

1 - Gesellschaft und Politik

21-001	Diskussionsforum 2021/22	Tagesthemen zu Politik, Kultur, Gesellschaft und Wissenschaft
ausgebucht	<i>Heinz Kneubühl</i>	
21-002	Das andere Gespräch: Dialog nach David Bohm	Der Quantenphysiker David Bohm entwickelte den Dialog als eine neue Form, gemeinsam zu denken und zu sprechen.
freie Plätze	<i>Peter Naef</i>	
21-003	Facetten der Alterspolitik	Wir diskutieren grundlegende Fragen, aktuelle Probleme und Lösungsansätze in der Alterspolitik.
abgesagt	<i>Heinz Gilomen</i>	
21-004	Junge Menschen in Bern: Wohnen, Freizeit, Szenen	Wo treffen sich junge Menschen? Wohin gehen sie in den Ausgang? Mit welchen neuen Wohnmodellen experimentieren sie?
ausgebucht	<i>Adrian Stucki</i>	
21-005	Challenges of our time	Participants take turns to research, present and debate some of the challenges of our time.
freie Plätze	<i>Jean-Jacques Subrenat</i>	
21-006	Aktuelle Zeitgeschichte	Die Teilnehmenden analysieren aktuelle Ereignisse und Entwicklungen der Zeitgeschichte.
ausgebucht	<i>Christoph Graf</i>	
21-007	Antike Staatsformen (Jan 22)	Antike Staatsformen, insbesondere athenische Demokratie
ausgebucht	<i>Alfred Stückelberger</i>	
21-008	Kreativität - Annäherungen an einen vagen Begriff	«Kreativität» ist ein kein eindeutiger Begriff, sondern ein schwer beschreibbares Denkkonstrukt. Was steckt dahinter?
ausgebucht	<i>Willi Stadelmann-Felber</i> <i>Verena Felber Stadelmann</i>	
21-010	BSC Young Boys inside (Jan 22)	Blick hinter die Kulissen eines Profi-Fussballclubs
freie Plätze	<i>Hanspeter Kiener</i>	
21-012	Humor trotz(t) Alter	Im Referat herzlich lachen, im Kurs danach über Humor und Komik nachdenken
ausgebucht	<i>Ursula Naef</i> <i>Organisation Graue Panther Bern</i>	

2 - Natur und Umwelt

21-020	Universum 1	Geschichte des Universums, astronomische Dimensionen (inkl. Beobachtung)
ausgebucht	<i>Kathrin Altwegg</i> <i>Timm Riesen</i>	
21-021	Zeugen der Eiszeit in der Stadt Bern (Jan 22)	Wir suchen die Spuren, die Rhone- und Aaregletscher in der letzten Eiszeit in Bern hinterlassen haben.
ausgebucht	<i>Heinz Veit</i> <i>Benjamin Meylan</i>	
21-022	100 verschiedene Nadel- und Laubbäume 1 (Jan 22)	Wir lernen bekannte und weniger bekannte Baumarten und deren Körpersprache besser kennen.
freie Plätze	<i>Klaus Woodtli</i>	
21-023	Permakultur: Einklang Mensch - Natur	Einführung in die Permakultur: Ist Permakultur ein Ansatz, um unsere natürlichen Ressourcen nachhaltiger zu nutzen?
ausgebucht	<i>Marcel Perret</i>	
21-024	Biologische Lebensräume besuchen und Biodiversität entdecken	Wir sehen uns verschiedene Biotoptypen in Stadtnähe und der weiteren Umgebung an und bewerten Vielfalt und Reichtum an Lebensformen sowie die Standortbedingungen.
freie Plätze	<i>Kathrin Peter</i>	
21-025	Wein - Genuss - Rebbau (Jan 22)	Kenntnisse zum Rebbau, zur Weinbereitung und zur Degustation auffrischen
freie Plätze	<i>Johannes Kipfer</i>	
21-026	Bienen, Einblick in die Imkerei (Jan 22)	Beobachtung eines Volkes während eines Bienenjahres. Praktische Arbeiten
freie Plätze	<i>José Buschor</i>	
21-027	100 verschiedene Nadel- und Laubbäume 2 (Jan 22)	Wir lernen bekannte und weniger bekannte Baumarten und deren Körpersprache besser kennen.
freie Plätze	<i>Klaus Woodtli</i>	

3 - Kultur-Orte

21-040	Für schau-lustige Museums-Spaziergänger/innen	Gemeinsam Museen besuchen. Eindrücke und Entdeckungen mit anderen teilen.
ausgebucht	<i>Eva Koschorke</i>	

21-041	Für schau-lustige Museums-Spaziergänger/innen (2)	Gemeinsam Museen besuchen. Eindrücke und Entdeckungen mit anderen teilen.
ausgebucht	<i>Eva Koschorke</i>	
<hr/>		
21-041		
	<i>Eva Koschorke</i>	
<hr/>		
21-042	Natur zur Kultur	Wanderungen in der Umgebung von Bern verbinden Natur und Kultur.
freie Plätze	<i>Jacqueline Thormann</i>	
<hr/>		
21-043	Kultur am Sonntag	Gemeinsame kulturelle Unternehmungen am Sonntag
ausgebucht	<i>Sibylle Divis</i>	
<hr/>		
21-044	Literarische Wanderungen	Wanderungen zu Handlungsschauplätzen von Schweizer Literatur
ausgebucht	<i>Therese Jungen</i>	
<hr/>		
21-045	Städtewanderungen 1	Wir lernen wandernd grössere und kleinere Städte kennen.
ausgebucht	<i>Georges Pestalozzi</i>	
<hr/>		
21-046	Städtewanderungen 2	Wir lernen wandernd Städte in der näheren und weiteren Region von Bern kennen.
freie Plätze	<i>Ruth Rohr</i>	
<hr/>		
21-047	Städtewanderung 3	Wir lernen wandernd grössere und kleinere Städte kennen.
ausgebucht	<i>Adrian Stucki</i> <i>Chantal Klinkenbergh</i>	
<hr/>		
21-048	Unbekanntes Bern 1	Besichtigung von wenig bekannten Orten in und um Bern
ausgebucht	<i>Toni Brauchle</i>	
<hr/>		
21-049	Unbekanntes Bern 2	Besichtigung von wenig bekannten Orten in und um Bern
freie Plätze	<i>Daniel Hornung</i>	
<hr/>		
21-050	Rund um Dorfmuseen - drinnen und draussen	Wir entdecken verschiedene Dorfmuseen und/oder Themenpfade in der Umgebung von Bern
freie Plätze	<i>Luzia Hedinger</i>	

21-051 freie Plätze	Wenn jemand eine Reise tut <i>Mario Mark</i>	In der Schweiz reisen wir viel und erleben interessante und spezielle Geschichten. Einige davon wollen wir kennenlernen.
21-052 freie Plätze	Migrationsgeschichten <i>Therese Jungen</i>	Warum migrieren Menschen? Wie geht es ihnen dabei? Wir suchen nach eigenen und fremden Migrationsgeschichten.
21-053 freie Plätze	Archäologische Streifzüge durch Städte und Stätten <i>Peter Degen</i>	Welche Stadtbaumuster liegen europäischen Städten zugrunde? Welche alternativen Ansätze sind andernorts zu beobachten?
21-054 freie Plätze	Die Etrusker und der Ursprung von Rom <i>Ulrike Fischer</i>	Etrurien als erste Hochkultur Italiens und Fundament der römischen Zivilisation.
21-055 freie Plätze	Musik hören - <i>Felix Hochuli</i>	Wir befassen uns mit Musik aus dem Bereich "Minimal Music", vor allem mit Musik des Komponisten Steve Reich.
21-056 ausgebucht	Ein musikalischer Ausflug in den Norden Europas <i>Jacqueline Thormann</i> <i>Roxane Olshausen</i>	Lasst euch überraschen von bekannten und unbekanntem KomponistInnen aus Dänemark, Schweden, Norwegen und Finnland!
21-057 freie Plätze	Kelten, Kirchen und Klöster im Burgund (Jan 22) <i>Peter Hilfiker</i>	Wir befassen uns mit einigen kulturhistorischen Perlen des Burgunds
21-058 freie Plätze	Chinesische Kultur und Geschichte <i>Katri Näf</i>	Vier Themen: Ein Weltbild im eigenen Namen, Peking Oper, Ein-Kind-Politik und soziale Folgen, China auf dem Weg zur Weltmacht.
21-059 freie Plätze	Musik hören - Improvisation: höhere Eingebung oder erlernbar? <i>Felix Hochuli</i>	Wir hören Musik, in der Improvisation zentral ist und befassen uns mit der Art der Improvisation.

4 - Kultur auf Bühne und Leinwand

21-060 freie Plätze	Opern - Fans <i>Brigitta Hubacher</i>	Einzelne Opern vertieft kennenlernen
------------------------	---	--------------------------------------

21-061	500 Jahre Oper ausgebucht <i>Sibylle Divis</i>	Wir unternehmen gemeinsam einen Streifzug durch die 500jährige Geschichte der Oper.
21-063	Gemeinsam ins Kino freie Plätze <i>Kathrin Keller</i>	Gemeinsamer Kinobesuch am Mittwochnachmittag mit anschliessendem Gespräch
21-064	Film am Frühabend freie Plätze <i>Yvonne Schärer</i>	Kinobesuch mit anschliessender Diskussion in naheliegender Beiz/ freiluft Sitzplatz.
21-065	Film am Frühabend - montags 1 ausgebucht <i>Carole Sunderland</i>	Monatlicher Kinobesuch mit anschliessender Besprechung
21-066	Film am Frühabend - montags 2 ausgebucht <i>Regula Pestalozzi-Seger</i> <i>Marie-Louise Opl Steffen</i>	Monatlicher Kinobesuch mit anschliessender ungezwungener Diskussion
21-067	Abends zusammen ins Kino freie Plätze <i>Françoise Gysi-Klaus</i> <i>Katharina Fehr</i>	Für Abendaktive, die den Tag zur freien Verfügung haben möchten.
21-068	Film am Frühabend - montags 3 freie Plätze <i>Peter Bischof</i>	Monatlicher Kinobesuch mit anschliessender Besprechung

5 - Philosophie, Psychologie, Religion

21-080	Umgang mit Veränderungen (Jan 22) freie Plätze <i>Marianne Gerber</i>	Wertschätzen, was ist. Loslassen, was zu viel ist. Wahrnehmen, was fehlt.
21-081	Fallstricke des Denkens ausgebucht <i>Margit Oswald</i>	Auseinandersetzung mit zentralen Fallstricken menschlichen Denkens und Diskussion über Ursachen und Relevanz
21-082	C. G. Jung und Traumarbeit freie Plätze <i>Art Funkhouser</i>	Die Grundideen von C. G. Jung werden vorgestellt und moderne Traumarbeit wird erklärt und geübt.

21-083	Die Erzelterngeschichten der Genesis	Erkundung der unvergänglichen Geschichten um Abraham, Isaak, Jakob und ihre Familien (Genesis 12-36)
freie Plätze	<i>Walter Dietrich</i>	
21-085	Charakterlehre	Wieso bin ich so und Du anders? Einführung in die Charakterlehre Enneagramm
freie Plätze	<i>Monique Vuithier</i>	
21-086	Ethik Kompass 21	Nach einer Einleitung kreieren wir anhand einer Vorlage mit aktuellen Beispielen unseren eigenen Ethik Kompass 2021.
freie Plätze	<i>Bruno Leugger</i>	
21-087	Lebenspanorama	Wir blicken auf unser Lebenspanorama und tauschen uns aus über Höhen und Tiefen.
freie Plätze	<i>Erica Binder</i>	

6 - Deutsche Sprache und Literatur

21-100	Deutsche Literatur: Lektüre und Besprechung 1	Die Beschäftigung mit aktuellen literarischen Werken hilft uns, unsere Umwelt besser zu verstehen.
ausgebucht	<i>Susanne Graf-Brawand</i>	
21-101	Deutsche Literatur (Belletristik) 2	Neuere, spannende Bücher lesen und miteinander diskutieren.
ausgebucht	<i>Marianne Heimoz</i>	
21-102	Deutsche Literatur (Belletristik) 3	Neuere, spannende Bücher vorstellen, lesen und miteinander diskutieren.
ausgebucht	<i>Monika Schöni Lanker</i>	
21-103	Deutsche Literatur (Belletristik) 4	Neuere, spannende Bücher lesen, vorstellen und miteinander diskutieren.
ausgebucht	<i>Ursula Stalder</i>	
21-104	Noch einmal klassische deutsche Literatur lesen	Die besten Texte der deutschen Literaturgeschichte haben ihren Ruf nicht grundlos. Sie wieder zu lesen, lohnt sich.
ausgebucht	<i>Peter Naef</i>	
21-105	Geschichte der deutschen Sprache und Literatur	Der Kurs gibt Einblicke in die Entwicklung der deutschen Sprache und Literatur von den Anfängen bis heute.
freie Plätze	<i>Susanne Graf-Brawand</i>	
21-106	Der Geheimtipp aus der Bücherecke	Wir begegnen neuen AutorInnen, stellen uns Bücher vor und leihen sie gegenseitig aus.
ausgebucht	<i>Jacqueline Thormann</i>	

21-107 Der wohltemperierte Mord Wir lesen Krimis, von Edgar Allan Poe zu Henning Mankell, von Friedrich Glauser zu Friedrich Dürrenmatt und andere.

freie Plätze

Agnes Studer
Sibylle Divis

21-108 Schreibwerkstatt Sie lesen selbst verfasste Texte vor, die wir besprechen. Sie erhalten Anregungen zur Erzähltechnik.

ausgebucht

Hannelore Dietrich

7 - Fremde Sprachen und Literaturen

21-120 English Book Discussion Group – Thursday afternoon Participants aim to increase their enjoyment of English books by means of active discussions.

ausgebucht

Vreni Welstead

21-121 English conversation - Monday Participants aim to improve their spoken English and extend their vocabulary by means of active, often spontaneous discussions.

ausgebucht

Robert A. Schwenk

21-122 English Conversation – Wednesday afternoon Participants enjoy to speak English in a group of motivated people and to extend their vocabulary by means of spontaneous or topic-based discussions.

ausgebucht

Ursula Jeanmonod

21-123 English Conversation - Thursday (Talk Talk) Once a fortnight we meet (14.30-16.00) to read and discuss a text. We also enjoy playing English language games.

ausgebucht

Yvonne Schärer

21-124 Conversation française Conversation en français sur divers thèmes actuels

ausgebucht

Jean Pierre Rosat

21-125 Nederlandse conversatie Nederlandse conversatie "plus"

freie Plätze

Mieke Schwenk

21-126 Conversazione in italiano Die Teilnehmenden erwerben sich Italienischkenntnisse anhand von Lektüre verschiedener Texte.

ausgebucht

Saro Marretta

21-127 Conversación en español Conversación sobre diferentes temas, elegidos por los participantes

freie Plätze

Gerhard Steffen

21-128 Conversación en español 2 Conversación para niveles avanzados.

ausgebucht

Graziella Mateo-De Doni

21-129 freie Plätze	Altgriechisch-Lektüre (Stephanidion) <i>Alfred Stückelberger</i>	Wir lesen die 'Athenaion politeia' des Aristoteles im griechischen Urtext.
21-130 freie Plätze	Altgriechisch-Lektüre: Aischylos, Die Perser (Frühling 22) <i>Alfred Stückelberger</i>	Wir lesen, übersetzen und besprechen <i>Die Perser</i> des Aischylos (die älteste erhaltene Tragödie) in der Ursprache.

8 - Sport, Bewegung, Achtsamkeit

21-140 freie Plätze	Nordic Walking für Anfänger/innen, Herbst 21 <i>Mieke Schwenk</i>	Wir treffen uns an drei Mittwochmorgen für ein erstes Kennenlernen der Nordic Walking-Technik.
21-141 freie Plätze	Nordic Walking für Anfänger /innen, Frühjahr 22 (Jan 22) <i>Mieke Schwenk</i>	Wir treffen uns an drei Mittwochmorgen für ein erstes Kennenlernen der Nordic Walking-Technik.
21-142 freie Plätze	Nordic Walking - Treff <i>Mieke Schwenk</i>	Dieser Treff ist für Personen, die die Nordic Walking-Technik kennen und zügig gehen können.
21-144 ausgebucht	Wandern im Aargau <i>Rolf Maurer</i>	Aargau – zu Fuss durch Grafschaften und Ämter
21-145 ausgebucht	Schneeschuhwandern <i>Chantal Klinkenbergh</i> <i>Hans Linder</i>	Wir wandern auf offiziellen Schneeschuhtrails in den Voralpen und im Jura.
21-146 ausgebucht	Japanisches Bogenschiessen (Kyudo) <i>Hans Geissberger</i>	Kyudo schult Gelassenheit. Es schärft die innere Wahrnehmung und verbessert die Bewegungskoordination.
21-147 ausgebucht	Feldenkrais <i>Esther Lehmann</i>	"Körper und Geist in Bewegung" von Moshé Feldenkrais ist eine Bewegungsmethode auf wissenschaftlicher Grundlage.
21-148 ausgebucht	Atem und Achtsamkeit <i>Lilo Ramser</i>	Gelassen, zentriert und fokussiert sein durch regelmässige Atem- und Achtsamkeitspraxis

21-149	Einstieg in die Meditation	Es gibt viele verschiedene Meditations-Techniken. Ich werde einige vorstellen die sich besonders für Einsteiger eignen.
ausgebucht	<i>Esther Uhlmann</i>	
21-151	Glücklich bis ins 101. Lebensjahr	Willst Du 101 Jahre alt werden?
abgesagt	<i>Esther Uhlmann</i>	
21-152	Schneeschuhwandern 2	Wir wandern auf offiziellen Schneeschuhtrails in den Voralpen und im Jura.
ausgebucht	<i>Adrian Stucki</i> <i>Max Mollet</i>	

9 - Spiel und Spass

21-160	Begleitete Bridgepartien	Es wird Bridge gespielt mit Betreuung durch den Kursleiter.
freie Plätze	<i>Hans-Peter Jost</i>	
21-161	Sidi Barrani	Regelmässige Sidi Barrani-Jassrunde (ca 1-2 X monatlich nach Absprache)
ausgebucht	<i>Thomas Plattner</i>	
21-162	Pentabolos - ein pfiffiges und kniffliges Puzzle	Kennenlernen dieses ästhetischen und unglaublich variantenreichen Spiels.
abgesagt	<i>Christof Fankhauser</i>	
21-163	Schach Anfängerkurs	Das Spiel der Könige an vier Nachmittagen neu lernen oder fast Vergessenes auffrischen.
ausgebucht	<i>Hans Ehrenguber</i>	
21-164	Spielnachmittage Schach	Freies Schachspielen für alle
ausgebucht	<i>Hans Ehrenguber</i>	
21-165	Spiel und Spass	Man ist nie zu alt, Neues zu lernen. Wir machen es auf spielerische Art.
ausgebucht	<i>Jean Pierre Rosat</i> <i>Marianne Roth-Schneider</i>	
21-166	Spiel und Spass 2	Man ist nie zu alt, Neues zu lernen. Wir machen es auf spielerische Art.
freie Plätze		

21-167 **Pétanque, das Boule-Spiel der Franzosen** Alle, die Freude und Interesse an diesem Spiel haben, sind willkommen, ob Anfänger*innen oder Geübte!

ausgebucht

Françoise Gysi-Klaus
Beat Jenni

21-168 **Pétanque, das Boule-Spiel der Franzosen 2** Alle, die Freude und Interesse an diesem Spiel haben, sind willkommen, ob Anfänger*innen oder Geübte!

ausgebucht

René Lechner

21-169 **Geocaching - Schatzsuche in der Natur** Mit Hilfe eines Smartphones und Koordinaten machst du dich auf die Suche nach einem Versteck.

freie Plätze

René Lechner

10 - Gestalten in Atelier, Küche und Werkstatt

21-180 **Kulinarische Perlen neu entdecken** Gemeinsame Wahl aus reichhaltiger Schatzkiste alter Rezepte.

ausgebucht

Marianne Roth-Schneider

21-181 **Japanisch kochen: O-Bentos** Als LiebhaberInnen der japanischen Küche lernen wir, was ein O-Bento ist und wie es zubereitet wird.

ausgebucht

Gitte Naujoks

21-182 **Japanisch kochen für Fortgeschrittene** Wir kochen alles - ausser Sushi ;-)

ausgebucht

Gitte Naujoks

21-183 **Mann kocht** Wir Männer kochen gemeinsam schmackhafte und raffinierte, aber nicht zu komplizierte Menus.

ausgebucht

Georges Pestalozzi
Adrian Stucki

21-184 **Aquarellieren 1** Einführung. Spielerisches Erarbeiten und Erproben der Möglichkeiten der Aquarellmalerei.

ausgebucht

Barbara Soom

21-185 **Aquarellieren 2** Teilnehmende haben schon etwas Erfahrung im Aquarellieren.

ausgebucht

Barbara Soom

21-186 **Asiatische Kalligraphie** Entdecken der ca. 3000 Jahre alten Schrift der Chinesen durch eigenes Tun. Einblicke in die Bedeutung von ZEN-Weisheiten

freie Plätze

Hans Geissberger

21-187	Foto-Workshop freie Plätze	Purpose is to exchange photographic knowledge and experience. Photos may be critiqued and discussed.
	<i>Robert A. Schwenk</i> <i>René Lechner</i>	
21-188	Reisefotografie freie Plätze	Wie komme ich zu besseren, spannenderen und eindrucklicheren Reise- und Ferienbildern?
	<i>Andy Keller</i>	
21-189	Strickgruppe freie Plätze	Stricken für Leute, die gerne stricken und das nicht immer alleine tun möchten.
	<i>Christiane Bokor</i>	
21-190	Kreative Textilwerkstatt ausgebucht	Lust auf Gestalten mit Stoff, Wolle, Garn, Faden....., aber was?
	<i>Jacqueline Thormann</i> <i>Barbara Joss</i>	
21-191	"Dot-Painting"- Symbole auf Steinen ausgebucht	Mit Punkten verschiedene Symbole gestalten, z.B. Kreise, Linien, Spiralen, Ornamente, Tiere, Runen.
	<i>Christina Frischherz</i>	
21-192	Eigene Weihnachtskarten drucken freie Plätze	Persönliche Weihnachtskarten kreieren. Der Kurs ist offen für Interessierte mit oder ohne gestalterische Erfahrung.
	<i>Katrin Michel-Ellenberger</i>	
21-193	Mann kocht 2 ausgebucht	Wir Männer kochen gemeinsam schmackhafte und raffinierte, aber nicht zu komplizierte Menus.
	<i>Georges Pestalozzi</i> <i>Adrian Stucki</i>	

11 - Digitales, Technik

21-200	Kreative Informatik freie Plätze	Wir wollen kreativ werden und selber etwas programmieren: Dazu benutzen wir die Programmiersprache scratch.
	<i>Armin Hruby</i>	
21-201	Digitale Geräte im Griff (Apple iPhone, iPad, Mac) ausgebucht	Apple-Geräte individuell passend einrichten und nutzen. Für Nicht-Versierte aber Interessierte.
	<i>Rudolf Geiser</i>	
21-202	Digital wandern und reisen (Jan22) ausgebucht	Hilfsmittel zum Planen von Wanderungen, Velotouren und zur Orientierung unterwegs auf Reisen
	<i>Johann Binder</i>	

21-203 **Smartphone - unser ständiger Begleiter** **ausgebucht** Gemeinsam Funktionen und Möglichkeiten des Android-Smartphones entdecken (Kein iPhone!).
Johann Binder

21-204 **Smartphone - unser ständiger Begleiter 2** **freie Plätze** Gemeinsam Funktionen und Möglichkeiten des Android-Smartphones entdecken (Kein iPhone!).
Johann Binder