

*u<sup>b</sup>*

---

<sup>b</sup>  
UNIVERSITÄT  
BERN

# Seniorenuniversität 2021/2022





# Programm 2021/2022

Sehr geehrte Damen und Herren,  
geschätzte Mitglieder und Freunde der  
Seniorenuniversität Bern

Es freut mich sehr, Ihnen, allen Widerwärtigkeiten rund um die Covid-19-Krise zum Trotz, das neue Programm der Seniorenuniversität Bern für das Studienjahr 2021/2022 überreichen zu dürfen. Es beinhaltet wie immer eine bunte, spannende Mischung von Themen mit Beiträgen aus vielen Disziplinen quer durch alle Fakultäten. Dank dem Mitwirken einer grossen Anzahl von hochkarätigen Dozierenden unserer Universität sowie von ausgewählten externen Experten kommen Sie auch dieses Jahr in den Genuss eines breit gefächerten und attraktiven Angebots. Darunter wird bestimmt vieles sein, das Sie anspricht und Ihnen die Gelegenheit gibt, Ihr Wissen in einer anregenden und entspannten Atmosphäre zu erweitern.

Im letzten Studienjahr konnten wir unsere Veranstaltungen leider nur virtuell anbieten. Die Verfügbarkeit der Veranstaltungen auf unserer Website wurde von unseren Mitgliedern dankbar und rege genutzt. Zum Zeitpunkt der Drucklegung dieses neuen Programms ist noch unklar, inwiefern Präsenzveranstaltungen im Herbstsemester möglich sein werden. Wir sind zuversichtlich, dass dies wieder der Fall sein wird. Unabhängig davon werden von jetzt an und bis auf Weiteres alle Vorträge aufgezeichnet und auf unserer Website für unsere Mitglieder aufgeschaltet. Damit kommen wir einem vielseitigen Wunsch entgegen und Sie können die Vorträge jederzeit zu Hause in Ruhe online abrufen.

Bitte beachten Sie jedenfalls ab Mitte August die Mitteilungen auf unserer Website [www.seniorenuni.unibe.ch](http://www.seniorenuni.unibe.ch), wir halten Sie auf dem Laufenden.

Der Mitgliederbeitrag für das Studienjahr 2021/2022 beträgt CHF 80.–. Damit sichern Sie sich den freien Zugang zu allen Präsenz- und Sonderveranstaltungen sowie zu den Onlineangeboten der Seniorenuniversität während des ganzen Studienjahres.

So freue ich mich zusammen mit meinen Kolleginnen und Kollegen des Stiftungsrats der Seniorenuniversität auf ein anregendes akademisches Jahr mit Ihnen. Ich wünsche Ihnen viel Freude und Inspiration an unserer Seniorenuniversität und freue mich auf ein Wiedersehen!

Prof. em. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello  
Präsidentin des Stiftungsrats der Seniorenuniversität Bern

## Trägerschaft

Die Seniorenuniversität Bern, eine selbsttragende Stiftung, 1983 gegründet, bietet ihren Mitgliedern ein vielseitiges Programm an Vorträgen und weiteren Veranstaltungen während der Semesterzeit an, mehrheitlich in Form von Vorträgen mit anschliessender Frage- und Diskussionsrunde. Die meisten Vorträge werden von Dozierenden der Universität Bern gehalten. Aktuelle Informationen und weiterführende Beiträge finden sich auf unserer Website **[www.seniorenuni.unibe.ch](http://www.seniorenuni.unibe.ch)**

### Der Stiftungsrat

---

Prof. em. Dr. phil. Pasqualina Perrig-Chiello (Präsidentin)  
Prof. Dr. med. Andreas Stuck (Vizepräsident)  
Prof. Dr. med. vet. Cord Drögemüller  
Prof. Dr. oec. publ. Maximilian von Ehrlich  
Prof. Dr. phil. Urte Inga Krass  
Prof. Dr. theol. Martin Sallmann  
Prof. em. Dr. phil. nat. Christian Schlüchter  
Prof. Dr. iur. Stephan Wolf  
Prof. Dr. phil. Virginia Richter (Vertretung Rektorat)  
Prof. Dr. Michèle Crogiez (Vertretung UNAB)  
Quästor: Mario Heini

# Veranstaltungsinformationen

## Vorträge

---

Es werden jährlich rund 40 Vorträge angeboten. Diese dauern etwa 50 bis 60 Minuten; nach einer kurzen Pause steht der Referent / die Referentin der Zuhörerschaft für Diskussion und Fragen zur Verfügung. Eine Anmeldung für den Besuch der einzelnen Vorträge ist nicht nötig.

## Teilnahme

---

Die Seniorenuniversität steht allen Personen offen, die das 60. Altersjahr erreicht haben (oder früher pensioniert wurden), sowie ihren Partnerinnen und Partnern. Der gültige Mitgliederausweis der Seniorenuniversität Bern berechtigt auch zum freien Besuch der Vorlesungen aller anderen Schweizer Seniorenuniversitäten (Ausnahme: Luzern).

## Zeit und Ort

---

Im Herbstsemester finden jeweils zwei Vorträge pro Woche statt: am Dienstag und am Freitag. Im Frühjahrssemester steht jeweils ein Vortrag pro Woche an, und zwar am Freitag.

- Dienstag, 16.15–18.00 h: Hörsaal A006 (bei Platzmangel: Übertragung ins B005), Institut für Exakte Wissenschaften (ExWi), Sidlerstrasse 5, 3012 Bern
- Freitag, 14.15–16.00 h: Aula, Hauptgebäude der Universität (HG), 2. Stock, Hochschulstrasse 4, 3012 Bern

Beide Lokalitäten können vom Bahnhof Bern mit dem Bus Nr. 20 (Richtung Länggasse, Haltestelle Universität) oder mit dem Lift in der Bahnhofunterführung (Haltestelle Grosse Schanze) erreicht werden. Die Vortragsräume sind mit dem Lift erreichbar und rollstuhlgängig.

In der Aula des Hauptgebäudes ist zudem mit entsprechenden Hörgeräten induktives Hören möglich. Vergewissern Sie sich, ob Ihr Hörgerät dafür geeignet ist (Schalter T). Im Hörsaal A006 des Instituts für Exakte Wissenschaften stellen wir auf Wunsch Zusatzgeräte für induktives Hören zur Verfügung.

Alle Vorträge werden aufgezeichnet und sind auf der Website der Seniorenuniversität Bern für die Mitglieder abrufbar. Der entsprechende Zugangscode wird nach Bezahlung der Mitgliedschaftsgebühr zusammen mit dem Ausweis zugestellt.

Bei den Sonderveranstaltungen werden Zeit und Ort gesondert bekannt gegeben.

**Covid-19-Krise:** Zum Zeitpunkt der Drucklegung dieses Programms ist unklar, ob und inwiefern Präsenzveranstaltungen durchgeführt werden können. Bitte erkundigen Sie sich auf unserer Website nach dem Stand der Dinge.

## **Anmeldung Mitgliedschaft**

---

Bisherige Mitglieder erhalten das neue Programm automatisch jeweils im August per Post zugestellt. Der Betrag für die Jahresmitgliedschaft wird mit dem beigelegten personalisierten Einzahlungsschein beglichen.

Neue Mitglieder können sich online auf [seniorenuni.unibe.ch/teilnahme/anmeldung/anmeldeformular/](https://seniorenuni.unibe.ch/teilnahme/anmeldung/anmeldeformular/) anmelden und erhalten daraufhin das Programm und einen personalisierten Einzahlungsschein.

Nach Einzahlung des Mitgliederbeitrages erhalten sie per Post den jährlichen Mitgliederausweis. Der Mitgliederausweis ist am Eingang zum Hörsaal vorzuweisen.

## **Mitgliederbeitrag und Einzeleintritte**

---

Der Mitgliederbeitrag für das akademische Jahr 2021/22 (September 2021 bis Juni 2022) beträgt CHF 80.–.

Nicht inbegriffen ist die Gebühr für die Kursangebote des Instituts für Sportwissenschaft und des Instituts für Psychologie / Synapso. Diese ist am ersten Kurstag vor Ort zu bezahlen.

Einzeleintritte zu den Vorträgen sind möglich und kosten CHF 5.– (Bezahlung am Eingang zum Hörsaal).

Für die Teilnahme an den Sonderveranstaltungen ist eine Mitgliedschaft Voraussetzung. Bei den meisten Sonderveranstaltungen ist die Teilnehmerzahl aus Platzgründen beschränkt.

Die Seniorenuniversität Bern übernimmt keine Haftung bei Unfällen oder Verlusten durch Diebstähle etc. Versicherungsschutz ist ausschliesslich Sache der Teilnehmenden.

## **Auskunft allgemein**

---

Sekretariat Seniorenuniversität | Vizerektorat Entwicklung  
Hochschulstrasse 6 | 3012 Bern  
seniorenuni@unibe.ch  
Tel. 031 684 39 57 (Mittwoch- und Freitagmorgen oder Combox)  
Website: [www.seniorenuni.unibe.ch](http://www.seniorenuni.unibe.ch)

## **Auskunft zu den Sonderveranstaltungen**

---

Suzanne Frischknecht, [s.frischknecht@bluewin.ch](mailto:s.frischknecht@bluewin.ch)  
Tel. 031 331 62 43 (Dienstag- und Freitagmorgen oder Combox)

# Programm Herbstsemester 2021

---

Dienstag,  
21. September 2021  
16.15 h, ExWi

**Entwicklung eines Impfstoffes gegen COVID-19**  
Prof. Dr. Martin Bachmann, Fachbereich Immunologie, Inselspital Bern

---

Freitag,  
24. September 2021  
14.15 h, Aula HG

**Paul Klee: Ad Parnassum, 1932: Farbe und Musik**  
Prof. em. Dr. Oskar Bätschmann, Institut für Kunstgeschichte, Universität Bern

---

Dienstag,  
28. September 2021  
16.15 h, ExWi

**Dostojewski und die Schweiz. Zum 200. Geburtstag von F. Dostojewski**  
Dr. Lorenzo Amberg, Slawist, alt Botschafter, Murten

---

Freitag,  
1. Oktober 2021  
14.15 h, Aula HG

**Wie funktioniert Herdenimmunität? Beispiele aus der Epidemiologie von Infektionskrankheiten bei Tieren**  
Prof. Dr. Gertraud Schüpbach, Vetsuisse-Fakultät, Universität Bern

---

Dienstag,  
5. Oktober 2021  
16.15 h, ExWi

**Spricht man heute wirklich nicht mehr so wie früher? Schweizerdeutsch im 21. Jahrhundert**  
Prof. Dr. Adrian Leemann, Center for the Study of Language and Society, Universität Bern

---

Freitag,  
8. Oktober 2021  
14.15 h, Aula HG

**Genderthemen: trans, cis, nonbinär, Gender Fluidity: Was ist denn das?**  
Prof. Dr. Annette Kuhn, Universitätsklinik für Frauenheilkunde, Inselspital Bern

---

Dienstag,  
12. Oktober 2021  
16.15 h, ExWi

**Primärprävention von Demenz durch einen aktiven Lebensstil**  
Dr. Barbara Studer, Institut für Psychologie, Universität Bern

---

Freitag,  
15. Oktober 2021  
14.15 h, Aula HG

**Figuren in Kriminalromanen aus Sicht der Psychiatrie**  
Prof. Dr. Werner Strik, Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychiatrisches Universitätsspital Bern

Dienstag, 19. Oktober 2021 16.15h, ExWi	<b>Heutige Möglichkeiten mit Zahnimplantaten – Fortschritte der letzten 10 Jahre</b> Prof. em. Dr. Daniel Buser, Zahnmedizinische Kliniken der Universität Bern
Freitag, 22. Oktober 2021 14.15h, Aula HG	<b>Weltraumfahrt, einst, jetzt und dereinst</b> Prof. em. Dr. Kathrin Altwegg, Physikalisches Institut, Universität Bern
Dienstag, 26. Oktober 2021 16.15h, ExWi	<b>Pathologie: von der Lehre des Leidens zur personalisierten Medizin</b> PD Dr. Yara Banz, Institut für Pathologie, Universität Bern
Freitag, 29. Oktober 2021 14.15h, Aula HG	<b>Staatsbürgerinnen mit Stimmrecht: weshalb es in der Schweiz so lange dauerte</b> Prof. em. Dr. Brigitte Studer, Historisches Institut, Universität Bern
Dienstag, 2. November 2021 16.15h, ExWi	<b>Hirnblutung: wenn der Kopfschmerz zur Gefahr wird</b> PD Dr. Lukas Anderegg, Klinik für Neurochirurgie, Kantonsspital Aarau
Freitag, 5. November 2021 14.15h, Aula HG	<b>Anthologie mit neuen Erzählungen der Friedrich-Dürrenmatt-Gastprofessor*innen</b> Prof. Dr. Oliver Lubrich, Institut für Germanistik, Universität Bern und Dr. Reto Sorg, Leiter Robert-Walser-Zentrum, Bern
Dienstag, 9. November 2021 16.15h, ExWi	<b>Hohe Türme und dicke Mauern. Die mittelalterliche Burg – ein Bauwerk und seine Bewohner neu betrachtet</b> PD Dr. Armand Baeriswyl, Institut für Archäologische Wissenschaften, Universität Bern
Freitag, 12. November 2021 14.15h, Aula HG	<b>Herzschrittmacher – künstliche Motoren des Herzens gestern, heute und morgen</b> PD Dr. Andreas Häberlin, Universitätsklinik für Kardiologie, Inselspital Bern

- 
- Dienstag,**  
**16. November 2021**  
16.15h, ExWi
- Mit allen Sinnen:  
Wie lässt sich Sinneswahrnehmung  
im Mittelalter erforschen?**  
Prof. Dr. Annette Kern-Stähler, Institut  
für Englische Sprachen und Literaturen,  
Universität Bern
- 
- Freitag,**  
**19. November 2021**  
14.15h, Aula HG
- Krieg und Frieden – was die  
Notfallmedizin von den  
Schlachtfeldern hat lernen können**  
Prof. Dr. Aristomenis Exadaktylos, Univer-  
sitäres Notfallzentrum, Inselspital Bern
- 
- Dienstag,**  
**23. November 2021**  
16.15h, ExWi
- Theatergeschichte der Schweiz:  
szenisches Spiel im Mittelalter**  
PD Dr. Heidy Greco-Kaufmann, Institut  
für Theaterwissenschaft, Universität Bern
- 
- Freitag,**  
**26. November 2021**  
14.15h, Aula HG
- Die Schweiz als Migrationsland.  
Ein zentrales Thema der Gegenwart  
in geschichtlicher Perspektive**  
Prof. Dr. André Holenstein, Historisches  
Institut, Universität Bern
- 
- Dienstag,**  
**30. November 2021**  
16.15h, ExWi
- Vorausplanen? Will ich!  
Dem Lebensende ins Auge sehen**  
Prof. Dr. Steffen Eychmüller, Universitäres  
Zentrum für Palliative Care, Inselspital Bern
- 
- Freitag,**  
**3. Dezember 2021**  
14.15h, Aula HG
- Wie erreiche ich meine  
(Gesundheits-)Ziele?**  
Prof. Dr. Claudio Nigg, Institut für  
Sportwissenschaft, Universität Bern
- 
- Dienstag,**  
**7. Dezember 2021**  
16.15h, ExWi
- Gewinner\*innen des Förderpreises  
der Seniorenuniversität Bern 2021  
berichten über ihre Forschung.  
Detailprogramm: [seniorenuni.unibe.ch](http://seniorenuni.unibe.ch)**  
Prof. Dr. Andreas Stuck, Geriatrie,  
Inselspital Bern
- 
- Freitag,**  
**10. Dezember 2021**  
14.15h, Aula HG
- Die Kunst der Politik. Oder wie man  
in der Politik – und auch sonst –  
zu tragfähigen Lösungen kommt**  
Prof. Dr. Bernhard Pulver, Präsident  
Insel Gruppe, ehem. Regierungsrat,  
Dozent am KPM, Universität Bern

---

Dienstag,  
14. Dezember 2021  
16.15h, ExWi

**Die alttestamentlichen  
Sintfluterzählungen und ihre  
altorientalischen Parallelen**  
Prof. Dr. Andreas Wagner, Institut für  
Altes Testament, Universität Bern

---

Freitag,  
17. Dezember 2021  
14.15h, Aula HG

**Weihnachtskonzert**

---

Dienstag,  
21. Dezember 2021  
16.15h, ExWi

**Vernetzte Welten:  
barocke Kunst in der Schweiz**  
Prof. em. Dr. Christine Göttler, Institut  
für Kunstgeschichte, Universität Bern

# Programm Frühjahrssemester 2022

---

Freitag, 25. Februar 2022 14.15 h, Aula HG	<b>Das erste Bild eines schwarzen Lochs</b> Prof. Dr. Maurizio Falanga, Physikalisches Institut, Universität Bern
Freitag, 4. März 2022 14.15 h, Aula HG	<b>Von guten und bösen Strahlen: Errungenschaften heutiger Strahlentherapie in der Krebsbehandlung</b> Prof. Dr. Daniel Aebersold, University Cancer Center, Inselspital Bern
Freitag, 11. März 2022 14.15 h, Aula HG	<b>Erste Einblicke in Giuseppe Verdis Werkstatt nach 120 Jahren: Opernkomposition im Baukastensystem</b> Prof. Dr. Anselm Gerhard, Institut für Musikwissenschaft, Universität Bern
Freitag, 18. März 2022 14.15 h, Aula HG	<b>Erbrecht – Zweck und tragende Grundsätze</b> Prof. Dr. Stephan Wolf, Institut für Notariatsrecht, Universität Bern
Freitag, 25. März 2022 14.15 h, Aula HG	<b>Arterienverkalkung der hirnversorgenden Arterien</b> PD Dr. Mirjam Heldner, Stroke Center, Neurozentrum, Inselspital Bern
Freitag, 1. April 2022 14.15 h, Aula HG	<b>Geheimnisse und ihr Stellenwert für ein gelungenes Leben</b> Prof. em. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello, Institut für Psychologie, Universität Bern
Freitag, 8. April 2022 14.15 h, Aula HG	<b>Heidnischer Kult und christlicher Glaube: die Höhle in Zillis GR zwischen Spätantike und Frühmittelalter</b> Prof. Dr. Christa Ebnöther, Institut für Archäologische Wissenschaften, Universität Bern
Freitag, 29. April 2022 14.15 h, Aula HG	<b>Bessert die Altersschwerhörigkeit bei Behandlung?</b> Dr. Mattheus W. Vischer, HNO-Klinik, Universitätsspital Bern

<p>Freitag, 6. Mai 2022 14.15 h, Aula HG</p>	<p><b>Geldanlage: ein Rückblick als Akademiker und Privatanleger</b> Prof. em. Dr. Claudio Loderer, Institut für Finanzmanagement, Universität Bern</p>
<p>Freitag, 13. Mai 2022 14.15 h, Aula HG</p>	<p><b>Nierensteine bei Jung und Alt</b> Prof. Dr. Daniel Fuster, Universitätsklinik für Nephrologie und Hypertonie, Inselspital Bern</p>
<p>Freitag, 20. Mai 2022 14.15 h, Aula HG</p>	<p><b>Hochwasserrisiken gehen uns alle an</b> Prof. em. Dr. Rolf Weingartner, Geographisches Institut, Universität Bern</p>
<p>Freitag, 27. Mai 2022 14.15 h, Aula HG</p>	<p><b>100 Jahre Insulin</b> Prof. em. Dr. Peter Diem, Endokrinologie Diabetologie Bern</p>
<p>Freitag, 3. Juni 2022 14.15 h, Aula HG</p>	<p><b>Das älter werdende Gehirn. Verlust oder auch Gewinn</b> Prof. Dr. Stefan Klöppel, Universitätsklinik für Alterspsychiatrie und Psychotherapie, UPD, Bern</p>

# Sonderveranstaltungen

Die Sonderveranstaltungen finden verteilt auf das ganze akademische Jahr statt. Die Teilnahme ist ausschliesslich für Mitglieder der Seniorenuniversität Bern möglich. Bei allen Veranstaltungen ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Für Informationen sowie Anmeldungen wenden Sie sich bitte an Suzanne Frischknecht: s.frischknecht@bluewin.ch oder Tel. 031 331 62 43 (Dienstag- und Freitagmorgen oder Combox). Die Anmeldung ist verbindlich. Bei Verhinderung ist eine Abmeldung bei Frau Frischknecht unbedingt erforderlich!

Allfällige Reise-, Eintritts- und Führungskosten gehen zulasten der Teilnehmenden. Die Versicherung während der Sonderveranstaltungen ist Sache der Teilnehmenden.

Achtung: Anmeldungen werden jeweils zu Beginn des Semesters entgegengenommen; d.h. für das Herbstsemester ab Mitte August 2021, für das Frühjahrssemester ab Januar 2022.

---

<b>Dienstag, 28. September – Samstag, 2. Oktober 2021</b>	<b>Wanderungen und Erkundungen im schweizerischen Nationalpark und in seiner Umgebung</b> Prof. em. Dr. Christian Schlüchter, Institut für Geologie, Universität Bern
---	---

---

<b>Donnerstag, 7. Oktober 2021 14.15–16.00 h</b>	<b>Prägende Schauplätze der russischen Literatur</b> Seminar Ort: Hauptgebäude Universität Bern (Raum wird noch bekannt gegeben) Dr. Lorenzo Amberg, Slawist, alt Botschafter, Murten
--	--

---

<b>Donnerstag, 21. Oktober 2021 14.15–16.00 h</b>	<b>Führung durchs schweizerische Psychiatrie-Museum Bern</b> Besammlung beim Museum im Pfrundhaus, Bolligenstrasse 127, Bern PD Dr. Andreas Altorfer, Leiter des Museums
---	--

- 
- Donnerstag,  
4. November  
2021 und  
11. November  
2021**  
14.15–16.00 h
- Wer schreibt, schafft Leben. Erinnern,  
Erzählen und glückliche Zeiten**  
Seminar  
Ort: Hauptgebäude Universität Bern  
(Raum wird noch bekannt gegeben)  
Prof. em. Dr. Brigitte Boothe, Institut für  
Psychologie, Universität Zürich
- 
- Donnerstag,  
25. November 2021**  
14.15–15.30 h
- Kranke Kühe in der hinteren  
Länggasse – woher das Futter,  
wohin mit der Milch?**  
Führung durch die Nutztierklinik  
Besammlungsort: Bus-Endstation  
Länggasse (Linie 20)  
Prof. Dr. Adrian Steiner, Wiederkäuerklinik,  
Vetsuisse, Universität Bern
- 
- Donnerstag,  
24. Februar 2022**  
14.15–16.00 h
- Franz Kafka – ausgewählte Erzählungen**  
Seminar  
Ort: Hauptgebäude, Universität Bern  
(Raum wird noch bekannt gegeben)  
Dr. Thomas Söder, Germanist, Luzern
- 
- Donnerstag,  
31. März 2022**  
14.15–15.45 h
- Führung durch das Stroke Center  
des Inselspitals Bern**  
(max. 16 Personen)  
Besammlungsort:  
Eingang Neurozentrum, Stock B,  
Inselspital Bern (Seiteneingang)  
PD Dr. Mirjam Heldner, Stroke Center,  
Neurozentrum, Inselspital
- 
- Donnerstag,  
7. April 2022**  
14.15–16.00 h
- Mikroelektronik –  
vom Transistorradio zur Smartwatch**  
Seminar  
Ort: Universität Bern  
(Raum wird noch bekannt gegeben)  
Dr. Arthur Descombes, ehem. Technical  
Leader (CTO) bei EM Microelectronic Marin
- 
- Donnerstag,  
12. Mai 2022**  
14.15–16.00 h
- Der Heilige Vinzenz  
und das Berner Münster**  
Exkursion  
Treffpunkt: Berner Münster  
Dr. Maria Lissek, Theologin, Institut für  
Historische Theologie, Universität Bern

# Sport und Bewegung

## Kurse

---

In Zusammenarbeit mit dem Institut für Sportwissenschaft der Universität Bern (ISPW) bietet die Seniorenuniversität Kurse für Sport und Bewegung sowie Kurse mit Fokus auf Tanz an. Die Kurse bestehen aus einer wöchentlichen Trainingsstunde mit den Einheiten Dehnen, Kräftigen, Entspannen, körperliche Beweglichkeit, geistige Beweglichkeit. Ziel ist es, den eigenen Körper und seine Möglichkeiten bewusst wahrzunehmen, die Erfahrung auf die Alltagshaltung und die Alltagsbewegungen zu übertragen sowie Freude und Spass am gemeinsamen Bewegen, Tanzen, Sport und Spiel zu haben. Bekleidung: bequeme Turnkleider und Turn- oder Gymnastikschuhe.

## Teilnahme

---

Die Teilnahme ist ausschliesslich für Mitglieder der Seniorenuniversität Bern möglich. Der Kurs richtet sich an Personen, die bereit sind, sich für ihr individuelles Wohlbefinden zu engagieren. Dazu sind keine besonderen sportlichen Voraussetzungen notwendig.

## Zeit und Ort

---

Der Kurs findet wöchentlich am Zentrum Sport und Sportwissenschaft (ZSSW) statt.

Herbstsemester 2021: 20. September bis 24. Dezember 2021

Frühjahrssemester 2022: 21. Februar bis 3. Juni 2022

Der Kurs wird in fünf Gruppen angeboten.

**Gruppe A:** Montag, 9.55–10.55 h

**Gruppe B:** Montag, 11.00–12.00 h

**Gruppe C:** Montag, 11.00–12.00 h

**Gruppe T1:** Montag, 9.55–10.55 h (Schwerpunkt Tanz)

**Gruppe T2:** Montag, 11.00–12.00 h (Schwerpunkt Tanz)

Das Zentrum Sport und Sportwissenschaft (ZSSW) befindet sich an der Bremgartenstrasse 145, 3012 Bern, Bus-Endstation P+R Neufeld (Bus Nr. 11 ab Hauptbahnhof Bern). Kursteilnehmende werden zu Semesterbeginn direkt durch die Kursleiterin / den Kursleiter per Mail informiert, in welcher Halle der Kurs stattfindet. In den semesterfreien Sommermonaten (Juni – September) wird ein spezielles Sommertraining nach separatem Plan angeboten.

## Verantwortung und Leitung

---

Verantwortung: Katia Haller-Rohner, wissenschaftliche Mitarbeiterin, ISPW

Leitung: Christoph Itzel, Andrina Lüthi, Carla Winkelmann und Melina Zutter

## Anmeldung

---

Neuanmeldungen nimmt Katia Haller-Rohner entgegen: [katia.haller@ispw.unibe.ch](mailto:katia.haller@ispw.unibe.ch) oder Tel. 031 684 51 66.

Teilnehmende des Vorsemesters bleiben ohne Gegenmeldung automatisch angemeldet.

## Kurskosten

---

Die Kurskosten betragen CHF 40.– pro Kurs und Semester. Die Rechnung wird per Post vor Semesteranfang zugestellt. Der Zahlungsbeleg und der gültige Mitgliederausweis der Seniorenuniversität Bern müssen bei der Kursleitung in den ersten Veranstaltungen vorgewiesen werden.

# Gedächtnis und mentale Fitness

## Kurse

---

In Zusammenarbeit mit Synapso, der Fachstelle für Lernen und Gedächtnis der Universität Bern, bietet die Seniorenuniversität Kurse zur Förderung der mentalen Beweglichkeit und Gesundheit an. Ziel ist es, die eigenen kognitiven Ressourcen und Einstellungen besser kennenzulernen, zu aktivieren und herauszufordern. Auf spielerische Art und Weise werden neue Formen des Lernens, Gehirnjoggings, Gedächtnisstrategien sowie Kreativitätstechniken eingeübt. Freude und Spass an der gemeinsamen Hirnfitness stehen dabei im Mittelpunkt – und davon profitiert nicht nur unsere mentale Beweglichkeit, sondern unser allgemeines Wohlergehen.

## Teilnahme

---

Die Teilnahme richtet sich an Mitglieder der Seniorenuniversität Bern, die bereit sind, in ihre Gesundheit und mentale Fitness zu investieren. Es sind weder spezielle Kenntnisse noch spezifische geistige Voraussetzungen nötig.

## Kursort

---

Aufgrund der immer noch etwas unsicheren Lage wegen des Coronavirus werden zwei Kursoptionen angeboten. Sie haben die Wahl zwischen:

Option 1: Präsenzkurs (Kurstermin A und B)

Der Kurs findet wöchentlich in den Synapso-Räumlichkeiten an der Gesellschaftsstrasse 49, 3012 Bern, statt (Bus Nr. 20 ab Hauptbahnhof Bern bis Station «Mittelstrasse»; 1 Minute Fussweg).

Option 2: virtuelle Teilnahme (Kurstermin C)

Jeweils ein Kurstermin ist für die Online-Teilnahme konzipiert. Dazu kann man sich jeweils über einen Link, den man von der Kursleitung zugeschickt bekommt, dazuschalten und live beim Kurs dabei sein.

## Kurszeiten

---

Herbstsemester 2021: 20. September – 24. Dezember 2021

Frühjahrssemester 2022: 21. Februar – 3. Juni 2022

**Kurstermin A** (Präsenz): Dienstag, 9.00–10.00 h

**Kurstermin B** (Präsenz): Dienstag, 10.15–11.15 h

**Kurstermin C** (online): Dienstag, 13.30–14.30 h

## Verantwortung und Leitung

---

Verantwortung: Dr. Barbara Studer, Neuropsychologin und Leiterin von Synapso – Fachstelle für Lernen und Gedächtnis

Leitung: cand. Dr. Valérie Bösch und andere psychologisch ausgebildete Mitarbeitende

## Anmeldung

---

Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen pro Gruppe beschränkt. Neuanmeldungen nimmt Rahel Schärli entgegen: rahel.schaerli@psy.unibe.ch oder 079 641 36 50

## Kurskosten

---

Die Kurskosten betragen dank der Unterstützung durch die Seniorenuniversität CHF 90.– pro Semester (= 15 Lektionen, d.h. CHF 6.– pro Lektion). Der Betrag ist unter Vorweisung des gültigen Mitgliederausweises der Seniorenuniversität Bern bei den Kursleitenden in den ersten Veranstaltungen des Semesters bar zu bezahlen (den Online-Kursteilnehmern/-innen wird eine Rechnung zugeschickt).

# Mehr über Forschung und Wissenschaft

Wenn Sie sich ganz allgemein für Forschung und Wissenschaft interessieren, dann bestellen Sie «UniPress», das Wissenschaftsmagazin der Universität Bern. Es enthält Berichte und Reportagen über aktuelle Forschungsprojekte, ferner Hinweise zu Vortragsreihen des Collegium Generale und anderen allgemein zugänglichen Veranstaltungen der Universität.

«UniPress» wird von der Abteilung Kommunikation und Marketing der Universität Bern herausgegeben und kann unter [www.unipress.unibe.ch](http://www.unipress.unibe.ch) oder unter folgender Adresse gratis abonniert werden:  
Universität Bern, Abteilung Kommunikation und Marketing, Redaktion UniPress, Hochschulstrasse 6, 3012 Bern

Weitere Informationen zur Universität Bern finden Sie unter **[www.unibe.ch](http://www.unibe.ch)**

**Seniorenuniversität Bern**  
Hochschulstrasse 6  
3012 Bern

[seniorenuni@unibe.ch](mailto:seniorenuni@unibe.ch)