Domicil
GALACTINA PARK

Domicil
WOHNHEIM BELP

Kultur & Alltag

Januar bis März 2024

Unser Angebot

Inhaltsverzeichnis

Kultur & Alltag	3
Restaurant & Cafeteria	4
Bibliothek & Spielebox	5
Coiffeur, Podologie & Hörberatung Widmer	6-7
Wöchentliche Aktivitäten	8
Monatliche Aktivitäten	9
Saisonale Aktivitäten	10
Turnen & Bewegung	11
Gedächtnistraining	12
Spielen & kreativ sein	13
Rüsten, Kochen & Backen	14
Einzel-Aktivierung	15
Generationenanlässe	16-17
Gottesdienste	18
Musik & Konzerte	19
Blick in die Foto Kiste	20
Bilder Weihnachtsfeier	21
Sudoku	22
Informationen	23

Kultur & Alltag

Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner

Wir freuen uns sehr, Ihnen unseren Veranstaltungskalender für die nächsten Monate zu präsentieren. Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm für jeden Geschmack. Verschaffen Sie sich einen Überblick über unsere regelmässig stattfindenden Aktivitäten und unsere monatlichen Highlights.
Ein besonderer Dank geht hier auch an all unsere freiwilligen Helferinnen und Helfer, welche jeweils einen grossen Beitrag für die Durchführung der Anlässe leisten.
Änderungen und Ergänzungen im Programm behalten wir uns vor. Das gültige Monatsprogramm wird jeweils eine Woche vor Monatsende auf den Wohngruppen ausgehängt. Orientieren Sie sich auch auf unserer Website unter der Rubrik "Veranstaltungen" oder auf unserem Info-Bildschirm im Restaurant oder in der Cafeteria.

Wir freuen uns herzlich über Ihre Teilnahme an unseren Veranstaltungen und wünschen Ihnen viel Freude beim Planen Ihrer Agenda.

Team Kultur & Alltag
Domicil Galactina Park und Domicil Wohnheim Belp

Angelika Kliegl
Leiterin Kultur & Alltag

Yolanda Vaucher
Team Kultur & Alltag

Rosmarie Morales
Mitarbeiterin Kultur&Alltag

Restaurant & Cafeteria

Bistro Galactina Park
Unsere hausinterne Küche bietet täglich ausgewogene, saisonale und marktfrische Menus. Unter www.galactinapark.domicilbern.ch finden Sie unter «Aktuelles» stets den aktuellen Menu-Wochenplan. Ein Besuch in unserem Bistro ist die ideale Gelegenheit, sich bei Kaffee und Kuchen mit Gleichgesinnten auszutauschen. Wir servieren Ihnen feine Gipfeli sowie selbstgebackene Cakes, gluschtige Torten oder Glace Spezialitäten.

- Öffnungszeiten: Montag bis Sonntag, 10.45 Uhr bis 16.30 Uhr

Cafeteria Wohnheim Belp
Gemütlicher Genuss mit bestem Ausblick auf Belp. Erfrischende oder wärmende Getränke, Torten, Glacen und verschiedene Kioskartikel finden Sie in unserer Cafeteria.

- Öffnungszeiten: Montag bis Sonntag, 14.00 Uhr bis 16.30 Uhr

Küchenchef-Stammtisch
Alle zwei Monate findet der Küchenchef-Stammtisch statt. Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihre Menu wünsche mit unserem Küchenchef, Roland Beyeler, zu besprechen.

Bibliothek & Spielebox

Bibliothek Galactina Park
In Zusammenarbeit mit der Gemeindebibliothek Belp bieten wir alle zwei Monate eine neue Auswahl an Büchern, Bildbändern und Heften kostenlos zum Ausleihen an.
Das Bibliothekregal befindet sich im Eingangsbereich beim Sekretariat, wo Sie sich gerne bedienen dürfen.

Spielebox Wohnheim Belp
Auf den Korridoren finden Sie jeweils unsere Spielboxen mit einer kunterbunten Sammlung aus verschiedenen Spielen. Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Gewinnen und heitere Gelassenheit beim Verlieren.

Bitte stellen Sie die Box nach dem Gebrauch wieder zurück an ihren Platz, damit auch die nächsten Besucher und Bewohnenden ihre Freude daran haben.

Coiffeur & Podologie

Coiffeur
Lassen Sie sich von unseren Coiffeusen verwöhnen. Sie können sich bei Bedarf gerne mit der Pflege in Verbindung setzen, um sich für einen Termin einschreiben zu lassen.

- **Galactina Park**
  Frau Nicole Colombo
  jeweils Freitagvormittag
  Tel. 079 647 89 43
- **Wohnheim Belp**
  Frau Priska Gadenz
  jeweils Donnerstag
  Tel. 079 690 15 65

Podologie
Ein bis zweimal pro Monat ist Frau Ruth Studer, diplomierte Fusspflegerin, im Haus. Sie können sich bei Bedarf gerne mit der Pflege in Verbindung setzen, um sich für einen Termin einschreiben zu lassen.

Hörberatung Widmer
Frau Brigitte Widmer-Simon, von der Hörberatung Belp, bietet uns alle zwei Monate eine kostenlose Hörberatung im Haus an. Zudem werden auch die Geräte geprüft. Nur die Materialkosten müssen direkt vor Ort bezahlt werden.
1 Packung Batterien kostet CHF 8.00.

Wohnheim Belp: Montag, 8. Januar 2024 ab 15.00 Uhr
Galactina Park: Montag, 8. Januar 2024 ab 16.00 Uhr

Weitere Termine finden immer am ersten Montag der ungeraden Monate statt.

Wöchentliche Aktivitäten

Nachfolgend erhalten Sie einen Gesamtüberblick über unsere wöchentlich oder alle 14-Tage wiederkehrenden Angebote. Bitte beachten Sie das jeweilige Monatsprogramm für allfällige Änderungen.

Galactina Park

Dienstag	Sitzturnen	10.00-11.00	AT Raum, 2. OG
Mittwoch	Gedächtnistraining	10.00-11.00	AT Raum, 2. OG
Donnerstag	Rüstgruppe	10.00-11.00	Wohngruppe, 1. OG
Donnerstag	Gesellschaftsspiele	14.30-16.00	Wohngruppe, EG
Donnerstag	Sozialhund Lea	14.30-15.30	Wohngruppe, EG
Freitag	Kochgruppe	10.00-13.00	AT Raum, 2. OG
Freitag	Einzelaktivitäten	14.30-16.30	im Haus
Samstag	Kreatives	14.00-16.30	Wohngruppe, EG

Wohnheim Belp

Dienstag	Kreatives	14.30-16.30	AT Raum, EG
Mittwoch	Gedächtnistraining	14.30-15.30	AT Raum, EG
Donnerstag	Jassen	09.30-11.00	Cafeteria
Donnerstag	Kreatives	14.30-16.00	AT Raum, EG
Freitag	Backgruppe	09.00-11.00	AT Raum, EG
Freitag	Sitzturnen	14.30-15.30	Jungfrau
Freitag	Einzelaktivitäten	16.15-16.45	im Haus

Monatliche Aktivitäten

Folgende Angebote finden monatlich oder alle 2 Monate regelmässig statt. Die genauen Daten entnehmen Sie jeweils dem Monatsprogramm.

Monatlich

- Generationentreffen mit der Kita BimBamBini
- Singen & Geschichten erzählen mit Frau Emch
- Wellness für Körper & Seele
- z'Visite und Gehörlosen-Gottesdienste
- Manne-Stammtisch

Alle 2 Monate

Abwechslungsweise im Galactina Park und Wohnheim Belp

- Geburtstags-Kaffee
- Küchenchef-Stammtisch mit Roland Beyeler

Saisonale Aktivitäten

Regelmässig finden saisonale, stimmungsvolle Anlässe und Events für Sie im Galactina Park und Wohnheim Belp statt.

Galactina Park

■ Kaffee -Treff 3.Königstag	Samstag, 06.01.24, 14.00 Uhr
■ Jodler Chörli TV Belp	Samstag, 24.02.24, 14.00 Uhr

Wohnheim Belp

■ Kaffee -Treff 3.Königstag	Samstag, 06.01.24, 14.00 Uhr
■ Örgeli Freunde Belp Weeggisblick	Mittwoch, 24.01.24, 14.30 Uhr
■ Jodler Chörli TV Belp	Samstag, 24.02.24, 15.30 Uhr

Turnen & Bewegung

Fit im Alter – Bringen Sie mit der Aktivierung ihren Kreislauf spielerisch in Schwung und erleben Sie die Gemeinschaft mit anderen.

Ausgewählte Übungen für Seniorinnen und Senioren geben uns wieder mehr Sicherheit und helfen gefährliche Stürze im Alter zu vermeiden. Die Beweglichkeit und die Muskelkraft werden spürbar gefördert. Selbst wenn einige von Ihnen vielleicht nicht mehr ganz so sicher auf den Beinen sind, müssen die meisten dennoch nicht auf gezieltes Turnen im Alter verzichten. Leichte Übungen im Sitzen sind genauso wichtig. Regelmässig ein paar Übungen gemeinsam in der Gruppe mit anderen macht auch noch viel Spass.

Gerne begrüssen wir Sie zu folgenden Turn-Sequenzen:

- **Galactina Park**
  Dienstags, 10.00 Uhr bis 11.00 Uhr, im Raum AT 2. OG

- **Wohnheim Belp**
  Freitags, 14.30 Uhr bis 15.30 Uhr, im Raum Jungfrau

Gedächtnistraining

Man lernt nie aus!

Sie möchten Ihre kognitiven und geistigen Fähigkeiten verbessern und dabei Freude im Austausch mit anderen erleben? Dann sind Sie im Gedächtnistraining genau richtig! Auf spielerische Weise werden Wahrnehmung, Konzentration, Merkfähigkeit und Wortfindung aktiviert und gefördert.

Gerne begrüssen wir Sie zu folgenden Gedächtnistrainings:

- **Galactina Park**
  Mittwochs, 10.00 Uhr bis 11.00 Uhr im AT Raum 2. OG (WG 2)

- **Wohnheim Belp**
  Mittwochs,14.30 Uhr bis 15.30 Uhr im AT Raum 2. OG (Gruppe II)
  Mittwochs, 14.30 Uhr bis 15.30 Uhr im AT Raum EG (Gruppe I)

Spielen & kreativ sein

Entdecken Sie Ihre Fähigkeiten!

Erleben Sie ein paar abwechslungsreiche Stunden mit verschiedenen Arten von Gruppenspielen. Auch zum Lotto sind Sie herzlich eingeladen. Oder möchten Sie sich wieder einmal kreativ und gestalterisch betätigen? Kommen Sie vorbei und tauchen Sie ein.

Bitte beachten Sie das Monatsprogramm!

Das Team Kultur und Alltag freut sich auf die Begegnungen mit Ihnen.

- **Galactina Park – Gruppe AT kreativ**
  Samstags, 14.00 Uhr bis 16.30 Uhr, Wohngruppe 1

- **Wohnheim Belp – Gruppe AT kreativ**
  Dienstags, 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr, AT Raum EG

Rüsten, Kochen & Backen

Spass und Genuss!

Rüstgruppe mit Frau Schmutz
Helfende Hände bei der Rüstgruppe sind gerne willkommen. Dazu gemütlich Plaudern, Philosophieren und die Feinmotorik aktivieren.

- **Galactina Park**
  Donnerstags, 10.00 Uhr bis 11.00 Uhr Wohngruppe 1. OG

Backgruppe
Der Duft nach einem feinen Zopf, Gugelhopf oder Cake liegt in der Luft. Gemeinsam backen wir uns ein tolles Zvieri.

- **Wohnheim Belp**
  Freitags, 09.00 Uhr bis 11.00 Uhr im Raum AT EG

Kochgruppe
Gemeinsam kochen, lachen und geniessen. Wir bereiten Gerichte aus Nah und Fern zu und essen gemeinsam in kleiner Runde.

- **Galactina Park**
  Freitags, 10.00 Uhr bis 13.00 Uhr im Raum AT 2. OG
  (auf Anmeldung)

Einzel-Aktivierung

Die Angebote Kultur und Alltag ergänzen und unterstützen die Alltagsgestaltung auf den Wohngruppen und das gemeinsame Wohnen und Leben. Dabei werden gezielt Ressourcen erhalten und gefördert, soziale Kontakte gepflegt und damit Identität und Zugehörigkeit vermittelt.

Weiter führt unser Team Kultur und Alltag auch Einzelaktivierungen durch. Einzelaktivierung ist eine auf den Bewohnenden ausgerichtete, ressourcenorientierte Betreuung. Dabei werden die körperlichen, kognitiven, sozialen und emotionalen Fähigkeiten unterstützt.

Einzelaktivierungen werden in enger Zusammenarbeit mit dem Pflegeteam koordiniert. Melden Sie sich bei Interesse beim Team Kultur und Alltag.

- **Galactina Park**
  Donnerstag, 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr
  Freitag, 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr

- **Wohnheim Belp**
  Mittwoch, 10.00 Uhr bis 11.00 Uhr
  Freitag, 16.15 Uhr bis 16.45 Uhr

Generationenanlässe

Generationenübergreifendes Projekt mit der Kirchgemeinde "Old but Gold" - Begegnungen mit Jugendlichen

Junge Menschen im Alter von 14 Jahren aus der kirchlichen Unterweisungs-Klasse besuchen die Bewohnerinnen und Bewohner und erleben mit ihnen abwechslungsreiche Nachmittage. Von Spielnachmittagen, Spaziergängen bis hin zu backen und vorlesen sind viele Aktivitäten geplant.
Projekt von Margreth Leliuc-Moser, Katechetin, Michel Wuillemin, Pfarrer und Angelika Kliegl, Leitung Kultur und Alltag Domicil Galactina Park und Wohnheim Belp.

Nächste Termine

- Samstag, 13. Januar 2024, 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr

Zusätzliche Termine für Spaziergänge und Besuche werden individuell vereinbart. Die Jugendlichen werden begleitet von Herrn Pfarrer Wuillemin.

Spielgruppe

Alle 2 Monate begrüssen wir die Kita "BimBamBini" bei uns und freuen uns über einen tollen gemeinsamen Nachmittag.

Nächste Termine

- Donnerstag, 18. Januar 2024, 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr, WHB
- Dienstag, 12. März 2024, 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr, WHB

- Donnerstag, 22. Februar 2024, 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr, GP
- Freitag, 22. März 2024, 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr, GP

Gottesdienste

Galactina Park
Jeweils einmal pro Monat am Dienstag von 10.15 Uhr bis 11.00 Uhr findet im Galactina Park im Restaurant ein Gottesdienst statt.

- 13. Februar 2024
- 12. März 2024
- 09. April 2024

Besuche Seelsorge
Jeweils am letzten Dienstag im Monat (ohne Juli/Dezember) ab 9.30 Uhr bis 11.30 Uhr steht Ihnen Herr Pfarrer Wuillemin für Besuche zur Verfügung. Bitte vereinbaren Sie direkt einen Termin unter Tel. 031 819 01 48 oder bei Frau Kliegl, Leiterin Kultur und Alltag.

Wohnheim Belp
Jeweils einmal pro Monat, am Mittwoch von 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr, findet im Wohnheim Belp im Raum Jungfrau ein Gottesdienst auch für Gehörlose statt. Jeweils am ersten Donnerstag im Monat findet die Z'visite mit Herr Pfarrer Wuillemin 10.15 Uhr bis 11.00 Uhr statt.

- 03. Januar 2024
- 01. Februar 2024 z`Visite
- 07. Februar 2024
- 06. März 2024
- 07.März 2024 z`Visite

Kontaktdaten
Andreas Fankhauser, Diakon Gebärdenkirche
Reformierte Kirchen Bern-Jura-Solothurn
Sozial-Diakonie | Altenbergstrasse 66 | Postfach, 3000 Bern 22
Zentrale +41 31 340 25 66 | Direkt +41 31 340 25 83
andreas.fankhauser@refbejuso.ch | www.gebärdenkirche.ch

Musik & Konzerte

Musik verbindet und tut der Seele gut!

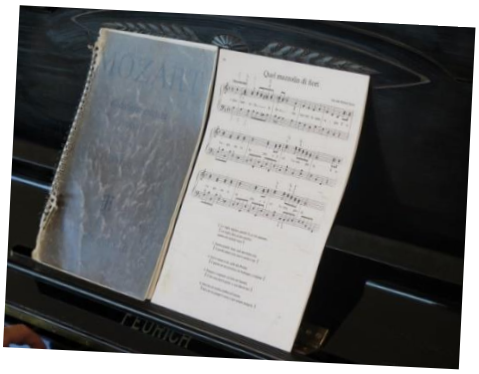
Regelmässig organisieren wir öffentliche Musikanlässe und Konzerte im Galactina Park und Wohnheim Belp. Wir hoffen, es ist etwas Passendes für Sie dabei!

Galactina Park (Raum gemäss Monatsprogramm)

- **Jodler Chörli TV Belp**
  24.Februar 2024, 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr

Wohnheim Belp (Raum gemäss Monatsprogramm)

- **Örgelifründe Belp Weeggisblick**
  24.Januar 2024, 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr
- **Jodler Chörli TV Belp**
  24.Februar 2024, 15.30 Uhr bis 16.30 Uhr



Blick in Foto Kiste Dezember

Weihnachtsfeier

Sudoku

2		5	3		8	4		9
	7						5	
9		4				6		7
5				4				2
			5		7			
6				3				8
4		6				8		1
	2						6	
8		1	2		9	7		4

Informationen

Empfang
Unser Empfangsteam arbeitet standortübergreifend im Galactina Park und Wohnheim Belp. Der Empfang ist deshalb nicht immer besetzt. Sie erreichen uns aber telefonisch von 8.00 Uhr bis 16.30 Uhr. Gerne vereinbaren wir auch einen persönlichen Termin.

- **Galactina Park**: Telefon 031 810 16 00
- **Wohnheim Belp**: Telefon 031 812 98 98

Programm Kontakt Kultur und Alltag
Gerne gibt Ihnen unser Team Kultur und Alltag Auskunft über die einzelnen Aktivitäten und Anlässe. Sie erreichen uns unter aktivierung.cluster4@domicilbern.ch oder telefonisch unter:

- **Galactina Park**: Telefon 031 810 16 28
- **Wohnheim Belp**: Telefon 031 812 98 79

Kontaktadressen

Domicil
GALACTINA PARK

Domicil Galactina Park │ Eichenweg 17 │ 3123 Belp │ Tel. 031 810 16 00
Fax 031 810 16 01 │ galactinapark@domicilbern.ch │ galactinapark.domicilbern.ch

Domicil
WOHNHEIM BELP

Domicil Wohnheim Belp │ Seftigenstrasse 101 │ 3123 Belp │ Tel. 031 812 98 98
Fax 031 812 98 80 │ wohnheimbelp@domicilbern.ch │ wohnheimbelp.domicilbern.ch