

Mit Kopf, Herz & Hand

Nachmittagsprogramm

Jahresprogramm 2026

Wir wollen an diesen Nachmittagen die verschiedenen Sinne anregen. Lassen Sie sich von unserem vielseitigen Angebot überraschen!

Nach den Anlässen, die im Kirchgemeindehaus stattfinden, sind Sie herzlich zum Verweilen bei Kaffee und Kuchen eingeladen.

Kirchgemeindehaus
Spiegelstrasse 80, 3095 Spiegel

Anmeldung jeweils gemäss Ausschreibung an
Sozialdiakonin, Tel. 031 978 32 44
olivia.schuepbach@kg-koeniz.ch

www.kg-koeniz.ch



Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Koeniz
Kirchenkreis Spiegel

Programm Januar bis Dezember

Di, 20. Januar, 14 Uhr

“Vom Glück vergessen” Ausstellung im Historischen Museum Bern

Im Rahmen unserer Gemeindenachmittage „Mit Kopf, Herz und Hand“ besuchen wir die Ausstellung „Vom Glück vergessen. Fürsorgerische Zwangsmassnahmen in Bern und der Schweiz“ im Historischen Museum. Die Ausstellung beleuchtet ein düsteres Kapitel der Schweizer Sozialgeschichte.

Bis in die 1970er-Jahre waren Zehntausende – darunter Kinder, Jugendliche und Erwachsene – von fürsorgerischen Zwangsmassnahmen betroffen: sie wurden verdingt, entmündigt, fremdplatziert oder in Anstalten untergebracht.

Im Zentrum der Ausstellung stehen fünf exemplarische Lebensgeschichten von Betroffenen, die mit eindrücklichen Hörspielen und Archivdokumenten wieder lebendig werden. Um besser in die Lebens- und Erfahrungswelten eintauchen zu können, wurden aus Karton begehbare Räume gestaltet.

Zu Beginn der Ausstellung werden wir kurz in das Thema eingeführt. Jede*r kann dann mit einem Audioguide selbstständig und im eigenen Tempo die Ausstellung durchlaufen und auf sich wirken lassen. Im Anschluss haben wir die Möglichkeit, uns im Gespräch über die aufwühlende Thematik auszutauschen.



© Bernisches Historisches Museum, Bern

Di, 10. Februar, 14 Uhr, grosser Saal, Kirchgemeindehaus

Gemeinsam statt einsam



© KI generiert

Einsamkeit kann Menschen in jedem Alter treffen und deren Gesundheit beeinträchtigen. Vertrauensvolle soziale Beziehungen sind für das körperliche und seelische Wohlbefinden zentral. Sie bieten eine der wichtigsten Ressourcen, schwierige Lebenssituationen erfolgreich zu bewältigen und einer Einsamkeit entgegenzuhalten. Was ist

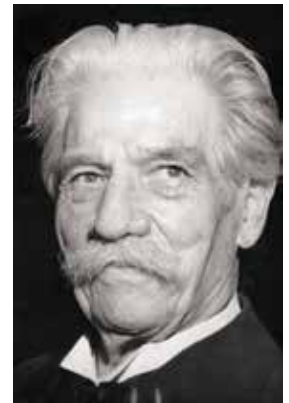
Einsamkeit? Wie kann sie sich äussern? Welche Lebensumstände können dazu führen? Was sind die Auswirkungen und was kann man dagegen tun?

Anna Hirsbrunner von der Pro Senectute gestaltet den Nachmittag zu diesen Fragen. Im Anschluss sind alle zu Kaffee/Tee und Kuchen eingeladen.

Di, 17. März, 14 Uhr, grosse Saal, Kirchgemeindehaus

„Kinder ihrer Zeit“ Referat: über Albert Schweitzer

Albert Schweitzer (1875–1965) war ein vielseitiger Gelehrter – Theologe, Arzt, Philosoph und Musiker –, der sein Leben in den Dienst der Menschlichkeit stellte. Er gründete ein Krankenhaus in Lambarene (Gabun), in dem er sich der Hilfe für Kranke und Bedürftige widmete. Sein Lebensmotto, die „Ehrfurcht vor dem Leben“ bestimmte sein Denken und Handeln. Für sein humanitäres Engagement erhielt er 1952 den Friedensnobelpreis.



© Wikipedia

Di, 21. April, 14 Uhr, grosser Saal, Kirchgemeindehaus

„Kinder ihrer Zeit“ Referat über Astrid Lindgren



© Wikipedia

Astrid Lindgren (1907–2002) war eine schwedische Schriftstellerin, deren Kinderbücher wie Pippi Langstrumpf weltweit Generationen geprägt haben. Neben ihrem literarischen Werk setzte sie sich ihr ganzes Leben lang leidenschaftlich für Menschenrechte ein, insbesondere für den Schutz und die Rechte von Kindern. Ebenso engagierte sie sich intensiv für den Tierschutz und kämpfte politisch für bessere Haltungsbedingungen in der Landwirtschaft. Ihr Einsatz und ihre Bücher hinterließen ein nachhaltiges kulturelles und gesellschaftliches Erbe.

Fr, 22. Mai

Kreisübergreifender ökumenischer Gemeindeausflug an den Hallwilersee

Der diesjährige Gemeindeausflug führt uns an und auf den Hallwilersee. Am Vormittag ist eine Kurzbesichtigung des wunderschönen Wasserschlosses Hallwyl vorgesehen mit der Möglichkeit, individuell das Museum zu besuchen. Nach dem Mittagessen im Restaurant Schifflande, Birrwil, begeben wir uns auf eine gemütliche Schifffahrt, auf der wir uns mit Kaffee und Kuchen verwöhnen lassen.

Auf den gemeinsamen Ausflug freuen sich: Judith Suter, Seelsorgeraum Bern Süd; Olivia Schüpbach, Kirchenkreis Spiegel; Ursula Wu, Kirchenkreis Wabern

Abfahrt: 8.15 Uhr Belp, Kreuzplatz
8.30 Uhr ref. Kirche Wabern
8.40 Uhr Kirche Spiegel
8.50 Uhr Kirche Köniz (Schloss)

Rückkehr ca. 18 Uhr in Belp

Kosten: Fr. 80.– (bitte abgezahlt in bar mitbringen). Im Preis inbegriffen sind Carfahrt, Hofeintritt und Kurzführung im Schloss, Mittagessen inkl. Tafelwasser, Schifffahrt mit Kaffee und Kuchen. Nicht inbegriffen sind andere Getränke und das Trinkgeld im Restaurant und ein allfälliger Museumseintritt. Diese werden individuell vor Ort beglichen. Reduktion nach Absprache möglich.



© pixabay

Anmeldung: bitte mit allen unten aufgeführten Angaben bis 12. Mai an:
Kirchenkreis Spiegel, z.H. Olivia Schüpbach, Spiegelstrasse 80, 3095 Spiegel,
031 978 32 44 oder olivia.schuepbach@kg-koeniz.ch

- Einstiegsort
- Menuwahl (vegetarisch/Allergien)
- Halbtax/GA/kein Abonnement

Di, 30. Juni

Tagesausflug nach Einsiedeln:

Gemeinsam fahren wir mit dem Zug nach Einsiedeln und besichtigen die prächtige Klosterkirche sowie die wunderschöne Stiftsbibliothek dieses geschichtsträchtigen Wallfahrtsortes. Vor und nach der Führung bleibt etwas Zeit zur individuellen Besichtigung der Klosteranlage und des Klosterplatzes. Wir werden nicht weite Strecken zurücklegen, aber es müssen im Kloster ein paar Treppenstufen überwunden werden.



© Olivia Schüpbach

Treffpunkt im Bahnhof Bern: 8:15 Uhr mit individuell gelöstem Ticket nach Einsiedeln Klosterplatz

Zurück in Bern: 18:30 Uhr

Kosten: individuell für Zugfahrt und Verpflegung vor Ort. Es besteht die Möglichkeit im Restaurant des Klosters zu essen oder rund um den Klosterplatz.

Anmeldung bis spätestens 20. Juni 26 an:

Olivia Schüpbach 031 978 32 44 oder olivia.schuepbach@kg-koeniz.ch

Di, 25. August, 14 Uhr, Stephanuskirche

1 Kirchgemeinde, 6 Kirchen



© Ursula Baour

In der reformierten Kirchgemeinde Köniz befinden sich sechs Kirchen aus unterschiedlichen Epochen, alle verschieden gross und mit einer jeweils eigenen, spannenden Vergangenheit. Am 25. August lernen wir mit Rolf Kopp und Maja Zimmermann die Stephanuskirche im Spiegel näher kennen. Alle sind herzlich eingeladen zur Kirchenführung und zum anschliessenden Zvieri.

Di, 13. Oktober, 14 Uhr, grosser Saal, Kirchgemeindehaus

„Kinder ihrer Zeit“ Referat über Sophie Scholl



© Wikipedia

Sophie Scholl (1921-1943) kämpfte im Widerstand gegen das nationalsozialistische Unrechtssystem. Gemeinsam mit ihrem Bruder Hans gründete sie als Studentin die Widerstandsgruppe „Weisse Rose“, die mit Flugblättern Menschen zum Nachdenken und zum Widerstand bewegen wollte. Für ihren Einsatz gegen die NS-Diktatur wurde sie 1943, im Alter von 23 Jahren verhaftet und hingerichtet. Sie wurde zu einer Symbolfigur für Freiheit, Zivilcourage und moralische Stärke.

Di, 10. November, 14 Uhr, grosser Saal, Kirchgemeindehaus

Wanderrevue

Marlis und Peter Labudde lassen die Wanderungen 2026 anhand von Fotos noch einmal Revue passieren.
Im Anschluss gibt es ein Zvieri.



© Peter Labudde

Di, 15. Dezember, 15.30 Uhr, Stephanuskirche

Adventfeier

Wir treffen uns um 15.30 Uhr in der Kirche, hören eine Weihnachtsgeschichte, singen Lieder und geniessen danach ein gemeinsames Zvieri im grossen Saal.
Wer mag, ist im Anschluss herzlich zur «Zeitinsel» eingeladen.



© pixabay