Fragen und Antworten

Zugänglichkeit

Hier erfährst du, wie du die Ausstellung «Stress» und Veranstaltungen besuchen kannst.
Du findest die Informationen auch

- auf der Website des Berner Generationenhauses.
- ausgedruckt an der Kasse der Ausstellung.
- ausgedruckt am Empfang des Berner Generationenhauses.

HILFSMITTEL ZUR VORBEREITUNG

Wie kann ich mich vor einem Besuch informieren?

Um den Weg zum Generationenhaus und zur Ausstellung leicht zu finden, gibt es eine Social Story sowie die Ginto-App.

Social Story und Ginto sind auf unserer Website verlinkt.

Was ist eine Social Story und wie hilft sie mir?

Eine Social Story ist eine Wegbeschreibung mit Fotos und Erklärungen. Sie zeigt Schritt für Schritt, wie man den Weg in die Ausstellung findet und was einen auf dem Weg erwartet.

Was ist die Ginto-App?

Die Ginto-App informiert über die Zugänglichkeit. Sie zeigt, wie man in die Ausstellung kommt und was einen in den Räumen erwartet. Auch weitere Bereiche des Berner Generationenhauses sind erfasst.

EINGÄNGE / INFRASTRUKTUR

Wie komme ich in die Ausstellung und zu Veranstaltungen?

Ausstellung
Die Ausstellung kann aus drei Richtungen betreten werden:

- Vom Bahnhofplatz her (Lift und Treppe)
- Vom Innenhof her (nur via Treppe)
- Via Haupteingang und Korridor Ost (Treppe oder Treppenlift, Lift)

Veranstaltungen
Sie finden in Räumen im leicht erhöhten Erdgeschoss statt. Dieses ist via (Treppen-)Lift erreichbar.

Sind Treppen, Stufen und Stolpergefahren gekennzeichnet?

Treppen, Stufen und Stolpergefahren sind entsprechend markiert.

Gibt es Sitzgelegenheiten in der Ausstellung?

Ja, in jedem Ausstellungsraum gibt es Sitzmöglichkeiten. Besucher:innen können sich jederzeit hinsetzen, wenn sie eine Pause brauchen.

MENSCHEN IM ROLLSTUHL / ROLLATOR

Sind die Ausstellung und Veranstaltungen mit dem Rollstuhl / Rollator zugänglich?

Ausstellung
Die Ausstellung ist rollstuhlgängig. Am besten erreichst du die Ausstellung via Eingang vom Bahnhofplatz her (Lift und Treppe). Du findest mit dem Lift ins Untergeschoss -1 zur Kasse und danach ins Untergeschoss -2 in die Ausstellung.

Nicht alle Stationen in den Ausstellungsräumen sind komplett unterfahrbar. Texte, Filme und Kopfhörer sind wo immer möglich so platziert, dass sie auch im Sitzen und mit dem Rollstuhl erreichbar und sichtbar sind.

Veranstaltungen
Die Räume für Veranstaltungen sind rollstuhlgängig. Sie liegen im leicht erhöhten Erdgeschoss und können per (Treppen-)Lift erreicht werden.

MENSCHEN MIT SEHBEHINDERUNGEN

Sind alle Ausstellungsstationen selbstständig bedienbar?

Es gibt Stationen mit Elementen, die für Menschen mit Sehbehinderungen schwierig zu bedienen sein können.

Wir empfehlen, eine Begleitperson mitzubringen (Eintritt frei) oder das Ausstellungsteam anzusprechen.

Gibt es Informationen in Brailleschrift?

Nein. In der Ausstellung gibt es keine Texte in Brailleschrift. Als Alternative steht der Audioguide zur Verfügung.

MENSCHEN MIT HÖRBEHINDERUNGEN

Sind die Filme in der Ausstellung untertitelt?

Ja, die Filme sind untertitelt.

Kann die Lautstärke der Filme individuell eingestellt werden?

In der Ausstellung gibt es keine individuelle Lautstärkeregelung. Wenn du die Lautstärke selbst einstellen möchtest, kannst du dafür den Audioguide nutzen.

Gibt es in der Ausstellung und bei Veranstaltungen eine Induktionsschleife für Hörgeräte?

Nein. Eine Induktionsschleife für Hörgeräte steht nicht zur Verfügung. In der Ausstellung steht dir der Audioguide zur Verfügung.

Wie kann ich bei einer Veranstaltung den Inhalten gut folgen?

Wenn du in der Nähe der Referent:innen sitzen möchtest, um sie besser verstehen zu können, nimm bitte vorgängig Kontakt mit uns auf.

TOILETTEN

Wo finde ich die Toiletten?

Ausstellung
Es gibt in der Ausstellung eine rollstuhlgängige Toilette mit Haltegriffen. Sie befinden sich hinter der Treppe im Untergeschoss. Die Türe ist 90 cm breit. Der Waschtisch ist auf einer Höhe von 85 cm.

Veranstaltungen
Es gibt in beiden Flügeln des Hauses rollstuhlgängige Toiletten mit Haltegriffen. Die Türen sind 90 cm breit. Die Waschtische sind auf einer Höhe von 85 cm.

ASSISTENZ

Muss eine Begleitperson Eintritt bezahlen?

Nein. Begleitpersonen von Menschen mit Behinderungen kommen gratis in die Ausstellung.

Sind Assistenzhunde erlaubt?

Ja. Assistenzhunde sind in der Ausstellung, im Haus und an Veranstaltungen willkommen.

Sind die Inhalte der Ausstellung oder der Veranstaltungen in einfacher Sprache verfügbar?

Ausstellung
Via Audioguide kannst du die Texte in der Ausstellung in einfacher Sprache abrufen.

Veranstaltungen
Beim «Wissen zum Zmittag» liegt auf den Tischen ein Glossar auf: Es beschreibt Fachbegriffe in einfachen Sätzen.

OHRSTÖPSEL

Gibt es Ohrstöpsel?

Ja, an der Kasse stehen Ohrstöpsel zur Verfügung. Sie können hilfreich sein, wenn du Ruhe brauchst, um Inhalte besser aufzunehmen.

PAUSEN

Kann ich die Ausstellung oder eine Veranstaltung zwischendurch verlassen, wenn ich eine Pause brauche?

Ausstellung
Es ist möglich, die Ausstellung für eine Pause zu verlassen und später wiederzukommen. Bitte melde dich an der Kasse, bevor du die Ausstellung verlässt.

Veranstaltungen
Es ist möglich, während einer Veranstaltung eine Pause zu machen. Gib dem Team vor Ort kurz ein Zeichen.

AUSSTELLUNSGUIDE

Gibt es einen Ausstellungsguide?

Ja. Via QR-Code ist in der Ausstellung ein Audioguide verfügbar. Du kannst ihn mit dem eigenen Handy abrufen.

Der Audioguide bietet:

- Übersetzungen in französischer Sprache
- Texte in einfacher Sprache
- Audios zum Nachhören, wobei die Lautstärke individuell eingestellt werden kann
- Texte zu den Audios

Wie nutze ich den Ausstellungsguide, wenn ich kein eigenes Handy habe?

Hast du kein eigenes Gerät, darfst du dich bei der Kasse melden und kostenlos ein Gerät ausleihen.

REIZARME UMGEBUNG / RÜCKZUGSORTE

Gibt es Zeiten, in denen es in der Ausstellung ruhiger ist?

Ja. Die «Stillen Stunden» ermöglichen Menschen, die eine reizarme Umgebung benötigen, einen entspannten Ausstellungsbesuch. Dafür öffnen wir die Ausstellung an ausgewählten Daten ausserhalb der regulären Öffnungszeiten. Dann gibt es weniger Licht, weniger Geräusche und weniger Menschen.

Informationen zu den aktuellen Terminen und zur Anmeldung sind auf unserer Website zu finden: www.begh.ch/stress/veranstaltungen

Gibt es einen Rückzugsort innerhalb der Ausstellung?

In der Ausstellung gibt es keine speziell eingerichtete Ruhezone. Wenn du eine Pause brauchst, kannst du einen ruhigeren Ort aufsuchen, beispielsweise im Innenhof oder in einem anderen Bereich des Hauses.

KINDER IN DER AUSSTELLUNG / AN VERANSTALTUNGEN

Wie können Kinder und Familien die Ausstellung und Veranstaltungen erleben?

Ausstellung
Mit der Kinderspur entdecken Kinder ab 5 Jahren spielerisch ihre Gefühle und Stärken. Gemeinsam mit Sisu erkunden sie, was ihnen guttut, und entwickeln ein Gespür für sich und andere.

Veranstaltungen
Verschiedene Angebote richten sich speziell auch an Kinder und Familien. Sie sind auf den Programmflyern markiert. Mehr dazu findest du auch hier: www.begh.ch/stress/familien

KINDERBETREUUNG

Gibt es ein Angebot für Kinderbetreuung?

Ausstellung
An ausgewählten Daten werden Kinder bis 10 Jahre von Gioia Cares kostenlos betreut. Eltern können entspannt die Ausstellung besuchen. Es ist eine Anmeldung nötig.

Veranstaltungen
Während des Workshops «Die unsichtbare Arbeit im Familienalltag» am 23. Januar 2027 werden Kinder bis 10 Jahre von Gioia Cares kostenlos betreut. Es ist eine Anmeldung nötig, sowohl für den Workshop wie auch für die Kinderbetreuung.

Informationen zu den aktuellen Terminen und zur Anmeldung sind auf unserer Website zu finden: www.begh.ch/stress/veranstaltungen

AUDIOS ZUM NACHHÖREN

Gibt es die Inhalte von Veranstaltungen auch zum Nachhören?

Ja. Beim «Wissen zum Zmittag» servieren Fachpersonen circa einmal im Monat Gehirnfutter zum Thema Stress. Diese Kurzreferate können zu Hause nachgehört werden. Wir stellen sie zeitnah auf unserer Website, Spotify oder Apple Podcasts zur Verfügung.

MIT ANDEREN MENSCHEN KONTAKT KNÜPFEN

Was, wenn ich die Ausstellung nicht allein besuchen möchte?

Möchtest du die Ausstellung nicht alleine besuchen und hast Lust, neue Menschen kennenzulernen? Dafür gibt es das Format «Zusammen in die Ausstellung». Ein gemeinsamer Start und kleine Impulse erleichtern den Austausch. Eine Vermittlungsperson begleitet die Gruppe und sorgt dafür, dass sich alle willkommen fühlen. Es ist eine Anmeldung erforderlich.

Informationen zu den aktuellen Terminen und zur Anmeldung sind auf unserer Website zu finden: www.begh.ch/stress/veranstaltungen

BELASTENDE INHALTE / TRIGGERWARNUNGEN

Gibt es in der Ausstellung und bei Veranstaltungen Informationen zu möglichen belastenden Inhalten (Triggerwarnungen)?

Ausstellung
Es gibt einen allgemeinen Hinweis darauf, dass die Ausstellung auf belastende Inhalte eingeht:

Achte auf dich
Diese Ausstellung lädt dich ein, über deine Erfahrungen mit Stress nachzudenken. Dabei können Erinnerungen wach werden oder unangenehme Gefühle aufkommen. Du kannst jederzeit eine Pause machen. Wenn du mit jemandem sprechen möchtest oder Unterstützung brauchst, ist das Team Ausstellung für dich da.

Veranstaltungen
Möchtest du vor einer Veranstaltung mehr über deren Inhalt erfahren? Du kannst via Empfang gerne mit uns Kontakt aufnehmen.

ANSPRECHPERSONEN BEI FRAGEN

An wen kann ich mich wenden, wenn ich vor oder während meines Besuchs Fragen habe?

Bei Fragen ist das Team Ausstellung gerne für dich da. Eine individuelle Begleitung durch die Ausstellung kann nicht gewährleistet werden.

Bei organisatorischen Anliegen kannst du dich auch am Empfang des Berner Generationenhauses melden.

Kontakt Berner Generationenhaus
Telefon: 031 328 87 00
info@begh.ch

Website Zugänglichkeit:
www.begh.ch/zugaenglichkeit