



REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

DI–FR Büro & Anlaufstelle
Im Büro erhalten Sie Auskünfte über Freizeit- und Hilfsangebote in Biel. Nach Absprache empfängt Sie das QuartierInfo von Dienstag bis Freitag zwischen 8.00 und 18.00 Uhr.

DO Hilfe für Bewerbungen und Formulare
Sie brauchen Hilfe, um eine Bewerbung zu schreiben, eine Arbeit oder eine Lehrstelle zu suchen? Sie müssen ein Formular verstehen und ausfüllen? Wir helfen Ihnen dabei.

MI Jobbörse für Jugendliche
Hilfe bei der Suche von Nebenjobs für Jugendliche (13–17 Jahre). Möglichkeit für Erwachsene, Jobs anzubieten.

MI + FR Jugendtreff «Bunker»
Musik hören, töggeln, Pingpong oder Billiard spielen und vieles mehr... 12–18 Jahre.

DI Holz- & Metallwerkstatt
Möbel reparieren oder bauen, lernen, Holz- und Metallmaschinen zu bedienen, oder sein Wissen an andere weiter geben.

MI Zeichen- und Maltreff
Ein Atelier zum Ausprobieren. Kommt mit euren Ideen und Talenten vorbei. Ab 15 Jahren.

FR (1x/Monat) Malen ohne Grenzen
Malen im Grossformat für Kinder mit und ohne Behinderung ab 4 Jahren. Die Kinder müssen in Begleitung der Eltern kommen. Alte Kleidung empfehlenswert!

FR Näh-Café
Nähatelier und Flickmöglichkeit. Vier Nähmaschinen stehen zur Verfügung. Kosten: 5.– pro Mal. Dieses Angebot findet im Calvinhaus, Mettstrasse 154, statt.

MI Jongliertreff
Wir üben einzeln oder gemeinsam das Jonglieren mit Bällen, Keulen, Ringen, Diabolos... Dabei tauschen wir Tricks und Tipps aus. Der Jongliertreff ist offen für alle! Schau vorbei und jongliere mit. Kontakt: Stefan Maibach, 079 304 33 29 stefan.maibach@spling.ch

DI Kraft- und Boxtraining
Eigenständiges Training für alle ab 16 Jahren

MO Der Spielraum
Theaterimprovisation für Erwachsene, ein Mal pro Monat (auf Deutsch). Anmeldung : 032 342 31 77 oder scaramouche_401@hotmail.com

OFFRES RÉGULIÈRES

MA–VE Bureau et accueil
Au bureau, vous recevez des informations sur les offres de loisirs et les possibilités d'aide à Bienne. Sur rendez-vous, l'Info-Quartier vous accueille du mardi au vendredi entre 8h00 et 18h00.

JE Aide pour les postulations et formulaires
Vous avez besoin de rédiger une postulation pour un emploi ou une place d'apprentissage? Vous devez comprendre et remplir un formulaire? Nous pouvons vous aider à le faire.

ME Bourse aux jobs pour les jeunes
Aider les jeunes (13–17 ans) à trouver des «petits boulots». Possibilité pour les adultes de proposer des activités rémunérées.

ME + VE Centre de jeunesse «Bunker»
Écouter de la musique, jouer au ping-pong, au babyfoot, au billard, et plus encore... 12–18 ans.

MA Atelier bois et métal
Pour réparer vos meubles, en créer, apprendre à utiliser des machines à bois ou à métal ou pour faire profiter les autres de vos compétences.

ME Rencontres peinture et dessin
Un atelier pour dessiner dans un cadre libre et sans contraintes. Dès 15 ans.

VE (une fois par mois) Atelier de peinture pour enfants
Peinture en grand format pour enfants dès 4 ans avec ou sans handicap. Les enfants doivent être accompagnés de leurs parents. Vieux habits conseillés!

VE Café couture
Atelier de couture et de réparations. Quatre machines à coudre à disposition. Coût : 5 fr. par fois. Cet atelier a lieu à la Maison Calvin, rue de Mâche 154.

ME Jonglage
Nous entraînons des techniques de jonglage (balles, quilles, cerceaux, diabolos, etc...) et nous échangeons des trucs et astuces. Le jonglage est ouvert à toutes et tous. Passe nous voir! Contact : Stefan Maibach, 079 304 33 29 stefan.maibach@spling.ch

MA Entraînement de boxe et de musculation
Entraînement libre dès 16 ans

DI Café Mardi, das Sprachcafé
Das Café Mardi ist offen für alle! Egal ob jung oder alt, mit Kindern oder Grosskindern, alleine oder mit Freundinnen und Freunden, alle sind herzlich eingeladen, bei einem Kaffee oder Tee neue Leute aus dem Quartier kennenzulernen und sich auf Deutsch oder Französisch zu unterhalten.

DO SeniorInnen-Treff
Austauschen, Kaffee trinken und zusammen Projekte im Quartier organisieren. Ab 50 Jahren.

DO Sozialberatungen für Seniorinnen und Senioren
Ein Angebot der Stadt Biel und Pro Senectute. Themen und Fragen können sein: Finanzen, Sozialversicherung, Wohnen und andere Anliegen. Das Angebot ist kostenlos und vertraulich.

DO Jassen und spielen
Jeden zweiten Donnerstagnachmittag können Sie bei uns jassen und Gesellschaftsspiele spielen. Alle interessierten Seniorinnen und Senioren sind herzlich willkommen.

SA Flohmarkt
Ca. 4x/Jahr. Anmeldung für Verkaufsplatz 9 Tage vor dem Anlass.

MI Eltern-Kind-Café
Andere Eltern kennenlernen, Informationen zu Angeboten für Kleinkinder erhalten... Beaufsichtigte Spielecke.

MI Familien-Mittagstisch
Zusammen essen, für Familien mit Kleinkindern (0–4 Jahre). Ältere Geschwister sind willkommen. Gratis für Kinder bis 6 Jahre / ab 6 Jahren zwischen 5 und 10 Franken, je nach Möglichkeit.

DO + FR Eltern-Kind-Sprachtreff
Kleinkinder und ihre Eltern singen und spielen zusammen, um Deutsch oder Französisch zu lernen.

DI + MI www.arcencielateliers.ch
Französisch- oder Englisch-Workshops für deutschsprachige Kinder ab 4 Jahren. Kosten: CHF 10.– pro Workshop.

DI www.terrevision.ch
Das QuartierInfo Mett ist ein Verteilungsort für den Gemüsekorb von TerreVision, ein Non-Profit-Verein. Nur auf Abo.

MA Café Mardi, le café linguistique
Le Café Mardi est ouvert à tout le monde ! Que vous soyez avec vos enfants ou vos petits-enfants, seul / seule ou avec des amis, vous êtes toutes et tous cordialement invités à boire un café / un thé, rencontrer de nouvelles personnes du quartier et discuter en allemand ou en français

JE Café seniors
Discuter, boire un café et organiser ensemble des projets dans le quartier. Dès 50 ans.

JE Consultation sociale pour seniors
Proposée par la Ville de Bienne et Pro Senectute. Les questions financières, les assurances sociales, le logement et d'autres sujets peuvent être abordés. Gratuit et confidentiel.

JE Jass et jeux
Un jeudi après-midi sur deux, vous pouvez venir jouer au jass et à des jeux de société chez nous. Toute personne âgée intéressée est la bienvenue !

SA Marché aux puces
Environ 4 fois par an. Inscription pour la vente 9 jours avant.

ME Café parents-enfants
Faire connaissance avec d'autres parents, recevoir des informations concernant les offres pour les enfants en bas âge. Coin jeux surveillé.

ME Midi familles
Manger ensemble, pour les familles avec petits enfants (0–4 ans). Frères et sœurs plus grands bienvenus. Gratuit pour les enfants jusqu'à 6 ans, dès 6 ans : à choix entre 5 et 10 fr.

JE + VE Cours de langue parents-enfants
Chanter et jouer pour apprendre l'allemand ou le français avec son enfant.

MA + ME www.arcencielateliers.ch
Ateliers de suisse-allemand ou d'anglais pour enfants francophones dès 4 ans. Coût : 10 fr. par leçon.

MA www.terrevision.ch
L'InfoQuartier Mâche est un lieu de distribution pour les paniers de légumes de TerreVision, association à but non lucratif. Uniquement sur abonnement.

Das QuartierInfo Mett ist ein Zentrum, um sich zu treffen, zu werken, zu gärtner, sich zu informieren, oder um zu spielen... und zusammen das Quartier zu beleben. Es steht allen zur Verfügung – jeden Alters, jeder Kultur –, die sich ins Quartierleben einbringen möchten. Das QuartierInfo ist eine Plattform, die es zu nutzen und zu beleben gilt. Generationenübergreifende und multikulturelle Projekte werden unterstützt und gefördert.

L'InfoQuartier Mâche est une maison de quartier pour se rencontrer, bricoler, jardiner, s'informer, jouer... et faire vivre ensemble le quartier. La maison est aussi mise à disposition de celles et ceux, tous âges et origines confondus, qui désirent s'investir dans la vie de leur quartier. L'InfoQuartier Mâche est une plateforme à utiliser et à faire vivre. Les projets intergénérationnels et multiculturels sont favorisés et encouragés.

IN SELBSTBEDIENUNG

DI–FR 9.30–16.00 und immer, wenn das QuartierInfo offen ist.

Bio-Gemüseverkauf
Biogemüse aus der Region 2. und 3. Kategorie zu tiefen Preisen. Nur von Okt. bis März.

Kleidertauschbörse für Kinder
Kleidung und Schuhe für 0–6-jährige Kinder. Zum Nehmen oder zum Geben.

Free Shop
Nehmt, was euch gefällt! Alle Kleider sind gratis, sauber und in gutem Zustand. Es handelt sich, mit wenigen Ausnahmen, um Kleider für Erwachsene. Wir nehmen keine gebrauchten Sachen entgegen und wir möchten kein wildes Deponieren.

HILFSANGEBOTE DURCH FREIWILLIGE

DO 14.00–16.00 Hilfe bei Informatik-problemen
Für Seniorinnen/Senioren: bei Problemen mit Tablet, Laptop, Handy usw. Nur auf Anfrage: 079 444 00 37 (Mohamed Mokdad) Das Treffen findet im QuartierInfo Mett statt.

REP.HELP@HOME
Für Seniorinnen/Senioren: Hilfe bei kleinen Einrichtungsarbeiten und Reparaturen bei Ihnen zu Hause mit Ihrer Hilfe. Kontakt: Jean-Paul 076 729 46 89. (am Montagnachmittag)

EN LIBRE-SERVICE

MA–VE 9.30–16.00 et quand l'InfoQuartier est ouvert

Vente de légumes bio
Légumes bio de la région, de 2^e et 3^e catégories à bas prix. Seulement d'octobre à mars.

Bourse d'habits pour enfants
Des habits et des chaussures pour les 0–6 ans. À prendre ou à donner, gratuitement.

Armoire « servez-vous »
Prenez ce qui vous fait plaisir ! Tout est gratuit, propre et en bon état. Le contenu dépend de l'arrivage, mais il s'agit généralement d'habits pour adultes ! Nous ne prenons pas d'affaires usagées et ne souhaitons pas de dépôt sauvage !

AIDE PAR DES BÉNÉVOLES

JE 14.00–16.00 Aide lors de problèmes informatiques
Aide pour seniors lors de problèmes sur différents supports, tels qu'ordinateurs portables, téléphones mobiles, etc. Le rendez-vous a lieu à l'InfoQuartier Mâche, sur demande : 079 444 00 37 (Mohamed Mokdad)

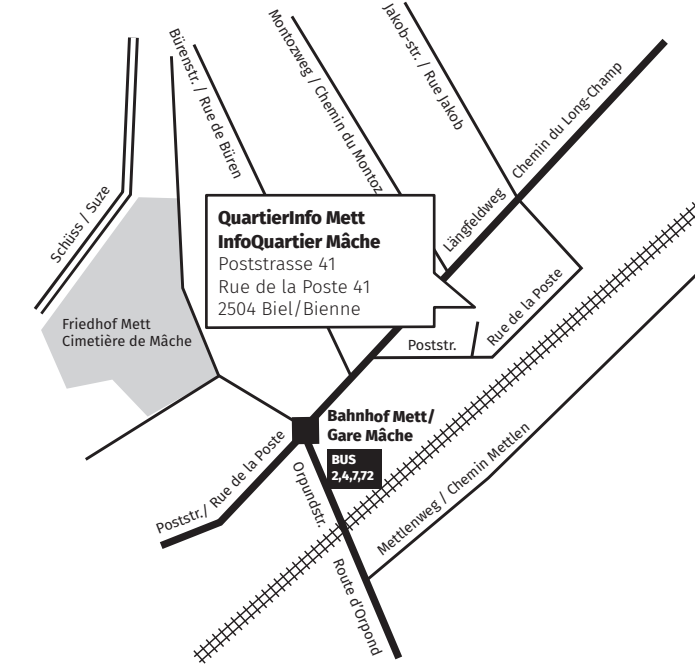
REP.HELP@HOME
Pour seniors : dépannage bénévole pour de petits travaux ou réparations chez vous avec votre aide. Contacter Jean-Paul par téléphone : 076 729 46 89. (les lundis après-midi)

KULTURELLER PARTNER

Ermässigte Eintritte für Nebia
Eintritte für Nebia · Bienne spectaculaire können über das QuartierInfo zum Vorzugspreis von CHF 15.– (CHF 8.– für Kinder bis 16 Jahre) anstatt CHF 42.– erworben werden (Buchung per Telefon, SMS oder WhatsApp). Programm unter nebia.ch

PARTENAIRE CULTUREL

Entrées réduites à Nebia
Vous pouvez réserver des entrées pour un spectacle de Nebia · Bienne spectaculaire à un tarif préférentiel de 15 fr. (8 fr. pour les enfants jusqu'à 16 ans) au lieu de 42 fr. auprès de l'InfoQuartier (par téléphone, WhatsApp ou SMS). Programme sous nebia.ch



Juni Juin

IN SELBSTBEDIENUNG		EN LIBRE-SERVICE
09.30–17.00	Von Dienstag bis Freitag	Du mardi au vendredi
	Kinderkleiderbörse (0-6 Jahre)	Bourse d'habits pour enfants (0-6 ans)
	Free-Shop-Schrank	Armoire « servez-vous »
3	DI	MA
09.30–11.00	Café Mardi, das Sprachcafé Offen für alle	Café Mardi, le café linguistique Ouvert à tout le monde
15.00–20.00	Holz- & Metallwerkstatt	Atelier bois et métal
18.30–21.00	Kraft- und Boxtraining Eigenständiges Training für alle ab 16 Jahren	Entraînement de boxe et de musculacion Entraînement libre dès 16 ans
4	MI	ME
09.00–10.30	Eltern-Kind-Café	Café parents-enfants
12.00–13.30	Familien-Mittagstisch auf Anmeldung	Midi familles Sur inscription
14.00–17.00	Büro offen	Bureau ouvert
14.15–16.15	Zeichen- und Maltreff für Erwachsene	Rencontres peinture et dessin pour adultes
13.30–17.00	Jobbörse für Jugendliche	Bourse aux jobs pour jeunes
14.00–18.00	Jugendtreff	Centre de jeunesse
18.00–20.00	Jongliertreff Bei schönem Wetter draussen: 079 304 33 29	Jonglage Dehors, par beau temps. Contactez le 079 304 33 29
5	DO	JE
09.00–11.00	SeniorInnen-Treff	Café seniors
10.30–11.30	Ashtanga Yoga - Anfänger auf Französisch oder Englisch.	Yoga ahstanga - débutant En français ou en anglais.
ab/dès 13.30	Bewerbungshilfe auf Voranmeldung	Aide aux postulations Sur rendez-vous
14.00–17.00	Büro offen	Bureau ouvert
14.00–15.30	Eltern-Kind-Deutsch	Allemand parents-enfants
14.00–17.00	Jassen & Spielen für Seniorinnen/Senioren	Jass et jeux pour seniors
18.00	Vernissage Kunsausstellung Kommt vorbei und entdeckt die gemalten Bilder von Hei- di Annaheim. Es gibt auch ein kleines Apéro. Die Malereien werden bis zum 12.6. ausgestellt.	Vernissage Exposition de peinture Passez et découvrez les toiles de Heidi Annaheim. Il y aura un petit apéritif. Les peintures seront expo- sées pendant une semaine.
6	FR	VE
09.30–11.00	Eltern-Kind-Französisch	Français parents-enfants
15.00–19.00	Jugendtreff	Centre de jeunesse
8	SO	DI
13.30–16.00	Tigrinyaschule für Kinder	École de tigrinia pour enfants
10	DI	MA
09.30–11.00	Café Mardi, das Sprachcafé Offen für alle	Café Mardi, le café linguistique Ouvert à tout le monde
15.00–20.00	Holz- & Metallwerkstatt	Atelier bois et métal
18.30–21.00	Kraft- und Boxtraining Eigenständiges Training für alle ab 16 Jahren	Entraînement de boxe et de musculacion Entraînement libre dès 16 ans
11	MI	ME
09.00–10.30	Eltern-Kind-Café Heute sprechen wir mit dem Verein Mosaik über Gender. Was bedeutet es heute, als Junge oder Mädchen gebo- ren zu sein? Wie beeinflusst es unser Leben und unsere Möglichkeiten?	Café parents-enfants Aujourd'hui nous parlons du genre avec l'association Mosaik. Qu'est-ce que cela signifie d'être né.e fille ou garçon de nos jours ? En quoi cela influence-t-il nos possibilités et notre vie ?
12.00–13.30	Familien-Mittagstisch auf Anmeldung	Midi familles Sur inscription
14.00–17.00	Büro offen	Bureau ouvert
14.15–16.15	Zeichen- und Maltreff für Erwachsene	Rencontres peinture et dessin pour adultes
13.30–17.00	Jobbörse für Jugendliche	Bourse aux jobs pour jeunes
14.00–18.00	Jugendtreff	Centre de jeunesse
18.00–20.00	Jongliertreff Bei schönem Wetter draussen: 079 304 33 29	Jonglage Dehors, par beau temps. Contactez le 079 304 33 29

12	DO	JE
09.00–11.00	SeniorInnen-Treff	Café seniors
10.30–11.30	Ashtanga Yoga - Anfänger auf Französisch oder Englisch.	Yoga ahstanga - débutant En français ou en anglais.
ab/dès 13.30	Bewerbungshilfe auf Voranmeldung	Aide aux postulations Sur rendez-vous
14.00–17.00	Büro offen	Bureau ouvert
14.00–15.30	Eltern-Kind-Deutsch	Allemand parents-enfants
13	FR	VE
09.30–11.00	Eltern-Kind-Französisch	Français parents-enfants
15.00–19.00	Jugendtreff	Centre de jeunesse
14	SA	SA
10.00–14.00		Atelier d'improvisation théâtrale pour les 8-15 ans et les parents Nous t'invitons à vivre un atelier d'improvisation théâtrale. En parallèle les parents suivent aussi un atelier. Présentation réci- proque des créations à 13h. Atelier proposé par la troupe des Électrons Libres. Sur inscription : SMS à Corinne Fellmann 079 767 08 52
15	SO	DI
13.30–16.00	Tigrinyaschule für Kinder	École de tigrinia pour enfants
17	DI	MA
09.30–11.00	Café Mardi, das Sprachcafé Offen für alle	Café Mardi, le café linguistique Ouvert à tout le monde
15.00–20.00	Holz- & Metallwerkstatt	Atelier bois et métal
18.30–21.00	Kraft- und Boxtraining Eigenständiges Training für alle ab 16 Jahren	Entraînement de boxe et de musculation Entraînement libre dès 16 ans
18	MI	ME
09.00–10.30	Eltern-Kind-Café Pascale Vidoni, Beraterin der Mütter- & Väterberatung ist heute mit dabei!	Café parents-enfants Pascale Vidoni, consultante du centre de puériculture, sera présente.
12.00–13.30	Familien-Mittagstisch auf Anmeldung	Midi familles Sur inscription
14.00–17.00	Büro offen	Bureau ouvert
14.15–16.15	Zeichen- und Maltreff für Erwachsene	Rencontres peinture et dessin pour adultes
13.30–17.00	Jobbörse für Jugendliche	Bourse aux jobs pour jeunes
14.00–18.00	Jugendtreff	Centre de jeunesse
18.00–20.00	Jongliertreff Bei schönem Wetter draussen: 079 304 33 29	Jonglage Dehors, par beau temps. Contactez le 079 304 33 29
19	DO	JE
09.00–11.00	SeniorInnen-Treff	Café seniors
10.30–11.30	Ashtanga Yoga - Anfänger auf Französisch oder Englisch.	Yoga ahstanga - débutant En français ou en anglais.
ab/dès 13.30	Bewerbungshilfe auf Voranmeldung	Aide aux postulations Sur rendez-vous
14.00–17.00	Büro offen	Bureau ouvert
14.00–15.30	Eltern-Kind-Deutsch	Allemand parents-enfants
20	FR	VE
09.30–11.00	Eltern-Kind-Französisch	Français parents-enfants
Ab/dès 13.30 bis/à 16.00	Näh-Café - Dieses Ange- bot findet im Calvinhaus, Mettstrasse 154, statt.	Café couture - Cet atelier a lieu à la Maison Calvin, rue de Mâche 154.
15.00–19.00	Jugendtreff	Centre de jeunesse
21	SA	SA
14.00–19.00	Sommerfest im QuartierInfo Mett! Kinderanimationen, ein Konzert mit der Band Laku- ristan Kombo, Tanz, schöne Begegnungen und dazu noch etwas Kleines zum Essen und Trinken. Kommt und feiert den Sommer mit uns!	Fête d'été à l'InfoQuartier Mâche ! Des animations pour les enfants, un concert du groupe Lakuristan Kombo, des ateliers de jonglage, des boissons, de la nourriture et de belles rencontres! Venez fêter l'été avec nous!
22	SO	DI
13.30–16.00	Tigrinyaschule für Kinder	École de tigrinia pour enfants

23	MO	LU
19.30-21.00	Theaterimprovisation (auf Schweizerdeutsch) Anmeldung unter 032 342 31 77 oder scaramouche_401@hotmail.com	
24	DI	MA
09.30-11.00	Café Mardi, das Sprachcafé Offen für alle	Café Mardi, le café linguistique Ouvert à tout le monde
15.00-20.00	Holz- & Metallwerkstatt	Atelier bois et métal
18.30-21.00	Kraft- und Boxtraining Eigenständiges Training für alle ab 16 Jahren	Entraînement de boxe et de musculation Entraînement libre dès 16 ans
25	MI	ME
09.00-10.30	Eltern-Kind-Café	Café parents-enfants
12.00-13.30	Familien-Mittagstisch auf Anmeldung	Midi familles Sur inscription
14.00-17.00	Büro offen	Bureau ouvert
14.15-16.15	Zeichen- und Maltreff für Erwachsene	Rencontres peinture et dessin pour adultes
13.30-17.00	Jobbörse für Jugendliche	Bourse aux jobs pour jeunes
14.00-18.00	Jugendtreff	Centre de jeunesse
18.00-20.00	Jongliertreff Bei schönem Wetter draussen: 079 304 33 29	Jonglage Dehors, par beau temps. Contactez le 079 304 33 29
26	DO	JE
09.00-11.00	SeniorInnen-Treff	Café seniors
10.30-11.30	Ashtanga Yoga - Anfänger auf Französisch oder Englisch.	Yoga ahstanga - débutant En français ou en anglais.
ab/dès 13.30	Bewerbungshilfe auf Voranmeldung	Aide aux postulutions Sur rendez-vous
14.00-17.00	Büro offen	Bureau ouvert
14.00-15.30	Eltern-Kind-Deutsch	Allemand parents-enfants
27	FR	VE
09.30-11.00	Eltern-Kind-Französisch	Français parents-enfants
15.00-19.00	Jugendtreff	Centre de jeunesse
28	SA	SA
18.00	Il Circolino Letterario Der italienische Leseclub lädt zu einer zweisprachigen Lesung (französisch/ italienisch) von einigen der besten Gedichte Patrizia Cavallis ein. Ein Apero riche ist vorgesehen. Mehr Informationen: www.circolinobiellienne.ch	Il Circolino Letterario Le groupe de lecteurs et lectrices italophones invite à une lecture bilingue français-italien de quelques- uns des meilleurs poèmes de Patrizia Cavalli. Un apéritif dinatoire est prévu. Plus d'informations : www.circolinobiellienne.ch
29	SO	DI
13.30-16.00	Tigrinyaschule für Kinder	École de tigrinia pour enfants

JULI In der ersten Juliwoche ist das QuartierInfo noch mit normalen Programm offen.	JUILLET l'InfoQuartier est encore ouvert la première semaine de juillet avec toutes les offres régulières.
07.-11. MO-FR 09.30-12.00 Spezialwoche: Bewegung und Musikimprovisation Bewegung nach der Rosen-Methode und Einführung in Musikimprovisation mit einfachen Instrumenten (keine Vorkenntnisse nötig). Für Erwachsene. Mehr Infos und Anmeldung: 078 723 06 44	LU-VE Semaine de mouvement et d'improvisation musicale Mouvements selon la méthode Rosen et introduction à l'improvisation musicale avec des instruments simples (sans connaissances préalables). Pour adultes. Plus d'infos et inscription : 078 723 06 44
SOMMERFERIEN VACANCES D'ÉTÉ Das QuartierInfo ist dann bis zum 18.08.2025 geschlossen. L'InfoQuartier est ensuite fermé jusqu'au 18.08.2025.	
NEWSLETTER Sie können sich für unsere E-Mail- oder SMS-Newsletter anmelden. Schreiben Sie uns! NEWSLETTER Pour recevoir notre programme par SMS ou courriel, envoyez-nous un message !	



QuartierInfo Mett
InfoQuartier Mâche

QuartierInfo Mett
InfoQuartier Mâche
 Poststrasse 41
 Rue de la Poste 41
 2504 Biel/Bienne

032 326 14 57 / 078 723 06 44
 infoquartier.mache@biel-bienne.ch
 quartierinfo.mett@biel-bienne.ch
 InfoQuartier Mâche
 Bunker 2504