



Älter werden  
Stadt Bern



**Forum Bern 60plus**  
**9. Mai 2023, 08.45 – 16.00 Uhr**  
Kornhausforum, Kornhausplatz 18,  
3011 Bern

## **Teilnahme**

Das Forum Bern 60plus ist eine öffentliche Veranstaltung. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Das Kornhausforum ist hindernisfrei zugänglich. Bitte kontaktieren Sie uns bis zum 27. April 2023, falls Sie eine Übersetzung in Gebärdensprache benötigen (031 321 76 55 / alter@bern.ch).

## **Infomärit auf dem Waisenhausplatz**

Auf dem Waisenhausplatz findet von 8.30 bis 13.30 Uhr ein Infomärit statt. Verschiedene Institutionen und Organisationen präsentieren ihre Angebote für ältere Menschen und beantworten persönlich die Fragen der Besucher\*innen.

## **Verpflegung**

Von 8.45 bis 9.15 Uhr gibt es für die Teilnehmer\*innen am Forum gratis Kaffee. Über Mittag können Sie im Foyer des Kornhauses Sandwiches und Getränke kaufen.

Kompetenzzentrum Alter der Stadt Bern  
[www.bern.ch/alter](http://www.bern.ch/alter)  
031 321 76 55  
[alter@bern.ch](mailto:alter@bern.ch)

# Programm

**08.45** Eintreffen und Begrüssungskaffee

---

**09.15 Begrüssung**

Franziska Teuscher, Gemeinderätin

---

**09.30 Erfahrungsbericht einer betreuenden Angehörigen**

Jacqueline Pillichody Ruch

---

**9.45 Betreuung von Angehörigen: Vielfältig!  
Tatkräftig! Vernetzt?**

Referat von Karin van Holten, Kompetenzzentrum Partizipative Gesundheitsversorgung der Berner Fachhochschule

---

**10.45 Pause**

---

**11.15 Wie betreuende Angehörige von ihrem Umfeld  
unterstützt werden können**

Referat von Prof. Dr. Claudia Michel, Institut Alter der Berner Fachhochschule

---

**12.15 Mittagspause**

---

**13.30 Workshops Runde 1**

Vier parallele Workshops, Auswahl erfolgt vor Ort

---

**14.45 Workshops Runde 2**

Zweite Durchführung der Workshops. Alle Besucher\*innen können an einem zweiten Workshop teilnehmen.

---

**15.45 Verabschiedung durch das Kompetenzzentrum Alter**

Michael Kirschner

# Workshops

## **Workshop 1: Nachbarschaft pflegen**

**Pia Oetiker, Infostelle Mundige 60+**

Sie erhalten einen Input dazu, warum gute Kontakte in der Nachbarschaft gerade für ältere Menschen wichtig sind. Danach tauschen Sie sich mit den anderen Teilnehmer\*innen aus und entwickeln Ideen, wie Kontakte in der Nachbarschaft geknüpft und gepflegt werden können.

## **Workshop 2: Finanzierung von Betreuung**

**Melanie König, Rechtsdienst des Alters- und Versicherungsamts**

Wie können Unterstützungs- und Betreuungsleistungen finanziert werden? Kann ich mich als betreuende\*r Angehörige\*r finanziell absichern? Der Workshop gibt Auskunft über Finanzierungsmöglichkeiten und zeigt, worauf geachtet werden muss und wo Stolpersteine liegen können.

## **Workshop 3: Unterstützung annehmen**

**René Setz, Feierabendtreff Männer 60 plus**

Die Teilnehmer\*innen setzen sich damit auseinander, was es für sie bedeutet, Unterstützung in Anspruch zu nehmen: Was macht die Vorstellung so schwierig, Hilfe zu brauchen und was könnte es erleichtern, sie anzunehmen? Von wem möchten sie unterstützt werden? Was erwarten sie von Angehörigen, Freunden, Nachbarinnen oder Fachpersonen?

## **Workshop 4: Digitale Unterstützung im Alter**

**Samira Hüsler, Institut für Altersforschung der Ostschweizer Fachhochschule**

Im Workshop erfahren Sie, was Alterstechnologien sind und welches der Stand ihrer Entwicklung ist. Sie bekommen mit der Robbe Paro, dem Alltagshelfer Buddy, einem Sturzdetektor sowie einer App konkrete Anwendungen vorgeführt.