



SOMMER WOCHEN

für die ältere Generation

Geniessen
Zuhören
Gestalten
Spielen
Singen
Tanzen



Montag, 13. bis Freitag, 17. Juli 2026

Kirchgemeindehaus Nydegghof
Nydegghof 2, 3011 Bern
(Linie 12 Richtung Kleezentrum
Haltestelle Nydegghof;
der Zugang ist nicht barrierefrei,
mit dem Taxi aber gut erreichbar)



Herzlich willkommen zur Sommer- Woche!

Der Nydegghof und die Räumlichkeiten der Kirchgemeinde werden während einer Woche zum Treffpunkt für Menschen der älteren Generation. **Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Programm voller spannender Anregungen, Kreativität, Musik und Geselligkeit!**

Anregende oder meditative Einstimmungen, Wissenswertes zu Schweizer Malern, kreatives Gestalten oder Schreiben, gemeinsames Singen und ein geselliger Spielnachmittag laden zu Begegnung und Freude ein. Den Abschluss bildet ein gemütlicher Grillplausch mit anschliessendem Tanzbeinschwingen.



Programm

Montag bis Donnerstag ab 16.00 Uhr
Z'Vieri mit süssen und salzigen Köstlichkeiten. Wir freuen uns über einen Unkostenbeitrag.



Montag, 13. Juli

13.30 – 14.00 Uhr, **Bewegtes Denken** – ganzheitliches, humorvolles Gedächtnistraining mit *Liliane Möri Kirby*

14.15 – 15.45 Uhr, **Schweizer Maler und ihre Bilder** mit *Fredy Staudacher*

Wir begeben uns auf eine visuelle Reise durch die Welt berühmter Schweizer Maler wie Anker, Amiet, Böcklin, Carigiet, Hodler, Giacometti, Segantini, Vallotton uvm. Entdecken Sie neben faszinierenden Gemälden auch kaum bekannte und unterhaltsame Facetten aus dem Leben der Kunstschaaffenden.

Dienstag, 14. Juli

13.30 – 14.00 Uhr,
Wir spielen ein Irish Pub Quiz mit *Sabine Müller Jahn, Pfarrerin der Nydegghof*

An diesem Nachmittag finden zwei Workshops gleichzeitig statt. Sie haben die Wahl zwischen Malen und Schreiben:
Anmeldung bis spätestens am Vortag:
antonia.jud@refbern.ch, 031 301 81 17

14.15 – 15.45 Uhr, **Gestalterischer Dialog** mit *Anna-Gret Hostettler (Kunsttherapeutin)*
Kommunikation einmal anders. Ein buntes, fröhliches „Gespräch“ mit Hilfe von Farben und Formen. Wir versuchen, ohne Worte miteinander Kontakt aufzunehmen.

Ausgehend von einem leeren Blatt Papier wird im gestalterischen Austausch ein Bild entstehen. Nichts muss, es kann.

14.15 - 15.45 Uhr,

Den Erinnerungen auf der Spur mit *Liliane Ruprecht Kellerhals, Ethnologin*
Innehalten und das eigene Leben Revue passieren lassen. Wer auf sein Leben zurückblickt, hat viel zu erzählen.

Vielleicht möchten Sie Ihre Erinnerungen zu Papier bringen. Von der Referentin erhalten Sie Tipps, Unterstützung und Inspiration für das biografische Schreiben.

Mittwoch, 15. Juli

13.30 – 14.00 Uhr, **Gedankenreise mit Klängen - ein meditativer Einstieg** mit *Julia Schaller und Regula Rhyner*

14.15 – 15.45 Uhr,
Singen und Geschichten hören mit *Béatrice Staubli*

Wir singen Lieder von unterwegs und erzählen Geschichten vom Reisen. Ganz gemütlich.

Donnerstag, 16. Juli

13.30 – 14.00 Uhr, **Die kleine Renaissance-Orgel in der Nydegghofkirche erleben** mit *Thomas Leutenegger (Organist)*



14.15 – 15.45 Uhr, Spielnachmittag

mit *Elsbeth Vurchio, Margareta Herren und Vanessa Bütikofer*

Vom modernen Klassiker über einfache Würfel- bis zu Kartenspielen ist für alle etwas dabei. Es gibt mehrere angeleitete Spielgruppen.

Freitag, 17. Juli

12.00 – 14.00 Uhr,

Grillplausch mit Salatbuffet

Zum Abschluss der Woche gibt es ein gemeinsames Grillieren auf Feuerstellen. Cervelats, Salate und Brote sind ausreichend vorhanden.

Weiteres Essen kann gerne mitgebracht werden.

14.00 - 15.30 Uhr,

Disco und Tanznachmittag

mit *Roger Sebel alias DJ Silverjet*
Bekannte Melodien und beliebte Evergreens aus längst vergangenen Tagen laden zum Tanz oder zum Lauschen und Geniessen ein: Schlager, italienische Canzoni, französische Chansons, aber auch Schweizer Volksmusik, Foxtrott, Walzer, Tango, Swing und Discofox. Musik, die bewegt – zum Mittanzen, Mitsummen und Mitfühlen.



Kontakte

Kirchgemeinde Frieden Heiliggeist
Regula Rhyner, 076 248 54 26
regula.rhyner@refbern.ch

Kirchgemeinde Matthäus
Antonia Jud
antonia.jud@refbern.ch, 031 301 81 17

Kirchgemeinde Münster
Vanessa Bütikofer-Cavegn, 076 281 52 20
vanessa.buetikofer-cavegn@refbern.ch

Kirchgemeinde Nydegghof
Liliane Möri, 076 367 61 08
liliane.moeri@refbern.ch
Julia Schaller, 031 352 73 43
julia.schaller@refbern.ch

Kirchgemeinde Paulus
Katharina Jakob, 031 309 00 02
katharina.jakob@refbern.ch



Kirchgemeinde
**Frieden
Heiliggeist**



Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde
Matthäus
Bern und Bremgarten



KIRCHGEMEINDE
NYDEGG BERN



evangelisch-reformierte
Kirchgemeinde **Paulus**