

Thun, 4. März 2024

**Medienmitteilung, Veranstaltungsvorschau**

## **Event-Highlights im März 2024**

Die gemeinnützige Organisation UND Generationentandem ist bekannt für ihr breites Angebot an Veranstaltungen für alle. Neben kleineren, aber besonderen Angeboten im Begegnungszentrum Offenes Höchhus (Lisme, Schachspiel, Suppencontest), findet das Generationenforum zu Ernährung und ein Talk mit einem aufstrebenden Schriftsteller statt.

---

**UND-Runde von UND Generationentandem**

### **Gesprächsrunde für Jung und Alt: Was wolltest du immer schon einmal tun?**

Die UND-Runde von UND Generationentandem lädt im Offenen Höchhus monatlich zum Diskutieren über die kleinen Fragen des Lebens, die manchmal von grosser Bedeutung sind. Anfang März geht es um die (geheimen) Wünsche. Darum, was man schon immer einmal tun wollte.

Am Mittwoch, 6. März 2024 um 18.30 Uhr lädt UND Generationentandem im Offenen Höchhus in Steffisburg zur nächsten UND-Runde ein. Der Eintritt ist frei, es braucht keine Anmeldung. Das Thema: Wünsche. Was wolltest du schon immer einmal tun? Die Zeit rast an dir vorbei, und du wolltest noch so vieles erleben. Aber dann kam dieses und jenes dazwischen und deine Wünsche gerieten in den Hintergrund. Wie sieht deine Bucket-List aus? Was ist mit den Wünschen, die nicht realisiert werden können? Kann man wunschlos glücklich sein?

Die UND-Runde ist eine Art Stammtisch für den unverbindlichen Austausch. Hier wird einander zugehört und alle können sich einbringen. Es ist ein ideales Gefäss, um neue Menschen kennenzulernen, unterschiedliche Meinungen zu hören und seinen eigenen Horizont zu erweitern. Der Eintritt ist frei, es gibt eine Kollekte. Die Bar im Offenen Höchhus ist vor, während und nach der Veranstaltung geöffnet.

**Begegnungszentrum Offenes Höchhus**

### **Gemütliches Zmörgele mit hausgemachtem Frühstück**

Antonietta Pasanisi und Karin servieren ab März jeden zweiten Freitag im Monat ein hausgemachtes Frühstück im Offenen Höchhus. Willkommen sind alle, die gerne «zmögeln» und sich etwas gönnen wollen.

Ab dem 8. März 2024 servieren Antonietta und Karin jeden zweiten Freitag im Monat von 9 bis 11.30 Uhr ein herrliches, selbstgemachtes Frühstück im Offenen Höchhus in Steffisburg. Es gibt Getränke, Weggli und Brötli, Butter, Konfitüre, Honig, Früchte, Käse und Aufschnitt. Eine ideale Gelegenheit, um zusammenzukommen und gemütlich in den Tag zu starten. Das Angebot kostet 18 Franken und man kann sich bis zum Vorabend über [fruehstuecken@offeneshoechhus.ch](mailto:fruehstuecken@offeneshoechhus.ch) anmelden.

**Begegnungszentrum Offenes Höchhus**

### **Mit Flammkuchen tanzend ins Wochenende**

Das Offene Höchhus lädt neu monatlich zum Tanzen ein. Mit dabei ist jeweils ein DJ, der Musik von Oldies über Rock und Pop auflegt.

Ab dem Freitag, 8. März 2024 lädt das Begegnungszentrum Offenes Höchhus in Steffisburg, betrieben von UND Generationentandem monatlich zum Tanzen ein. Jeweils zwischen 19–22 Uhr: Alle sind herzlich willkommen, sich auszulassen, ohne jegliche Erwartungen oder Vorschriften. Teilnehmer:innen können sich gegenseitig Tanzschritte beibringen – es ist aber kein Tanzkurs. Das Motto lautet hier «freie Bewegung». Dieses Angebot ist geeignet für alle, die sich gerne zur Musik bewegen und bietet eine tolle Möglichkeit zum persönlichen Ausdruck. Der Eintritt ist frei, mit Kollekte. Während des Abends werden im Offenen Höchhus Flammkuchen angeboten und die Bar ist bis um 22 Uhr geöffnet.

Weitere Daten: 5. April, 17. Mai, 7. Juni, 12. Juli, 9. August, 20. September, 11. Oktober, 15. November, 13. Dezember.

#### **Begegnungszentrum Offenes Höchhus**

#### **Schachmorgen: Gemeinsam spielen und lernen**

**Wer gerne Schach spielt oder das Spiel noch lernen möchte, ist beim Schach am Samstag im Offenen Höchhus genau richtig. Das Angebot richtet sich an Erfahrene wie auch Anfänger und bietet die Gelegenheit zum Spielen und zum Austausch.**

Am 9. März 2024 um 10 Uhr findet der nächste Schachmorgen im Offenen Höchhus in Steffisburg statt. Jeden zweiten Samstag im Monat treffen sich im Begegnungszentrum von UND Generationentandem Schachbegeisterte zum königlichen Spiel. Ob Profi oder komplett neu im Spiel, das Angebot richtet sich an alle, die Freude am Schach haben. Gemeinsam spielen, voneinander lernen – einfach eine gute Zeit zusammen haben. Das ist die Idee dieses Samstagmorgens, der gemeinsam mit der Reformierten Kirche Steffisburg organisiert wird.

Bernhard Gerber von den Schachfreunden Thun ist anwesend und steht für Tipps und Hilfestellungen zur Verfügung. Bretter werden vor Ort bereitgestellt. Der Eintritt ist frei, es gibt eine Kollekte.

#### **Begegnungszentrum Offenes Höchhus**

#### **Die leckerste gewinnt: Wer erkocht sich den Suppen-Sieg?**

**Das Begegnungszentrum Offenes Höchhus lädt zu einem Koch-Contest ein. Die leckerste Suppe wird ausgezeichnet. Egal ob als Teilnehmer:in am Wettbewerb oder einfach als Suppentester:in, alle sind herzlich willkommen.**

UND Generationentandem lädt am 10. März 2024 um 13 Uhr im Offenen Höchhus in Steffisburg zu einem Suppen-Koch-Contest ein. Die beste Suppe erhält das «Wir lieben Deine Suppe»-Zertifikat, von der gesamten Jury unterzeichnet. Es geht aber hauptsächlich ums Zusammenkommen, Austauschen und gemeinsam Essen. Eine schöne Möglichkeit, um seine eigene Lieblingssuppe zuzubereiten und Leute damit zu begeistern, aber natürlich auch um neue Suppen zu probieren und entdecken. Für nur 10 Franken erhältst du eine Suppenschale und kannst nach Herzenslust von allen Suppen probieren. Dazu gibt es leckeres, hausgemachtes Brot. Suppen-Köche melden sich via Mail an: [a.perrin@offeneshoechhus.ch](mailto:a.perrin@offeneshoechhus.ch).

#### **Talk im Begegnungszentrum Offenes Höchhus**

#### **Schräger Tiefgang: Die skurrile Kunst von Sebastian Steffen**

**Der Wort- und Klangkünstler Sebastian Steffen ist zu Gast im Offenen Höchhus, wo er passend zur Formatreihe «Talk im Höchhus» über seine aussergewöhnliche Kunst berichtet. Er begleitet das Gespräch mit selber eingespielter, ausgefallener Musik und liest aus seinem Buch «I wett i chönnt Französisch».**

Am 12. März 2024 um 19 Uhr liest der Wort- und Klangkünstler Sebastian Steffen im Offenen Höchhus in Steffisburg aus seinem Buch «I wett i chönnt Französisch» und stellt die Kunst der knappen Worte vor. Sie besteht darin, Texte so lange zu kürzen und streichen, bis nur noch wenige Worte und viel Platz für Gedanken übrigbleiben. Zusammen mit seinem Band-Kollegen Matthias Schmid umrahmt er das von Heidi Bühler-Naef moderierte Gespräch mit eigener, «schräger Musik mit Tiefgang». Die gespielten Lieder passen perfekt zur Sprachmelodie im Buch. Ein interessanter Talk im Begegnungszentrum von UND Generationentandem, der die Zuhörer mit auf einen kulturellen Abstecher nimmt und den Horizont für kreative Wortanwendung erweitert. Der Eintritt ist frei, mit Kollekte.

#### **Begegnungszentrum Offenes Höchhus**

#### **Ideales Nachmittagsprogramm für Kinder: Das grosse Osterbasteln**

**Das Offene Höchhus ist ein Begegnungszentrum für alle Generationen. Deshalb bietet es ein tolles Nachmittagsprogramm für Kinder, um zusammenzukommen, Spass zu haben und neue Freunde zu finden. Alle sind herzlich willkommen. Wir basteln, hören Geschichten, entdecken Neues und trainieren die Sinne.**

Am Mittwoch, 13. März 2024 organisiert das Begegnungszentrum Offenes Höchhus in Steffisburg ab 14 Uhr ein lustiges Programm für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren. Es werden Tüten verziert, Häslis, Schmetterlinge und Küken gebastelt und Osterblumen dekoriert. Gemeinsam wird gespielt und Zvieri gegessen. Man kann entweder den ganzen Nachmittag bleiben oder nur zu bestimmten Aktivitäten kommen. Ganz nach individuellen Gegebenheiten, Zeit, Lust und Laune. Ein unterhaltsamer und abwechslungsreicher Nachmittag, bei dem der Spass für die ganze Familie im Vordergrund steht. Der Eintritt ist frei und erfolgt ohne Anmeldung.

Weitere Daten: Jeweils Mittwochnachmittag, 14–16 Uhr, 15. Mai, 12. Juni.

#### **Kursreihe Digitales Wissen von UND Generationentandem**

#### **Optimale Sicherheit im Internet: Der Kurs für digitales Wissen**

**Im Internet lauern viele Gefahren. Der Kurs für Digitales Wissen von UND Generationentandem klärt auf und bringt den Teilnehmenden das Wichtigste im Umgang mit Sicherheit im Internet bei. Der Kursleiter Daniel Roth bietet fachliche Unterstützung und Hilfestellung, auch bei individuellen Anliegen.**

Am 14. März 2024 um 18.30 Uhr findet im Offenen Höchhus in Steffisburg ein Kurs über Sicherheit im Internet statt. Er ist Teil der Kursreihe «Digitales Wissen» von UND Generationentandem und klärt über einen gesunden Umgang mit Datenschutz und Sicherheit im Internet auf. Der Kurs hilft Privatpersonen dabei, sich optimal im Internet zu schützen und allfällige Fehler und Fallen zu vermeiden.

Der Kursleiter Daniel Roth zeigt auf, was eine sichere Website ausmacht, was eine Phishing-Mail ist, weshalb sichere Passwörter wichtig sind und wie man sie richtig verwaltet. Nach der Theorie geht es zum praktischen Anwenden und Üben im gemütlichen Höchhus-Bistro – begleitet von fachlicher Unterstützung, auch für individuelle Anliegen.

Der Kurs kostet 30 Franken, für Mitglieder von UND Generationentandem nur 20 Franken. Die Anmeldung erfolgt per Mail an [hilfe@generationentandem.ch](mailto:hilfe@generationentandem.ch).

#### **Generationenforum von UND Generationentandem**

#### **Es geht um die Bratwurst: Das Generationenforum zur Klimakrise auf dem Teller**

**Ernährung ist im Zusammenhang mit der Klimakrise ein aufgeladener Begriff. Moderatorin Lea Schütz diskutiert beim Generationenforum von UND Generationentandem am 20. März mit drei Expert:innen über ökologisch nachhaltige Ernährungsweisen und eine zukunftsfähige Nahrungsmittelproduktion.**

Am 20. März 2024 um 19 Uhr versammelt Moderatorin Lea Schütz Mirko Buri, Fabian Wahl und Christine Brombach auf dem Podium des Generationenforum von UND Generationentandem im Stadtratssaal des Rathaus Thun, um über die Problematik der Ernährung in der Klima-Debatte zu sprechen. Wollen wir die Klimakrise in den Griff bekommen, muss vieles umgekrempelt werden. Die Ernährung für alle auf diesem Planeten sicherzustellen und dies auch noch ökologisch nachhaltig zu tun, ist eine gewaltige Herausforderung. Zugleich streiten wir uns um die Bratwurst und die Legitimität von veganer Lebensweise. Warum ist das Thema so aufgeladen? Und wie klappt das mit einer ökologisch nachhaltigen Ernährung? Die Frage «Wie sieht eine zukunftsfähige Ernährung – und wie eine zukunftsfähige Nahrungsmittelproduktion aus?» wird kontrovers diskutiert. Der Eintritt ist frei, es gibt eine Kollekte.

#### **Begegnungszentrum Offenes Höchhus**

#### **Wir machen dem Garn einen Strick durch die Rechnung**

**Jeden dritten Mittwoch im Monat ist das Offene Höchhus in Steffisburg ein Treffpunkt fürs gemeinsame «lisme». Wer schon immer besser stricken, es von Grund auf lernen oder neue Ideen für Pullover, Mützen oder Socken sammeln wollte, findet hier Gleichgesinnte.**

Am 20. März 2024 um 9 Uhr ist das Begegnungszentrum Offene Höchhus in Steffisburg wie jeden dritten Mittwoch im Monat reserviert für Nadel und Strickgarn. Ein Treffen für Strick-Begeisterte und eine gute Gelegenheit zum gemeinsamen Praktizieren des Hobbys. Egal ob du schon immer besser stricken wolltest, es von Grund auf neu lernen willst oder neue Ideen brauchst. «Zäme lisme» ist ideal, um dich mit anderen auszutauschen und gemeinsam zu stricken und häkeln. Das Angebot ist kostenlos und du kannst ohne Anmeldung vorbeikommen.

#### **Generationentalk von UND Generationentandem**

#### **Schluss damit: Der Generationentalk über erfolgreiche Trennungen und beherzte Scheidungen**

**Scheidungen können sehr einschneidend sein. Wie können solch schwierige Themen für einen gelungenen Neustart genutzt werden? Am Generationentalk von UND Generationentandem vom 26. März diskutiert Moderator Arbér Shala mit Expert:innen über Trennungen und neue Lebensabschnitte.**

Am 26. März 2024 um 18 Uhr ist die Cafébar des Berner Generationenhaus reserviert für den Generationentalk von UND Generationentandem. Moderator Arbér Shala diskutiert mit den Expert:innen Sonya Gassmann und Josef Mock über rückläufige Eheschliessungen und ansteigende Scheidungsraten.

Für alle Beteiligten, Erwachsene sowie Kinder, beginnt mit einer Scheidung oder einer Trennung ein neuer Lebensabschnitt. Oft sind auch ganze Familienunternehmen betroffen. Gehen Eheleute getrennte Wege, gibt es entsprechend viel zu regeln. Kann ein beherzter Schlussstrich auch ein gelungener Neuanfang für alle Beteiligten sein? Diese und viele weitere spannende Fragen werden am Generationentalk beantwortet. Der Eintritt ist frei, vor Ort befindet sich eine Kollekte.

#### **Kontakt und weitere Auskünfte**

Elias Rüegsegger

[e.rueegsegger@generationentandem.ch](mailto:e.rueegsegger@generationentandem.ch) | 079 282 21 77 95 10

UND Generationentandem

Höchhusweg 17

3612 Steffisburg

[www.generationentandem.ch](http://www.generationentandem.ch)