an.

Moderation Alfred Stückelberger
astueckelberger@bluewin.ch

Durchführung Maximum 15 Personen

Wochentag: Dienstag, 15.00 - 16.30

Kursdaten:

--	--	--	--	--

Kursort: Bern, Brunnadernstr. 40 Gemeindehaus Petruskirche
Raum 5, UG

19-180 Vögel und ihr Lebensraum

Thema Natur und Umwelt

Kurzbeschreibung Halb- und (mehrheitlich) ganztägige Exkursionen durch verschiedene Habitate

Thema und Inhalt

Vögel an ihrem Gesang und Federkleid identifizieren, Bäume und Sträucher mit und ohne Belaubung kennen lernen.
Zielorte (Reihenfolge hängt vom Wetter ab): Ab Schönauerli der Aare entlang ins Naturschutzgebiet, Yverdon - Champ-Pittet, Petite Camargue Alsacienne, Auriéd bei Kleinbösing, Klingnauer Stausee.

Mitwirkung Teilnehmende

Beiträge der TeilnehmerInnen sind erwünscht!

Zusatzinfo

Start ca. 07.00 Uhr ab Bern. Wanderzeit jeweils 3 bis 4 h.

Moderation

Ulrich Gysi
ulrich.gysi@yahoo.com

Durchführung

Maximum 15 Personen

Wochentag: Freitag Gantzags oder vormittags

Kursdaten:

03.04.20	24.04.20	15.05.20	05.06.20	26.06.20
----------	----------	----------	----------	----------

Kursort: nach Absprache

19-181 100 verschiedene Nadel- und Laubbäume, Gruppe 1

Thema Natur und Umwelt

Kurzbeschreibung Wir lernen bekanntere und weniger bekannte Baumarten besser kennen.

Thema und Inhalt

März: Die Nadelbäume: 25 verschiedene Arten von Koniferen. Dazu die historischen Hintergründe der letzten 200 Jahre der Baumpflanzungen in der UPD.

Juni: Die Laubbäume: 75 verschiedene Arten

August: Die Körpersprache der Bäume. An Ort erforschen wir die Baumgestalten mit ihren Blättern und Nadeln, ihre Geschichte, geprägt durch Schicksalsschläge und deren Überwindung, Krankheiten und Schädlinge, durch Klimaerwärmung.

Mitwirkung Teilnehmende

Zusatzinfo

Wir werden durch den Landschaftsarchitekten und Baumexperten Klaus Woodtli geführt. Die Führung erfolgt um 10Uhr und findet bei jedem Wetter statt.

Moderation

Klaus Woodtli
klaus.woodtli@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 30 Personen

Wochentag: Mittwoch 2 Stunden, von 10:00 bis 12:00

Kursdaten:

19.03.20	01.07.20	16.09.20		
----------	----------	----------	--	--

Kursort: Bern, Bolligenstr. 111 Universitäre Psychiatrische Dienste Park

19-182 100 verschiedene Nadel- und Laubbäume, Gruppe 2

Thema Natur und Umwelt

Kurzbeschreibung Wir lernen bekanntere und weniger bekannte Baumarten besser kennen.

Thema und Inhalt

März: Die Nadelbäume: 25 verschiedene Arten von Koniferen. Dazu die historischen Hintergründe der letzten 200 Jahre der Baumpflanzungen in der UPD.

Juni: Die Laubbäume: 75 verschiedene Arten

August: Die Körpersprache der Bäume. An Ort erforschen wir die Baumgestalten mit ihren Blättern und Nadeln, ihre Geschichte, geprägt durch Schicksalsschläge und deren Überwindung, Krankheiten und Schädlinge, durch Klimaerwärmung.

Mitwirkung Teilnehmende

Zusatzinfo

Wir werden durch den Landschaftsarchitekten und Baumexperten Klaus Woodtli geführt. Die Führung erfolgt um 14 Uhr und findet bei jedem Wetter statt.

Moderation

Klaus Woodtli
klaus.woodtli@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 30 Personen

Wochentag: Mittwoch 2 Stunden, von 14:00h bis 16:00h

Kursdaten:

19.03.20	01.07.20	16.09.20		
----------	----------	----------	--	--

Kursort: Bern, Bolligenstr. 111 Universitäre Psychiatrische Dienste Park

19-183 Bienenprodukte und Gesundheit

Thema Natur und umwelt

Kurzbeschreibung Honig, goldener Saft, der Wunder schafft, und acht weitere Bienenprodukte.

Thema und Inhalt

Die Biene hat im Laufe ihrer Entwicklung (200-mal so alt wie der Mensch) gelernt, die hoch wirksamen Produkte der Natur zu nutzen. Sie produziert daraus Sekrete und Mischprodukte, die es in sich haben.

Die Geschichte lehrt, dass der Mensch einige dieser Produkte seit mehr als 5000 Jahren zur Heilung und Gesund-Erhaltung nutzte und noch nutzt. Die Teilnehmenden lernen die Bienenprodukte und deren Anwendung und Wirkungen kennen. Daneben erhalten sie Einblicke in die Bienenwelten auf der Welt.

Mitwirkung Teilnehmende

Sie dürfen zuhören, Fragen stellen zu Bienen auf der Welt, zu Bienenprodukten, Anwendungen testen und natürlich auch eigene Erfahrungen vorstellen.

Zusatzinfo Juni-Datum geplant= Ausflug ganztägig

Moderation Peter Gallmann
p.gallmann@bluewin.ch

Durchführung Maximum 20 Personen

Wochentag: Mittwoch 10.00 - 12.00

Kursdaten:	13.11.19	27.11.19	11.12.19	15.01.20	29.01.20
	12.02.20	18.03.20	17.06.20		

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 1

19-184 Wanderung durch den Jura 1

Thema Natur und Umwelt

Kurzbeschreibung 6 Wanderungen durch den Jura zu jeder Jahreszeit

Thema und Inhalt Die Wildnis und Schönheit des Juras beim Wandern kennen lernen.
Ca. 4 Stunden reine Wanderzeit

Mitwirkung Teilnehmende Eine gute Kondition ist erforderlich.

Zusatzinfo Bei schlechtem Wetter jeweils Verschiebung um wenn möglich eine Woche.

Moderation Francis Muriset
francis.muriset@muri-be.ch

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Freitag Ganztags

Kursdaten:	11.10.19	06.12.19	14.02.20	20.03.20	17.04.20
	05.06.20				

Kursort: nach Absprache

19-185 Wanderung durch den Jura 2

Thema Natur und Umwelt

Kurzbeschreibung 6 Wanderungen durch den Jura zu jeder Jahreszeit

Thema und Inhalt Die Wildnis und Schönheit des Juras beim Wandern kennen lernen.
Ca. 4 Stunden reine Wanderzeit

Mitwirkung Teilnehmende Eine gute Kondition ist erforderlich.

Zusatzinfo Bei schlechtem Wetter jeweils Verschiebung um wenn möglich eine Woche.

Moderation Adrian Stucki
stuckiadrian@bluewin.ch

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Freitag Ganztags

Kursdaten:	18.10.19	22.11.19	21.02.20	27.03.20	24.04.20
	15.05.20				

Kursort: nach Absprache

19-201 Begleitete Bridgepartien

Thema Spiel und Unterhaltung

Kurzbeschreibung Es wird Bridge gespielt mit Betreuung durch den Kursleiter.

Thema und Inhalt Spielend werden die Kenntnisse erweitert und die Fähigkeiten verbessert.

**Mitwirkung
Teilnehmende**

Zusatzinfo Zusätzliche Termine nach Umfrage in der Gruppe. Treffen alle 2 Wochen.

Moderation Hans-Peter Jost
hanspeter.jost@goodsolutions.ch

Durchführung Maximum 8 Personen

Wochentag: Montag 10.00 - 12.00

Kursdaten: 14.10.19

14.10.19				
----------	--	--	--	--

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Innovagebüro

19-202 Bridge für Fortgeschrittene

Thema Spiel und Unterhaltung

Kurzbeschreibung Es wird Bridge gespielt mit Betreuung durch den Kursleiter.

Thema und Inhalt Spielend werden die Kenntnisse erweitert und die Fähigkeiten verbessert.

**Mitwirkung
Teilnehmende**

Zusatzinfo Zusätzliche Termine nach Umfrage in der Gruppe. Treffen alle 2 Wochen.

Moderation Hans-Peter Jost
hanspeter.jost@goodsolutions.ch

Durchführung Maximum 8 Personen

Wochentag: Montag 10.00 - 12.00

Kursdaten:

07.10.19				
----------	--	--	--	--

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Innovagebüro

19-203 Sidi Barrani

Thema Spiel und Unterhaltung

Kurzbeschreibung Regelmässige Sidi Barrani-Jassrunde. (ca 1-2 X monatlich nach Absprache)

Thema und Inhalt Sidi Barrani ist die anarchische und spielerische schweizerische Alternative zu Bridge - aber wesentlich leichter zu lernen!
Details zu diesem spannenden Jass unter "Sidi Barrani" im Internet.

Mitwirkung Teilnehmende Neue Mitspieler sind herzlich willkommen. Voraussetzung sind Kenntnisse in "Schieber" oder "Unde-ufe Obenabe". Wir spielen gerne aber "unverbissen".

Zusatzinfo Weitere Daten werden am ersten Treffen abgemacht.

Moderation Thomas Plattner
thomas.plattner@muri-be.ch

Durchführung Maximum 8 Personen

Wochentag: Dienstag 16.15 - 17.45

Kursdaten:	08.10.19	29.10.19	19.11.19	03.12.19	07.01.20
	28.01.20	18.02.20	10.03.20	31.03.20	21.04.20
	12.05.20	02.06.20	23.06.20		

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Innovagebüro

19-204 Pentabolos - ein pfiffiges und kniffliges Puzzle

Thema Spiel und Unterhaltung

Kurzbeschreibung Kennenlernen dieses ästhetischen und unglaublich variantenreichen Spiels

Thema und Inhalt Mit den Pentabolos (1 Pentabolo besteht aus 5 rechtwinklig-gleichschenkligen Dreiecken) die Vielfalt an figürlichen und geometrischen Formen spielerisch entdecken in leichten bis schwierigen Aufgaben.

**Mitwirkung
Teilnehmende**

Zusatzinfo Weitere Treffen monatlich, gemäss Absprache am ersten Datum.

Moderation Christof Fankhauser
fanki_bern@bluewin.ch

Durchführung Maximum 6 Personen

Wochentag: Freitag 09.30 - 11.30

Kursdaten:

18.10.19				
----------	--	--	--	--

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Cafeteria

19-205 Schach Anfängerkurs

Thema Spiel und Unterhaltung

Kurzbeschreibung Das Spiel der Könige an vier Nachmittagen lernen.

Thema und Inhalt

Schach von Null an: Grundlagen, Ziehen der Figuren, einfache Übungen bis hin zur Schachpartie. Schachspielen kann man auch mit über 60 noch lernen. Das gilt für Frauen ebenso wie für Männer, trotz einem weit verbreiteten Vorurteil. Und es macht umso mehr Spass, je besser man es kennt.

Mitwirkung Teilnehmende

Keine Vorkenntnisse erforderlich

Zusatzinfo

Spielmaterial wird gestellt.
Wie im vergangenen Jahr hilft wieder Hansruedi Renfer als Zweitmoderator mit.

Moderation

Hans Ehrenguber
hans.ehrenguber@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 12 Personen

Wochentag: 14:00 - ca.17:00

Kursdaten:

07.11.19

08.11.19

21.11.19

22.11.19

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 3

19-206 Spielnachmittage Schach

Thema Spiel und Unterhaltung

Kurzbeschreibung Freies Schachspielen für alle

Thema und Inhalt

Hätten Sie Lust, mal wieder Schach zu spielen, einfach so, ohne weitere Verpflichtungen? Suchen Sie vielleicht einen Schachpartner und nicht immer bloss den Computer? Dann kommen Sie zu unseren Spielnachmittagen! Willkommen sind auch Einsteiger, die einen Anfängerkurs absolviert haben. Wir spielen Schach, unter Anleitung von Klubspielern, und lösen einfache Aufgaben.

Mitwirkung Teilnehmende

Personen mit Vorkenntnissen, Hobbyspieler, Wiedereinsteiger

Zusatzinfo

Spielmaterial wird gestellt.
Wie im vergangenen Jahr hilft wieder Hansruedi Renfer als Zweitmoderator mit.

Moderation

Hans Ehrenguber
hans.ehrenguber@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 12 Personen

Wochentag: Freitag 14:00 - ca.17:00

Kursdaten:	10.01.20	31.01.20	21.02.20	13.03.20	03.04.20
	24.04.20				

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 3

19-207 Spiel und Spass

Thema Spiel und Unterhaltung

Kurzbeschreibung Man ist nie zu alt, Neues zu lernen. Wir machen es spielerisch.
Co-Moderation Marianne Roth - Schneider

Thema und Inhalt Menschen hören nie auf zu spielen, weil sie alt werden. Sie werden alt, weil sie aufhören zu spielen. Lasst uns auf der Reise durch den weltweiten Spielschunzel neue Spiele entdecken.

Mitwirkung Teilnehmende Jede/-r kann neue Spiele zum Vorstellen und Spielen mitbringen.

Zusatzinfo

Moderation Jean Pierre Rosat
jeanpierre.rosat@gmail.com

Durchführung Maximum 12 Personen

Wochentag: Donnerstag 14.00 - 16.00

Kursdaten:

17.10.19	14.11.19	12.12.19	23.01.20	13.02.20
----------	----------	----------	----------	----------

Kursort: Bern, Belpstr. 24 Walkerhaus
UNO/DUE

19-208 Pétanque, das Boule-Spiel der Franzosen

Thema Spiel und Unterhaltung

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

Thema und Inhalt Konzentration und Präzision sind gefragt – Spass am Spiel ist das Ziel! Wir spielen rund 2 Stunden und gönnen uns anschliessend etwas im nebenan liegenden Beizli.

Mitwirkung Teilnehmende Jede/r bringt ein eigenes 3-er Set Kugeln mit.

Zusatzinfo Wir spielen nur bei trockener Witterung!
Für Anfänger/-innen wird am 10.10.19 von 13.30-16.30 eine Einführung angeboten (Regeln, Körperhaltung, Wurftechniken)

Moderation Françoise Gysi-Klaus
francoise.klaus@yahoo.com

Durchführung Maximum 18 Personen

Wochentag: Donnerstag 14.00 - 16.00

Kursdaten:	17.10.19	07.11.19	28.11.19	05.03.20	26.03.20
	16.04.20	07.05.20	28.05.20	18.06.20	09.07.20
	30.07.20	20.08.20	10.09.20	01.10.20	

Kursort: Bern, Lorrainestrasse Lorrainepark

19-209 Mahjong spielen

Thema Spiel und Unterhaltung

Kurzbeschreibung Einführung ins Spiel. Spielleitung Anita Prato

Thema und Inhalt

Eine alte chinesische Tradition ist das Mahjongspiel, welches bei Jung und Alt heute immer noch sehr beliebt ist. Ein variantenreiches Spiel ergibt sich durch die richtige Plazierung der vielen Steine, die mit unterschiedlichen Zeichen gekennzeichnet sind und die, mit der richtigen Strategie, immer wieder zu einem neuen Spielerfolg führen.

Mitwirkung Teilnehmende Spielen

Zusatzinfo Moderation: Anita Prato

Moderation Jacqueline Thormann
jacqueline.thormann@collegium60plus.ch

Durchführung Maximum 6 Personen

Wochentag: Dienstag 14.00 - 16.00

Kursdaten:

05.11.19	12.11.19	19.11.19	26.11.19	
----------	----------	----------	----------	--

Kursort: Bern, Wabernstr. 47 Sulgenau
Privat

19-220 Nordic Walking für Anfänger/-innen, Herbst 2019

Thema Fitness und Gesundheit

Kurzbeschreibung Wir treffen uns an drei Mittwochmorgen für ein erstes Kennenlernen der Nordic Walking-Technik.

Thema und Inhalt Wir lernen an der Aare die Nordic Walking-Technik von Marko Kantaneva anzuwenden. Übrigens hilft diese Technik Langläufer/-innen, ihre Kondition über den Sommer zu retten, da die Bewegungsabläufe sehr ähnlich sind!!

**Mitwirkung
Teilnehmende**

Zusatzinfo Nordic Walking-Stöcke können auf Wunsch ausgeliehen werden. Jeder andere Art von Stöcken eignen sich nicht!
Bei sehr garstigem Wetter ist der 6. November als Ersatzdatum vorgesehen

Moderation Mieke Schwenk
mieke.schwenk@bluewin.ch

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Mittwoch 09:00 -10.30 Uhr

Kursdaten:

16.10.19	23.10.19	30.10.19		
----------	----------	----------	--	--

Kursort: nach Absprache

19-221 Nordic Walking für Anfänger/-innen, Frühjahr 2020

Thema Fitness und Gesundheit

Kurzbeschreibung Wir treffen uns an drei Mittwochmorgen für ein erstes Kennenlernen der Nordic Walking-Technik.

Thema und Inhalt Wir lernen an der Aare die Nordic Walking-Technik anzuwenden.

**Mitwirkung
Teilnehmende**

Zusatzinfo Nordic Walking-Stöcke können auf Wunsch ausgeliehen werden. Wanderstöcke eignen sich nicht! Bei "Huddelwetter" ist ein Verschiebungsdatum möglich.

Moderation Mieke Schwenk
mieke.schwenk@bluewin.ch

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Mittwoch 09:30 -11.00 Uhr

Kursdaten:

08.04.20	15.04.20	22.04.20		
----------	----------	----------	--	--

Kursort: nach Absprache

19-222 Nordic Walking - Treff

Thema Fitness und Gesundheit

Kurzbeschreibung Dieser Treff ist für Personen, die die Nordic Walking-Technik kennen und zügig gehen können.

Thema und Inhalt Wir treffen uns ganzjährig zum Walken. Wir bestimmen gemeinsam die Strecke. Im Sommer bei grosser Hitze starten wir eine Stunde früher.

Mitwirkung Teilnehmende Allen Teilnehmenden ist die N.W.-Technik bekannt.

Zusatzinfo Es können beliebig viele Personen teilnehmen. Einstieg jederzeit möglich. Es besteht die Möglichkeit, jeweils im Herbst und im Frühling den N.W. Kurs zu besuchen!

Moderation Mieke Schwenk
mieke.schwenk@bluewin.ch

Durchführung Maximum 20 Personen

Wochentag: Donnerstag 9.00 - 10.30 Uhr

Kursdaten:

--	--	--	--	--

Kursort: nach Absprache

19-224 Mit dem Velo über Land

Thema Fitness und Gesundheit

Kurzbeschreibung Tagestouren mit Velo oder E-Bike

Thema und Inhalt

Wir fahren fast ausschliesslich auf Nebenstrassen oder Velowegen. Wir nehmen es gemütlich, mit Kaffeehalt am Morgen und Nachmittag und Picknick unterwegs. Gute Grundkondition ist von Vorteil. Streckenlänge ca. 60 km mit der Möglichkeit, unterwegs einzusteigen (Zug). Start und Ziel sind in der Regel in Bern und Umgebung. Genauere Angaben bekommst du jeweils ein paar Tage vor der Tour.

Mitwirkung Teilnehmende

Die Teilnehmenden sind eingeladen, eine Tour selber zu übernehmen und zu leiten. Billette lösen ist Sache der Teilnehmenden.

Zusatzinfo

Die Teilnehmenden haben einen Notfallausweis bei sich.

Moderation

Heinz Bur
hebur44@bluewin.ch

Durchführung

Maximum 12 Personen

Wochentag: Donnerstag Oktober; März bis September (ohne Juni)

Kursdaten:	17.10.19	26.03.20	23.04.20	14.05.20	16.07.20
	20.08.20	01.10.20			

Kursort: nach Absprache

19-225 Atem und Achtsamkeit

Thema Fitness und Gesundheit

Kurzbeschreibung Gelassen, zentriert und fokussiert sein durch regelmässige Atem- und Achtsamkeitspraxis

Thema und Inhalt Den Umgang mit Stress verbessern? Eine Ruheoase finden? Neue Impulse zur Körperwahrnehmung erhalten? Einfache Atemmeditationen erlernen? Vom Innovationsdruck unseres digitalen Alltags pausieren? - Dies alles und noch mehr kannst du erleben oder dich darin üben. - Im gemeinsamen Gespräch verraten wir uns gegenseitig die besten Tricks fürs Umsetzen im Alltag.

Mitwirkung Teilnehmende Regelmässig teilnehmen, offen sein für Erfahrungen, die kleine Gesprächsrunde mitgestalten.
Bitte Kleidung mit Bewegungsfreiheit anziehen.

Zusatzinfo Kompaktkurs mit der Möglichkeit zur Fortsetzung

Moderation Lilo Ramser
lilo.ramser@atemtherapie.com

Durchführung Maximum 8 Personen

Wochentag: Dienstag 14.00 - 15.30

Kursdaten:	05.11.19	12.11.19	19.11.19	26.11.19	03.12.19
	10.12.19				

Kursort: Bern, Bollwerk 21 Haus Kompetenz für Bewegung und Raum
Grosser Saal "Innenhof"

19-226 Korbball spielen

Thema Fitness und Gesundheit

Kurzbeschreibung Wir treffen uns 1x pro Woche für ein 1 stündiges Korbballspiel in der Turnhalle Lorraine.

Thema und Inhalt Der Club besteht aus einer kleinen, Korbball spielenden Gruppe. Der Altersdurchschnitt der Aktiven liegt zurzeit bei rund 80 Jahren. Zweck und Ziel des "Zyschtig-Clubs" ist die Förderung der körperlichen Mobilität und der Fitness, sowie des allgemeinen Wohlbefindens, die Pflege der Kameradschaft und Geselligkeit durch regelmässige sportliche und spielerische Betätigung. Spielbeginn jeweils um 18.00 Uhr.

Mitwirkung Teilnehmende Neue Mitspielerinnen und Mitspieler sind willkommen, auch BasketspielerInnen. Damen- und Herrengarderoben mit Duschen sind vorhanden, ebenso Parkplätze.

Zusatzinfo Ab Dienstag 1.10.2019 ist Einstieg jederzeit möglich.

Moderation Hans Mangold
mueller_mangold@bluewin.ch

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Dienstag 18 - 19 Uhr

Kursdaten: 01.10.19

01.10.19				
----------	--	--	--	--

Kursort: Bern, Lorrainestr. 33 Volksschule Lorraine
Turnhalle

19-240 Aquarellieren - 1

Thema **Kreatives Gestalten**

Kurzbeschreibung Einführung. Spielerisches Erarbeiten und Erproben der Möglichkeiten der Aquarellmalerei.

Thema und Inhalt Wir experimentieren mit den Grundtechniken des Aquarells und kombinieren diese immer wieder anders. Sie sind Elemente zum Entwickeln eines Bildthemas. Der Malprozess erlaubt ein spannendes Spiel zwischen Spontaneität und Zufall, maltechnischer Disziplin und vorausgeplanten Arbeitsschritten. Ziele: Finden einer persönlichen Bildsprache, Freude am Malen.

Mitwirkung Teilnehmende Was wir in der Gruppe herausfinden, kann daheim vertieft und weiterentwickelt werden: Hausaufgaben. Beim nächsten Treffen schauen wir diese Resultate gemeinsam an, besprechen sie und verfolgen Teile davon weiter.

Zusatzinfo Mitbringen, was an Wasserfarben, Pinseln und Malpapieren schon vorhanden ist. Materialberatung und Bestellmöglichkeit am ersten Kurs-Nachmittag. Eine neue Ausrüstung kostet etwa 100.-.

Moderation Barbara Soom
b.soom@hispeed.ch

Durchführung Maximum 12 Personen

Wochentag: Donnerstag, 15.00 - 17.00

Kursdaten:	10.10.18	07.11.18	05.12.19	09.01.20	06.02.20
	05.03.20	02.04.20	30.04.20		

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 2

19-241 Aquarellieren - 2

Thema **Kreatives Gestalten**

Kurzbeschreibung Teilnehmende haben mit dieser Technik schon etwas Erfahrung.

Thema und Inhalt Wir experimentieren mit den Grundtechniken des Aquarells. Wir brauchen sie als Elemente zum Entwickeln eines Bildthemas, das von der Gruppe oder der Moderatorin vorgeschlagen wird.
Der Malprozess erlaubt ein spannendes Spiel zwischen Spontaneität und Zufall, maltechnischer Disziplin und vorausgeplanten Arbeitsschritten. Ziel ist das Erweitern der technischen Möglichkeiten und das Finden einer persönlichen Bildsprache.

Mitwirkung Teilnehmende Was wir in der Gruppe üben, kann daheim vertieft werden. Es gibt Hausaufgaben. Beim nächsten Treffen besprechen wir die Resultate gemeinsam und verfolgen Teile davon weiter.

Zusatzinfo Mitbringen, was an Wasserfarben, Pinseln und Malpapieren schon vorhanden ist. Materialberatung am ersten Kurs-Nachmittag.

Moderation Barbara Soom
b.soom@hispeed.ch

Durchführung Maximum 12 Personen

Wochentag: Donnerstag, 15.00 - 17.00

Kursdaten:	17.10.19	14.11.19	12.12.19	16.01.20	13.02.20
	12.03.20	09.04.20	07.05.20		

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 2

19-242 Der entscheidende Moment - für spezielle Fotos

Thema **Kreatives Gestalten**

Kurzbeschreibung Um besondere Fotos zu machen, braucht es auch einen "Riecher" für den richtigen Moment.

Thema und Inhalt Henri Cartier - Bresson war ein Meister des "Moment décisif". Nur wenig Technik, viel Geduld, waches Beobachten und Intuition für den Moment, in dem abzudrücken sich lohnt. So kann ein Gefühl dafür entstehen, was ein Foto speziell macht. Und wir wollen beim Fotografieren auch "frecher" und experimentierfreudiger werden.
Der Kurs ist mehr Seh-Schule als Weiterbildung in Foto-Technik. Auch Fotografierende mit wenig Erfahrung aber Freude am Ausprobieren können mitmachen.

Mitwirkung Teilnehmende Anhand eigener Beispiele, mit Vorbildern aus der Literatur und auch mit Neuaufnahmen nähern wir uns dieser Form der Fotografie.

Zusatzinfo Auch wer mit dem Handy fotografiert, darf mitmachen.

Moderation Daniel Marthaler
dmarth1948@gmail.com

Durchführung Maximum 14 Personen

Wochentag: 6x, Mittwoch 10.00 - 12.00

Kursdaten:	16.10.19	13.11.19	11.12.19	15.01.20	12.02.20
	11.03.20				

Kursort: Bern, Stockerenweg 8 JUVESO
Schulraum 2

19-243 Foto-Workshop

Thema **Kreatives Gestalten**

Kurzbeschreibung Purpose is to exchange photographic knowledge and experience. Photos can be critiqued and discussed.

Thema und Inhalt Each participant shows 8 to 12 photos of chosen theme and, as applicable, comments or criticisms can be expected. A person can learn how to improve his/her picture taking ability. Instead of a telephone or iPad, a camera is preferred. Pictures are encouraged and videos discouraged.

**Mitwirkung
Teilnehmende** Lively discussion of photos shown on screen can occur.

Zusatzinfo English and German will be spoken.
Co-Moderator is René Lechner

Moderation Robert A. Schwenk
smileawhile@bluewin.ch

Durchführung Maximum 10 Personen

Wochentag: Mittwoch 09:00 - 11:30

Kursdaten:	16.10.19	20.11.19	11.12.19	15.01.20	19.02.20
	18.03.20	15.04.20	20.05.20	17.06.20	

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Innovagebüro

19-245 Frei drauflos sticken...

Thema **Kreatives Gestalten**

Kurzbeschreibung ... mit Faden, Garn, Wolle , auf verschiedensten Materialien
Co-Moderation Barbara Joss

Thema und Inhalt Kurze Information zu den kulturellen Hintergründen.
Verschiedenste Stickarten kennenlernen und praktisch anwenden mit selbstgewählten Objekten wie Servietten, Säckli, Sets, Kissen usw.

**Mitwirkung
Teilnehmende** Auch für Anfängerinnen geeignet

Zusatzinfo

Moderation Barbara Joss
barbarajoss@bluewin.ch

Durchführung Maximum 6 Personen

Wochentag: Freitag 09.30 - 12.00

Kursdaten:

01.11.19	29.11.19	17.01.20	21.02.20	
----------	----------	----------	----------	--

Kursort: Bern, Brunnadernstr. 83 Elfenau
Privat

19-246 Kreatives aus Altglas

Thema **Kreatives Gestalten**

Kurzbeschreibung Schöpferisches Recycling von Glas. Keine Vorkenntnisse nötig. Wenn möglich leere Flaschen zum Bearbeiten mitbringen.

Thema und Inhalt Aus einer Flasche entstehen ein Glas und ein Kerzenständer; aus Scherben ein Teller etc.

Mitwirkung Teilnehmende Die Teilnehmenden führen die einzelnen Arbeitsschritte (Trennen, Schleifen, Dekorieren) unter Anleitung aus.

Zusatzinfo Feste Schuhe empfohlen. Unkostenbeitrag ca. CHF 100.00 pro Teilnehmer. Am ersten Treffen werden die weiteren Daten vereinbart.

Moderation Lea Ammann-Toivanen
lea.ammann-toivanen@bluewin.ch

Durchführung Maximum 5 Personen

Wochentag: 5-mal Dienstag 14.00 - 17.00

Kursdaten:

22.10.19				
----------	--	--	--	--

Kursort: Bern, Klösterlistutz 16 Glasatelier
Privat

19-247 "Dot-Painting"- Symbole auf Steinen

Thema **Kreatives Gestalten**

Kurzbeschreibung Mit Punkten verschiedene Symbole gestalten, z.B. Kreise, Linien, Spiralen, Ornamente, Tiere, Runen.

Thema und Inhalt Dot-Painting ist eine neue Art der traditionellen Kunstform der australischen Aborigines und hat seine Wurzeln in den Rindenmalereien, den Körperbemalungen, den Boden- und Felsmalereien.
Im Workshop werden die Technik des Dot-Painting erklärt sowie Inspirationen für Symbole und Farbgestaltung gegeben. Ziel des Workshops ist das meditative entspannende Gestalten von handtellergrossen Kraft-Steinen.

Mitwirkung Teilnehmende WICHTIG – man muss NICHT malen können!!! Jede/r kann es – Dot-Painting ist einfach und entspannend!

Zusatzinfo 10.- CHF für Material, Infos über www.frischherz.net

Moderation Christina Frischherz
christina@frischherz.net

Durchführung Maximum 8 Personen

Wochentag: Montag, Dienstag 14.00 - 18.00 Uhr

Kursdaten:

14.10.19	15.10.19			
----------	----------	--	--	--

Kursort: Belp, Muristr. 37 Gemeinschaftsraum/Atelier
Privat

19-260 Smartphone – unser ständiger Begleiter

Thema Computer und Handy

Kurzbeschreibung Gemeinsam Funktionen und Möglichkeiten des Android-Smartphones entdecken (Kein iPhone!).

Thema und Inhalt Das Smartphone ist nicht nur ein Telefon und ein Mini-Computer sondern ein Diktiergerät, ein Navigationssystem, eine Musiksammlung, ein Küchenwecker, ein Fotoapparat, ein Wörterbuch und noch vieles mehr. Wir wollen verstehen, wie das Gerät funktioniert, wie es mit der Umwelt kommuniziert, und tauschen Tipps und Tricks für eine praktische und sinnvolle Nutzung aus.

Mitwirkung Teilnehmende Die Veranstaltung ist Learning by Doing, abhängig von den Interessen der Teilnehmenden.

Zusatzinfo Die Veranstaltung ist ausschliesslich für Besitzer/-innen eines Android-Smartphones (iPhones sind eine andere Welt...). Bitte Gerät in den Kurs mitbringen.

Moderation Johann Binder
johann.binder@innovage.ch

Durchführung Maximum 7 Personen

Wochentag: Freitag 14.00 - 16.00

Kursdaten:

25.10.19	08.11.19	22.11.19	06.12.19	20.12.19
----------	----------	----------	----------	----------

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Innovagebüro

19-261 Digital wandern

Thema Computer und Handy

Kurzbeschreibung Hilfsmittel zum Planen von Wanderungen und zur Orientierung unterwegs

Thema und Inhalt

Das Wandern – zu Fuss! – bleibt eine analoge Angelegenheit! Aber das Internet bietet heute eine Fülle von Hilfsmitteln um Wanderungen zu planen. Dank Smartphone-Apps können wir viele geographische Informationen mitnehmen. Je nach Interesse der Teilnehmenden können wir: Eigene Touren am PC planen; Touren inklusive Landkarten aufs Smartphone laden; uns mit dem Smartphone im Gelände orientieren; die eigene Wanderung mit dem Smartphone aufzeichnen; Routen im Internet finden und aufs Smartphone laden; digitale Stadtpläne und Wanderkarten fürs Ausland finden; ein Navi als Fussgänger nutzen und mehr....

Mitwirkung Teilnehmende

Das Einbringen von Kenntnissen, Erfahrungen und Tipps durch die Teilnehmenden ist sehr erwünscht. Und wir wenden das Erlernte auch praktisch an – beim Wandern und Spazieren.

Zusatzinfo

Moderation Johann Binder
johann.binder@innovage.ch

Durchführung Maximum 12 Personen

Wochentag: Mittwoch 14.00-16.00

Kursdaten:

25.03.20	08.04.20	22.04.20	06.05.20	20.05.20
----------	----------	----------	----------	----------

Kursort: Bern, Belpstr. 24 Walkerhaus
Clubraum

19-262 E- & Mobile Banking

Thema **Computer und Handy**

Kurzbeschreibung Schritt für Schritt Sicherheit gewinnen – vom Digital Banking zum Mobile-Banking

Thema und Inhalt Im Zeitalter der Smartphones interessieren sich zunehmend auch Seniorinnen und Senioren, ihre Zahlungen ortsunabhängig und auch ohne Personal Computer einfach und sicher abzuwickeln.

Mitwirkung Teilnehmende Kursgebende: Jasmine Vaudan-Bregy, Filialleiterin und Kundenberaterin UBS

Zusatzinfo

Moderation Claude Mignot
cmignot@hispeed.ch

Durchführung Maximum 20 Personen

Wochentag: Donnerstag 10.00 - 12.00

Kursdaten:

07.11.19				
----------	--	--	--	--

Kursort: Bern, Bahnhofplatz 2 Berner GenerationenHaus
Innovagebüro
