



# FAMILIENBLITZ

## OBERSIMMENTAL-SAANENLAND

**WAS  
KINDER  
BRAUCHEN**

## Impressum

Informationsbroschüre für Familien im Verwaltungskreis Obersimmental–Saanen

3. Ausgabe: Februar 2014

### Herausgeber

Interessengemeinschaft «Was Kinder brauchen»

Team Familienblitz

### Redaktion

Danielle Utinger

Caroline Kopp

### Sponsor

Raiffeisenbanken Obersimmental und Saanenland

Pro Juventute Aktionsgruppen Obersimmental und Saanenland

### Grafik und Druck

Müller Marketing und Druck, Gstaad

### Auflage

3'000

### Bezugsquelle (gratis)

Gemeindeverwaltungen Boltigen, Zweisimmen, St. Stephan, Lenk, Saanen, Gsteig, Lauenen  
oder beim Team Familienblitz

### Mutationen, Anregungen, Spenden

Team Familienblitz

Postfach 274

3780 Gstaad

familienblitz-ossa@bluewin.ch

Raiffeisenbank Saanenland PC 34-4198-8, IBAN CH28 8082 3000 0013 3211 5, BC 80823

Vermerk: Pilotprojekt Familienblitz «Was Kinder brauchen»

## Inhaltsverzeichnis

|  |    |
|--|----|
| 1. Schwangerschaft und Geburt / Babys.....             | 2  |
| 2. Kleinkinder / Vorschulalter.....                    | 4  |
| 3. Kinderbetreuung.....                                | 7  |
| 4. Freizeitaktivitäten für Kinder und Jugendliche..... | 11 |
| 5. Elternbildung, Beratung und Unterstützung .....     | 29 |
| 6. Notfallnummern .....                                | 39 |

Wir freuen uns, Ihnen die dritte und überarbeitete Auflage des Familienblitz vorzulegen, ein Produkt aus der Interessengemeinschaft «Was Kinder brauchen» im Verwaltungskreis Obersimmental–Saanen.

In unserer Broschüre finden Sie wertvolle Informationen über die Angebote für Familien im Verwaltungskreis Obersimmental–Saanen. Sie enthält die Bereiche Schwangerschaft und Geburt, Kleinkinder, Vorschulalter, Kinderbetreuung, Freizeitaktivitäten für Kinder und Jugendliche, Elternbildung, Beratung und Notfallnummern.

Wir möchten den Raiffeisenbanken Obersimmental und Saanenland sowie den Pro Juventute Aktionsgruppen Obersimmental und Saanenland für die Unterstützung bei der Finanzierung, sowie den vielen freiwilligen Helferinnen und Helfern für ihre Arbeit danken.

Für die dritte Auflage des vorliegenden «Familienblitz» haben wir 250 Adressen angeschrieben. Wir können nach wie vor die Vollständigkeit nicht ganz garantieren und entschuldigen uns für allfällige Lücken. Wir danken für die Meldung von fehlenden Angeboten und werden die nächste Ausgabe entsprechend vervollständigen.

Haben auch Sie ein spezielles Angebot für Familien?  
Möchten Sie konstruktive Anmerkungen hinterlassen?

Dann kontaktieren Sie uns: Team «Familienblitz»  
Postfach 274  
3780 Gstaad  
familienblitz-ossa@bluewin.ch  
für das Obersimmental 079 394 69 11 Caroline Kopp  
für das Saanenland 033 744 62 25 Danielle Utinger

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg auf der Suche nach dem passenden Angebot.

Caroline Kopp  
Danielle Utinger



### **Geburtsinformation im Spital**

Spital Zweisimmen

033 729 26 26

info.zweisimmen@spitalstsag.ch

Informationen rund um Geburtsvorbereitung, Geburt und Rückbildungsgymnastik.

---

### **Hebammen**

Rafaela von Grünigen-Wolter

3780 Gstaad

033 744 84 14

www.hebamme.ch

Hebammenbetreuung in Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Schwangerenbetreuung, Schwangerschaftskontrolle, Akupunktur, Yoga in der Schwangerschaft, Wochenbettbegleitung, Begleitung und Betreuung «rund um das Kinder kriegen» und «Familie werden».

---

### **Freipraktizierende Hebamme**

Tatiana Perreten-Milbert

3770 Zweisimmen

033 722 46 61

079 756 86 47

tatiana.perreten@gmail.com

Schwangerschaftsbegleitung und -beratung, Akupunktur bei Schwangerschafts- und Wochenbettbeschwerden sowie als Geburtsvorbereitung, Schwangerschaftsgymnastik, individuelle Geburtsvorbereitung, Geburtsvorbereitungskurs in französischer Sprache in Château-d'Oex, Wochenbettbetreuung und Stillberatung, Rückbildungskurs.

---

### **Freipraktizierende Hebamme und Bachblütenberaterin**

Verena Schwander

3778 Schönried

033 744 82 33

078 766 58 05

u.schwander@bluewin.ch

Schwangerschaftsbegleitung und -beratung, Geburtsvorbereitungskurs, Rückbildungsturnen mit Beckenbodengymnastik, Wochenbettbetreuung, Stillberatung, Begleitung und Betreuung «rund um das Kinder kriegen».

Sprachen: Französisch, Englisch, Italienisch, Deutsch und Griechisch

---

### **Mütter- und Väterberatung Kanton Bern, Stützpunkt Zweisimmen**

Elvira Seymour

Marlène von Siebenthal

033 722 04 08

www.mvb-be.ch

zweisimmen@mvb-be.ch

Da für Sie. Wir beraten Sie von der Geburt bis zum Kindergarten. Kostenlos – auf Wunsch bei Ihnen zu Hause. Eltern werden, Eltern sein ist eine der schönsten Erfahrungen im Leben, aber auch eine anspruchsvolle Aufgabe. Deshalb stehen wir allen werdenden Eltern und Eltern mit Kindern von der Geburt bis zum Kindergarten zur Seite.

## **Osteopathie**

Caroline Pauwels und

Toon Vanneste

3770 Zweisimmen

033 722 04 00

[info@osteopathievanneste.ch](mailto:info@osteopathievanneste.ch)

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

Osteopathische Behandlung und Betreuung während der Schwangerschaft für die werdende Mutter zur Lockerung der Geburtsvorbereitung.

**BEMO – BEwegte MOmente**

Margot Kunz  
033 744 41 88  
margot.kunz@bluewin.ch

Kinder im Alter bis 10 Jahre haben die Möglichkeit an einem Sonntag im Monat die gesamte Infrastruktur der Turnhalle Ebnit/Gstaad in Begleitung eines Erwachsenen bei einer gemeinsamen Aktivität zu nutzen.

---

**Rhythmisch-Musikalische Früherziehung**

Musikschule Obersimmental-Saenenland  
Dorothea von Fellenberg  
(Obersimmental)  
033 744 92 64  
Lisette Chevalier (Saenenland)  
033 744 40 04  
www.msso.ch

Rhythmisch-Musikalische Früherziehung im Obersimmental und Saenenland für Kinder von 3,5 – 6 Jahren. Kurszeiten auf Anfrage.

---

**Börse für Kleinkinderartikel Gstaad**

Margrit Oehrli  
3780 Gstaad  
033 744 96 16

An- und Verkauf von gut erhaltenen und saubereren Artikeln für Kleinkinder (Stubenwagen, Velo, Rasseln, Spiele, Windeln, Leintücher etc.) Freitag 15.00 – 17.00 Uhr, Rüttischulhaus Gstaad.

---

**Eltern und Kind Turnen Boltigen**

Turnverein Boltigen  
Monika Tellenbach  
079 235 81 61

MuKi-Turnen für Kinder von 3 – 5 Jahren. Mittwoch 15.00 – 16.00 Uhr. Turnhalle Reidenbach.

---

**Eltern und Kind Turnen Gstaad**

Turnverein Saenen-Gstaad  
Carole Reuteler (Gstaad)  
033 744 85 63  
Franziska Lustenberger  
(Schönried)  
033 744 00 76  
www.tvsaanen-gstaad.ch

Eltern und Kind Turnen für Kinder ab 3 Jahren.  
Mittwoch 8.30 – 9.30 Uhr und 9.30 – 10.30 Uhr.  
Sporthalle Ebnit Gstaad.  
Montag 16.30 – 17.30 Uhr.  
Turnhalle Schönried.

**Eltern und Kind Turnen Gsteig**

Turnverein Gsteig-Feutersoey Eltern und Kind Turnen für Kinder von 3 – 5 Jahren.  
Manuel Beetschen Turnhalle Gsteig.  
079 523 53 76  
b.manuel@bluewin.ch  
www.tvgsteig-feutersoey.ch

---

**Eltern und Kind Turnen Lauenen**

Turnverein Lauenen Eltern und Kind Turnen für Kinder von 3 – 6 Jahren.  
Karin Ryser Mittwoch 17.00 – 18.00 Uhr.  
033 765 32 72 Turnhalle Lauenen.  
079 616 88 05  
thomas.ryser@bluewin.ch

---

**Eltern und Kind Turnen Lenk**

Damenturnverein Lenk Eltern und Kind Turnen für Kinder von 3 – 5 Jahren.  
Fränzi Wehren Montag 16.00 – 17.00 Uhr.  
033 733 40 72 Turnhalle Schulhaus Lenk.

---

**Känguru-Treff**

Reformierte Kirchgemeinde Treff für Eltern und Kinder (vom Babyalter bis ca. Kindergarten),  
Zweisimmen egal welcher Konfession. Singen, Spielen und zusätzlich ein  
Kerstin Kopp spezielles Programm wie Basteln, Malen, Musizieren.  
033 722 09 37 Ca. alle 2 Wochen im Gemeindehaus Zweisimmen, mitt-  
079 129 40 68 wochs oder freitags im Wechsel, von 9.00 – 11.00 Uhr (ausser  
k.kopp@koppdruck.ch in den Ferien).  
www.refkirchezweisimmen.ch

---

**Kinderturnen Boltigen**

Turnverein Boltigen Turnen für Kinder.  
Daniela Bichsel Kitu 1 (von 5 – 7 Jahren), Montag 16.30 – 17.30 Uhr  
079 426 79 36 Kitu 2 (von 8 – 10 Jahren), Montag 17.30 – 18.30 Uhr.  
Annette Matti Turnhalle Reidenbach.  
033 773 61 13  
annette.matti@bluewin.ch

### **Kinderturnen Gstaad**

Turnverein Saanen-Gstaad  
Abteilungsleiterin Jugend  
033 744 23 62  
www.tvsaanen-gstaad.ch

Turnen für Kinder von 5 – 6 Jahren.  
Mittwoch 16.30 – 17.30 Uhr.  
Sporthalle Ebnit Gstaad.

---

### **Kinderturnen Zweisimmen**

Turnverein Zweisimmen  
Renate Lanz  
3770 Zweisimmen  
033 722 29 52

Turnen für Kinder von 5 – 6 Jahren.  
Montag 15.30 – 16.30 Uhr.  
Schulhaus Gwatt Zweisimmen.

---

### **Ludothek Saanenland**

Doris Däpp  
3780 Gstaad  
033 744 03 66  
dodac@datacomm.ch

Spielausleihe von Familienspielen, PC-Spielen, Märlikassetten, Gameboys, Barbie- und Playmobilspielsachen, Kleinkinderspielsachen sowie Sport- und Aussenspielsachen für Kinder von 2 – 12 Jahren. Jeden Freitag 15.00 – 17.00 Uhr im Rüttischulhaus Gstaad (ausser in den Schulferien).

---

### **Ludothek Mikado Lenk**

Schanzenstrasse 10  
3775 Lenk  
033 733 15 63

Spielwarenverleih von Gesellschafts-, Rollen-, Konstruktions-, Lern- und Aussenspielen. Montag und Freitag 15.00 – 17.30 Uhr. Im Gebäude der Bibliothek Lenk.

---

### **Osteopathie**

Caroline Pauwels  
und Toon Vanneste  
3770 Zweisimmen  
033 722 04 00  
info@osteopathievanneste.ch  
www.osteopathievanneste.ch

Osteopathische Behandlung von Säuglingen, Kleinkindern und Kindern während der Entwicklung (Stillprobleme, Verdauungsbeschwerden, Schlaf- und Haltungsstörungen etc.)



**Babysitting Lauenen**

Christine Herrmann  
033 765 37 57  
079 656 05 19

Babysitting für Feriengäste und Einheimische stundenweise, tageweise oder abends (ohne die Monate Juni, Juli und August).

---

**Babysitting mit Herz Gstaad**

Annerös Reichenbach  
3785 Grund b. Gstaad  
033 744 34 45  
079 513 51 06

Kinderbetreuung im Hotel, Chalet oder bei mir zu Hause.  
Tag und Nacht.

---

**Babysitting Gstaad**

Tanja Coulter  
033 744 03 22  
tanjajimmy@hotmail.com

Babysitting für Feriengäste und Einheimische und Feriengäste.

---

**Chinderhuus Ebnit, familienergänzende Kinderbetreuung**

Kindertagesstätte – Tageselternvermittlung – Beratung und Kurse

Chinderhuus Ebnit / Gstaad  
033 744 15 34  
info@ebnit.ch  
www.ebnit.ch

Tagesbetreuung in der Kindertagesstätte für Kinder im Alter von 18 Monaten bis 6 Jahren von Montag bis Freitag 07.30 – 19.00 Uhr. Tageselternvermittlung für Kinder ab 12 Monaten. Kosten: einkommensabhängig.

---

**Kinderbetreuung SRK**

Schweiz. Rotes Kreuz (SRK)  
Bern-Oberland  
033 225 00 87  
kinderbetreuung@srk-thun.ch  
www.srk-bern.ch

Ist die übliche Betreuung Ihrer Kinder ausgefallen? Haben Sie während Ihrer Arbeitszeit niemanden, dem Sie Ihr plötzlich erkranktes Kind anvertrauen können? Haben Sie gesundheitliche Probleme oder befinden Sie sich sonst vorübergehend in einer schwierigen Situation?

Unsere ausgebildeten Betreuerinnen kommen zu Ihnen nach Hause und sorgen für das Wohlbefinden Ihrer Kinder.

Montag bis Freitag, 8.00–11.30 Uhr.

### **Kinderhütendienst Gstaad**

Evang.-methodistische Kirche  
Esther Reichenbach  
033 744 32 16  
079 644 80 94  
f.reichenbach@bluewin.ch

Kinderbetreuung für Kinder bis ins Schulalter.  
Mittwoch 8.30 – 11.00 Uhr. Johanneskapelle Rütli Gstaad.  
Keine Anmeldung erforderlich. Kosten gratis.

---

### **Kindertagesstätte Obersimmental**

Cornelia Gsponer  
079 857 65 38  
kita\_os@bluewin.ch

Tagesbetreuung für Kinder im Alter von 3 Monaten bis 12 Jahren. Montag bis Freitag 7.00 – 18.30 Uhr.

---

### **Mittagstisch Gstaad**

Frauenverein Saanen  
Ruth Matti  
033 744 32 30

Mittagstisch ohne Altersbegrenzung. Donnerstag im Kirchgemeindehaus Gstaad.  
Anmeldung bis Mittwoch 12.00 Uhr.

---

### **Mittagstisch JuMiTi Gstaad**

Frauenverein Saanenland  
Elsbeth Aegerter  
079 618 71 40  
jumiti.osz@gmail.com

Mittagstisch für Schüler. Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag. Alte Turnhalle Schulhaus Ebnet Gstaad.  
Anmeldungen jeweils bis 8.00 Uhr.

---

### **Mittagstisch Lauenen**

Frauenverein Lauenen  
Erika Reichenbach  
033 765 30 46  
erikakobi@bluewin.ch

Mittagstisch im Winterhalbjahr 1 x pro Monat. Im Mehrzweckraum Schulhaus. Ohne Altersbegrenzung.

---

### **Spielgruppe Chäferhuus Zweisimmen**

Béatrice Müller  
033 722 36 12  
niklaus.mueller\_m@bluewin.ch

Spielgruppe für Kinder von 3 – 6 Jahren.  
1 – 2 mal wöchentlich 2 Stunden. Lenkstrasse 6, Zweisimmen.

**Spielgruppe Lenk**

Hanni Richner  
033 733 14 73

Spielgruppe für Kinder von 3 – 5 Jahren.  
Dienstag und Donnerstag 8.30 – 11.00 Uhr.

---

**Spielgruppe Sarina Playschool**

Kay Matti  
3780 Gstaad  
033 744 54 42  
kayematti@befast.ch

Spielgruppe für englisch- und deutschsprachige Kinder im Alter von 2,5 – 5 Jahren. Montag, Dienstag, Mittwoch, Freitag 8.30 – 11.30 Uhr. Im Winter jeweils 4 x pro Woche, sonst 3 x pro Woche, Wispile Gstaad.

---

**Spielgruppe Sonnenhüsli Saanen**

Anita Krebs  
3792 Saanen  
033 744 31 72  
familiekrebs@bluewin.ch

Freies, unbeschwertes Spielen mit Gleichaltrigen. Spielgruppe für Kinder ab 2,5 Jahren. Montag – Freitag 8.45 – 11.00 Uhr.

---

**Spielgruppe Spatzennest Saanen**

Verein Spatzennest  
Eveline Mösching  
3792 Saanen  
033 744 80 33

Spielgruppe von Eltern mit Hilfe der Eltern für Kinder ab 3 Jahren. Dienstag 14.30 – 17.00 Uhr. St. Anna-Kapelle Saanen.

---

**Spielgruppe St. Stephan**

Yvonne Matti  
033 722 42 28  
Ursula Rubi  
033 722 41 66

Spielgruppe für Kinder von 2 bis 4 Jahren. 1 bis 2 x wöchentlich 2 Stunden.

---

**Spielgruppe «Sunneschyn» Lenk**

Priska Rösti-Zeller  
033 733 22 15  
079 714 72 67

Spielgruppe für Kinder von 3 bis 6 Jahren. 2 x wöchentlich à 2,5 Stunden.

### **Tagesschulangebote der Gemeinde Saanen**

Schulsekretariat Saanen      Auskunft und Anmeldung über das Schulsekretariat Saanen.  
033 748 92 95  
schulsekretariat@saanen.ch  
www.schulen.saanen.ch

---

### **Tagesschulangebote der Gemeinde Zweisimmen**

Marianne Hodel      Pädagogisches Betreuungsangebot für Kinder (Kindergarten – 9.  
schulleitung@volksschule-zweisim-      Klasse). Öffnungszeiten sind abhängig vom Stundenplan, Aus-  
men.ch      kunft bei der Schulleitung Zweisimmen.  
www.volksschule-zweisimmen.ch

---

### **Waldspielgruppe «Naturzwärge» Gstaad**

Katrin Beetschen      Freitag 8.30 – 13.30 Uhr in einer Gruppe von ca. 10 Kindern,  
3785 Gsteig      begleitet von zwei erwachsenen Personen. Einstieg auch wäh-  
033 744 32 70      rend dem Jahr möglich. Fr. 45.– inkl. Mittagessen.  
076 385 88 86

---

### **Waldspielgruppe Schnäggetanz Zweisimmen**

Suzanne Klossner      Bewegungsfreude, Sinneserfahrungen, Naturerlebnisse für Kin-  
033 722 40 30      der von 3 – 5 Jahren. Donnerstag 9.00 – 11.30 Uhr. Schlegel-  
holz Blankenburg.

### **Aikido**

Simon Rickard  
3780 Gstaad  
033 744 69 71  
[www.aikijukudojo.com](http://www.aikijukudojo.com)

Japanische Selbstverteidigung. Für Kinder ab 7 Jahren: Dienstag 16.30 bis 17.45 Uhr. Für Jugendliche ab 14 Jahre: Dienstag und Freitag 19.30 bis 21.30 Uhr. Ort: Schulhaus Rütli Gstaad.

---

### **Babysitting-Kurs für Jugendliche**

Schweiz. Rotes Kreuz  
Claudia Gautschi-Gerber  
3770 Zweisimmen  
033 722 45 73  
[gautschi@osmail.ch](mailto:gautschi@osmail.ch)  
[www.srk-bern.ch](http://www.srk-bern.ch)

Jugendliche ab 12 Jahren lernen Kinder zu hüten.  
Kurszeiten auf Anfrage.

---

### **Badmintonclub Gstaad Int. / Badmintonclub Zweisimmen**

Jules van Enckevort  
3770 Zweisimmen  
033 722 36 37

Kinderbadminton ab 12 Jahre. Jeden Dienstag von 20.00 – 21.00 Uhr in der Sporthalle Ebnet/Gstaad.  
Im Sommer können Kinder und ihre Eltern jeweils den ganzen Tag in der Markthalle Zweisimmen Badminton spielen (der Schlüssel ist im Tourismusbüro Zweisimmen erhältlich).

---

### **Bibliothek Boltigen**

Gabi Gobeli  
033 722 45 76  
[fam.gobeli@bluewin.ch](mailto:fam.gobeli@bluewin.ch)

Donnerstag, 19.30 – 20.30 Uhr im Schulhaus Reidenbach

---

### **Bibliothek Lenk**

Anna Schläppi  
033 733 02 55

Ausleihe von Büchern und DVD's. Woche 17 und 18 geschlossen. Gäste herzlich willkommen. Öffnungszeiten:  
Montag 15.00 – 17.30 Uhr, Mittwoch 19.00 – 20.30 Uhr,  
Freitag 14.00 – 17.30 Uhr, Samstag 9.30 – 12.00 Uhr

### **Bibliothek Saanenland**

Kirchgemeindehaus Gstaad  
033 744 53 30  
www.bibliotheksaanenland.ch  
info@bibliotheksaanenland.ch

Ausleihe von Büchern, DVD's und Hörbüchern für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Zeitschriftenecke. Öffnungszeiten: Montag 18.00 bis 20.00 Uhr, Dienstag und Freitag 16.00 – 18.00 Uhr, Mittwoch 15.00 – 17.00 Uhr, Donnerstag 9.00 – 11.00, Samstag 10.00 – 12.00 Uhr.

---

### **Bibliothek Zweisimmen**

Bettina Kochsiek  
033 722 18 10  
biblio.2simmen@bluewin.ch

Ausleihe von Büchern, Kassetten, CD's, CD-ROM's, Hörbüchern, DVD's, Spielen und englisch- und französischsprachigen Medien für jedes Alter. Montag und Mittwoch, 15.30 – 17.00, 19.00 – 20.00 Uhr. Dienstag und Donnerstag 9.00 – 10.00 Uhr, Freitag 15.30 – 17.30 Uhr. Samstag 9.30 – 11.00 Uhr. Zweimal im Winter werden am Mittwoch-Nachmittag Geschichten erzählt.

---

### **Billard Club Gstaad**

Philipp Recker  
078 666 36 80  
philipp.recker@bluewin.ch

Billardtraining für Kinder und Jugendliche ab Körpergrösse ca. 1,40 m. Trainingszeiten auf Anfrage.

---

### **Bikey Kids School Gstaad**

Alpinzentrum  
033 748 41 61  
info@alpinzentrum.ch  
www.alpinzentrum.ch

Für die Kleinen, die gross raus wollen, bieten wir täglich Spiel und Spass auf dem Fahrrad an. Mit unseren Guides erlernen die Kinder spielend das Einmaleins des Fahrradfahrens (Alter: 8 – 14 Jahre).

---

### **Brass Band Harmonie Saanen**

Franziska Schletti  
079 279 31 19  
franziska.schletti@bluewin.ch

Ensemblespielen in Brass-Band-Besetzung.

---

### **Christliches Begegnungszentrum (CBZ Gstaad)**

033 744 12 41  
www.bewegungplus-gstaad.ch

Jugendgruppe: normalerweise am Samstagabend, ab ca. 16-jährig / Jungschar: ca. alle zwei Wochen am Samstagnachmittag, für Kinder und Teenies der 4. – 8. Klasse / Kindertreff: Mittwochnachmittag gemäss Programm für 4 – 9-jährige Kinder / Ort: CBZ Gstaad (Turbachstr. 58)

### Jugi-Team Gstaad

Turnverein Saanen-Gstaad  
Nadia Blum  
033 744 23 62  
[www.tvsaanen-gstaad.ch](http://www.tvsaanen-gstaad.ch)

Polysportives Turnen für Kinder im 4. – 9. Schuljahr. Gymnastik / Tanz / Geräteturnen / Leichtathletik – verbunden mit Spielen.  
Freitag 18.30 – 20.00 Uhr. Sporthalle Ebnet Gstaad.

---

### Eishockey EHC Lenk-Zweisimmen

Simon Bowee  
033 733 23 73  
[www.ehclenk-zweisimmen.ch](http://www.ehclenk-zweisimmen.ch)

Eishockey: Ab 5 Jahren Teilnahme an der Eishockeyschule zum Erlernen des Schlittschuhlaufens mit anschliessender Integration in die Nachwuchsmannschaften. 2x wöchentlich Training und Spiele an den Wochenenden. Ort: Eisbahn Lenk und Gstaad.

---

### Eisstockclub Zweisimmen Rinderberg

Bernhard Vorderegger  
033 722 17 24  
[www.eisstocksport.ch](http://www.eisstocksport.ch)

Eisstocksport für Jugendliche ab 9 Jahren. Trainiert werden ausdauer, Gewandtheit, Geschicklichkeit und Kraft. Im Sommer auf dem Asphalt beim Schulhaus Zweisimmen und im Winter auf der Kunsteisbahn Lenk.

---

### Evangelisches Gemeinschaftswerk EGW Gstaad

Rolf Rieben  
033 744 09 61  
  
Anna Bach  
033 744 12 14  
[www.egw-gstaad.ch](http://www.egw-gstaad.ch)

Jungschar: Wir spielen, erleben Abenteuer in der Natur und lernen mehr über das Leben mit Jesus. Für Kinder von der 3. – 6. Klasse, jede zweite Woche Samstag 13.30 – 16.45 Uhr. Ort: Evangelisches Gemeinschaftswerk, vis-à-vis Bäckerei Dubi Gstaad.  
T-Chat: Treffpunkt für Teenager von der 7. bis 9. Klasse jeden 2. Samstag 18.00 – 21.30 Uhr.  
Treffpunkt: Evangelisches Gemeinschaftswerk Gstaad

---

### Evangelisch methodistische Kirche EMK Gstaad

Daniel Reichenbach  
033 755 15 46  
[www.emk-gstaad.ch](http://www.emk-gstaad.ch)

Jungschar Kranich Gstaad: Freizeitaktivität für Kinder von 9 – 16 Jahren. Wir spielen in der Natur, hören Geschichten aus der Bibel und singen zusammen. Jeden dritten Samstag Nachmittag von 13.00 – 16.00 Uhr, Ort: EMK Gstaad (Gsteigstr. 6)

**Evangelisch methodistische Kirche EMK Lenk**

Fabian Rieben  
033 733 20 65

Jungschar Arche Lenk: Spielen im Wald, beim Bach, zusammen singen, Geschichten hören, Schnitzeljagd, Pizzaofen in der Natur bauen und ausprobieren, Geländespiele, Lager ... jeweils von 14.00 – 17.00 Uhr, alle zwei Wochen am Samstagnachmittag im Löwenzentrum.

Samuel Humm  
033 733 15 13

Teenagerclub Lenk: Identität, Eigenverantwortung, Selbstvertrauen und Selbstwert spielerisch in Erlebnispädagogik entdecken. Lebensfragen diskutieren und individuelle Antworten fördern. Alle zwei Wochen am Samstagabend ab 19.30 Uhr im Löwenzentrum.

Edith Perren  
033 722 29 09  
www.emk-gstaad.ch

Sonntagsschule/Kindergottesdienst: Spielen, singen, tanzen, Geschichten hören, basteln und Weihnachtstheater einüben. Kinder ab 4 bis 12 Jahren immer am Sonntag um 10.00 Uhr im Löwenzentrum.

---

**Ferien(s)pass Pro Juventute Obersimmental**

Claudia Gautschi  
033 722 45 73  
gautschi@osmail.ch

Kinder und Jugendliche im schulpflichtigen Alter haben die Möglichkeit an Kursen und Ausflügen die verschiedensten Aktivitäten kennen zu lernen oder sich darin zu vertiefen. Durchführung während 2 Wochen in den Sommerferien. Programmhefte werden via Schule verteilt.

---

**Ferienpass Pro Juventute Saanenland**

Yvonne von Siebenthal  
033 755 20 07  
yvonedaniel@bluewin.ch

Kinder und Jugendliche im schulpflichtigen Alter haben die Möglichkeit an Kursen und Ausflügen die verschiedensten Aktivitäten kennen zu lernen oder sich darin zu vertiefen. Durchführung während 2 Wochen in den Sommerferien. Programmhefte werden via Schule verteilt.

---

**Freie Missionsgemeinde Zweisimmen**

Brigitte Niederhauser  
033 733 33 04  
jb.niederhauser@sunrise.ch

Kinderstunde für Kinder von 4 – 8 Jahren. Biblische Geschichten hören, singen, basteln. 14-tägig Samstag 14.00 – 15.15 Uhr. Chalet Maranatha, Lenkstrasse 64, 3771 Blankenburg.



### Fussballclub FC Sarina Gstaad

Toni Bühler

079 333 30 19

t.buehler@benzhauswirth.ch

www.fcsarina.ch

Fussballtraining für Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren.  
Trainingszeiten auf Anfrage.

---

### Fussballclub FC Obersimmental

Toon Vanneste

079 713 36 29

junioeren-obmann@fcobersimmental.ch

www.fcobersimmental.ch

Fussballtraining für Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren.  
Trainingszeiten auf Anfrage.

---

### Geräteturnen Gstaad

Turnverein Saanen-Gstaad

Rolf Wenger

079 439 71 53

www.tvsaaenen-gstaad.ch

**Dienstag, Geräteturnen, Gruppe A**

18.00 – 20.00 Uhr / Sporthalle Ebnet

**Donnerstag, Geräteturnen, K0 – K2**

17.30 – 19.00 Uhr / Sporthalle Ebnet

**Dienstag, Geräteturnen, K3 – K7**

18.00 – 20.00 Uhr / Sporthalle Ebnet

---

### Geräteturnen Zweisimmen

Turnverein Zweisimmen

Steffi Rösti

079 608 57 83

Geräteturnen für Mädchen und Knaben K1 – K7. Mittwoch, 17.45 – 20.00 Uhr und Freitag, 17.00 – 19.00 Uhr. Schulhaus Gwatt, Zweisimmen.

---

### Heilpädagogisches Reiten

«Alegria» Reitpädagogik

Oliver von Grünigen

3780 Gstaad

079 222 53 73

Heilpädagogisches Reiten, therapeutisches Reiten, Reitpädagogik. «Alegria» bietet nicht Reitstunden im üblichen Sinne, sondern viel mehr: Umgang und Pflege des Pferdes, Spass und Spiel sowie Reitunterricht für alle (auch Kinder mit Beeinträchtigung und/oder Schwierigkeiten und/oder Behinderung). Es werden Einzellektionen sowie Gruppenstunden angeboten.

### Heilsarmee Saanenland

Margrit und Ueli Schopfer  
3792 Saanen  
033 744 72 00  
ueli\_schopfer@swi.salvationarmy.org

Mini- und Midi Club: Singen, Spiele, Biblische Geschichten für Kinder von 5 – 10 und von 11 – 14 Jahren.  
Beratung bei Schwierigkeiten mit Kindern und Jugendlichen.  
Kinderprogramm: Bitte nachfragen.

---

### JO SAC Oldenhorn

Daniela Teuscher  
032 530 21 80  
079 262 83 08  
jugend@sac-oldenhorn.ch  
www.sac-oldenhorn.ch

Bergsteigen, Klettern und Skitouren. Kinderbergsteigen für Kinder von 9 – 13 Jahren und Jugendliche von 14 – 22 Jahren, Ab 14 Jahren am Donnerstagabend Klettertraining in der Halle und im Sommer in umliegenden Klettergärten. An Wochenenden Berg-, Kletter- und Skitouren nach Programm.

---

### JO SAC Wildhorn

info@sac-wildhorn.ch  
www.sac-wildhorn.ch

Bergsteigen, Klettern und Skitouren. Für Kinder und Jugendliche von 6 – 22 Jahren. Im Winter Skitouren und Klettertraining in der Halle. Im Sommer Sportklettern und Bergsteigen.

---

### JO Skiclub Grund Ski alpin

Yvan von Grünigen  
079 749 24 41  
josgrund@hotmail.ch  
www.scgrund.ch

Förderung des Skisportes für Kinder und Jugendliche ab 1. Schuljahr. Konditionstraining im Herbst. Wöchentlich 1 – 2 Skitrainings im Winter.

---

### JO Skiclub Gstaad Ski alpin und nordisch

Christoph Däpp (alpin)  
079 395 59 71  
jogstaad@bluewin.ch  
Christian Hauswirth  
(Skispringen)  
033 744 96 84  
chr.hauswirth@bluewin.ch  
www.skiclubgstaad.ch

Ski- und Skispringtraining für Kinder ab 1. Schuljahr. Im Winter wöchentliches Training. Im Herbst Konditionstraining. Ziel ist es, den Kindern die Freude am Skisport zu vermitteln.

### **JO Skiclub Lenk Ski alpin, nordisch und Snowboard**

Markus Trachsel  
078 806 78 92  
www.skiclub-lenk.ch  
info@skiclub-lenk.ch

Wöchentliches Hallentraining im Herbst, sowie Skifahren- und Langlauf- und Snowboardtraining im Winter für Kinder und Jugendliche.

---

### **JO Skiclub Saanen Ski alpin**

Beat Mösching  
078 752 26 67  
jbeat@saanenland-kuechen.ch  
www.scsaanen.ch

Skitraining für Kinder und Jugendliche ab 1. Schuljahr. Konditionstraining in der Halle im Herbst. Wöchentliche Skitrainings von Dezember bis März.

---

### **JO Skiclub St. Stephan Ski alpin**

Hermann Rösti  
033 722 41 94  
info@sc-ststephan.ch  
www.sc-ststephan.ch

Skifahrtraining wöchentlich. Teilnahme an Skirennen und gemeinsame sportliche und abenteuerliche Ausflüge.

---

### **JO Skiclub Zweisimmen Ski alpin und nordisch**

Marina Janzi (alpin)  
079 568 44 25  
jo-alpin@skiclub-zweisimmen.ch  
Sonja Kurt  
079 424 11 76  
jo-nordisch@skiclub-zweisimmen.ch  
www.skiclub-zweisimmen.ch

Skifahren- und Langlauftraining für Kinder und Jugendliche.

---

### **JO Snowboard Saanenland SNSA**

Sarah Grünig  
079 217 99 44  
sarahgruenig@gmx.ch

Snowboardtraining, Freeride, Freestyle. Ab Wintersaisonstart jeden Mittwoch um 14.00 Uhr bei der Talstation Saanersloch Saanenmöser. In Zusammenarbeit mit PURE (Snowboarding) Gstaad.

### Judoclub Saanenland

Christian Ryter  
033 744 24 65  
ch.ryter@gmail.com  
www.jcsaanenland.ch

Judo ist eine Kampfsportart aus Japan. Es werden Würfe und Bodentechniken geübt sowie die richtige Falltechnik, damit Verletzungen verhindert werden. Judo gibt ein gesundes Selbstvertrauen und Disziplin.

---

### Jugendarbeit Saanenland-Obersimmental

#### Gstaad

033 744 57 40  
079 820 39 32  
info@jugasaanen.ch  
www.jugasaanen.ch

#### Lenk

079 906 47 62

#### Zweisimmen

079 128 28 86  
www.jugaobersimmental.ch

Die offene Kinder- und Jugendarbeit (oKJA) schafft Möglichkeiten zur Begegnung, begleitet Kinder und Jugendliche in Schülertreffs, im Jugend- und Freizeitzentrum (JFZ) Oeyetli, im öffentlichen Raum und in Projekten. Sie ist an den Interessen und der Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen orientiert, fördert deren Selbstbestimmung sowie deren soziale Mitverantwortung. Die Anlaufstellen bieten den Kindern, Jugendlichen und deren Bezugspersonen bei jugendrelevanten Fragen und Problemen Unterstützung.

Zielgruppe: Kinder und Jugendliche im Alter von 6 – 20 Jahren.

---

### Jugend- und Freizeitzentrum Oeyetli

3792 Saanen  
033 744 03 68  
079 698 82 64  
info@oeyetli.ch  
www.oeyetli.ch

Raumvermietung für Anlässe. Bike- und Skatepark.

---

### Jugendforum Saanen

Gemeindeverwaltung Saanen  
Sozialsekretariat  
033 748 92 10  
sozialsekretariat@saanen.ch  
www.saanen.ch

Vertretung von jugendpolitischen Anliegen, Förderung der Verbindung zwischen Gemeinde und Jugendlichen, Stellungnahme zu jugendpolitischen Themen, Organisation von Jugendprojekten. Für Jugendliche im Alter von 14 – 20 Jahren.

### Jugendriege Zweisimmen

Turnverein Zweisimmen

Cornelia Kunz

033 722 04 57

Renate Lanz

033 722 29 52

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

---

Jugendriege für Mädchen und Knaben vom 1. – 9. Schuljahr.  
Diverse Zeiten auf Anfrage. Schulhaus Gwatt Zweisimmen.

### Jugendtanzgruppe Boltigen

Turnverein Boltigen

Susanna von Allmen

079 374 53 88

[vonallmena@bluewin.ch](mailto:vonallmena@bluewin.ch)

---

Tanzen für Mädchen ab 11 Jahren. Freitag, 17.30 – 19.00 Uhr.  
Turnhalle Reidenbach.

### Jugi Boltigen

Turnverein Boltigen

Silvan Knöri

079 788 62 69

---

Turnen für Knaben ab 11 Jahren. Freitag, 19.00 – 20.30 Uhr.  
Turnhalle Reidenbach.

### Jugi Lenk

Stefan Michel

076 518 84 00

[stefanmi@postmail.ch](mailto:stefanmi@postmail.ch)

[www.jugi-lenk.ch](http://www.jugi-lenk.ch)

---

Polysportives Turnen. Leichtathletik, Geräteturnen, Kondition,  
Kraft, Spiel.

Knaben 1. – 4. Klasse, Freitag 17.15 – 18.30 Uhr

Knaben 5. – 9. Klasse, Freitag 18.30 – 20.00 Uhr

Turnhalle Kuspo

### Jungjodlerchor Saanenland

Barbara Kohli

033 755 14 29

079 263 88 63

Wir singen jeden Dienstag zusammen, üben neue Lieder,  
repetieren Bekanntes und legen auch viel Wert auf Kamerad-  
schaft und frohes Beisammensein. Wir unternehmen gemein-  
same Ausflüge und vor allem Auftritte.

### **Junioren Golf**

Golfclub Gstaad-Saanenland  
Brigitte Hammer  
033 748 40 30  
sekretariat@golfclubgstaad.ch  
www.swissgolfnetwork.ch

Golftraining für Kinder ab ca. 12 Jahren. Das Training findet von Mai bis Oktober wöchentlich statt.

---

### **Karate Gstaad und Zweisimmen**

Kenseikan Karate-Do  
Saanen-Gstaad-Zweisimmen  
Roland Pfäffli  
079 356 14 77  
roland.pfaeffli@skas.ch  
www.skas.ch

Trainingszeiten Gstaad:  
Erwachsene und Jugendliche: Dienstag 19.15 – 20.15 Uhr und Freitag 19.00 – 20.30 Uhr  
Kinder: Dienstag und Donnerstag 17.00 – 18.00 Uhr  
Trainingszeiten Zweisimmen:  
Montag und Freitag 17.00 – 18.00 Uhr  
Gratis Schnuppertraining, Einstieg laufend möglich.

---

### **Kinderkirchenchor Gstaad «Kiki-Chor»**

Reformierte Kirchgemeinde Saanen  
Sekretariat Kirchgemein-  
dehaus Gstaad  
033 744 88 48  
kirchgemeinde@kultursaanen.ch  
www.kirchesaanen.ch

Kinderkirchenchor für Kinder, die Freude am Singen haben und fröhliche Gemeinschaft (ab Kindergarten). Proben: Montag, 16.15 – 17.15 Uhr im Kirchgemeindehaus Gstaad. Chorleiterin: Felicitas Hänni, Tel. 033 744 52 44.

---

### **Kinderspielplatz / Streichelzoo / Ponyreiten**

Stiftung Alpenruhe  
3792 Saanen  
033 748 72 11

Kinderspielplatz, Streichelzoo, Ponyreiten, Kindereisenbahn.

---

### **Kindertanzen – Kreatives Musizieren und Bewegen**

Musikschule Saanenland-Obersimmental  
Dorothea von Fellenberg  
033 744 92 64  
www.msso.ch

Kreatives Musizieren und Bewegen für Kinder im Alter von 6 – 9 Jahren. Rhythmik- und Tanzstudio Jomen/Gstaad, Kurszeiten auf Anfrage. Unterrichtsorte Obersimmental und Saanenland.

### Kinderturnen Gsteig

Turnverein Gsteig-Feutersoey  
Monika Perreten  
033 755 21 62  
www.tvgsteig-feutersoey.ch

Polysportives Turnen für Kinder im Alter von 6 – 8 Jahren. Montag 17.30 – 18.30 Uhr. Turnhalle Gsteig. Kosten Fr. 30.– pro Jahr.

---

### Kinderturnen Lenk

Damenturnverein Lenk  
Nicole Mätzler  
033 733 06 53

Turnen für Kinder ab 5 Jahren. Dienstag von 16.00 – 17.00 Uhr. Turnhalle Schulhaus Lenk.

---

### Kletterhalle Vertical Gstaad

Peter Sollberger  
076 341 88 80  
www.verticalgstaad.ch

Indoor-Klettern und Bouldern. Für alle Kinder und Jugendliche ab 7 Jahren, die Interesse am Klettern haben.  
Öffnungszeiten der Kletterhalle Ebnet/Gstaad (ohne Betreuung):  
Montag bis Freitag: 17.00 – 22.00 Uhr  
Samstag und Sonntag: 8.00 – 22.00 Uhr

---

### Mädchenriege Boltigen

Turnverein Boltigen  
Monika Bichsel  
079 671 65 12

Turnen für Mädchen ab 11 Jahren. Dienstag 18.30 – 20.00 Uhr. Turnhalle Reidenbach

---

### Mädchenriege Lenk

Damenturnverein Lenk  
Marianne Hänni  
033 733 06 54

Polysportives Turnen. Leichtathletik, Geräteturnen, Kondition, Kraft, Spiel. Mädchen 1. – 4. Schuljahr, Donnerstag 17.00 – 18.00 Uhr. Mädchen 5. – 9. Schuljahr, Donnerstag 18.00 – 19.00 Uhr. Turnhalle Kurs- und Sportzentrum Lenk KUSPO.

---

### Malen für Kinder

Päivi Worni  
3780 Gstaad  
033 744 48 38  
paeivi.worni@gmail.ch

Malen und Modellieren mit Ton für Kinder in jedem Alter, in Gruppen oder einzeln. Auch Maltherapie möglich. Zeiten nach Vereinbarung im «Malatelier Bissen».

### **Musikgesellschaft Gstaad**

Louis Lanz  
033 744 09 40  
web\_admin@mg-gstaad.ch  
www.mg-gstaad.ch

Musikverein mit Blech-, Holz- und Schlagzeuginstrumenten. Diverse öffentliche Auftritte über das Jahr verteilt. Alter: 11- bis 75-jährig. Freitag 19.30 – 22.00 Uhr. Ort: Aula oder Rüttiturnhalle, Gstaad. Für Kinder und Jugendliche besteht zusätzlich die Möglichkeit im Jugendensemble mitzuspielen.

---

### **Musikgesellschaft Lenk**

Heidi Bucher  
033 733 37 36

Wir spielen in Brass-Band-Besetzung in der 3. Stärkeklasse. Unser Hauptprobentag ist Mittwoch (Zusatzproben am Freitag).

---

### **Musikgesellschaft Zweisimmen**

Beatrice Zeller  
033 722 21 20  
www.mgzweisimmen.ch

Musikgesellschaft in Harmoniebesetzung. Neue Bläser und Schlagzeuger sind jederzeit herzlich willkommen.

---

### **Musikunterricht**

Musikschule Saanenland-Obersimmental

Michael Bach  
033 748 17 77  
msso@bluewin.ch  
www.msso.ch

Musikunterricht für alle Altersstufen und Instrumente (Frühmusikalische Erziehung – Einzelunterricht für Erwachsene).

---

### **Nothelferkurs**

Samariterverein Lenk  
Ruth Kilchör  
033 733 28 34  
ruth.kilchoer@bluewin.ch

Nothelferkurs 5 x 2 Stunden. Dienstag und Freitag 19.00 – 21.00 Uhr für 8. und 9. Klasse. Kursdaten auf Anfrage.

---

### **Nothelferkurs**

Samariterverein St. Stephan  
Gaby Siegfried  
033 722 33 90  
info@sv-ststephan.ch  
www.svststephan.ch

Nothelferkurs: Freitag 19.00 – 22.00 Uhr und Samstag 8.00 – 12.00 Uhr / 13.00 – 16.00 Uhr für 8. und 9. Klasse. Kursdaten siehe Webseite.



### **Nothelferkurs**

Samariterverein Zweisimmen  
Erika Grünenwald  
078 723 94 34  
www.samariterzweisimmen.jimdo.ch

Nothelferkurs 5 x 2 Std. jeweils Dienstag- und Freitagabend für Jugendliche ab der 8. Klasse. Kursdaten auf Anfrage.

---

### **Polysport Gstaad**

Turnverein Saanen-Gstaad  
Abteilungsleiterin Jugend  
033 744 23 62  
www.tvsaanen-gstaad.ch

Polysport für Kinder vom 1. – 3. Schuljahr.  
Donnerstag 17.30 – 19.00 Uhr. Sporthalle Ebnet Gstaad.

---

### **Posaunenchor Gstaad**

Daniel Welten  
033 744 63 07  
r-d.welten@bluewin.ch

Im Posaunenchor mit Brass-Band-Besetzung spielen Kinder, Jugendliche und Erwachsene ein Blechinstrument, Schlagzeug oder verschiedene Perkussionsinstrumente. Wir proben für verschiedene Konzerte, kleinere Auftritte und spielen an Gottesdiensten. Proben Freitag 20.00 Uhr. Ort: EGW (vis-à-vis Dubi-Bäckerei) Gstaad.

---

### **Reformierte Kirchgemeinde Boltigen**

Vreni Maurer  
033 733 64 93  
hvmaurer@hotmail.ch  
www.kirche-boltigen.ch

KiKi BO «Kinder Kirche Boltigen» gemäss Ausschreibung Kirchenblatt jeweils samstags von 9.00 – 11.30 Uhr. Gemeinsames Basteln, Spielen und biblische Geschichten hören im Jugendtreff Boltigen (Brüggmatte), spezielle Anlässe und freiwillige Jugendarbeit für Kinder und Jugendliche von der 5. – 9. Klasse.

---

### **Reformierte Kirchgemeinde Gsteig-Feutersonoy**

Wolfgang Feller  
033 755 20 01  
wolfgang.feller@bluewin.ch  
www.kirchgemeinde-gsteig.ch

Kinderkirche für Kinder von 4 – 7 Jahren. Geschichten, Basteln, Spielen und Singen.

**Reformierte Kirchgemeinde Lauenen**

033 765 30 25  
chuengi@bluewin.ch

Kindergottesdienste: 2 x pro Monat erzählen wir biblische Geschichten, spielen und singen. Für Kinder ab 4 Jahren bis 3. Klasse. Freitagnachmittag von 13.30 – 16.00 Uhr  
Junge Kirche: 1 x pro Monat Spiel und Spass für Jugendliche.

---

**Reformierte Kirchgemeinde Lenk**

Klaus Stoller  
033 733 36 56

---

**Reformierte Kirchgemeinde Saanen**

Sekretariat  
033 744 88 48  
kirchgemeinde@kultursaanen.ch  
www.kirchesaanen.ch

Kinderbibelwoche für Kinder von 5 – 9 Jahren in den Frühlingsferien im Schulhaus Rütli Gstaad.  
Kinderlager 3. – 7. Schuljahr, 1 Woche in den Sommerferien.  
CEVI Jungschar ab 1. Schuljahr (jeweils Mittwochnachmittag).  
Sonntagsschule Turbach: Jeweils Sonntagmorgen zwischen Herbst- und Frühlingsferien.  
Kinderstern Schönried: Jeweils Dienstagnachmittag.  
Familiengottesdienste: siehe Anzeiger (Kinderkirche für alle Kinder ab 4 Jahren).  
Sporadische Kurse. Daten und Angebote erscheinen im Anzeiger von Saanen. Seelsorge und Beratung durch Pfarrämter Saanen-West, Saanen-Ost, Gstaad.  
Kinderkirchenchor im Kirchgemeindehaus Gstaad.  
Chorleiterin: Frau Felicitas Hänni, Tel. 033 744 52 44

---

**Reformierte Kirchgemeinde St. Stephan**

Pfarramt  
033 722 14 14  
www.ref-ststephan.ch

Kinderkirche «Rägeboge» für Kinder von 3 – 9 Jahren. Biblische Geschichten, Singen, Spielen, Basteln. Samstag 9.30 – 11.30 Uhr im Kirchenraum Matten.

### Reformierte Kirchgemeinde Zweisimmen

Pfarrer Günter Fassbender

Pfarrer Alfred Müller

033 722 12 69

info@refkirchezweisimmen.ch

www.refkirchezweisimmen.ch

Treffen für Eltern mit Kleinkindern, 2x monatlich Donnerstag

15.00 – 17.00 Uhr, Montag 9.00 – 11.00 Uhr

Sonntagsschule, Jungschar und Ferienlager für Jugendliche, Jugendtreff. Im Rahmen der Erwachsenenbildung finden Anlässe zum Thema Erziehung und Familie statt.

---

### Römisch-katholisches Pfarramt

Thomas Müller

033 744 11 41

r.kath.gstaad@bluewin.ch

Die Katholische Pfarrei für das Saanenland und Obersimmental bietet Religionsunterricht auf allen Stufen. Ministrantinnen und Ministranten sind sehr willkommen. Ausflüge.

---

### Schachclub Saanenland

Mario Zoppas

033 744 40 75

mario.zoppas@bluewin.ch

Schach spielen für Schüler und Schülerinnen Montag (ausser Schulferien) 18.15 bis 19.30 Uhr. Ort: Cafeteria Spital Saanen. Bitte vorher telefonieren.

---

### Schachklub Simme

Beat Stucki

033 773 64 73

079 370 37 50

stucki.boltigen@bluewin.ch

Training, Spiel und Spass für Jung und Alt.

Dienstag ab 19.00 Uhr im Alterszentrum Bergsonne Zweisimmen. Schnuppern jederzeit möglich!

---

### Schwimmkurse Gstaad

Sportzentrum Gstaad AG

033 748 80 90

info@sportzentrum-gstaad.ch

www.sportzentrum-gstaad.ch

Schwimmkurse für Babies bis Jugendliche.

Gutschein/Bon für Familienhallenbadtag (siehe Seite 40)

---

### Schwimmkurse Lenk

Anni Hübschi

033 733 26 05

anni.h@gmx.ch

Schwimmkurse und Wassergewöhnung für Kinder ab 4 Jahren (Abzeichen swimsports.ch). Privatschwimmkurs für Kinder und Erwachsene. Die Kurse finden im Erlebnisbad Wallbach (Lenk) statt.

### **Schwimmkurse Zweisimmen**

Katja Hinni  
033 722 35 75  
077 414 04 07  
katja.hinni@bluewin.ch

Schwimmkurse für Anfänger und Fortgeschrittene. Von der Wassergewöhnung bis zum Techniktraining. Für Kinder ab 4 Jahren im Freibad Zweisimmen.

---

### **Schwimm- und Wettkampftraining**

Schweiz. Lebensrettungsgesellschaft SLRG

Sandy Fäh  
033 744 11 14  
www.slrp.ch/thun-oberland

Schwimmen, Tauchen, Retten und Wasserspiele für Jugendliche im Alter von 10 – 15 Jahren. Dienstag 18.00 – 19.15 Uhr im Hallenbad Gstaad.

---

### **Schwingclub Saanenland**

Marcel Trachsel  
033 744 01 31  
079 713 23 22  
marcel.barbara@bluewin.ch

Schwingen für Kinder und Jugendliche. Jeden Mittwoch und Freitag von 18.45 – 20.00 Uhr. Ort: Schulanlage Ebnet, im Schwingkeller. Armin Müllener, tech. Leiter, 079 401 13 48. Alle 3 Wochen im Wechsel mit Boltigen/St. Stephan/Gstaad.

---

### **Seilpark Zweisimmen**

Alpinzentrum  
033 748 41 61  
info@alpinzentrum.ch  
www.alpinzentrum.ch

Der Seilpark in Zweisimmen bietet 5 Parcours mit unterschiedlichen Schwierigkeiten. Abwechslungsreiche Seilbrücken, ver-rückte Tyrolienne und wagemutige Sprünge fordern die Kinder in Höhen von 3 – 22 m über dem Boden. Die Mindestgrösse für Kinder beträgt für die Kinderparcours 1.20 m und für die andern Parcours 1.40 m.

---

### **Ski- und Snowboardunterricht Gstaad**

Gstaadsnowsports.ch  
033 744 18 65  
www.gstaadsnowsports.ch

Skunterricht ab 3 Jahren, Snowboardunterricht ab 6 Jahren. Jeweils ab Weihnachten bis ca. Mitte März. Wispile Skischul-platz Gstaad, 10.00 – 12.00 oder 10.00 – 15.00 Uhr.

### **Ski- und Snowboardunterricht Saanenmöser**

Alpinzentrum

033 744 10 44

ski@alpinzentrum.ch

www.alpinzentrum-snowsports.ch

Willkommen in unserem Klassenzimmer. Skipass statt Taschenrechner und die Bretter als Studienobjekt. Unsere Schneesportschule bietet lehrreiche Tipps und unvergessliche Abenteuer. Unsere Skilehrer zeigen den Kindern, wie die Piste zum Malbuch wird.

Mini Kids Unterricht ab 3 Jahren von 10.00 – 12.00 Uhr auf unserem privaten Snowli-Kinder-Skigelände. Ski- und Snowboard-Kindergruppenunterricht von 10.00 – 12.00 Uhr.

Treffpunkt: Skischulsammelplatz Saanenmöser

Zeit: Montag bis Freitag

---

### **Ski- und Snowboardunterricht Zweisimmen**

Kurt Müller

079 235 13 27

www.skischule-zweisimmen.ch

Ski- und Snowboardunterricht für Kinder von 4 – 16. Jahren. Skirennen für Gruppen, Klassen. Spielfeste. Muki/Vaki-Skifahren für Kinder von 2 – 5 Jahren. Montag, Dienstag und Mittwoch 14.30 – 15.30 Uhr.

---

### **Sportzentrum Gstaad AG**

033 748 80 90

info@sportzentrum-gstaad.ch

www.sportzentrum-gstaad.ch

Hallenbad, Freibad, Tennis, Badminton, Minigolfanlage, Curling, Kinderspielplatz für Kinder jeden Alters. Bewegungsprogramm für Kinder ab 2 Jahren.

---

### **Tennis Club Lenk**

Denise Hunziker

079 453 89 39

denise.lenk@bluewin.ch

www.tennisclublenk.com

Wöchentliches Training (1 Stunde) von Mai bis Oktober, ab Kindergarten-Alter, freies Tennisspielen während der ganzen Sommersaison.

1 Woche Tennislager in Lenk während den Sommerferien.

---

### **Turnverein Saanen-Gstaad**

Esther Wenger

079 506 94 81

tv@tvsaaenen-gstaad.ch

www.tvsaaenen-gstaad.ch

### **Turnverein Zweisimmen**

Daniel Dumont

033 722 23 28

d.dumont@bluewin.ch

www.tvzweisimmen.ch

Bietet Turngelegenheit für jedes Alter.

---

### **Unihockey Gstaad**

Turnverein Saanen-Gstaad

Jonas Bach

079 936 44 12

www.tvsaanen-gstaad.ch

Unihockey ab 9. Schuljahr. Mittwoch 20.15 – 21.50 Uhr. Sport-  
halle Ebnet Gstaad.

---

### **Veloclub Saanenland**

Stephan Friedli

078 773 25 05

www.vcsaanenland.ch

Gemeinsames Biken. Mittwoch 18.45 Uhr. Treffpunkt Kapälli-  
platz Gstaad.

---

### **Verkehrsdienst**

Verkehrskadetten Saanenland

Marco Romang

079 392 04 74

info@vk-saanenland.ch

www.vk-saanenland.ch

Bei Grossanlässen (Beach, Tennis, Polo etc.) den Verkehr regeln  
auf Kreuzungen und die Besucher auf die Parkplätze einwei-  
sen. Für Jugendliche ab 13 Jahren. Im Frühling 6 – 8x Ausbil-  
dung. Einsätze im Sommer, einzelne im Winter.

---

### **Volleyballclub Obersimmental**

Madeleine Zahler

033 722 41 02

mm.zahler@bluewin.ch

www.vbcobersimmental.ch

Volleyball für Kinder und Jugendliche.

Mini: Ab 10 Jahre bis 6./7. Klasse, Montag 17.30 – 19.00 Uhr.

U17: 7.–9. Klasse, Mittwoch, 18.00 – 20.00 Uhr.

U23: Ab 9. Klasse, Freitag, 19.45 – 21.45 Uhr

Ort: Jeweils Mehrzweckhalle St. Stephan (ausser U23 Nov. –  
März in Schönried, Turnhalle).

Kinder und Jugendliche aus dem Saanenland sind willkom-  
men!

### Aids

www.ahbe.ch

Beratungen zu AIDS und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten.

---

### Alimentenbevorschussung und Inkasso (Obersimmental und Saanenland)

Sozialdienst Saanenland

033 748 92 70

sozialdienst@saanen.ch

www.saanen.ch

Die Alimentenfachstelle steht bei Problemen rund um diesen Bereich unentgeltlich zur Verfügung.

---

### Alzheimerangehörigengruppe

Silvia Ueltschi,

Angehörigengruppenleiterin

033 755 12 30

079 295 01 76

Die Gruppe steht Angehörigen von Menschen, die von der Alzheimer- oder einer anderen Demenzkrankheit betroffen sind, offen. Wir treffen uns einmal monatlich von 14.00 – 16.00 Uhr im Spital Saanen zum Austausch.

Kathrin Häberli,

Beratungsstelle Demenz

033 438 10 18

---

### Babymassagekurs (Einstieg in Babymassage)

Mütter- und Väterberatung

Stützpunkt Zweisimmen

033 722 04 08

zweisimmen@mvb-be.ch

Babymassagekurs für Eltern von Säuglingen. Kurszeiten auf Anfrage.

---

### Beratungsstelle Ehe Partnerschaft

Beat Siegfried (Psychologe FSP)

033 221 45 75

079 310 26 42

eheberatung@bluewin.ch

www.berner-eheberatung.ch

Offizielle Beratungsstelle für Paare, Familien und Einzelpersonen in Beziehungsfragen. Konfessionell und politisch neutral. Beratungen in Zweisimmen, Saanenmöser und Thun. Termine nach telefonischer Vereinbarung.

**bfu Schweiz. Beratungsstelle für Unfallverhütung**

3008 Bern  
031 390 22 22  
info@bfu.ch

---

**Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung Oberland**

|  |   |
|--|---|
| BIZ Thun   | Persönliche Beratung nach Vereinbarung.   |
| 031 635 59 00  | Information, Infothek und Kurzgespräche (ohne Voranmeldung): Di. 15.00 – 17.00, Mi./Do. 15.00 – 19.00 Uhr |
| 031 653 59 10  |   |
| <a href="http://www.be.ch/berufsberatung">www.be.ch/berufsberatung</a> |   |

---

**Blaues Kreuz Saanenland**

|                      |   |
|----------------------|---|
| Hansueli Reichenbach | Beratung und Betreuung von Menschen mit Alkoholproblemen. Bei Bedarf auch Gruppengespräche mit Betroffenen und Angehörigen. |
| 033 744 75 13        |   |

---

**Brockenstube Heilsarmee**

|               |  |
|---------------|--|
| Ueli Schopfer | Öffnungszeiten: Freitag 13.15 – 17.00 Uhr, ausserdem Februar bis November Donnerstag 13.15 – 15.00 Uhr. An Saanenmarkttagen von 09.00 – 16.00 Uhr. |
| 033 744 72 00 |  |

---

**Brockenstube Saanen**

|                         |  |
|-------------------------|--|
| Frauenverein Saanenland | Öffnungszeiten: Dienstag 8.30 – 11.00 Uhr, Donnerstag 13.30 – 16.00 Uhr und letzter Samstag im Monat 8.30 – 11.00 Uhr sowie an Markttagen. |
| 033 744 53 66           |  |



### **Brockenstube St. Stephan**

Frauenverein St. Stephan

033 722 16 25

Sehr günstige Einkaufsmöglichkeit von Secondhandwaren (Kleider, Wäsche, Spielsachen, Möbel). Öffnungszeiten jeden Dienstag und 1. Samstag des Monats 9.00 – 11.00 / 14.00 – 16.00 Uhr.

---

### **Deutschkurs für Mütter und Kinder Gstaad**

HEKS Integrationsprojekte HIP

Christine Bach

033 744 62 18

hip@heks.ch

<http://hip.heks.ch>

Deutschkurse für fremdsprachige Mütter und ihre Kinder im Vorschulalter (auf Anfrage).

---

### **ElternLehre – mehr wissen, sicherer erziehen**

Verein Elternbildung Kanton Bern VEB

031 633 76 42

[www.elternbildung-be.ch](http://www.elternbildung-be.ch)

Eine Ausbildung, die Eltern während den ersten zwei Lebensjahren ihres Kindes begleitet, informiert und stärkt, damit Kinder fit für das Leben, für Spielgruppe, Kindergarten und Schule werden. Kurszeiten auf Anfrage.

---

### **Eltern- und Familienberatung**

Ursula Breuninger

079 363 91 75

[uk.breuninger@bluewin.ch](mailto:uk.breuninger@bluewin.ch)

Beratung bei Familien- und Erziehungsproblemen. In beratenden Gesprächen werden mit allen Beteiligten individuelle Lösungen aus scheinbar ausweglosen Situationen erarbeitet. Termine nach Vereinbarung.

---

### **Elterntraining**

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

---

### **Erziehungsberatung Spiez + Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst**

Kant. Erziehungsberatung

Spiez-Oberland

031 635 99 00

[eb.spiez@erz.be.ch](mailto:eb.spiez@erz.be.ch)

[www.erz.be.ch](http://www.erz.be.ch)

Beratung von Kindern, Jugendlichen, Eltern, Familien und Schulen bei Lern-, Leistungs- und Verhaltensauffälligkeiten. Die Konsultationen sind kostenlos. Anmeldungen telefonisch oder schriftlich. Anmeldungen durch Schulen schriftlich im Einverständnis mit den Eltern.

**FaPla Thun** (Familienplanung)

Zentrum für Verhütung, Sexualität und Familienplanung  
Spital STS AG Thun  
033 226 29 05  
faplathun@spitalstsag.ch  
www.spitalstsag.ch

Beratungen zu den Themen: Gewünschte und ungewünschte Schwangerschaft, Verhütung, Sexualität, Kollektive Beratung von Schulklassen über Verhütung.  
Die Beratungen sind kostenlos und vertraulich, auch für Minderjährige.

---

**Fit für Kindergarten und Schule**

Kant. Erziehungsberatung  
Spiez-Oberland  
033 635 99 00  
eb.spiez@erz.be.ch  
www.erz.be.ch

Der Kurs soll Eltern aufzeigen, welche grundlegenden Fertigkeiten Kindergarten und Schule voraussetzen und was Kinder von ihren Eltern brauchen, um sich solche Fertigkeiten in der Vorschulzeit anzueignen. Kurse für Eltern mit Vorschulkindern im Alter zwischen 2 und 5 Jahren. Kurszeiten auf Anfrage.

---

**frabina**

3008 Bern  
031 381 27 01  
info@frabina.ch

Beratungsstelle für Frauen und binationale Paare. Es werden Einzel- und Paargespräche angeboten.

---

**FrauenForum Saanenland**

033 744 67 81  
frauenforum.saanenland@bluewin.ch

Ermutigt Frauen, vermehrt Verantwortung in der Öffentlichkeit zu übernehmen. Dies erfolgt durch Informationsabende und Fortbildungsangebote zu aktuellen Themen.

---

**Frauenhaus Thun-Berner Oberland**

033 221 47 47  
info@frauenhaus-thun.ch

Telefonische Beratung für Frauen, welche von häuslicher Gewalt betroffen sind.

---

**Frauenzentrale BE**

031 311 72 01  
sekretariat@frauenzentralebern.ch  
ww.frauenzentralebern.ch

Budget-, Rechts- und Vorsorgeberatung  
Angebot für Frauen und Männer. Termine nach telefonischer Vereinbarung.

### **fraw – frau arbeit weiterbildung**

Beratungsstelle  
031 311 41 82  
www.fraw.ch

fraw bietet seit über 30 Jahren praxisnahe Beratung von Frau zu Frau zu den Themen Berufs- und Laufbahngestaltung, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Weiterbildung, Wiedereinstieg, Erwerbslosigkeit usw. Beratungsgespräch Fr. 40.–.

---

### **Früherziehungsdienst des Kantons Bern**

Zweigstelle Thun  
033 222 12 42  
corinne.maeder@fed-be.ch  
www.fed-be.ch

Der Früherziehungsdienst des Kantons Bern (FED) betreut und fördert entwicklungsauffällige oder behinderte Kinder im Alter von 0 bis 7 Jahren und unterstützt die Eltern in ihrer Erziehungsaufgabe. Die Förderarbeit findet hauptsächlich bei den Kindern zuhause in ihrer gewohnten Umgebung statt, kann aber auch an der Zweigstelle in Thun und in Gruppen erfolgen.

---

### **Gesundheitsberatung**

BEGES (Region Oberland)  
031 225 44 00  
thun@beges.ch  
www.bernergesundheitch.ch

Berner Gesundheit, Stiftung für Gesundheitsförderung und Suchtfragen: Beratung von Jugendlichen, Eltern, Lehrpersonen und Erziehungsverantwortlichen zu allen Themen rund um die Gesundheit (Alkohol, Medikamente, Tabak, Glücksspiel, Drogen, Essen, Konflikt/Gewalt, Sexualität). Termine nach Vereinbarung. Kostenlose Beratung.

---

### **Gordon Familientraining**

Christian Stuedler  
033 744 18 82  
079 311 07 57  
tcstuedler@freesurf.ch  
www.gordontraining.ch

Kurse für Eltern: Eigene Bedürfnisse und Gefühle klar äussern, zuhören können, Konfliktlösung nach win-win-Prinzip, unannehmbarem Verhalten anderer wirksam begegnen. Zeiten, Ort und Kosten der Kurse auf Anfrage.

---

### **Homosexualität**

www.abq.ch

Beratungen und Schulbesuche zu Homosexualität

### Internetberatung für Eltern

[www.elternclubschweiz.ch](http://www.elternclubschweiz.ch)  
[www.elterntraining.ch](http://www.elterntraining.ch)  
[www.familie-info.ch](http://www.familie-info.ch)

---

### Internetberatung für Jugendliche

pro juventute                      Beratungsangebot der Pro juventue im Internet zu verschiedenen Themen, unter anderem auch zu Sexualität.  
[www.tschau.ch](http://www.tschau.ch)

---

### Jugend-, Eltern- und Suchtberatung

Contact Thun                      Beratung von Jugendlichen, Eltern, Lehrpersonen und Erziehungsverantwortlichen zu Themen rund um suchtmittelbedingte Probleme, vor allem im Bereich der illegalen Drogen. Termine nach Vereinbarung. Kostenlose Beratung, auf Wunsch sind anonyme Beratungen möglich.  
033 225 21 21  
[thun@contactmail.ch](mailto:thun@contactmail.ch)  
[www.contactnetz.ch](http://www.contactnetz.ch)

---

### LEA Berner Oberland

Schweiz. Weisses Kreuz                      LEA Berner Oberland – Leben erhalten und annehmen: 079 062 767 60 02  
[www.wkz.ch](http://www.wkz.ch)                      Angebot: Ungeplant schwanger? Einelternfamilie? Information, Begleitung und materielle Unterstützung.  
[www.lea-schweiz.ch](http://www.lea-schweiz.ch)                      Bürozeiten: Donnerstag, 9.00 – 12.00 Uhr/14.00 – 17.00 Uhr.

---

### Notfälle bei Kleinkindern, Kurs

Samariterverein Zweisimmen                      Notfälle bei Kleinkindern; Kurs für Eltern und Betreuungspersonen ab 12 Jahren.  
Erika Grünenwald                      Verhalten in Notfällen, Erkrankungen, Wunden, Apotheke etc.  
078 723 94 34                      Dauer: 4 x 2 Stunden (Di. + Fr. 19.30 – 21.30 Uhr oder nach Vereinbarung)  
[erika.gruenenwald@bluewin.ch](mailto:erika.gruenenwald@bluewin.ch)                      Ort: Schulhaus Zweisimmen  
Durchführung: Bei mind. 6, max. 15 Teilnehmern  
Kosten (inkl. Ausweis): Fr. 120.–, Ehepaare Fr. 200.–

### **Offene Kinder- und Jugendarbeit Obersimmental-Saenenland**

Kontaktdaten siehe Rubrik 4, Angebote der offenen Kinder- und Jugendarbeit für Kinder und Freizeitaktivitäten für Kinder Jugendliche zwischen 9 und 20 Jahren. Anlaufstelle, Unterstützung und Beratung für Kinder, Jugendliche und Eltern in allen Lebenslagen und Jugendliche

---

### **beocare.ch – Entlastung Angehörige**

SRK Bern-Oberland

0844 144 144

info.beocare@srk-thun.ch

www.beocare.ch

Wir informieren und beraten über die Entlastungsangebote für Angehörige und Betreuende von älteren, kranken oder sterbenden Menschen. Vermittlung von ausgebildeten Freiwilligen für die alltägliche Betreuung, Sterbebegleitung und Sitzwache zuhause oder in Institutionen (Tag- und Nachteinsätze).  
Montag bis Freitag 8.00 – 11.30 Uhr.

033 225 00 85

bildung.beocare@srk-thun.ch

Weiter bieten wir ein entsprechendes Bildungsangebot für Angehörige und Betreuende an.

---

### **pro juventute**

Aktionsgruppe Obersimmental

Claudia Gautschi

033 722 45 73

obersimmental@projuventute-bern.ch

www.projuventute-bern.ch

Einzel- und Familienhilfe, Betreuung von Projekten.

---

### **pro juventute**

Aktionsgruppe Saanen

Esther Müller

033 744 26 13

saanen@projuventute-bern.ch

www.projuventute-bern.ch

Einzel- und Familienhilfe, Betreuung von Projekten.

### Pro Viva Saanenland

Kontakt über:  
Spitex Saanenland  
033 744 09 44  
info@spitexsaanenland.ch

Vermittlung von freiwilligen, ehrenamtlichen Helfenden in den Bereichen: Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen, Betreuung von Menschen mit Demenz zur Entlastung der Angehörigen, Freizeitgestaltung von mehrfach beeinträchtigten Menschen.

Andrea Maurer  
033 744 40 77

**Treff:** Ein Ort der Begegnung für Menschen mit und ohne körperliche und/oder geistige Beeinträchtigung. Alle sind herzlich zum gemeinsamen Plaudern, Spielen, Basteln und zu einem feinen Zvieri eingeladen! Jeweils jeden ersten Samstag im Monat im Jugend- und Freizeitzentrum Oeyetli in Saanen.

---

### Psychotherapie / Spieltherapie für Kinder und Jugendliche

Ursula Breuninger  
079 363 91 75  
uk.breuninger@bluewin.ch

Bei seelischen Konflikten, Entwicklungsstörungen und psychosomatischen Symptomen. Kinder und Jugendliche werden in geschütztem Rahmen begleitet, um Selbstheilungskräfte zu mobilisieren und neues Verhalten einzuüben. Termine nach Vereinbarung.

---

### Rechtsberatung

Frauenverein Saanen  
033 744 30 92  
www.frauenverein-saanen.ch

Unentgeltliche Rechtsberatung jeweils 18.00 – 19.00 Uhr im Kirchgemeindehaus Gstaad. Daten werden im Anzeiger von Saanen und in der Frauenvereinszeitung «Trittbrett» publiziert.

---

### Rotkreuz-Fahrdienst

Saanenland:  
Martha und Hans Reichenbach  
033 744 47 08  
Obersimmental:  
Heidy Trachsel  
033 733 10 34  
info@srk-thun.ch  
www.srk-bern.ch

Wir begleiten Sie zum Arzt, ins Spital, zur Therapie oder zum Kuraufenthalt.

Melden Sie die gewünschte Fahrt nach Erhalt eines Termins, spätestens jedoch 3 Tage im Voraus an.

---

### SelbsthilfeZentrum Kanton Bern

033 221 75 76  
www.selbsthilfe-kanton-bern.ch

Information, Vermittlung, Beratung

**Sozialdienst Obersimmental**

3770 Zweisimmen  
033 729 25 10

sozialdienst@zweisimmen.ch

www.sozialdienst-obersimmental.ch

---

Information, Vermittlung, Beratung und Unterstützung

**Sozialdienst Saanenland**

3777 Saanenmöser  
033 748 92 70

sozialdienst@saanen.ch

www.saanen.ch

---

Information, Vermittlung, Beratung und Unterstützung

**Sozialpädagogische Familienbegleitung SpF Bern**

FamBe GmbH  
031 701 24 66

bueno@fambe.ch

www.fambe.ch

---

Die Sozialpädagogische Familienbegleitung richtet sich an Familien, die mit ihren Möglichkeiten zur Alltags- und Problembewältigung an Grenzen stossen und professionelle Hilfe brauchen. Kompetente Begleitung von erfahrenen Fachleuten. Zuständig für Saanenland und Simmental: Danielle Utinger, 078 671 88 75

**«Starke Eltern – Starke Kinder®»**

Stiftung Kinderschutz Schweiz  
031 398 10 10

info@kinderschutz.ch

www.starkeeltern-starkekinder.ch

---

Der Kurs «Starke Eltern – Starke Kinder®» gibt den Eltern mehr Sicherheit im Erziehungsalltag und trägt so zu einem entspannteren Familienklima bei. Themen wie Bedürfnisse, Gefühle, Grenzen, Abmachungen und Konflikte werden praxisnah behandelt. Die Kurse werden regional angeboten; eine Übersicht findet sich auf der Homepage.

**Übergewichtige Kinder und Jugendliche**

044 277 21 73

www.minuweb.ch

www.akj-ch.ch

---

Programm für übergewichtige Kinder und Jugendliche im Alter von 11 – 16 Jahren mit einem Verhaltenstraining zur Wiedererlangung des Normalgewichtes.

**Verhütungsberatung**

www.frauenheilkunde.insel.ch

### **Volkshochschule Obersimmental-Saanenland**

Pia Feuz, Zweisimmen  
033 722 08 90  
kursanmeldung@gohvs.ch  
www.govhs.ch

Kursangebote für Eltern und Familien. Programm auf Anfrage.

---

### **VERSTA**

Beat Meichtry  
033 733 07 31  
info@versta.ch

Die VERSTA (Vereinigung für Stotternde und Angehörige) als anerkannte Beratungsstelle kann weiterhelfen. Wir sind bestrebt, die Lebenssituation für Menschen mit Redeflussstörungen nachhaltig zu verbessern.

---

### **VISTA – Fachstelle Opferhilfe bei sexueller und häuslicher Gewalt**

Bälliz 49  
3600 Thun  
033 225 05 60  
info@vista-thun.ch  
www.vista-thun.ch

Beratung und Begleitung von betroffenen Frauen, Jugendlichen und Kindern sowie Angehörigen und Fachpersonen. Die Beratungen sind kostenlos. Beratungen sind auch telefonisch und anonym möglich.

---

### **Was geschieht mit uns?**

Kant. Erziehungsberatung  
Spiez-Oberland  
033 635 99 00  
eb.spiez@erz.be.ch  
www.erz.be.ch

Kurse für Kinder von getrennten oder geschiedenen Eltern zur Unterstützung, Begleitung und Stärkung.  
Kurszeiten auf Anfrage.

---

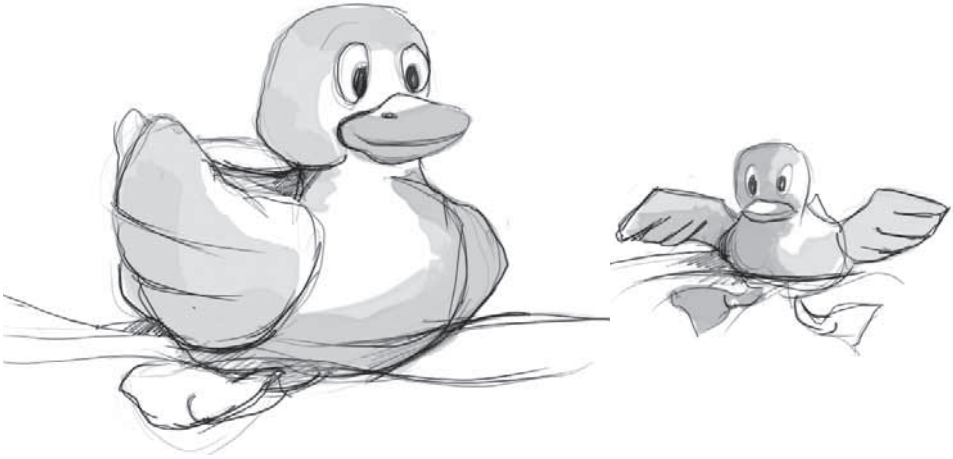
### **Wickel und Kompressen für das kranke Kind**

Schweiz. Rotes Kreuz  
Claudia Gautschi-Gerber  
033 722 45 73  
gautschi@osmail.ch  
www.srk-bern.ch

Kurse für Eltern: Kranke Kinder mit einfachen Methoden begleiten und unterstützen. Zeiten, Ort und Kosten der Kurse auf Anfrage.



|   |  |
|---|--|
| <b>Polizei</b>  | 117  |
| <b>Feuerwehr</b>  | 118  |
| <b>Ambulanz/Rettungsdienst</b>  | 144  |
| <b>Ärzte Notfallnummer</b>  | 0900 57 67 47 (bitte immer zuerst den Hausarzt anrufen)  |
| <b>Elternnotruf (Zürich)</b><br>www.elternnotruf.ch                                   | 0848 35 45 55<br>Rund um die Uhr können Eltern ihre Schwierigkeiten mit einem Notrufteam besprechen.             |
| <b>Frauenhaus Thun – Berner Oberland</b><br>www.frauenhaus-thun.ch                    | 033 221 47 47  |
| <b>Pro Juventute</b><br>Beratung und Hilfe 147<br>www.147.ch                          | Notruf für Kinder und Jugendliche 147<br>professionelle, kostenlose und vertrauliche Beratung<br>rund um die Uhr |
| <b>LEA Schweiz</b>  | Notruf bei Schwangerschaftsproblemen 079 323 68 16   |
| <b>Schwanger – wir helfen</b>   | Notruf bei Schwangerschaftsproblemen 031 961 27 27   |
| <b>Toxi-Zentrum</b><br>Schweiz. Toxikologisches<br>Informationszentrum<br>www.toxi.ch | Notruf bei Vergiftungen 145  |
| <b>Die Dargebotene Hand</b>   | 143<br>Telefonseelsorge für Menschen in schwierigen Lebenslagen  |



**sport**zentrum  
Gstaad

Der perfekte Familienspass...  
...planen Sie einen  
**Familienhallenbadtag!**

**BON**

für **1 Gratihallenbad-Eintritt**  
für Mami oder Papi  
(nur einlösbar mit Begleitung der Kinder)

Sportzentrum Gstaad AG  
Sportzentrumstrasse 5 | 3780 Gstaad  
T 033/ 748 80 90  
info@sportzentrum-gstaad.ch  
www.sportzentrum-gstaad.ch







## Die Partnerschaft, die Vertrauen schafft.

In Geldangelegenheiten will man sich auf einen kompetenten Partner verlassen können. Wir beraten Sie gerne persönlich. Vereinbaren Sie einen Besprechungstermin. [www.raiffeisen.ch](http://www.raiffeisen.ch)

**Raiffeisenbank Obersimmental**  
3770 Zweisimmen, Tel. 033 729 12 22

**Raiffeisenbank Saanenland**  
3780 Gstaad, Tel. 033 748 77 88

**Wir machen den Weg frei**

**RAIFFEISEN**