



Katholische Kirche Region Bern
Pfarrei St. Josef Köniz

Wenn der Wind der Veränderung
weht, bauen die Einen Mauern,
die Anderen Windmühlen.
Chinesisches Sprichwort

SENIORINNEN UND SENIOREN PROGRAMM



Bild: pixabay.com

Gemeinschaft, spezielle Anlässe, Gastronomie, Kultur und Spiritualität
Januar 2022 bis Juni 2022

SPEZIELLE ANLÄSSE PFARREIZENTRUM ST. JOSEF

Dienstag, 1. März, 14.30 Uhr

Die **Theatergruppe Dreifaltigkeit** eröffnet die Gastspielzeit nach zwei Jahren Pause mit der **Kriminalkomödie «Ds Fänschter gäge Nachbar übere»**. Das humoristische Stück von Sascha Eibisch wurde von Hanspeter von Burg in Mundart übersetzt.

Freitag, 13. Mai

Ökumenischer Ausflug für Seniorinnen und Senioren

Wir reisen zur Würzbrunnenkirche in Röthenbach i. E., mit Mittagessen im Kemmeriboden Bad (zusammen mit den ref. Kirchenkreisen Wabern und Spiegel). Das Datum ist noch provisorisch, genaue Infos folgen.

TANZNACHMITTAG PFARREIZENTRUM ST. JOSEF

5. + 19. Januar / 2. + 16. Februar / 2. + 16. März / 6. + 20. April, 4. + 18. Mai, 1. + 15. Juni, jeweils mittwochs um 14.30 Uhr:

DJ-Musik, Kaffee und Kuchen

Es gelten die jeweiligen Corona-Schutzmassnahmen des BAG. Für weitere Infos: Sekretariat 031 970 05 70 oder www.sanktjosefkoeniz.ch

JASSNACHMITTAGE PFARREIZENTRUM ST. JOSEF

26. Januar / 23. Februar / 30. März / 27. April / 25. Mai / 29. Juni, jeweils mittwochs, 13.30 Uhr:

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich und neue Jasserinnen und Jasser sind herzlich willkommen.

ÖKUMENISCHER MITTAGSTISCH PFARREIZENTRUM ST. JOSEF

13. Januar / 10. Februar / 10. März / 14. April / 12. Mai / 09. Juni, jeweils donnerstags, 12.00 Uhr:

Menüpreis: Fr. 13.– (bei finanziellen Engpässen hilft ein Fonds der Pfarrei).

An- und Abmeldungen bis am Montagabend vor dem jeweiligen Datum des Mittagstisches beim Sekretariat der Pfarrei St. Josef. Tel: 031 970 05 70, E-Mail: josef.koeniz@kathbern.ch

SOZIALDIENST ST. JOSEF

Stapfenstasse 25, 3098 Köniz, Tel. 031 960 14 63
E-Mail: josef.koeniz@kathbern.ch

KRAFTVOLL LANGSAM: SHIBASHI 60+ – MEDITATION IN BEWEGUNG

SHIBASHI IST EINE FORM VON TAI JI-QI GONG UND STAMMT SOMIT AUS DER ALTCHINESISCHEN HEILKUNST. ES UMFASST 18 EINFACHE ÜBUNGEN MIT POETISCHEN, NATURBEZOGENEN NAMEN.

DATEN 2022

Alle zwei Wochen montags von 9.30 bis 11.00 Uhr:

10. und 24. Januar, 7. und 28. Februar,
14. und 28. März, 11. und 25. April,
9. und 23. Mai, 13. und 27. Juni

ORT

Katholisches Pfarreizentrum St. Josef,
Stapfenstrasse 25, 3098 Köniz

MITBRINGEN

Bequeme Kleidung, Turnschlappen oder dicke Socken

KOSTEN

Einzelmorgan nach Wahl: Fr. 30.–

Abo 10 x, Januar bis Juni 2022:

Fr. 220.–, einlösbar an 12 Daten

Alle sollen teilnehmen können. Bei finanziellen Engpässen hilft ein Fonds der Pfarrei. Melden Sie sich in diesem Fall bei der Kursleiterin.

TEILNAHME

Der Kurs richtet sich an Personen im Alter von 60+, ist aber offen für alle Interessierten. Es braucht weder körperliche Fitness noch sonstige Vorkenntnisse. In angepasster Form können die Übungen auch sitzend praktiziert werden.

AUSKUNFT UND LEITUNG

Dorothea Egger, Theologin und Shibashi-Lehrerin
thea.egger@bluewin.ch, Tel. 026 322 17 70
Mehr über Shibashi: www.shibashi.ch und
www.shibashi-net.ch