



Nachmittag 60+

Jahresthema «Schlaf»

An vier Nachmittagen widmen wir uns 2023 dem Thema Schlaf. Aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchten wir das Schlafen und Träumen. An sechs weiteren Nachmittagen wecken wir im Erzählcafé Erinnerungen und erzählen uns aus unserem Leben (siehe Flyer «Erzählcafé – Schatztruhe Leben»). Mit der Weihnachtsfeier beschliessen wir das Jahr. Im Anschluss an den Programmteil sind Sie herzlich eingeladen zu einem feinen Zvieri. Weitere Auskünfte erhalten Sie bei den Veranstalterinnen und auf den Websites.

Leitung

Eva Schwegler, 031 978 32 73, eva.schwegler@kg-koeniz.ch
www.kg-koeniz.ch, www.kwl-info.ch (Kirchenkreis Wabern, Kirchstrasse 210)
Monika Jufer, 031 960 14 63, monika.jufer@kathbern.ch
www.kathbern.ch (Pfarrei St. Michael Wabern, Gossetstrasse 8)



Evang.-reformierte Kirchgemeinde Koeniz | www.kg-koeniz.ch
Kirchenkreis Wabern | www.kwl-info.ch



Katholische Kirche Region Bern
Pfarreien St. Josef Koeniz | St. Michael Wabern

15. Februar 2023: «Lieber schlafen als Schäfchen zählen»

Was verändert sich beim Schlaf im Alter? Erfahren Sie mehr dazu und lernen Sie verschiedene Methoden und praktische Tipps für einen erholsam(er)en Schlummer kennen.
Mit Anna Hirsbrunner, Pro Senectute Kanton Bern
(Pfarrei St. Michael, Gossetstrasse 8)

17. Mai 2023: «Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf»

In der Bibel gibt es eine Fülle von Geschichten über's Schlafen und Träumen. Was sagen uns diese Geschichten heute, und welche Weisheit steckt in ihnen? Bernhard Neuenschwander, Pfarrer, macht eine Auslegeordnung, und miteinander vertiefen wir das eine oder andere.
(Reformiertes Kirchgemeindehaus, Kirchstrasse 210)

16. August 2023: Guter Tag – gute Nacht

Wie können wir unseren Alltag lebensbejahend gestalten und in der Nacht entspannt schlafen? Claude Rui erzählt von seinen Erfahrungen als Psychiater und Körperpsychotherapeut in eigener Praxis. Vortrag und Austausch.
(Reformiertes Kirchgemeindehaus, Kirchstrasse 210)

18. Oktober 2023: Träume – Sprache der Seele

Jede Nacht ist unsere Seele kreativ. Was sagt uns die Bildsprache der Träume? Was tun, wenn sie uns entschwinden oder häufig das Gleiche geträumt wird? Dorothea Lüdi, Psychotherapeutin, gibt einen Einblick in das Verständnis der Träume und Symbole nach C.G. Jung.
(Pfarrei St. Michael, Gossetstrasse 8)

20. Dezember 2023: Weihnachtsfeier

Eine besinnliche Einstimmung auf Weihnachten mit Wort und Musik. (Reformiertes Kirchgemeindehaus, Kirchstrasse 210)

Jeweils am Mittwoch um 14.30 Uhr

Anmeldung für den Fahrdienst für die Nachmittage im reformierten Kirchgemeindehaus bei Eva Schwegler, für die Nachmittage im Pfarreisaal St. Michael bei Monika Jufer, jeweils bis am Freitag vor der Veranstaltung.