



malreden: 0800 890 890

Einfach mal mit jemandem reden. Alltagstelefon: Es ist täglich jemand für ein Gespräch oder eine Plauderei erreichbar. Gesprächstandem: Längerfristige Gesprächspartnerschaft, eine persönliche Telefonfreund:in ruft Sie wöchentlich an.

Kontakt: 0800 890 890, www.malreden.ch

Zeit: zwischen 9 und 20 Uhr

Kosten: kostenlos



Tavolata

Eine Tavolata entsteht, wenn sich Menschen zum gemeinsamen Kochen, Essen und Geniessen treffen. Eingeladen sind Menschen jeden Alters. Suchen Sie eine Tischgemeinschaft in Ihrer Region oder helfen Sie, eine Tavolata zu gründen.

Kontakt: 031 901 21 96, info@tavolata.ch, www.tavolata.ch

Zeit: für ein geselliges Kochen und Essen

Kosten: werden individuell abgemacht



Erzählcafé

An moderierten Erzählcafés tauschen sich Menschen über ihre Lebensgeschichten und Erfahrungen aus. Startpunkt sind Alltagsthemen wie «Alle Jahre wieder» oder «Neuland». Für mehr Zusammenhalt, gegen die Einsamkeit.

Kontakt: 091 825 38 85, info@erzaehlcafe.ch, www.netzwerk-erzaehlcafe.ch

Zeit: 1.5 bis 2 Stunden

Kosten: meistens kostenlos



Besuchs- und Begleitdienst SRK

Vermissen Sie Gesellschaft und Austausch? Eine freiwillige Person des Roten Kreuzes besucht Sie regelmässig und schenkt Ihnen Zeit: Besuche zuhause, gemeinsam etwas unternehmen, zusammen einkaufen etc.

Kontakt: 031 384 02 17, besuchsdienst-mittelland@srk-bern.ch, www.srk-bern.ch

Zeit: 1 bis 2 Stunden

Kosten: kostenlos, ausser Kosten bei Ausflügen

Tagestreff

Ein Entlastungsangebot
für betroffene Angehörige

Tagestreff Hofmatt

Der Tagestreff richtet sich auch an Personen, die alleine leben und sich Gesellschaft, Struktur und Abwechslung wünschen.

Kontakt: 031 828 22 22, info@hofmattuettligen.ch, www.hofmattuettligen.ch

Zeit: Montag bis Freitag, 9-17 Uhr

Kosten: Pensionstarif Fr. 80.-/Tag



Wohlen vernetzt: 079 683 78 65

«Wohlen vernetzt» ist eine Kontakt- und Vermittlungsstelle des Seniorenverein Wohlen, die verschiedene Dienstleistungen für Senioren anbietet.

Kontakt: 079 683 78 65, wohlen-ernetzt@seniwohlen.ch, www.seniwohlen.ch

Zeit: nach Absprache

Kosten: kostenlos, ausser Fahrspesen

Seniorenverein: seniwohlen@seniwohlen.ch, www.seniwohlen.ch

Regionale Fachstelle Alter: 079 151 69 26, www.regionale-fachstelle-alter.ch