

QUAVIER

Zeitschrift der Quartiervertretung Stadtteil IV · 19. Jahrgang · Nummer 74 · März 2014



Bewegen



Bewegung

Liebe Quartierbewohnerinnen, liebe Quartierbewohner

Warum bewegt sich der Abendstern?

Ein Abendspaziergang mit Hund und 3-jährigem Enkel in der Elfenau. Es ist am Einnachten, 2 Käuzchen rufen sich zu. Der Kleine mustert den dunklen Himmel und sucht den Abendstern. Man kann ihn nicht sehen, dort hinter den Bäumen müsste er sein. Am Morgen früh dann über dem

Gurten als Morgenstern. Warum? will er wissen. Wir bewegen uns eben, drehen um die Sonne und um uns selber... Dreht der Kauz auch auf der Erde? Und bewegt sich der Abendstern auch? Ein Brush-up in Astronomie wäre dringend angezeigt. Ich denke ans Motto des noch zu schreibenden Editorials: Bewegung. Und an die trotzige Feststellung Galileo Galileis angesichts der kirchlichen Übermacht: Eppur si muove – sie bewegt sich doch! Ja, wir bewegen uns.

Bewegung in den Genen?

2 Sendungen auf Arte letzte Woche untersuchten die Mobilität unserer Ururvorfahren. Vor mehr als 70 000 Jahren im Falle der ersten Jägerfamilien, die es von Zentralafrika durch Asien via urgeschichtliche Inselgruppen bis nach Australien schafften. Sie brauchten dazu zwar ebenfalls hunderte von Jahren, aber immerhin. Barfuss! Oder die Vikerer im frühen Mittelalter, die Tausende von Seemeilen in offenen Booten zurücklegten, um einige Zutaten für ihre Hightech-Stahlschwerter zu ergattern. Unglaublich! Es scheint tatsächlich, als ob unser heutiges Mobilitätsverhalten genetisch angelegt wäre!

Teufliche Mobilität

Unser tägliches Hin-und-Her gib uns heute, aber bitte ohne Stau, und wem das noch nicht genügt, der verschiebt sich saisonal in den Süden oder in die Berge. Verzicht sei keine Lösung, denn davon lebt schliesslich ein grosser Teil unserer Wirtschaft: Transportler, Strassenbau, Tourismus, Autospenglereien und Tankstellen, um nur einige zu nennen. Mit «Engpassbeseitigung» ist heute nicht mehr der teuflische Pakt zur Überwindung der Schöllenen Schlucht gemeint, sondern die Massnahmen des Bundesamts für Strassen ASTRA, um den sich selber lahmlegenden Verkehr auf den Autobahnen wieder ins Rollen zu bringen. Denn Staustehen kostet volkswirtschaftlich viel zu viel, wurde errechnet. Es gibt aber keinen Pakt mehr, nicht mal mit dem Teufel, sondern der Bund teilt einfach mit, dass statt der viel zu teuren Bypasslösung nun halt die Pannestreifen in Fahrbahnen verwandelt werden. Nur zu Stauzeiten, wird versichert. Und kein Mehrverkehr werde dadurch produziert. Glaub's der T...!

Bewegung auf der KaWeDe

Ein erfreulicheres Kapitel hoffentlich, denn hier geht es um die Lust an der sportlichen Bewegung. Für Jung und Alt, sommers und winters, die nicht nur unserem Stadtteil, sondern ganz Bern erhalten bleiben soll. Damit dieser Prozess nachhaltig gelingt, entsteht der KaWeDe-Verein. Er steht für Bewegung rund um's Thema KaWeDe. Lesen Sie mehr darüber auf Seite 4.

Viel Bewegendes aus unserem Stadtteil wünscht Ihnen

Sabine Schärer,

Geschäftsführerin QUAV 4

Aus der QUAV 4	4
Impressum	9
Vom KBEL zum KBEL+?	9
Bewegende Momente	10
Mythos Wolf	13
Bewegungsmelder	14
Füller	15
Veranstaltungen	16
Philosophie	19
Direkt ab hier!	20
Denkmal	23
QUAVIER war hier	25
Schulen	27
Neu und Jubiläen	29
Wettbewerb	29
Jugendzone Ost	31
Kleininserate	31

Titelbild:

Südkoreanische Bewegung im Zentrum Paul Klee – beim Staatsbesuch der Südkoreanischen Präsidentin Park Geun-Hye, im Januar 2014.

Foto:

Lukas Lehmann, Bern



Aus der QUAV 4

Planung Areal Tramdepot

Seit der Jurierung des Wettbewerbs ist fast ein Jahr vergangen. Hinter den Kulissen wird gearbeitet, um das Projekt soweit zu konkretisieren, dass eine Baueingabe und die für den späteren Verkauf an Investoren erforderlichen Kalkulationen gemacht werden können. Da die Stadt als neue Besitzerin (vorher Bernmobil) das Land im Baurecht abgeben wird, können sich auch die Stimmbürgerinnen und Stimmbürger an der Urne noch damit befassen, da der Landpreis über 10 Mio. Fr. beträgt. Die Abgabe an die Investoren erfolgt nach Erhalt der Baubewilligung, was für das Quartier ein Glücksfall ist. Damit wird die Chance erhöht, dass die inhaltlichen und quartierbezogenen Anliegen der QUAV 4 auch wirklich umgesetzt werden.

Der Wettbewerb war schon am Laufen, als der Stadtrat die Forderung nachreichte, ein Drittel der Wohnungen sei an gemeinnützige Bauträger abzugeben. Für die Planer ist es nicht einfach, die gemeinnützigen Wohnungen am geeigneten Ort in das nicht von Anbeginn dafür konzipierte Projekt einzubauen.

Von der QUAV 4 wird erwartet, dass sie sich in naher Zukunft mit der Konkretisierung der gewünschten öffentlichen Räume (Quartiersbüro, Quartiersaal mit Restaurant, etc.) befasst.

Termine

- Überarbeitung des Siegerprojektes bis April 2014



Wohnen im ehemaligen Tramdepot.

Foto: vvg

- Vorbereitung der Ausschreibung im Baurecht an Investoren und gemeinnützige Wohnbauträger und Ausarbeitung des Bauprojekts bis September 2014
- Volksabstimmung am 28. September 2014 – Abgabe im Baurecht an Anleger
- Ausschreibung für Anleger und Abschluss der Baurechtsverträge bis März 2015
- Baubeginn Ende 2015
- Bezug Ende 2017 bis Mitte 2018

Planung Wyssloch/Egelsee

2015/16 sollte mit der Umsetzung der 1. Etappe des Wysslochparks begonnen werden. Frau Hildbrand vom Stadtplanungsamt erläuterte der QUAV 4 das geplante Vorgehen zur Nachnutzung am Egelsee nach dem Auszug der Entsorgung (2015) und der Strassenreinigung, die den grössten Teil des Gebäudes belegt (2017). Diese Termine wurden durch die Direktion Tiefbau, Verkehr und Stadtgrün bestätigt. Die QUAV 4 ist der Meinung, dass eine grössere Diskussionsrunde zum Nutzungskonzept Egelsee über den ganzen Perimeter und mit allen Interessenten erst dann sinnvoll ist, wenn alle Rahmenbedingungen bekannt sind, und ob allenfalls seitens der Stadt weitere Ansprüche auf dem Areal zu befriedigen sind. Die QUAV 4 befürchtet, dass sonst Erwartungen geweckt werden, die zwangsläufig zu Enttäuschungen führen könnten.

Nachnutzung

- Das Areal soll nach dem Auszug des Entsorgungshofs und der Strassenreinigung öffentlich zugänglich sein.



Was entsteht hier, wenn der Abfall weg ist?

Foto: pb

- Eine sinnvolle Zwischennutzung soll sofort nach dem Auszug des Entsorgungshofs ermöglicht werden.
- Das Nutzungskonzept für eine Begegnungsstätte soll unter dem Einbezug der Öffentlichkeit und der Institutionen erarbeitet werden.
- Zwischennutzungen im Freiraum sind bereits ab 2015, nach dem Auszug des Entsorgungshofs, möglich. Die Zufahrt zur Strassenreinigung muss gewährleistet bleiben.

Nutzungskonzept

Es bestehen zeitliche und inhaltliche Abhängigkeiten zu anderen Planungen und Konzepten. Der Entscheid für den Ersatzstandort für die Strassenreinigung fällt in einigen Monaten. Es besteht Bedarf für eine Schul-Basisstufe, die entweder auf dem Areal Tramdepot oder allenfalls im Gebäude am Egelsee untergebracht werden könnte.

Weiteres Vorgehen

Im Herbst 2014, nach der Klärung der Raumbedürfnisse aus städtischer Sicht, entwickelt die QUAV 4 mit der Stadtverwaltung Ideen für die Zwischennutzung auf dem Areal des heutigen Entsorgungshofs.

Neuer Verein zum Erhalt der KaWeDe

Pünktlich zum 80. Geburtstag des Berner Kult-Bads wurde Ende Dezember 2013 ein Verein zur Unterstützung der «Old Lady KaWeDe» aus der Taufe gehoben. Der Verein heisst KaWeDe-Verein und setzt sich zum Ziel, die beliebte Berner Sportstätte langfristig zu erhalten. Dazu gehört nach Ansicht der Vereinsgründer, dass sowohl der Winter- als auch der Sommerbetrieb möglichst integral erhalten bleiben. Die KaWeDe soll Treff-, Sport- und Kulturort für alle Bernerinnen und Berner, für Familien und Quartierbewohner bleiben.

Der Verein ist sich der momentan prekären Lage der Stadtfinanzen bewusst. Er wird sich deshalb an der Diskussion über Entlastungsmöglichkeiten beteiligen. Er wird Möglichkeiten suchen, die KaWeDe mit Aktivitäten zur Ertragssteigerung und der Suche nach Sponsoren zu unterstützen.



Die KaWeDe bleibt!

Foto zvg

Besonders wichtig ist, dass der Verein dazu beitragen soll, das integral geschützte Kulturgut und Architekturdenkmal ersten Ranges besser in der Wahrnehmung der Berner Bevölkerung zu verankern. Bauten aus den dreissiger Jahren sind in Bern nicht eben häufig, und die KaWeDe ist eine erstklassige Vertreterin dieser Zeitepoche.

Der Verein hat sich am 1. Dezember mit der Direktion für Bildung, Soziales und Sport (BSS) getroffen um über Entwicklungsszenarien der KaWeDe und die vorgesehenen Abläufe zu diskutieren. Er bietet eine aktive Rolle in der städtischen Arbeitsgruppe KaWeDe unter Federführung der BSS an und kann in Absprache mit der Projektleitung Arbeitsgrundlagen und Diskussionsbeiträge erarbeiten. Insbesondere will der Verein ein Kulturkonzept mit Businessplan entwickeln, eine breit im Quartier und der Berner Bevölkerung verankerte Trägerschaft fördern sowie nach Möglichkeiten für Sponsoring suchen.

Seit Mitte Februar kann man sich auf www.ka-we-de.ch über weitere Aktivitäten und die Beitrittsmöglichkeit informieren. Bis Mitte März 2014 wird eine Grobskizze der Absichten des Vereins verfügbar sein. Auf dieser Basis kann die Werbung für die Vereinsmitgliedschaft starten. Bis Ende Juni 2014 soll das Kulturkonzept erarbeitet werden und bis Ende Jahr das Sponsoringkonzept.

Die Delegierten der QUAV 4 beschliessen einstimmig, dass die QUAV 4 sich mit der Präsidentin Karin Feuz und der Geschäftsführerin Sabine Schärren im neuen KaWeDe-Verein engagiert.

Pilotprojekt erweiterte Begegnungszonen

Der Gemeinderat hat im Februar 2012 eine Motion entgegengenommen, die einen Pilotversuch für ausgedehnte Begegnungszonen fordert. In der Folge waren die interessierten Quartiere aufgefordert, Eingaben zu machen. Im Stadtteil IV, der bereits lange Erfahrung mit Begegnungszonen hat, wurden fünf Anträge formuliert: Obstberg, Gryphenhübeli, Egelsee, Steinerstrasse und Burgfeld bewarben sich um Teilnahme. Die QUAV 4 wünschte ein offenes Auswahlverfahren gemeinsam mit der Verkehrsplanung.

Die wichtigsten Kriterien der Stadt sind:

- die Geschwindigkeitsreduktion auf 20 km/h muss erreicht werden können
- die topografischen und räumlichen Gegebenheiten sollen nicht zu mehr Gefährdung führen («falsche Sicherheit», Unübersichtlichkeit)
- Verkehrssituation heute: kein Durchgangsverkehr, keine Unfallschwerpunkte etc.
- Einsprache-Potenzial (steht die Bevölkerung dahinter?)

Man einigt sich auf die Projekte Burgfeld und Obstberg. Die Delegierten bestätigen an der DV vom 21.1.2014 mehrheitlich diesen Entscheid.

Die Verkehrsprobleme im Burgfeld sind vielfältig. Sie müssen grossenteils mit anderen Mitteln gelöst werden (Zentweg/Industriezone Galgenfeld etc.). Wirklich gefährlich ist der Schulweg entlang dem Zentweg und über die Ostermundigenstrasse. Zusammen mit dem

Umwelttag 2014

Dieses Jahr wird der Umwelttag unter dem Namen Bring!Hol!Umwelttag! in ähnlicher Form wie in den vergangenen Jahren abgehalten. Der Anlass findet statt am Samstag, 14. Juni von 9 bis 16 Uhr auf dem Areal des Tramdepots Burgernziel. In der Juni-Nummer des QUAVIER werden weitere Informationen publiziert. (pb)

anstehenden Beruhigungsprojekt Zentweg kann die ausgeweitete Begegnungszone optimal wirken.

Eine grossflächige Wohnzone im Obstberg zwischen den Strassenzügen Laubeggstrasse, Schosshaldenstrasse und Kleinem Muristalden kanalisiert wichtige Schulwege auch aus angrenzenden Quartieren für die zwei grossen Schulstandorte Laubegg und Bitzhus. Es gibt viele Strassen mit nur einem oder gar keinem Trottoir. Knacknuss ist die Bantigerstrasse mit ihrer Topographie und als letzter KMU-Standort. Das Projekt macht aber wenig Sinn, wenn die Bantigerstrasse nicht enthalten ist.

Bis im November sollen die Pilotprojekte publikationsreif sein.

«Jetzt – energetisch modernisieren!» und doppelt sparen

Einladung zur Informationsveranstaltung, Dienstag, 1. April 2014, Kornhausforum, Bern. **Fachausstellung ab 18.30 Uhr; Beginn der Referate 19.15 Uhr**

Wie sich der Energieverbrauch und die Energiekosten von Wohngebäuden um die Hälfte und mehr reduzieren lassen, erfahren Hausbesitzerinnen und Hausbesitzer aus erster Hand an der Informationsveranstaltung «Jetzt – energetisch modernisieren!». Die öffentliche Veranstaltung mit Referaten, Fachausstellung und Apéro bündelt Informationen zu Beratungsangeboten, Finanzierung und effizienten Technologien zur Gebäude-sanierung.

Zu dieser Veranstaltung sind Sie von der Stadt Bern und der QUAV 4 herzlich eingeladen. Der Eintritt ist frei, jedoch ist eine Anmeldung erforderlich (www.ezs.ch/de/bern2014).

Jubiläum 200 Jahre Efenau

Vor genau 200 Jahren hat die Grossfürstin Anna Feodorowna aus Russland den Kaufvertrag für das Brunnaderngut unterschrieben. Einst empfing die Grossfürstin die Berner Adligen, ihre Verwandten oder ausländische Diplomaten in ihrem Landgut oberhalb der Aare. Rauschende Feste wurden gefeiert. Heute entspannen sich die Besuchenden in der Parkanlage oder treiben Sport. Manche geniessen einen Cappuccino im Parkcafé, andere die

Aufführungen des Elfenau Kultursommers. Die Beweggründe für einen Besuch in der Elfenau sind unterschiedlich, aber eines haben sie gemeinsam: Die Elfenau ist ein gesellschaftlicher Treffpunkt. Möglich ist dies, weil Anna Feodorowna der Stadt Bern eine Anlage hinterlassen hat, die ihren Charme über die Jahrhunderte bewahrt hat.

Im Rahmen des Jubiläums «200 Jahre – Zu Besuch in der Elfenau» können Sie den Zauber dieses Ortes mit zahlreichen Aktivitäten erleben. Das Detailprogramm ist ab Mitte April 2014 auf www.orangerie-elfenau.ch ersicht-lich. (pb)

Pannestreifen auf A 6 bei Bern erst in drei Jahren befahrbar

Auf der Autobahn A 6 soll – wenn überhaupt – der Pannestreifen zwischen den Anschlüssen Bern-Wankdorf und Muri erst ab 2017 oder 2018 in den Stosszeiten für den Verkehr freigegeben werden, nicht schon 2015, wie im vergangenen Jahr angekündigt wurde (siehe QUAVIER Nr. 73, S. 5). Denn das Bundesamt für Strassen ASTRA hat sich entschlossen, das Gesamtprojekt öffentlich aufzulegen. Dies wegen Vorbehalten von Autobahnanwohnern. Das ASTRA respektiert sie und will mit der öffentlichen Auflage des Projekts der Bevölkerung das Mitspracherecht gewähren.

Die vier Kilometer lange Strecke zwischen Bern-Wankdorf und Muri hätte der erste Autobahnabschnitt der Schweiz werden sollen, den

das ASTRA als Massnahme zur Beseitigung der Engpässe auf den Autobahnen hätte umrüsten wollen. Bundesrätin Doris Leuthard kündigte anfangs 2012 an, landesweit bis ins Jahr 2020 Pannestreifen auf einer Länge von 125 Kilometern baulich anzupassen und in Stosszeiten für den Verkehr freizugeben.

(sda)

Die QUAV 4 wird sich ausführlich mit dem Projekt befassen müssen. Die Notwendigkeit dieser Massnahmen ist im Quartier umstritten, und der Einfluss der Kapazitätserhöhung auf der Autobahn auf die anschliessenden Strassen muss sorgfältig abgeklärt werden. Eine stärkere Belastung der Quartierstrassen würde von den Anwohnern kaum akzeptiert. (pb)

BERN MOBIL

Gleich an mehreren Orten im Quartier gibt es diesen Sommer lokale Gleisbaustellen: Weil das Bundesamt für Strassen während mehrerer Wochen die Brücke über die A6 im Egghölzli saniert, muss BERNMOBIL die Tramgleise entfernen und wieder einbauen. Im Kreisell Burgernziel werden die alten Gleise und Weichen ersetzt. Zudem werden die Tramwendeschlaufen an den Endhaltestellen Saali und Ostring ersetzt. Diese Bauarbeiten bedingen die Umstellung der Tramlinien 6, 7 und 8 auf Busbetrieb zu den folgenden Zeiten:

- **Tramlinie 8** (Bern Bahnhof – Saali)
2. Juni bis 10. August
- **Tramlinie 6** (Bern Bahnhof – Muri)
19. Juli bis 3. August
- **Tramlinie 7** (Bern Bahnhof – Ostring)
26. Juli bis 10. August

Das Quartier wird laufend über die aktuellen Bauphasen informiert. Die bestehenden Fahrbeziehungen des öffentlichen Verkehrs bleiben dank Tram-Ersatzbussen erhalten. Die genauen Umleitungspläne der Tram-Ersatzkurse werden vor den jeweiligen Gleisbaustellen an den Haltestellen, in den Fahrzeugen und auf www.bernmobil.ch publiziert.

BERNMOBIL

Spielplätze

Im vergangenen Jahr wurden folgende Spielplatzprojekte realisiert:

- Spielplatz Gryphenhübeli
- Spielplatz Elfenau
- Tavelterrasse (Abbau und Wiederherstellung der Grünanlage)
- Elfenau Landschaft (Abbau)

Für das kommende Jahr sind folgende Erneuerungen geplant:

- Spielplatz Rosengarten
- Spielplatz Dählhölzli (vor dem Tierpark)
- Kleine Allmend (in Abklärung)
- Manuelschule (temporärer Abbau wegen Umbau des Schulhauses)

Stadtgrün Bern

Verein Spielbrache Wyssloch

Ein Stück Brachland mit Hügeln, Sand und Lehm lädt mitten im Quartier zum Verweilen, Spielen und Gärtnern ein: die Spielbrache Wyssloch. Seit Sommer 2012 ist die Wiese zwischen Laubeggstrasse und Egelgasse öffentlich zugänglich. Der neu gegründete Verein Spielbrache Wyssloch organisiert durchs Jahr verschiedene Aktivitäten für Jung und Alt.

Ein kleiner Junge schlendert suchend über die Brache. Letzten Herbst hat er Eicheln in den Boden gepflanzt. Sind schon Bäume gewachsen? Vieles haben Kinder auf der Brache selbst



Spielen macht Hunger!

Foto: zvg

gestaltet: ein Schatten spendendes Weidenhäuschen neben dem Sandkasten, Bänke aus Holzabfällen und Baumstämmen, ein Kunstwerk aus Ästen und Federn, Blumen- und Gemüsebeete.

Die Spielbrache Wyssloch ist ein naturnaher, inspirierender Ort, der zu allerlei Tun anregt. Auf der ehemaligen Pferdewiese spielen Kinder mit Lehm, Wasser oder Sand – ganz ohne Spielgeräte. Es gibt reichlich Platz zum Gärtnern: Kisten und Erde werden von der Stadtgärtnerei zur Verfügung gestellt. Mit den Hügeln zum Herumtollen und der kleinen Feuerstelle ist der Ort eine wertvolle «Oase» für naturnahes Spielen und Wirken für Gross und Klein.

Eine Gruppe QuartierbewohnerInnen hat die Spielbrache ins Leben gerufen. Seit Januar

2014 sind wir als «Verein Spielbrache Wyssloch» organisiert. Die Stadt vermietet uns die Brache zur Zwischennutzung. Wir besorgen den Unterhalt und organisieren Veranstaltungen. Unser Ziel ist es, die Brache als Begegnungsort im Quartier zu verankern. Später soll das Areal Teil des Stadtteilparks Wyssloch werden. Als Verein setzten wir uns ebenfalls für die Mitwirkung der Quartierbevölkerung beim städtischen Parkprojekt ein.

Werde Mitglied des Vereins Spielbrache Wyssloch! Mit Deiner Mitgliedschaft hilfst du, den Brachenbetrieb mitzufinanzieren und erhältst die Möglichkeit, unser Quartier aktiv mitzugestalten. Die Mitgliedschaft beträgt Fr. 20.– pro Haushalt. Weitere Informationen zum Verein und unseren Aktivitäten finden sich auf www.wyssloch.ch. Marion Alig

Kirchenfeld-Brunnadern-Elfenau-Leist: vom KBEL zum KBEL+?

Der Leist ist mehr als ein Traditionsverein. Er ist ein wichtiger, repräsentativer Vertreter des grossen Kirchenfelds mit vielfältigen Anliegen. Die QUAV 4 ist an dieser einheitlichen Vertretung sehr interessiert. Wie geht es mit dem KBEL weiter? Die Präsidentin des KBEL, Gerda Hauck, möchte gelegentlich zurücktreten. Noch ist keine Nachfolge in Sicht. QUAVIER unterhielt sich mit G. Hauck über mögliche Szenarien zur Zukunft des Leistes.

Im Kirchenfeld gibt es viele Aktivisten (Elternräte, Begegnungszonen etc.), die aber «vereinscheu» sind. Ohne ein Minimum an Strukturen kann man jedoch schlecht etwas bewegen. Themen gäbe es zur Genüge: Verkehr, Umgestaltung Kirchenfeldstrasse, Spielplätze, Familien- und Freizeitzone Dählhölzli, Grünraumplanung Aareraum, KaWeDe, gefährdete Quartier-Infrastruktur und Treffpunkte. In all diesen Themen hat der KBEL unentwegt konstruktive Arbeit geleistet und nicht zuletzt dank dem Knowhow seiner Vorstandsmitglieder auch eine Stimme gehabt, die gehört wurde.

Wie alle Vereine muss sich aber auch der traditionsreiche Leist immer wieder die Frage stellen: Was wollen wir bewegen? Wozu braucht es uns? Anders als in früheren Jahrzehnten – erzählt wird von legendären Festen des KBEL – «beschränkt» sich die Partizipati-

onsbereitschaft heute auf den punktuellen Einsatz zu Themen, die unter den Nägeln brennen. Das beweisen die vielen Einzelgruppen im Quartier wie IG Elfenau, Verein KaWeDe, Elternverein, Quartiertreff Thunplatz etc., die in ihrem Rayon für ihre Anliegen wichtige und hervorragende Arbeit leisten. Die Kehrseite dieser themennahen Partizipation: Jede Interessengruppe muss einen Verein gründen, einen Vorstand finden, einen Jahresbericht schreiben, eine Buchhaltung führen und alle damit verbundenen administrativen Aufgaben erfüllen. Aber das sind gerade die Arbeiten, für die sich die Themenbegeisterten meist am wenigsten interessieren. Eine weitere Kehrseite: Im Fall von Rechtsverfahren verfügen diese Gruppen oft nur über eine beschränkte Repräsentativität, d.h. sie werden, wie Beispiele zeigen, nicht als einsprachefähig zugelassen.

Ihre direkte Mitwirkung

Was fehlt Ihnen im Stadtteil IV? Was möchten Sie anders haben? Schreiben Sie an: QUAV 4, Postfach 257, 3000 Bern 6, oder mailen Sie an info@quavier.ch.

Ihre Anregungen werden an die QUAV4 weitergeleitet. Besuchen Sie auch unsere Website unter www.quavier.ch und teilen Sie uns dort Ihre Meinung mit.

Aus der Sicht des KBEL könnte man beide Nachteile heilen: Statt immer wieder neue Strukturen für Anliegen aufzubauen, die auch der KBEL teilt, könnten die Interessengruppen den KBEL zu ihrer Drehscheibe machen. Alle würden von einer gemeinsamen, funktionierenden Struktur profitieren. Gleichzeitig wären die Repräsentativität und die anerkannte Einsprachefähigkeit in Rechtsverfahren für alle gesichert. Der KBEL wäre das Dach, in das alle Interessengruppen ein Vorstandsmitglied delegieren. So brauchte es für die notwendigen strukturellen Aufgaben nicht 20 oder 30 Leute, sondern zwischen 7 und 9 Personen, die auch die inhaltliche Koordination sicherstellen würden. KBEL+ wäre dafür ein geeigneter Name. Ein weiterer Vorteil: Die nicht parteigebundenen Kräfte hätten in der QUAV 4 eine starke, gemeinsame Stimme.

Gerda Hauck/pb

Impressum

QUAVIER erscheint 4mal jährlich

Herausgeberin: Quartiervertretung des Stadtteils IV, Postfach 257, 3000 Bern 6

Geschäftsstelle: Sabine Schärer, Tel. 031 351 95 75 (Beantworter), info@quavier.ch
Webmaster: Konrad Weber

Präsidentin: Karin Feuz, Wendschätzstr. 3, 3006 Bern

Auflage: 15 500 Exemplare

Redaktionsadresse: QUAVIER, Postfach 257, 3000 Bern 6, Tel. 031 351 95 75 (Beantworter) redaktion@quavier.ch

Redaktion: Peter Blaser (pb), Jeanne Kreis (jk), Gudrun Nyffenegger (gn), Andreas Rapp (ar), Muriel Riesen (mr)

Inserate: Geiger AG, Druckerei und Verlag, Habsburgstr. 19, Postfach, 3000 Bern 6, Tel. 031 599 10 40, Fax 031 599 10 50

Inserateschluss: 7.5.2014

Layout: MediaDesign Bern, Franz Keller (fak)

Druck: Geiger AG, Bern,

Veranstaltungshinweise bitte an: QUAVIER, Postfach 257, 3000 Bern 6

QUAVIER Nr. 75, Juni 2014, ist dem Thema «REPORTAGEN»

gewidmet. Wenn Sie etwas beitragen möchten, telefonieren Sie der Redaktion (031 351 95 75) oder mailen Sie an redaktion@quavier.ch.

Redaktionsschluss: 14.5.2014

Erscheinungsdatum: 6.6.2014



Das Eingangstor zum Kirchenfeld.

Foto: ar

Bewegende Momente

Es gibt Momente, in denen uns heiss ums Herz wird oder in denen wir um Fassung ringen und die sich uns dauerhaft einprägen. Manche sind so sehr persönlich, dass wir sie nicht äussern wollen. Andere möchten wir mitteilen. Wir haben unsere Redaktion und sieben KorrespondentInnen gebeten, uns solche Momente zu schildern. Ja, was bewegt uns eigentlich?

Januarnacht

Lichtgeworden
der Atem
sternegreifend
die Seele
ruhend
das Du.

Ich sitze in diesem Fauteuil. Du hast in den vergangenen Monaten viele Stunden darin verbracht. Weil deine Kräfte nachgelassen hatten, du die Treppenstufen hinunter in die Gemeinschaftsräume nicht mehr steigen mochtest, dir Begegnungen mit Menschen, die dir nicht schon von viel früher vertraut waren, nichts mehr sagten.

Kurz muss ich eingeknickt sein. Leise bewegt sich der Vorhang vor dem halb geöffneten Fenster. Die Kerze im kleinen Windlicht auf dem Tisch vor mir brennt nicht mehr. Ich blicke zu dir. Tiefe Ruhe zwischen dir und mir. Du liegst da, wie eben noch. Jetzt, da dein Atmen deine Brust nicht mehr anheben lässt.

Ich wusste, dass du gehen würdest, wir alle wussten es. Haben an deinem Bett gewacht die letzten Tage und Nächte. Haben deine weichen, von der Arbeit eines ganzen Lebens gezeichneten Hände gehalten, wenn du nach den unseren gegriffen hast. Haben oft dein Gesicht betrachtet, uns gefreut, wenn dein Blick den unseren kreuzte und wir für einen kurzen Moment ein Erkennen darin zu sehen glaubten.

Und plötzlich
Stille
Leise
Der Wind
Dich mit sich nimmt
Geblieben
Nur ich
Und doch nicht
Ohne dich.

Andrea Egger

Alte Schule oder: Der Pfiff

Kurz vor Mittag. Die Sonne scheint. Jetzt: die Klingel, die Erlösung! Pünktlich beendet Ella den Unterricht. Sie sammelt die Diktathefte ein. Wir packen das Schulzeug weg.

Da – ein schriller Pfiff! Wandreihe hinten, wie mir scheint. Also einer aus Habstetten. Die sind eben so.

Ellas schneidende Stimme: Wer war das? Niemand. Absitzen! befiehlt sie. Und kein Wort, bis er sich meldet.

Warten. Schweigen. Sie auf dem Katheder, wir an grünen Pulten. Dazwischen eisige Blicke durch ihre kantige Metallbrille.

Mittagsglocken. Fragende Gesichter. Ella, streng: Wir warten. Ihr wisst worauf. Ich zähle Glockenschläge, nach 200 höre ich auf. So ein Feigling. Lässt alle sitzen. Oder – ich kriege rote Ohren. Nein . . . unmöglich. Warten. Die Turmuhr schlägt ein Viertel. Ella steht auf: Um halb zwei seid ihr wieder da.

Alle sitzen am Tisch, als ich heimkomme. Tischgebet, gefolgt vom Zeitzeichen und den Nachrichten. Wenig Appetit.

Zurück in die Klasse. Ich bin der Letzte. Ella sitzt am Pult und korrigiert Diktate. Was, wenn keiner sich meldet? Auch für sie eine dumme Situation.

Zeit vergeht. Klar denken kann ich längst nicht mehr. Verliere den Boden unter den Füßen. Habe etwa ich – aus Versehen – gepfeifen? Soll ich mich einfach melden? Wie auch immer: allen wäre geholfen, auch Ella.

Ella gefällt mir. Nicht nur der Name. Doch das weiß keiner. Habe wirklich nicht ich . . . oder etwa doch? Und schließlich, nicht zwingend unlogisch: Wenn sich sonst keiner meldet, muss ich's ja gewesen sein.

Für einen Augenblick stülpt sich alles um. Ich sehe mich selbst in der Schulstube die Hand heben und sagen: «Ich bin es gewesen.» Ein fassungsloser Blick durch die Nickelbrille. Kommentarlos beginnt Ella mit dem Heimatunterricht.

Auf dem Heimweg ist mir dann noch eingefallen: Ich kann gar nicht pfeifen.

Markus Heimlicher



Vor 70 Jahren – Kinder bewegen sich.

Foto: zvg (gr)

Das Augen-Licht

Wehmütig stehe ich am Fenster und blicke auf die Baustelle der zweiten Bauphase Schönberg Ost. Je höher die Häuser, desto weniger Aussicht aufs Zentrum Paul Klee und in die Berge bleibt. Schade! Wie sehr habe ich mich doch an diesen freien Blick in die Berge gewöhnt. Am 4. Dezember des vergangenen Jahres stosse ich im «Bund» auf den Beitrag von Erica Brühlmann-Jecklin, Schriftstellerin und Psychologin. Eindrücklich beschreibt sie ihren Abschied vom Augenlicht als Folge einer Netzhauterkrankung, die langsam zum Erblinden führt. Sie erzählt auf berührende Weise, was das bedeutet und wie sie versucht, damit umzugehen.

«Noch 15 Prozent», sage ich zur blinden Blindenschriftlehrerin. «Oh, das ist ja noch richtig viel!», antwortet sie. Dann sind es irgendwann diagnostizierte fünf Prozent, dann drei. «Drei Prozent?», fragst du, «dann kannst du auch Treppenstufen nicht mehr sehen?» – «Es kommt darauf an. Auf das Licht.» – «Aha! Und jetzt, was siehst du jetzt?» – «Ich kann es nicht genau sagen. Bäume?»

Dieser Text ruft mich in meine eigene Wirklichkeit zurück, auf die Diagnose nämlich meiner Netzhauterkrankung, die mich die Sehkraft des linken Auges gekostet hat. Die Tatsache, dass es jederzeit das rechte Auge treffen könnte, ist eine Realität, die ich nur allzu gerne ausblende. So relativiert sich auch die langsam verschwindende Aussicht auf die Alpen, und ich blicke dankbar in die Berge. Wer weiss, wie lange noch?

Elsbeth Wandeler

Personenunfall

Es war im Bahnhof von B., am Feierabend. Sie muss in meiner Nähe gestanden sein. Vermutlich habe ich sie gesehen, aber nicht wahrgenommen. Vielleicht die junge Frau mit dem schmalen, bleichen Gesicht und den glatten, hellen, halblangen Haaren? Ich blickte dem einfahrenden Zug entgegen. Hinter mir, aus dem Stand heraus, muss sie den Sprung getan haben – im allerletzten Moment, unmittelbar vor die Lokomotive. Lautlos, ohne vorher erkennbare Bewegung, welche ein Eingreifen der Menschen ringsum noch ermöglicht hätte. Niemand schien das Geschehen bemerkt zu haben. Ich sah dann das helle Fleisch der Getöteten hervorleuchten aus der Schwärze unter dem Zug. Dieses Leuchten will mir nicht mehr aus dem Kopf, wohl mein Leben lang. – Dem düsteren Abend folgte eine mondlose, trübe Nacht. Um 2 Uhr erreichte die radioaktive Wolke von Tschernobyl die Schweiz. Die beiden Ereignisse haben nichts miteinander zu tun. Aber bei mir sind sie untrennbar verklammert.

(ar)



Was bewegt dieses Hündchen? Angst um's Herrchen?

Foto: Vanda Kummer

Wolkenberge

Zwei Menschen begegnen gemeinsam dem Niesen:

Bettina: «Schade, dass man die Berge nicht sieht, vielleicht ein anderes Mal.», sage ich, als wir zum ersten Mal in Thun am Seeufer stehen.

Christina: *Ich komme zwar nicht von der flachen Nordsee, aber richtige Berge gibt es im Odenwald nicht. Der Thunersee liegt mitten in einer großen, allumfassenden Wolke. Ich stelle mir den See im Sommer vor. In der Ferne könnte man die Berge sehn. Das wäre bestimmt schön.*

«Da schau, das ist der Gipfel vom Niesen, da oben!»

Ich hebe meinen Kopf und kann zunächst nicht erkennen, was gemeint ist. Ich sehe nur Nebelschwaden.

«Siehst du ihn nicht? Dort in den Wolken.» Plötzlich werden die Augen weit.

«Dort oben? So hoch oben?!» *Auf einmal sehe ich den Gipfel, auf der anderen Seeseite, hoch im Himmel über Spiez.*

Ich versuche, mich in diesen Blick hineinzuversetzen, als hätte auch ich die Welt in Wolken gehüllt kennen gelernt, und nun zieht jemand die Wolkendecke weg und offenbart etwas viel Grösseres, als ich erwartet hätte.

Nichts deutet darauf hin, dass direkt um uns Berge sein sollen. Ausser dieser unglaublich symmetrische Gipfel in den Wolken. Unbegreiflich.

Christina Baron/Bettina Rychener

«On va bouger bouger».

Die ganze Stadt ist am Tanzen. Obwohl sich ein Gefühl der Freiheit ausbreitet, ist alles ganz legal. Der Stadtpräsident erklimmt die Fassade des Bundeshauses und schwenkt, auf dem Balkon angekommen, eine Fahne. Nur die Sicherheitsverantwortlichen sind ein bisschen eingeschnappt, da von den Anwesenden nur wenige ihrem Aufruf gefolgt sind, gut sichtbar Namensschilder zu tragen, auf denen auch Adresse, Beruf und Sternzeichen aufgelistet sind.

«Ecoute-moi, mon ami, tu dois bouger», in meinem Kopf erklingt immer wieder das bekannte Lied der ivorischen Band Magic System.

Vom Wankdorf bis zum Hirschengraben breitet sich ein einziger grosser Teppich feiernder Menschen aus. Die Älteren in der Menge erzählen, wie es das letzte Mal war, damals im Jahre 1987. Und wir nehmen uns fest vor, nicht noch einmal so lange zu warten.

Nach dem Spiel hatte es einen Moment gedauert, bis die BernerInnen realisierten, wie ihnen geschah. Zuerst verliessen sie das Stadion, die Altstadt Keller und ihre Wohnungen nur zögerlich, wussten nicht so recht, ob sie sich freuen sollten oder ob dieser denkwürdige Moment nicht auch etwas Melancholisches hatte. Eine halbe Stunde später feierten sie jedoch bereits, als wären sie schon immer extrovertiert und laut gewesen und als hätten sie das Jubeln nie verlernt.

Bern, Mai 2014. Überall gelb und schwarz.

«S'il y a de l'espoir, tu dois bouger».

Ramon Tissafi

Bewegt werden, bewegen – ein Jahresrückblick

Sitzen vor dem Haus im Oberland, aufschauen zu den Sternen: Adler, Leier, Schwan, die Milchstrasse, eine unendliche Weite und Stille. Da huscht eine Sternschnuppe über den Himmel, hinterlässt ein kurzes Nachleuchten. Ein Signal, ein Fingerzeig eine Bewegung aus dem Welt- raum, aus der Ewigkeit?

Ich habe meinen Enkel auf dem Schoss, keine drei Monate alt; er beruhigt zuerst seine freudig zappelnden Glieder, dann macht sein rechter Arm eine ausfahrende Bewegung, nach viel Auf und Ab gerät seine Hand nahe zum Mund, es gelingt erstmals sein Däumchen in den Mund zu schieben. Er lutscht und kaut daran, eine Entdeckung, ein neues Gefühl, das er auskostet.

Ich möchte etwas bewegen: Die Invalidenversicherung hat einer über 50jährigen Frau mit schwerer Persönlichkeitsstörung, die vor lauter Übergewicht kaum gehen kann, deren Rücken und Gelenke seit Jahren heftig schmerzen, eine Rente verweigert. Eine Anwältin hilft Rekurs machen. Die IV beauftragt vier Ärzte mit der Begutachtung. Für teures Geld werden über 40 Seiten beschrieben, voller Fehler, voller Ungereimtheiten. Mehrfach wird sie als «er» bezeichnet, es wurde wohl ein altes Gutachten achtlos überschrieben. Der IV genügt das, die arme Frau soll arbeiten gehen, halbe Rente. Da ein neuer Rekurs sofortigen Rentenentzug bedeuten würde, muss die Frau das akzeptieren – der Sozialdienst zahlt den Rest, und ich fühl mich schlecht.

Tedy Hubschmid



Der Mythos Wolf bewegt

In unserem Stadtteil befindet sich das Revier zweier Wölfe. Als Bewohner des Tierparks Dählhölzli sind sie kaum Gegenstand hitziger Diskussionen, anders als die ca. 20 frei durchs Land ziehenden Wölfe. Die Kultur- und Umweltpsychologin Franziska Oswald ist oft vor dem Wolfsgehege anzutreffen. Sie befasst sich für die Veranstaltung «Gefallene Götter» intensiv mit dem Mythos Wolf und beobachtet dabei nicht nur die Wölfe sondern auch ihre zweibeinigen Besucher. QUAVIER hat sich mit ihr unterhalten.



Foto: RANDO, Tierpark Dählhölzli, Bern, 2013

Franziska, woher kam die Idee zur Tierparkführung «Gefallene Götter – der Wolf in Mythos und Alltag»?

Tiere haben für den Menschen seit jeher eine zentrale Bedeutung: Weil sie uns ernähren und uns beim Verrichten unserer Arbeit helfen, und weil sie uns als Freunde und Begleiter emotional nahe stehen. Darüber hinaus gibt es – und gab es vor allem früher – eine Faszination des Menschen für Tiere, die viel weiter geht und rational nur schwer erklärbar ist. In Mythen repräsentieren Tiere innere und äussere Kräfte, die unser Dasein, unseren Sinn und unsere Einbettung in die Welt erklären und bestimmen. Diese Bedeutung haben sie heute auf der kulturellen Ebene weitgehend verloren. Daher der Titel «Gefallene Götter».

Bei meinen Spaziergängen durch den Tierpark wuchs das Bedürfnis, Menschen – und vielleicht auch die Tiere ☺ – an diese mythische Dimension der Mensch-Tier-Beziehung zu erinnern. Es freut mich, dass der Tierpark auf diese Idee positiv reagiert und besonders, dass er als erstes eine entsprechende Führung zum Wolf vorgeschlagen hat.

Was ist das Spezielle am Wolf?

Er ist ein eindrückliches Tier, extrem ausdauernd, mit äusserst feinen Sinnen und er ist auch sehr geheimnisvoll. Ihn in freier Wildbahn zu beobachten ist für den Menschen nur ganz schwer möglich. Der Wolf hat etwas Unabhängiges und Unzähmbares. Das zeigt sich selbst in Gefangenschaft.

Wölfe haben die Menschen schon immer bewegt. Das ist erkennbar in den überlieferten Mythen, in denen die Wölfe oft eine starke positive oder negative Kraft repräsentieren.

Welchen Bildern bist du in den Geschichten rund um den Wolf begegnet?

Ich möchte nicht zu viel vorwegnehmen ☺.

Der Wolf hat im Positiven viel mit Weisheit, Transformation und Schöpferkraft zu tun. Er ist in den Mythen zum Beispiel oft an der Schöpfung der Menschen und dank seiner Fürsorglichkeit an der Gründung ihrer Völker und Städte beteiligt, wie in der bekannten Sage

von Romulus und Remus. Bei den negativen Zuschreibungen müssen wir etwas genauer hinschauen. Der Wolf wird in Mythen, beispielsweise in den germanischen Götterliedern, oft auch in Verbindung mit Tod und Zerstörung gebracht. In Kulturen, die diese Aspekte als Teile des Lebens integriert haben, wird der Wolf nicht per se als dunkles Wesen gesehen. In den Legenden des europäischen Mittelalters hingegen werden Wölfe richtiggehend verteufelt.

Der Wolf wurde also in der Geschichte der Menschheit sowohl als Freund wie als Feind betrachtet?

Ja, die Unterschiede sind – abhängig von Kultur und Epoche – enorm. In der Schweiz und den umliegenden Ländern ist uns vor allem das negative Bild des Wolfs aus den Geschichten präsent. Insbesondere in sesshaften Kulturen wurde der Wolf negativ besetzt, unter anderem wohl weil er als Nahrungskonkurrent wahrgenommen wurde. In Mythen nomadischer Kulturen verkörpert der Wolf oft eine sehr positive Kraft, mit der sich die Menschen identifiziert haben. Die Mongolen etwa sahen im Wolf ihren Ahnherrn. Man geht davon aus, dass Nomaden mit Wölfen in fruchtbarer Koexistenz gelebt haben. Unter anderem haben Wölfe die Krankheiten des Wildes im Zaum gehalten, indem sie die kranken und schwachen Tiere rissen.

Heute wirken bei uns positive wie negative Bilder des Wolfs. Das Buch «Die Wolfsfrau», in dem die Wölfin für die weiblichen Urinstinkte steht, wurde weltweit Millionen Mal verkauft. Im aktuellen Film von Martin Scorsese hingegen versinnbildlicht der Wolf das Reisserische, Abgründige und Uner-sättliche. Diese Bilder wiederum prägen unsere ambivalenten Einstellungen und Reaktionen gegenüber dem Wolf, wie bei der Wieder-

ansiedlung der Wölfe in der Schweiz deutlich spürbar ist. Sie äussern sich in Befürchtungen und Zuschreibungen, die aus dem natürlichen Verhalten des Wolfs allein kaum erklärbar sind. Wölfe sind ja in freier Wildbahn äusserst scheu und dem Menschen gegenüber extrem vorsichtig. Die Ambivalenz gegenüber Wölfen konnte ich auch bei meinen Beobachtungen vor dem Wolfsgehege wahrnehmen. Vielleicht kann die Beleuchtung der mythologischen Bedeutung des Wolfs einen Beitrag an die aktuelle Diskussion leisten.

Was genau erwartet uns an der Führung zum Mythos Wolf im Tierpark?

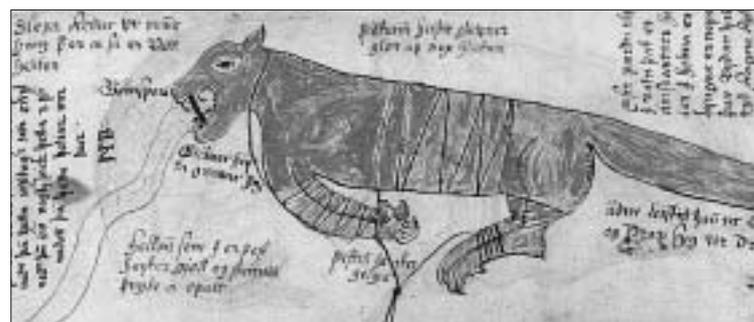
Ich werde ausgewählte Mythen aus aller Welt erzählen und sie kulturpsychologisch einbetten. Andreas Hofer, der zuständige Tierpfleger, wird über die Faszination für den Wolf im täglichen Umgang berichten und seine Erfahrungen in Beziehung zu den Mythen setzen.

Der Anlass findet nach Tierparkschluss in der Dämmerung statt, der Zeit der Wölfe ...

(mr)

Neue Veranstaltung im Tierpark Dählhölzli «Gefallene Götter – Der Wolf in Mythos und Alltag.» Erste Durchführung: 7. März 2014, 18.30 bis 20.00 Uhr. Reservation: Tel. 031 357 15 15. Kinder ab 13 Jahren.

Franziska Oswald ist freischaffende Kultur- und Umweltpsychologin aus Bern. www.sproutsplanet.ch



Der gefesselte Fenriswolf; aus seinem Mund fliesst ein Fluss.

Isländische Illustration aus dem 17. Jh.

Quelle: Wikipedia

Bewegungsmelder

Wenn von Montag bis Sonntag 106 Gruppen und Vereine in unserem Stadtteil in 10 Turnhallen der Stadt mit durchschnittlich 15 Leuten vom Erstklässler bis zum Senior in ihrer Freizeit etwas für ihre Fitness tun – dann bewegt sich sehr viel in unserem Quartier! Und haben Sie gewusst, dass es sogar fliegende Engel gibt? Ich habe mein Turnzeug eingepackt, an verschiedenen Orten hineingeschaut und ab und zu sogar mitgeturnt.

Gymnastikraum KaWeDe

Ich werde freundlich eingeladen, mitzumachen. Es hat viel Bewegungsraum für die fünfzehn Frauen um die Fünfzig plus. Die Musik spielt eine zentrale Rolle und begleitet uns durch die ganze Stunde, mit abwechslungsreichen Rhythmen, von klassisch-ruhig zu Patricia Kaa mit Piaf-Chansons. Wir Frauen sind dauernd in Bewegung auf unserem Platz, alle Gelenke, Muskeln und die Wirbelsäule werden angesprochen, wir machen Koordinationsübungen, achten auf die Atmung. Die Leiterin, Therese Aeschlimann, unterrichtet auch Yoga und Qi Gong, und man spürt diese Einflüsse. Der Kreislauf ist angeregt, die Stunde war streng, ich fühle mich gut und leicht ausser Atem.

Die nächsten zwei Gruppen, ausgeschrieben von Pro Senectute, werden von Brigitte Berger geleitet, einer Turnlehrerin mit jahrzehntelanger Erfahrung mit allen Altersstufen. In der ersten gemischten Gruppe sind etwa 30 Teilnehmerinnen und eine Minderzahl Teilnehmer. Ich treffe sie am Ende der Stunde, gutgelaunt nach ihrem sichtbaren Fortschritt der Tanzschritte zu Line-Dance.

In der zweiten Gruppe turne ich mit. Diese Gruppe ist eine Frauengruppe. Alle Übungen machen wir zu Musik. Hier ist auch das Üben des Gleichgewichts wichtig, zur Stärkung der Muskeln und zum Dehnen gibt es viele Variationen mit den Therabändern. Die letzte Viertelstunde bin ich noch begeisterte Zuschauerin beim Weiterüben der Tanzschritte. Auch in dieser Gruppe ist der Line-Dance schon fast perfekt, die Frauen haben viel geübt, schliesslich wird beim gemeinsamen Treberwurst-Essen im Februar getanzt!



Dehnen und strecken.

Turnhalle Sonnenhof

Ab 18 Uhr ist der Racing Club Bern eingeschrieben. Das tönt spannend und nach schnellem Sport. Mal schauen, wer hinter diesem Namen steckt. Aha, das sind Fussballer, die im Winter am Montag hier, und noch einmal am Freitagabend in einer grösseren Halle trainieren. Im Sommerhalbjahr findet das Training auf der Allmend statt. Heute Abend kommen nur wenige Spieler zum Training, aber die sind gut, im Internet finde ich den Racing Club Bern in der Serie C der Firmenclubs auf dem 2. Rang!

Turnhalle Manuel 1

Schon vor Beginn der Stunde wird individuell aufgewärmt und Basketball gespielt. Jetzt geht es los, unter Anleitung der Sportstudentin drehen wir Runden, joggen, seitwärts, rückwärts, Tempowechsel, ich komme recht ins Schwitzen, schon jetzt! Im Mittelteil der Lektion gilt es in Zweiergruppen Posten zu absolvieren, Koordination und Gleichgewicht werden trainiert, auf hohem Niveau! Lange musste ich üben um zwei Tennisbälle parallel in die Luft zu werfen und mit gekreuzten Händen zu fassen! Das Dehnen auf den Matten ist erholend. Nach einer Stunde wird Basketball gespielt. Einige verabschieden sich, aber es bleiben genügend Spielerinnen und Spieler für einen Match. Der soziale Kontakt wird auch hier gepflegt; nächste Woche gibt es Fondue nach dem Schlittschuhlaufen auf dem Bundesplatz.

Manuel: Open Sunday

Schon draussen macht die bunte Fahne auf open: sunday aufmerksam. Im Eingangsbereich liegen unzählige Kinderschuhe und ein Seniorcoach fordert die Kinder nach dem Ankommen auf, Name, Alter und Schule in die Liste einzutragen. Heute sind 57 Primarschüler hier, ausnahmsweise auch zwei Kindergartenkinder. Sie kommen zu gleichen Teilen von der Manuel-, Wittigkofen- und der Französischen Schule. Sprachbarrieren gibt es nicht, Bewegung und Spiel sind Hauptsache, soziale Integration wird hier gelebt! Die Coaches haben das Material vorbereitet: Matten sind da, Trampoline und Schwedenkasten, Spielfelder für Unihockey und Basketball. Luàn trainiert mit einer Gruppe Basketball, erklärt Regeln, Ball-



Zirkusreif!

einwürfe werden geübt. In der gleichen Halle wird Fussball gespielt und Unihockey trainiert. In der andern Halle werden waghalsige Sprünge vom Schwedenkasten aufs Trampolin und anschliessend durch einen Reif auf die Matte vollführt. Die Kinder hängen in den Ringen, turnen an der Sprossenwand, alle sind in Bewegung und unter Kontrolle der Seniorcoachs. Heute hat Silvana Wernli als Projektleiterin die Gesamtverantwortung. Sie wird unterstützt von Junior- und Seniorcoachs.

Geordnet stehen die Kinder dann an für das Zvieri, Tee, Äpfel und Brot. Und schon wollen sie weiter spielen, die Projektleiterin lässt sie aber noch ein paar Minuten zur Ruhe kommen, bevor es weitergeht.

Luis Palma ist der Initiator und Projektleiter von Open Sunday Bern Ost. Er suchte nach einer Möglichkeit, Kindern an Sonntagen durch körperliche Aktivität eine sinnvolle Beschäftigung zu bieten. Open Sunday der Stiftung idée:sport ist in vielen Schweizer Städten aktiv. Das Angebot in unserem Stadtteil besteht seit sechs Jahren, ist für die Kinder gratis, hat breite Anerkennung gefunden und wird rege benutzt! Durchschnittlich kommen 40 Kinder, es kamen aber auch schon 90 Kinder! Open Sunday findet im Winterhalbjahr statt, auch in der Februarsportwoche. Aus dem Protokoll vom 2. Februar ist ersichtlich, dass 29 Kinder in den Manuelhallen aktiv waren! Das Projekt deckt wahrlich ein Bedürfnis ab. Allen Verantwortlichen ein grosses Merci!

Das Kinderprojekt Open Sunday wird von der Stadt sowie gemeinnützigen Stiftungen unterstützt. Es ist aber nicht nur ein Kinderprojekt; Jugendliche und junge Erwachsene werden in die Planung und Durchführung von Anlässen mit einbezogen und können sich zu Projektleiterinnen und Projektleitern ausbilden lassen. Bald schon werden die jetzigen Seniorcoachs Nicolas, Gloria und Rara Projektleiter sein und die Gesamtleitung übernehmen können.

Zusätzliche Informationen über Open Sunday finden Sie im Internet:

<http://www.ideesportworknet.ch/de/magazine/standort/31595>

<http://www.ideesport.ch/de/opensunday>

Sportamt der Stadt Bern

Das Sportamt der Stadt Bern hat praktisch sämtliche sportlichen Aktivitäten in der Stadt Bern, sowie viele zusätzliche Informationen auf seiner Website und in einer Broschüre zusammengestellt: <http://www.sportamt-bern.ch/>.

Die Broschüre «Berner Sport ABC» kann beim Sportamt gratis bezogen werden (Sportamt der Stadt Bern, Effingerstrasse 21, Postfach 8125, 3001 Bern, Tel. 031 321 64 30).

Turnhalle Laubegg

Jetzt haben wir die Fliegenden Engel gefunden! Im Winterhalbjahr trainieren immer 3 Gruppen hintereinander in dieser Halle! Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Im Sommer findet das Training auf der grossen Allmend statt. Der Frisbee Club Flying Angels wurde 1984 gegründet und ist, mit 15 Meistertiteln, der erfolgreichste Frisbee Club der Schweiz! Ultimate Frisbee ist ein schneller, fairer Mannschaftssport, Rempeln und Körperberührung sind nicht erlaubt. Spielerinnen und Spieler regeln das Spiel ohne Schiedsrichter selber – das gilt auch bei internationalen Wettkämpfen!



Sie tragen ihren Namen zu Recht.

Der Trainer Jon Buchli übt mit den Kindern Wurftechniken und Zuspiel. In der Junioren Gruppe wird der letzte Match analysiert. Positionen von Angreifern und Verteidigern theoretisch besprochen und dann Zuspiel und Fangen geübt. Das Spiel ist schnell und diszipliniert. Es braucht sehr grosse Konzentration, um die Frisbee Scheibe im laufen im richtigen Moment zu fangen. Die Idee des Spiels ist, die Frisbee Scheibe durch geschicktes Zuwerfen in der gegnerischen Endzone zu fangen. Zum

«Spirit of the game» lese ich: «ultimate Frisbee fördert den Teamgeist und faires Spiel. Spielteiler wird gefördert, aber so, dass der Respekt der Spieler untereinander gewahrt wird, die Regeln eingehalten werden und die Freude am Spiel bestehen bleibt. Genau diesen «Spirit» haben wir an diesem Abend in der Laubegg Turnhalle bei Trainer und Spielern erlebt! Weitere Informationen und tolle Bilder zu den Flying Angels findet man im Internet.

Text und Fotos: Susanne Blaser

F Ü L L E R

Lehrplan 21

«Guten Morgen», krächte Frau Rüdüsühli (Name geändert). – «Hallo», riefen die SchülerInnen. – «Ich habe euch heute ein dickes Buch mitgebracht.» – «Härrypotter?», fragte Julia vorwitzig. – «Nein, den Lehrplan 21; da steht auf 550 Seiten alles drin, was ihr **können** müsst.» – «Huuuh», machte die Klasse und zitterte. – «Noah, komm füre, schlag das Buch irgendeine auf und lies vor.» Der tat wie geheissen und begann: «Die Schülerinnen und Schüler können Merkmale der Erde als Pla... Pla... net beschreiben, insbesondere Gestalt, Neigung der... Ei... Ei... Eidechse...» – «Erdachse, Rotation, Erdrevolution», half Frau Rüdüsühli. «Ich

lehrplan 21 (kurzfassung)

e chli aues – aber das richtig
we si wey, chöi si – uf au fäu!

will euch das erklären: Emma, stell dich da in die Mitte, du bist die Sonne.» – Emma strahlte. – «Noah, du drehst dich im Kreis und läufst als Erde ständig um die Emma herum. Und du, Julia, spielst den Mond und trabst als Trabantin neben dem Noah her.» Dann klatschte die Lehrerin in die Hände: «Das war der Urknall!!!», und setzte das System in **Bewegung**. Plötzlich rannte von links her der Fausi wie ein Blitz durch die Klasse und schrie: «Ich bin eine Rakete». – Der Erde war inzwischen trümmelig geworden; sie prallte voll in die Wandtafel und es entstand ein allgemeines Chaos. Frau Rüdüsühli gebot ihm Einhalt und sprach mit feierlicher Stimme:

«In diesem Sonnensystem, liebe Kinder, befindet sich auch unser **Quartier**. Emma, du bist jetzt die Manuelschule, du, Noah, das Burgernziel; du darfst dich im Kreisel weiter drehen. Julia stellen wir in die Ecke dort hinten, als Elfenau. Was liegt im «Realraum» zwischen diesen Orten?» – Holger, der erst kürzlich aus Wuppertal eingewandert war, nannte die «Schnackengasse». Da bekam der Fausi einen Lachkrampf: «Es heisst «Schnäggegässli», worauf sich der

Schüler zu Boden warf und als Schnecke durch die Bankreihen kroch, bis er bei Julia angelangt war.» Fausi, was erblickst du in der lieblichen Elfenau?» – «Eine Mordoriesengrossbaustelle!», meldete dieser begeistert. «Weshalb, wozu, wofür und warum?». Darauf wusste niemand eine Antwort. Zum Glück schrillte die Pausenglocke. «Znüni näh!», verkündete Frau Rüdüsühli.

Füller



Quartiertest 2

Was ist das?

- Modezeichnung (Kopftuch)
- Weisheitszahn vor dem Durchbruch
- Grundriss des Wasserfalls in der Elfenau

Quartiertest 1

1. Wer war Manuel?

- Der Gründer der Manuelschule
- Der Anführer der Berner in der Schlacht am Bubenberg
- Ein berühmter Maler

2. Woher kommt der Name Burgernziel?

- Vom Restaurant dort
- Ziel der Bernburger beim Sonntagsspaziergang
- Ehemalige Stadtgrenze

21.3. Museumsnacht 18 bis 02 Uhr

Alpines Museum der Schweiz

- bis 30.3.** **Helvetia Club.** Die Schweiz, die Berge und der Schweizer Alpen-Club (150 Jahre SAC)
- bis 8.6.** **Biwak 8** Terra incognita, Robert Helblings Kartenschatz aus Argentinien
- ab 25.4.** **Himalaya Report.** Bergsteigen im Medienzeitalter
- Führungen**
- 9.3.** Öffentliche Führung: Der Berg ruft – 150 Jahre SAC | 11–12 h
Öffentliche Führungen durch die Sammlungen | jeweils 18–19 Uhr
- 13.3.** mit Luzia Carlen: Gipfelbücher /Hüttenbücher
- 10.4.** mit Michelle Huwiler: Himalaya - Expeditionen
- Info** Alpines Museum der Schweiz, Helvetiaplatz 4, 3005 Bern, Tel. 031 350 04 40, info@alpinesmuseum.ch, www.alpinesmuseum.ch



Bernisches Historisches Museum

- ab 3.4.** **Die Pfahlbauer** – Am Wasser und über die Alpen
Dauerausstellungen Steinzeit, Kelten, Römer | Vom Frühmittelalter zum Ancien Régime | Erobertes Gut – Höfische Kunst in Bern (1250–1520) | Fragiles Gut – Konservierung höfischer Textilien (2012-) | Bern und das 20. Jahrhundert | Grabschätze aus Altägypten | Kulturen in Asien und Ozeanien | Orientalische Sammlung | Indianer – Vielfalt der Kulturen in Amerika | Einstein Museum: Albert Einsteins Leben und Werk
- Führungen** Jeden Sonntag 11 Uhr | Programm unter www.bhm.ch
- Info** Bernisches Historisches Museum, Helvetiaplatz 5, 3000 Bern 6, Tel. 031 350 77 11, info@bhm.ch, www.bhm.ch

Zentrum Paul Klee

- bis 30.3.** **Paul Klee** Leben und Werk (Sammlungsausstellung)
- ab 14.3.** **Die Tunisreise** Klee, Macke, Moilliet
- ab 16.4.** **Taking a Line for a Walk** mit Werken von Janssen, Klee, Lasker, Marden, Michaux, Tobey, Twombly, Wool
- Führungen** jeden Sa 15 Uhr, So 12 Uhr und 13.30 Uhr
Di 12.30–13 Uhr Kunst am Mittag
ab 16.3.: So 10.30–11.45 Uhr
- Kindermuseum Creaviva**
Offenes Atelier | tägl. (ausser Mo) 12 Uhr, 14 Uhr, 16 Uhr
| Fam. mit Kindern ab 4 J.
Fünfliber-Werkstatt | Sa, So und während der Schulferien 10–16.30 Uhr | für Fam.
- Info** Zentrum Paul Klee, Monument im Fruchtländ 3, 3006 Bern, Tel. 031 359 01 01, kontakt@zpk.org, www.zpk.org

Psychiatrie-Museum

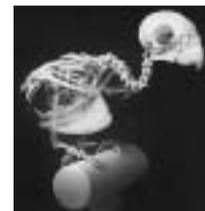
- bis 28.9.** **«Wie man sich vom inneren Zwang befreit.»** | Mi–Fr 14–17 Uhr, Sa auf Voranmeldung
- Info** Psychiatrie-Museum, Bolligenstr. 111, 3000 Bern 60, Tel. 031 930 97 56, altorfer@puk.unibe.ch

Kunsthalle Bern

- bis 23.3.** **Valentin Carron** Do ré mi fa sol la si do
- 4.4. bis 25.5.** **Shimabuku** Flying Me
- ab 6.6.** **Vern Blossum | Revelry**
- Info** Kunsthalle, Helvetiaplatz 1, 3005 Bern, Tel. 031 350 00 40, info@kunsthalle-bern.ch; www.kunsthalle-bern.ch

Naturhistorisches Museum

- Dauerausstellungen** c'est la vie, Geschichten aus Leben und Tod | Steine der Erde | Tierwelt Afrikas und Asiens | Knochenschau | Wirbeltiere der Schweiz | Käfer & Co. | Flossen – Füsse – Flügel | Riesenkristalle – Schatz vom Planggenstock
- Führungen** Jeden ersten Mittwoch des Monats 18 Uhr und am folgenden Donnerstag 12.15 Uhr
- 2./3.4.** Christian Kropf: **Pfui Spinne!**
- 7./8.5.** Stefan Hertwig: **Gefunden, gesammelt, gebracht**
- 4./5.6.** Ursula Menkveld / Bernhard Hostettler: **Geschichten aus dem Jura-Spital** (Fossilien)
- 10. bis 14.3.** **Winterbergs Überstunde:** Wo vieles anders ist (Neuseeland) | Uwe Schönbeck & Dr. Christian Kropf | 19.30 Uhr | Fr. 22.–/12.– (Kat. A), 18.–/10.– (Kat. B) | Vorverkauf: www.kulturticket.ch od. Bern Billet/Zentrum Paul Klee od. Tel. 0900 585 887
- Entdecker-ecke** museumspädagogisches Angebot | Mi- und Fr-Nachmittag, Sa/So
- Info** Naturhistorisches Museum, Bernastr. 15, 3005 Bern, Tel. 031 350 71 11, contact@nmbe.ch, www.nmbe.ch



Museum für Kommunikation

- bis 20.7.** **Rituale** – Ein Reiseführer zum Leben
- Dauerausstellungen** nah und fern: Menschen und ihre Medien | As Time Goes Byte: Computer und digitale Kultur | Bilder, die haften: Welt der Briefmarken
- Öffentliche Führungen**
jeweils So | 11 Uhr «Schlagt den Besserwisser»: Familienspiel | 13 Uhr Museum à la carte: Sie wählen, wir führen | 15 Uhr «Rituale»: Einführung
- Info** Museum für Kommunikation, Helvetiastr. 16, 3005 Bern, Tel. 031 357 55 55, communication@mfk.ch, www.mfk.ch

StattLand

- Öffentliche Rundgänge im Stadtteil IV:**
- 22.3.** Bern mächtig | 14 Uhr | ab Rest. Rosengarten bis Zytglogge
- 19.4.** Von A nach Bern | 14 Uhr | ab Kleine Schanze (Parkcafé) bis Zentrum Paul Klee | Velo mitbringen
- 23.4.** Bern top secret | 18 Uhr | ab Rathausplatz bis Bundesarchiv
- 11.5./8.6.** Bern Elfenau | 14 Uhr | von und bis Grosse Orangerie
- 21.5.** Bern Elfenau | 18 Uhr | s.o.
- 25.5.** Bern top secret | 14 Uhr | s.o.
jeweils Fr. 20.–/15.–
- Info** Verein StattLand, Tel. 031 371 10 17, info@stattland.ch; www.stattland.ch

Calvinhaus Marienstrasse 8

- 12.3./2.4./14.5.** **Familien Zmittag** | 12–14 Uhr | Anmeldung
Tel. 031 351 11 71
- 25.3.** **Moditräff im Atelier** | jeweils 17–19 Uhr
Vor-Osterüberraschung
- 29.4.** alkoholfreie Cocktails mixen
- 9./10.5.** fast abenteuerliche Übernachtung | Anm. bis 6.5.
Tel. 031 351 11 71 Karin Scherrer
- 18.3.** **Lorenz Marti** Eine Hand voll Sternenstaub
18.30 Uhr Kaffee, 19.15 Uhr Vortrag | Forum Kirche & Gesellschaft

Campus Muristalden Muristrasse 8

- café philosophique** jeweils 11.30–13.30 Uhr | Bistro
mit Ursula Pia Jauch
- 27.4.** mit Kathrin Hönig
- 25.5.** mit Kathrin Hönig
- Info** Tel. 031 350 42 50 (Sekretariat Muristalden)

Kirchgemeindehaus Petrus Brunnadernstr.40

- Partnerschaft** | Vortragsreihe | jeweils 19.30 Uhr
- 11.3.** **Filip Pavlinec:** Gehirnforschung und das Geheimnis der Liebe
- 18.3.** **Ursula Klein Corrodi:** Erfahrungen einer Paartherapeutin
Auskunft: Daniel Ficker Stähelin, Tel. 031 351 30 42
- 14.3.** **Wohnen im Alter** Gaby Kohli, Pro Senectute | 14.30 Uhr
- 4.4.** **Senioren Theater:** «Vreni muss raus ...» | 14.30 Uhr
Auskunft: Franziska Grogg, Tel. 031 350 43 03
- 2.4.** **Osterbasteln** für Kinder von 5–8 J. | 14–16.30 Uhr | Fr. 10.– inkl. Material und Zvieri | Anm. bis 31.3. bei Christina Frank, Tel. 031 350 43 04
- 22.3.** **Kleiderbörse** | 9–14 Uhr | Annahme: 21.3., 9–15 Uhr | Fr. 2.–, max. 30 Artikel | Auszahlung/Rückgabe: 24.3., 16–18 Uhr | Info: Tel. 031 351 56 62 (Frau Fasler) od. 031 352 88 96 (Frau Herren)

Verschiedenes

- Familientreff: Kinderveranstaltungen**
- 14.3.** Der kleine Puppenspieler
- 28.3.** Osterbasteln
- 9.5.** Der kleine Gärtner
- 23.5.** Indianernachmittag
jeweils 15–16.30 Uhr | Muristr. 27 | Fr. 12.– inkl. Material | Anm. Tel. 031 351 51 41
- Spielbrache Wyssloch: Keramiktage**
(für die ganze Familie)
- 30.4./7.5.** Ton gewinnen und töpfern | 14–17 Uhr
- 14.5.** Tongegenstände brennen | 14–17 Uhr | Grillieren bis 20 Uhr (Grillgut mitbringen)
- 15.5.** Öffnen der Feuergrube und abholen der Gegenstände | 16–18 Uhr
- Info** www.wyssloch.ch
- 4.6.** **Uraufführung «Fellini»**, Theatergruppe «VorOrt», Text: Charles Lewinsky | Areal Tramdepot Burgernziel | weitere Vorstellungen: 5.–7. und 10.–12.6. | Info: www.vorort.be

Wittigkofen

- 15.3.** **Grosser Flohmarkt** (Quartierverein) | 8.30–15 Uhr
- 20.3.** **Offenes Singen** | Lieder aus unserer Jugendzeit | 10–11.30 Uhr
- 29.3.** **Kleiderbörse** | 9–13 Uhr | Annahme: 28.3., 13–17 Uhr | Auszahlung/Rücknahme: 31.3., 16–17 Uhr
- 19.4.** **JUPI-Zmorge** für alle | 8.30–11 Uhr
- 22.4.** **Spielnachmittag** Halma – Eile mit Weile – Brändi Dog | 14–16.30 Uhr
- 28.5.** **Lesetreff** | Buchtitel im Treffpunkt erfragen | 19.30 Uhr
- Offener FrauenTreff** | jeweils 19.30 Uhr
«Die Stadt der Bären» | mit Buchautorin Daniela-Maria Schaufelberger
- 12.3.** Bilderbücher | Wir stellen unsere Lieblingsbücher vor
2.4. «Der Fischer und seine Frau» | Film von Doris Dörrie
- 14.5.** Treffpunkt Wittigkofen, Jupiterstr. 15, 3015 Bern, Tel. 031 941 04 92, tpw@petrus-kirche.ch, www.wittigkofen.ch, www.petrus-kirche.ch

Regelmässig

- Treffpunkt Wittigkofen (Tel. 031 941 04 92):**
- Krabbelgruppe:** für Eltern mit Kleinkindern | Mo 15 – 17 Uhr
- Fit/Gym** Pro Senectute: Di 8.30 – 9.30 Uhr, 9.30 – 10.30 Uhr, 10.30 – 11.30 Uhr (ausser Schulferien)
- Hatha-Yoga:** Mo 18.15 – 19.50 Uhr
- Nordic Walking:** Di 9.30–11 Uhr (gemütlich) | Do 8.30–10 Uhr (normal)
- Spielgruppe Jupizolla:** Mo, Di und Fr 9 – 11.30 Uhr
- Aerobic:** Mo und Do 19 – 20 Uhr und Mi 9 – 10 Uhr
- KinderTreff:** Mi 14 – 16.30 Uhr
- Ich lerne Deutsch und mein Kind auch** | Mi 14.30 – 16.30 Uhr (ausser Schulferien) | Info und Anmeldung: Schulamt 031 321 64 43
- isa – Ich lerne Deutsch** (mit Kinderhütendienst) | Stufe 3: Di und Fr 13.45–15.30 Uhr | Stufe 4: Di und Fr 15.45–17.30 Uhr | Info: ISA Tel. 031 310 12 70
- Pfarrei Bruder Klaus**, Segantinistr. 26a, Tel. 031 350 14 15
- Break Dance Kurs** «Funky Juice»: | Mo 18.15–19.15 Uhr | Fr. 5.–/h

Offene Mittagstische:

- Domicil Alexandra** Tel. 031 350 81 10, **Domicil Egelmoos** Tel. 031 352 30 00, **Seniorenvilla Grüneck** Tel. 031 357 17 17, **Pflegezentrum Efenau** Tel. 031 359 61 11, **tilia Pflegezentrum Wittigkofen** Tel. 031 940 61 11, **Efenau Park** Tel. 031 356 36 36

Kirchgemeindehaus Schosshalde | Schosshaldenstr. 43 | Do 12.30 Uhr | Multikultureller Mittagstisch mit tamilischem Essen

Quartiertreff Murifeld:

Mittagstisch Gastroprojekt Murifeld | Mo bis Fr | 11.45 bis 14 Uhr | Muristr. 75 A | Tel. 031/352 94 99 | nur während der Schulzeiten | Infos: www.murifeld.ch

Familientreff Bern: Muristrasse 27, Tel. 031 351 51 41

Mittagstisch | Mo–Fr | Voranmeldung bis 9 Uhr

Cafeteria mit betreutem Kinderzimmer | 8–17.30 Uhr, ausser Mo/Do

Kinderhütendienst | Mo/Do ab 11.30 Uhr auf Anfrage, Di/Mi/Fr 8–17.30 Uhr | Fr. 8.–/h | Anmeldung am Vortag bis 17.30 Uhr

Fortsetzung auf Seite 31

Veranstaltungshinweise bitte bis 7.5.2014. an:

QUAVIER, Postfach 257, 3000 Bern 6, oder an redaktion@quavier.ch.
Die Redaktion übernimmt für die Termine keine Verantwortung.
Aktuelle Anlässe werden auch unter «events.quavier.ch» publiziert.

Bis an die Grenzen der Moral

Wer sich in Extremen bewegt, stösst unweigerlich an Grenzen. An physische, an psychische und vielleicht sogar an die Grenzen der Moral.

Moral am Berg?

10. Mai 1996. Am Mount Everest herrscht Hochbetrieb. Über 30 Menschen machen sich auf den Weg zum Gipfel. Sie alle wollen den mit 8'848 Meter höchsten Berg der Welt bezwingen. Dass jeder Dritte von ihnen nicht wieder nachhause zurückkehren würde, ahnt zu diesem Zeitpunkt noch niemand.

Einige von uns erinnern sich vielleicht an die Schreckensmeldungen, die im Mai vor fast achtzehn Jahren um die Welt gingen. Insgesamt kommt es in der besagten Nacht vom 10. auf den 11. Mai zu acht Todesfällen am Everest. Zwar gelingt es fast allen Expeditionsteilnehmern über den Südostgrat den höchsten Gipfel der Welt zu besteigen, doch zum sicheren Abstieg ist es bereits viel zu spät. Von ihren unerfahrenen Bergsteigern überfordert und vom Gipfelsieg getrieben, werden die überlasteten Guides und ihre Schützlinge von eisigen Schneestürmen überrascht und die Seilschaft auseinandergerissen. Minus 75 °C soll im Gebirge geherrscht haben – Temperaturen die einem wortwörtlich das Blut in den Adern gefrieren lassen. Aber die Kälte ist nichts im Vergleich zum fehlenden Sauerstoff. Denn in solch schwindelerregenden Höhen ist die Luft zu dünn zum Atmen. Wer kein Sauerstoffgerät besitzt, harrt unter diesen für den menschlichen Körper unerträglichen Umständen nicht lange aus. Oberhalb von 7'800 Metern leiden Gehirn, Lungen, Herz und Blut sowie das gesamte Nervensystem. Es kommt zu Sauerstoffmangel, Hustenanfällen, Blutverdickung, Müdigkeit, Halluzinationen, Erschöpfung und Koordinationsstörungen. Zweifellos bewegte sich auch die Bergsteigertruppe der Guides Rob Hall und Scott Fischer in der besagten Nacht an der Grenzen des Erträglichen. Nicht nur physisch, sondern auch psychisch und moralisch, befindet sich die Gruppe in einer Todeszone. Hall und Fischer kehren nicht wieder zurück.

Der Bergführer Anatolij Bukrejew überlebte die Nacht am Mount Everest. Allerdings nur deshalb, weil er seine Schutzbefohlenen dem Berg überliess und den Abstieg allein fortsetzte – ohne die andern. Wäre er verpflichtet gewesen, nur gemeinsam mit seinen Expeditionsteilnehmern abzusteigen und allenfalls mit ihnen zu sterben? Erfahrene Bergführer tadeln später sein Verhalten und verurteilen es als höchst unmoralisch. Er habe seine Leute im Stich gelassen, hiess es.

Der Weg der grünen Schuhe

Bukrejew sollte aber nicht der Einzige bleiben, dessen Handeln öffentlich kritisiert wurde. Denn auf der Nordseite des Mount Everest machen sich in jener Nacht auch die beiden Japaner Eisuke Shigekawa und Hiroshi Hanada auf den Weg zum Gipfel – immer mit dem Gedanken, die Ersten zu sein, die den Berg in dieser Saison über den Nordostgrat erklimmen würden. Doch ihre Pläne werden durchkreuzt: Beim Aufstieg stossen sie auf einen Inder, schwer gezeichnet von Erfrierungen und Sauerstoffmangel. Die Japaner unterlassen jeden Rettungsversuch und steigen weiter auf. Einige Höhenmeter weiter, unterhalb des sogenannten «Second Step», treffen sie erneut auf indische Bergsteiger, beide noch am Leben. Wiederum machen die Japaner 50 Meter von den Sterbenden entfernt Rast, wechseln ihre Sauerstoffflaschen und ziehen weiter – ohne Hilfe zu leisten. Erst Tage später werden die toten Inder von ihren Kameraden gefunden. Einer der Inder lag zusammengekauert nahe eines eingeschneiten Felsvorsprungs. Bis heute wird die Route wegen der grünen Schuhe des Bergsteigers nur «Green Boots» genannt.

Gefragt, warum die Japaner den Indern nicht geholfen hätten, meinten Eisuke Shigekawa und Hiroshi Hanada nur: «Oberhalb von 8'000 Metern ist kein Ort, an dem sich Menschen Moral leisten können.»

«Eisuke Shigekawa und Hiroshi Hanada, Japan», steht im Gipfelbuch des Mount Everest: Der Beweis dafür, dass sie oben waren. Sie haben den geographisch höchsten Gipfel erklommen und sind dabei unweigerlich an einem moralischen Tiefpunkt angelangt. Denn die Japaner sind in den Augen vieler nicht erst beim Abstieg, sondern bereits beim Aufstieg über Leichen gegangen. Für den vermeintlichen Gipfelsieg bezahlten sie einen hohen Preis: die eigene Moral.

Die alles entscheidenden Fragen müssen an dieser Stelle offen bleiben: Wären die Japaner verpflichtet gewesen, den in eigener Verantwortung in Bergnot geratenen Indern zu helfen? Hätten sie die Inder überhaupt bergen können? Oder hätten die Japaner zumindest unter Einsatz des eigenen Lebens einen Rettungsversuch unternehmen sollen?

Jeanne Kreis



Mount Everest.

Foto: zvg

Direkt ab hier!

Bewegung im Gelände tut gut. Wir schlagen Ihnen vier Ausflüge vor – vom Stadtteil IV aus ohne lange Anreise erreichbare Ziele, bequem zu Fuss. Alle Routen sind bestens bewegweisert und markiert. Ein paar Rätsel unterwegs lösen sich leicht (siehe S. 31). Viel Vergnügen!

Vom Kasthofer in die Eiszeit

Von der «Weltpost» bewegen wir uns den Familiengärten entlang zum Schössli Wittkofen und hinüber zum Merzenacker. Dort biegen wir nach rechts ins Dennigkofengässli ab und überschreiten den hübschen Lötschebach.



Der Lötschebach bildet auf ein paar Metern die Stadtgrenze.

Durch die Bahnunterführung aus dem Jahre □□□□ gehen wir zum Hof Dennigkofen und zum Schwimmbad Ostermundigen. Dann, etwas sportlicher, den Wald hinauf, zuerst dem Wegweiser «Steinbrüche» folgend, dann demjenigen zum **Ostermundigenberg**. Auf dem höchsten Punkt (732) erinnert ein Gedenkstein an Carl Kasthofer, der im 18. Jh. in Bern Forstmeister war.



Der Grabstein wurde 1992 bei Aushubarbeiten im Mombijou gefunden.

Weiter auf markiertem Weg an den Rand des Gümligentälis, dann südwärts Richtung Harnischberg. Wir gelangen in das Eiszeit-Reservat mit 29 Findlingen, welche vor etwa 20'000 Jahren der Aaregletscher hier deponiert hat; ein einziger stammt wohl vom Rhonegletscher, aus einer früheren Eiszeit. Auf dem Harnischhubel (P. 719) durchschreiten wir ein nächstes Reservat, die «Alt- und Totholzinsel Grossholz». Beim P. 658 wählen wir den Weg links zum Schützenhaus der Gemeinde □□□□. Von dort erreicht man mühelos den Bahnhof Gümligen und die Tramlinie 6 («Blaues Bähnli»).

Wer noch mehr mag, steigt beim Schützenhaus auf geradem Weg den Wald empor auf den Amsleberg und geniesst oben am Waldrand die Alpensicht. Dann via ehemalige Käseerei um die östliche Waldspitze des **Dentenbergs** herum zum violetten Bänkli, das zum Rasten einlädt.



Dentenberg: Achtung Schreckhorn.

Weiter Richtung Gümligen den Wald hinunter zur Schreinerei und durchs Scheienholz. Beim Waldausgang führt eine Treppe in den Weg dem Hang entlang zur Kirche Gümligen. Links unterhalb der Kirche bewundern wir durchs Gittertor die einzigartigen «Trompe l'oeil» an der Fassade des Hofguts. Die gleichnamige Haltestelle von Tram 6 liegt in nächster Nähe. Die gesamte Wanderung dauert etwa 3 Stunden.



Hofgut, erbaut 1741 für den Postherrn Beat Fischer.

Vom Silberschwan zur Nähnaedel

Vom Wankdorfplatz dem gelben Wegweiser nach zum Israelitischen Friedhof mit dem Märtyrer-Gedenkstein. Dann folgen wir der roten Veloroute bis an den Waldrand und gehen diesem entlang hinter die Waldau zum Weiher mit dem «Silberschwan» des Künstlers Bernhard □□□□□□□□.



Silberschwan 1981. Auf Knopfdruck rollt die Kugel.

Weiter am Saum des Schärmenwalds, bis der Wegweiser nach Ittigen zeigt. Am Bahnhof den Berg hinauf Richtung Habstetten, dann nach rechts zur Kirche Bolligen. Bei Flugbrunnen wird's ländlich. Der Wegweiser lenkt uns am Südrand der Stockeren den Wald hinauf und hinüber zum Weiler Bantigen (722). Dort nordwärts abzweigen und am östlichen Talhang an den Rand des Bantiger. Im Wald beim P. 815 etwas stotzig rechts hinauf auf die Schulter des Bantigenhubel mit prächtiger Aussicht. Die letzten 70 Höhenmeter zum Gipfel des **Bantiger** (P. 947.3) überwinden wir auf einer längeren □□□□□□. Am Fuss des Sendeturms befindet sich eine Inschrift:

VON HIER AUS MIT BLOSSEM AUGE NICHT SICHTBAR, IN 186 M HÖHE ZUOBERST AUF DEM BANTIGER-SENDETURM IST EINE 140 CM GROSSE NÄHNADEL AUS EDELSTAHL DEN URKRÄFTEN DER NATUR AUSGELIEFERT, WIE ZUR ZEIT IHRER ERFINDUNG DIE MENSCHEN. «FÄDELTE» SICH DER BLITZ DURCH DAS ÖR DIESER NADEL, WERDEN FRÜH- UND JETZZEIT EINS.

DER ERFINDER ODER DIE ERFINDERIN DER NÄHNADEL BOHRT GERADE DAS LOCH DIESES WERKZEUGES UND MACHT DAMIT DIE TECHNIK DES VERBINDENS MÖGLICH. EINE TECHNIK, OHNE DIE ES DIESEN TURM NICHT GÄBE.

BETRACHTEN SIE DIESES WUNDERWERK DER TECHNIK ALS SOCKEL, SO STEHT VOR IHNEN DAS

DENKMAL AN DIE NÄHNADEL

EINE DER WICHTIGSTEN ERFINDUNGEN DER MENSCHHEIT ÜBERHAUPT.

CARLO E. LISCHETTI, IM JUNI 1997

Vom höchsten Punkt führt ein markiertes Weglein über den Bantiger-«Südgrat» und den Chatzenstyg nach Ferenberg (722). Leicht westwärts ins Buechholz hinab und über die Bleichi zur ehemaligen Papierfabrik □□□□□□□□, wo das Worb-Bähnli (S7) hält. Für diese Unternehmung empfehlen sich gute Schuhe. Die Wegzeit beträgt rund 3 Stunden.

Aare-Wallfahrt

Mit der RBS-Buslinie 40, die unseren Stadtteil vom Wankdorf her durchheilt, fahren wir zur Käserei Allmendingen. Ein Wanderweg führt uns an der Voliere mit den Sittichen vorbei Rubigenwärts zu einem Waldstück, das auch von Reitern gern benutzt wird. Nachher durch offenes Gelände nach **Kleinhöchstetten**, zur ehemaligen Wallfahrtskirche «Unsere Liebe Frau». Der älteste Teil ist frühromanisch und stammt aus dem 10. Jh., als es Bern noch gar nicht gab und die Gegend erst spärlich besiedelt war. Zwischen 1534 und 1966 diente die Kirche als Wohnraum, später als Wagen- und Werkzeugschopf.



Kleinhöchstetten – die Apsis im Osten als ältester Teil.

Weiter am Aarehang zum Hofuelersacher-unten röhrt die Autobahn. Unser Fussweg unterquert sie in der Hunzigenau. Dann

wandeln wir andächtig der **Aare** nach **flussabwärts**. Wir bestaunen die Hochwasser-schutz- und Renaturierungsmassnahmen. In der Raintalau verraten frische Nagespuren den □□□□□. Kurz vor der Auguetbrügg rauscht rechterhand ein echter Wasserfall. Spätestens ab Muribad sind wir nicht mehr allein unterwegs, sondern mit Hunden, Joggerinnen und Velos – Naherholungsgebiet! Nach dem Fähribeizli, vor dem grossen Weiher, wählen wir den beliebten Weg den Hang hinauf ins Elfenaühölzli und zur Endstation der Buslinie 19. Für diesen Spaziergang brauchen wir etwa 2 1/2 Stunden, ausgedehnte Naturbeobachtungen und Meditationen nicht gerechnet.

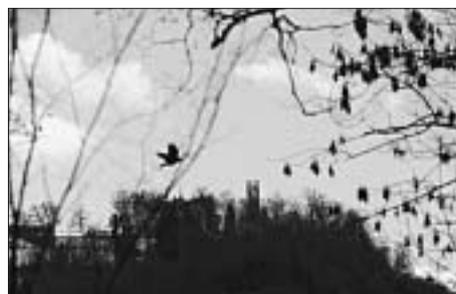


Autobahnunterführung für Fussweg und Bach.

Text und Fotos: ar

Vom Wildschweinkessel in luftige Höhen

Mit ein wenig Fantasie und den passenden Utensilien wird ein Spaziergang auf unseren Hausberg zur Expedition. Vorbildlich beachten wir zuerst die lokale Wettervorhersage, doch Regen-, Schnee- oder gar Sturmwarnungen locken uns erst recht aus dem Haus. Ist das Wetter hingegen lieblich, brechen wir zu einer Unzeit auf und sind selbst auf ausgetretenen Pfaden mutterseelenallein. Zur Ausrüstung gehört im Winter der Schlitten, im Sommer der wasserdichte Aareschwimmsack.



Ausblick auf den mystischen Gurtenturm.

Vom Basislager im Stadtteil IV aus streifen wir zuerst durchs Dählhölzli Richtung Aare. Erlaubt es die Wassertemperatur, nehmen wir beim □□□□□□□□□□ (Sus scrofa scrofa) eine Abkürzung und kralen ans

andere Ufer, die Kleider in den Schwimmsack verpackt. Wieder angezogen laufen wir weiter flussaufwärts und beim Eichholz steil hinauf zur Gurtenbahntalstation. Schlittenfahrer in spe schnuppern bei □□□□□□□□□□□□□□ (Capra ibex) und □□□□□ (Rupicapra) erste Bergluft und queren die Aare via Schönausteg.



Der Alpensteinbock.

Bei der Gurtenbahnstation steigen wir linker Hand die Gurtendorfstrasse hoch bis ins Gurtendörfli, dann links, rechts, links, den Duft von Kuhmist einatmend, und weiter auf dem alten Kirchweg/Gurtenweg Richtung Kulm, sich umdrehend mit Blick auf den □□□□□□□□□□ und bei guter Sicht auf den Jura und die Alpenkette. Auf dem Gipfel mit Erdklumpen an den Wanderschuhen über den «Tapis rouge» schlurfen, dann wieder einmal die Höhenangst überwinden und vom Turm aus die Rundsicht geniessen.



Nebelverhangene Gurtenlandschaft.

Fussgänger wählen den Abstieg durch den «Urwald» zurück zur Talstation: Vom Turm aus gehen wir auf dem Rundweg bis zur Abbiegung Richtung Blinzern – Köniz und durchs Gatter ins Waldreservat. Skulpturen aus Totholz säumen den Weg – ein gefundenes Fressen für den □□□□□□ (Picidae), siehe Infotafel.

Die Raser unter den Schlittenfahrern nehmen die steile Nordseite und schlitteln zur Talstation. Gemütlicher fährt es sich nach Blinzern, wo der Elfenaubus wartet.

Variante Zweigipfeltour: Wen es weiter in die Hügel zieht, durchquert das heimelige Gurtentäli und besteigt auch noch den Ulmizberg.

Text und Fotos: mr

Auflösung auf Seite 31

Das gestohlene Denkmal

Am Rand des Elfenauhölzli, hart an der Gemeindegrenze, steht seit 2010 eine Eiche zur Erinnerung an die Opfer des Massakers von Katyn – mehr als 4'000 kriegsgefangene Polen. Einer von ihnen war Julian Gruner (s. QUAVIER 67, S.13). Zu seinem Andenken war beim Baum eine Plakette angebracht. Sie wurde gestohlen. Kürzlich zum vierten Mal.

Es sieht nicht nach Lausbubenstreichen aus. Sondern nach genau gezielten Aktionen. Was führen die unbekanntenen Täter im Schild? Kämpfen sie gegen die Erinnerung? Gibt es Katyn-Leugner?

Dass die Gedenkstätte in Bern steht, kommt nicht von ungefähr. Wir sind Bundesstadt. Und zwischen der Schweiz und Polen bestanden enge Bande. Das hat mit der leidvollen polnischen Geschichte zu tun. Sie ist gekennzeichnet von Fremdherrschaft und Aufständen dagegen. Als Spielball zwischen den umliegenden Mächten erlebte Polen nicht weniger als **vier Teilungen**: 1772 nahmen sich Österreich und Russland happige Stücke. 1793 marschierte Russland ein, weil ihm das neue Parlament in Polen nicht passte; weitere Gebietsverluste waren die Folge. Unter dem Volkshelden Thaddäus Kosciuszko kam es zu einem Aufstand. Er wurde von Preussen und Russland blutig niedergeschlagen, worauf die Sieger 1795 auch den Rest des polnischen Reiches unter sich aufteilten.

Am Wiener Kongress 1815 forderte Kosciuszko vergeblich die Unabhängigkeit Polens. Darauf zog er nach Solothurn und wurde ein Wohltäter der Armen. – Ein weiterer Aufstand gegen Russland scheiterte 1830. Damals emigrierten die Polen zuhauf nach Frankreich, unter ihnen Frédéric Chopin. Als der Zar 25'000 Polen zwangsrekrutieren wollte, um mit der revolutionären Jugend aufzuräumen, erhob sich das Volk 1862 in Massen. Der Aufstand mündete in einen zweijährigen «Guerillakrieg». Am polnischen **Freiheitskampf** nahm auch die Schweiz leidenschaftlich Anteil. Das erstaunt nicht, denn die Eidgenossenschaft war das einzige Land in Europa, in welchem sich anno 1848 der Liberalismus gegen die reaktionären Kräfte hatte behaupten können. Obschon offiziell neutral, war das Land mit den Polen solidarisch: Überall wurde für sie Geld gesammelt, ja sogar Waffen wurden geliefert. Einer der Wortführer war Gottfried Keller, Zürcher Staatsschreiber und Dichter. Er diente dem «Zentralkomitee für Polen» als Sekretär. Er bemerkte etwa: «Überdies verteidigt die Schweiz, indem sie ihre Stimme gegen den ungestraften Missbrauch der Gewalt mit erhebt, ihre eigene Freiheit und Unabhängigkeit.» Man wusste damals nur zu gut, dass auch der Schweiz die Fremdherrschaft hätte blühen können.

Aber der Aufstand endete in einem Zusammenbruch. Erst nach dem 1. Weltkrieg, 1918, wurde Polen wieder selbständig. Jedoch nicht für lange. Am 1. September 1939 überfiel Hitler das Land und 17 Tage später marschierte auch Stalins Rote Armee ein. Wie in einem geheimen Zusatzprotokoll zum berüchtigten Hitler-Stalin-Pakt vorgesehen, wurde Polen aufgeteilt, jetzt zum vierten Mal.

230'000 Polen gerieten in sowjetische Gefangenschaft. Darunter 8'000 Offiziere. Diese wurden nach Russland verbracht und in drei Lagern interniert. Im Frühling 1940 brach der Briefverkehr mit ihnen plötzlich ab. Es hiess, sie seien «in Richtung Smolensk» abtransportiert worden. Im Herbst 1941 – Hitlers Armeen hatten inzwischen die Sowjetunion angegriffen - erkundigte sich die polnische Exilregierung in London nach dem Verbleib der Gefangenen. Alle seien freigelassen worden, lautete die offizielle sowjetische Antwort.

Am 13. April 1943 meldete das Deutsche Nachrichtenbüro, in einem Wald bei **Katyn** westlich von Smolensk seien Massengräber mit den Leichen Tausender polnischer Offiziere gefunden worden. Die Sowjets hätten diese Polen im Frühling 1940 ermordet. Der deutschen Propaganda war die «Bombe von Katyn» hoch willkommen. – Die Sowjetunion reagierte empört. Ihre Presse nannte die deutschen Berichte «bösertige Fälschungen» bzw. «Verleumdungen schlimmster Art» und schob den Massenmord den Nazis in die Schuhe. Deutschland und auch die polnische Exilregierung versuchten, das Internationale Komitee vom Roten Kreuz, das IKRK in Genf, für eine Untersuchung vor Ort zu gewinnen. Das IKRK forderte aber die Zustimmung *aller* Parteien, und die war von der Sowjetunion nicht erhältlich. Diese verdächtigte Deutschland und Polen der «Kollusion» und brach die Beziehungen zur polnischen Exilregierung ab.

Nun stellte Deutschland eine eigene «internationale» Ärztekommision zusammen. Der einzige Neutrale unter den 12 Experten war ein Schweizer, Prof. Naville aus Genf. Die Untersuchung kam zum Schluss, sämtliche Opfer seien durch Genickschuss getötet worden, und dass die Leichen seit mindestens 3 Jahren unter der Erde gelegen haben mussten. – Nachdem die Russen im September 1943 Smolensk zurückerobert hatten, setzten sie eine eigene



Hier befand sich die Plakette.

Foto: ar

Untersuchungskommission ein. Diese befand, die gefangenen Polen seien in der Anfangsphase des Russlandfeldzugs den Deutschen in die Hände gefallen und im Herbst 1941 ermordet worden. Diese These vertraten die Sowjets auch nach Kriegsende im Nürnberger Prozess, fanden aber keinen Glauben. Erst im April 1990 – unter Gorbatschow – anerkannte die Sowjetunion Katyn als «eines der schwersten Verbrechen des Stalinismus»: Es war Geheimdienstchef Berija gewesen, der Stalin im März 1940 die Hinrichtung der Polen vorschlug, weil es sich bei ihnen durchwegs um geschworene Feinde des Sowjetsystems handle. Stalin stimmte gleichentags zu.

Ein weiterer enger Bezug zur Schweiz ergab sich, weil mehrere Tausend Polen während des Krieges hier in Lagern interniert waren. Sie hatten als Teile der französischen Armee gekämpft und hatten nach der Kapitulation Frankreichs Einlass in die Schweiz gefunden, darunter die gesamte 2. polnische Schützendivision. Die Internierten wurden von der hiesigen Bevölkerung mit Sympathie empfangen, von den Behörden weniger. Die **Internierten** leisteten rund 7 Mio. Arbeitstage und bauten Brücken und Strassen, darunter die Sustenstrasse, machten Brachland urbar oder waren im Bergbau tätig. Manche von ihnen heirateten Schweizerinnen. Trotz Heiratsverbot.

Ob an der Gedenkstätte in Bern wieder eine Plakette angebracht wird, weiss Peter Kuhn von der Stadtgärtnerei noch nicht; er warte auf Bescheid der Polnischen Botschaft. Aber die Eiche der Erinnerung, die er betreut, sei durchaus lebendig. (ar)

Quellen:

- Ernst R. Borer, Das Massaker in Katyn, Zürich 1988
- Hans Mühlestein, Gottfried Keller und der polnische Freiheitskampf, Basel 1937
- Reto Soler/Robert Kruker, Surselva, Zürich 2011
- Paul Stauffer, Polen – Juden – Schweizer, Zürich 2004

Moditräff

Der Moditräff im Calvinhaus an de Marienstrasse 8 ist ein Projekt der Kirchgemeinden Münster und Heiliggeist und findet fast jeden zweiten Dienstag von 17 bis 19 Uhr statt. Er wird von Regula Rhyner und Karin Scherrer geleitet.

Ab der 6. Klasse kannst du den Moditräff besuchen. Es gilt striktes Jungsverbot! Wir machen immer andere Sachen, z. B. Theater spielen, Kochen (Sushi), Übernachtungspartys, Sport und Spass, Kerzen ziehen und so weiter ... Es hat immer etwas zum Knabbern da.

Den Moditräff gibt es, weil die Mädchen dort Zeit für sich finden. Der Träff findet in einem kleinen, gemütlichen Atelier mit vielen Kissen und sonstigen Bequemlichkeiten statt. Meistens machen wir dort den Anfang: Begrüssung, Warten bis alle da sind; Erzählen, was wir heute machen, Schluss und Verabschiedung. Nach dem Anfang gehen wir in den grossen Saal, in die Küche oder in andere kleine Räume, um dort unser Programm durchzuführen.

Wie gesagt, dürfen alle ab der 6. Klasse einfach mal vorbeischaun und mitmachen! Die Mädchen können auch selber Vorschläge für die Nachmittage bringen oder sogar selber einen Träff vorbereiten. Dabei helfen uns die Leiterinnen.

Jetzt veranstalten wir gerade ein Interview für das QUAVIER:

Was macht dir am meisten Spass im Moditräff?
Die Kolleginnen zu sehen, viel zu lachen und zusammen zu sein!

Woher kennst du den Moditräff?
Von meiner Schwester, Bruder (?) oder Kollegen (??).

Wieso gehst du in den Moditräff?
Weil es immer lustig ist und man mit Freunden zusammen sein kann!

Wie oft gehst du in den Moditräff?
Immer, wenn ich Zeit habe.

Was war das Lustigste, das du je im Moditräff erlebt hast?

Sushi kochen und zusammen übernachten!

Seit wann gehst du in den Moditräff?

Seit diesem Sommer.

Danke vielmal für das Interview!



v. links oben n. rechts unten: Mia, Carolina, Fiona; Tabea, Rafaela, Anna; Eve, Leila, Madleina, Nanja

Foto: zvg

Wir hoffen, dass wir euch bald mal sehen und ihr vorbeischaut!

Carolina, Eve, Mia, Rafaela und Fiona.

Weitere Informationen: www.bernermuens-ter.ch und www.heiliggeistkirche.ch.

Von Bergen bewegt

Das Alpine Museum zeigt die Ausstellung Helvetia Club, 150 Jahre Schweizer Alpen-Club SAC. Noch bis 30. März.

Wer meint, die Ausstellung fröne der Nostalgie, liegt falsch: Wir befinden uns nicht in einer SAC-Hütte aus der Gründerzeit, spärlich beleuchtet von Petrollampen, mit verschnarchtem Massenlager und dem schweren Geruch von Militärwolldecken und nassen Socken. Und die obligate Fahne vor der Hütte flattert nicht im heissen Föhn, sondern wird von einem Ventilator künstlich bewegt. Sie weist uns in einen modern gestalteten Raum, mit abge-schrägten Stellwänden aus Holz, die grosszügig leer gelassen sind: Keine Bilder scharfer Grate, schroffer Gipfel und mutiger Kletterer! Stattdessen wird an vier Tischen gezeigt, wie sich der Alpenclub entwickelt, wie er funktioniert und vernetzt ist, und in welchen Spannungsfeldern er sich bewegt: wo es «wetterleuchtet», worüber er streitet: Helikopterflug oder Schneeschuhauftieg?, Flaschenwein oder Hüttentee?, Massenschlag oder Doppelzimmer? Im Hintergrund hören wir Stimmengewirr und Kraftausdrücke: «H. . . gamälleriemesiech!», «Soone S. . . !»

Sauber in Schubladen versorgt, finden Sie in einer «Hüttenküche» alle Zutaten zum Berggenuss, wie Alpenglühén, Gipfelgefühle und

Alpendüfte. (Wissen Sie noch, wie «Landjäger» riechen?). Dazu ertönen Wanderlieder ab Grammophon und im Radio rauschen Wasserfälle oder kollern Steine. Danach dürfen Sie am Bildschirm Fragen beantworten, was Ihnen persönlich die Berge bedeuten. Das Ergebnis wird an die Wand projiziert (zum Beispiel: «Fürs Cluberlebnis in eisigen Bergen zelten»). Durch den hohen Hodlersaal, wo eine Schweiz aus 152 SAC-Hütten im Raum hängt, gelangen wir auf den «Oberen Boden». Im «Frauenzimmer» kommen in drei Film-Interviews Bergsteigerinnen zu Wort. Zur Entspannung dürfen Sie sich dann im «Matratzenlager» auf ein Kissen legen und lauschen, was Ihnen der Hütten-

wart der Hörlihütte oder Julia (10), Sarah (7) und Emanuel (11) zu erzählen haben. (Die insgesamt 13 Texte sind auch auf Papier vorrätig.) Am Ende gucken Sie durch Fernrohre ins Jahr 2063. Anstelle des heutigen Gletschers gibt's eine Aletsch-Badi. Beklemmende Aussichten!

Die Ausstellung bietet eine komplette Auslegeordnung ihres Themas – die Berge nutzen und schützen, heute und morgen. Ohne Konflikte geht das nicht ab. Der SAC mit seinen 140'000 Mitgliedern, davon 35 % Frauen, spielt dabei eine zentrale Rolle. Wer die Ausstellung nur flüchtig besucht, wird wohl enttäuscht. Wer sich aber auf sie einlässt, zieht daraus Gewinn – nicht nur als SAC-Mitglied! (ar)



Die sprechenden Kissen.

Foto: Alpines Museum

Übergewichtige Kinder



Maha Tissafi.

Foto: zvg

Es steht fest, dass ein hoher Anteil der Kinder und Jugendlichen übergewichtig ist. Ihr Gewicht liegt also weit über dem Normalgewicht. Dieses kann man so berechnen: Körpergrösse in cm minus 100. Wer z. B. 165 cm gross ist, hat ein Normalgewicht von 65 kg. Das Idealgewicht liegt noch 10 Prozent tiefer, d. h. in unserem Beispiel bei 58,5 kg.

Ursprünglich wollte ich den Gesundheitsdienst des Schulhauses Manuel besuchen gehen und ihnen ein paar Fragen zu diesem äusserst wichtigen Thema stellen. Doch leider gaben sie mir Bescheid, dass sie in naher Zukunft keine Zeit für meine Fragen hätten.

Das Problem der Übergewichtigkeit hat in den 90er Jahren begonnen und hat bis 2005 zugenommen. Seit acht Jahren bleibt die Anzahl der übergewichtigen Schülerinnen und Schüler immer etwa gleich. In meiner Altersklasse beobachte ich, grob geschätzt, etwa 5–10 Prozent Übergewichtige. Ich denke, nur etwa 5 Prozent von ihnen treiben regelmässig Sport. Bei den Normalgewichtigen dürften es etwa 60–70 Prozent sein.

Übergewicht beginnt oft schon im Kindergarten. Eine Studie zeigt, dass 17 Prozent der Kindergärteler zu schwer für ihr Alter sind. Wenn man das so liest, ist das erschreckend, aber ein Fakt ist, dass Essen in unserem Lebensstil oft aus Vergnügen geschieht und nicht nur, um den Hunger zu stillen. Essen und Trinken gehören zu den körperlichen Grundbedürfnissen des Menschen. Jedoch ist für Kinder Essen in erster Linie lust- und erlebnisorientiert. Gemeinsames Kochen oder lecker Essen gehen

stärken das Gemeinschaftserleben. Bei einem Essen lernt man sich kennen. Sei es beim Rendez-vous oder in der Mittagspause unter Freunden.

Ausserdem gibt es das sogenannte *Frustessen*. Dies kommt häufig vor bei Stress oder privaten Problemen.

Wer beschliessen will, abzunehmen und sich wohler in seinem Körper zu fühlen, muss seine Essgewohnheiten umstellen. Dazu gehören vor allem *regelmässige* Mahlzeiten und eine *gesunde* Ernährung. Diäten helfen auch oft, aber nicht auf Dauer. Es ist wichtig, gesund zu bleiben! Deswegen treibt man am besten Sport dazu. Es ist schwierig, das erwünschte Gewicht zu *erhalten*, aber manchmal noch schwieriger, das Gewicht zu *behalten*, ohne wieder in das alte Essschema zu fallen. Man muss folgendes Motto also ändern: Von «Ich lebe, um zu essen» in «*Ich esse, um zu leben*».

Maha Tissafi, 15

Überaktive Kinder



Amira Jaouhari Tissafi.

Foto: zvg

A: Heute hatte ich schon wieder Streit mit meiner besten Freundin. Sie hat einfach nie Zeit für mich. Am Montag stand der Klavierunterricht im Weg, gestern musste sie ins Balletttraining und auch heute hatte sie eine Ausrede bereit: «Nach meiner Gesangsstunde muss

ich mich mit meinem Onkel in der Stadt treffen, er will mit mir ein verspätetes Weihnachtsgeschenk einkaufen gehen.» Es scheint, als wäre

ihr alles wichtiger als ich! Und ihre Eltern unterstützen sie noch bei ihrem überbuchten Programm, denn obwohl sie wegen all ihrer Aktivitäten in der Schule oft müde und unkonzentriert ist, schreibt sie in unseren Tests immer die besten Noten. Aber wenn ich sie frage, ob sie mir beim Lernen hilft, sagt sie mir meistens, sie habe keine Zeit. Auch nächste Woche, an meinem Geburtstag, kann sie nur ein bis zwei Stunden bleiben, da sie danach einen Tenniswettkampf hat. Dabei wäre mein einziger Wunsch gewesen, wieder etwas Zeit mit ihr zu verbringen.

B: Ich kann schon verstehen, dass meine Freundin wütend auf mich ist. Morgen habe ich ein weiteres Balletttraining und auch am Freitag

kann ich mich nicht mit ihr treffen, denn wenn meine Mutter mich in der Schule abholen kommt, geht es direkt weiter zu meiner Klaviervortragsübung. Aber ich liebe es zu musizieren und mich zu bewegen. Und wer weiss, wenn ich erwachsen bin, dann findet sich vielleicht keine Zeit mehr, das zu tun, was mir gefällt. Ich weiss, dass es nicht das Gesündeste ist: Wenn ich zum Beispiel eine Nacht weniger schlafe als vorgesehen, werde ich sofort krank. Aber meine Eltern sind stolz auf mich und unterstützen mich, wo sie können, ohne mich zu irgendwas zu drängen. Das hilft mir. Ich würde mir nur wünschen, meine beste Freundin würde mich auch verstehen.

Amira Jaouhari Tissafi, 17

Schülerin! Schüler!

Im nächsten QUAVIER bringen wir Reportagen. Wenn du selber, mit einer Kollegin, einem Kollegen oder mit deiner Klasse eine Reportage machen willst, melde dich rasch bei der Redaktion. Sende ein Mail an redaktion@quavier.ch, dann nehmen wir Kontakt mit dir auf.

Im Thema bist du ganz frei. Du kannst eine Geschichte erzählen, die du erlebt hast, über ein Ereignis berichten, wo du dabei warst, oder eine Begegnung unterwegs. Kurz: etwas aus deinem Tag in Bern Ost.

Mach mit! Wir freuen uns

(ar)

Neu und Jubiläen im Quartier

White Rabbit – Bringt Bewegung ins Leben und schmeichelt den Sinnen

Gesund bleiben, sich einfach gut und schön fühlen und zufrieden mit sich selbst sein. Unter diesem Motto kann im Kirchenfeld beim Helvetiaplatz an der Thunstrasse 7 seit Kurzem im White Rabbit – Health Club trainiert werden. Die Trainings werden frei oder mit Trainer angeboten. Weiter bietet der Club Massagen und Spa sowie eine Sauna und Lounge mit Bar. Probetrainings sind möglich. Weitere Infos unter www.the-white-rabbit.ch.

Öffnungszeiten:

Mo/Mi: 06:00–21:30; Di/Do: 08:30–21:30
Fr: 08:30–20:00; Sa/So: 10:00–18:00

Zehn Jahre Physio Burgernziel

In diesem Jahr feiert die Physiotherapie «Physio Burgernziel» an der Thunstrasse 99 ihr 10-jähriges Jubiläum. Aus diesem Anlass führt das Unternehmen am Freitag, 28. März 2014 von 14 – 21 Uhr einen Tag der offenen Tür durch und bietet Gelegenheit, nicht nur das Team und die Räumlichkeiten kennen zu lernen, sondern auch das Gleichgewicht zu testen, eine Probelektion in Gyrotonics zu nehmen oder mittels Puls- und Zungendiagnostik mehr über den eigenen Gesundheitszustand zu erfahren.

Restaurant Murifeld

Vergangenen Frühling wurde das Restaurant Murifeld, das Mitarbeiterrestaurant in einem Bürokomplex an der Weltpoststrasse 5, vom Cateringunternehmen Milleportails übernommen. Neu ist das Restaurant auch öffentlich. Das Restaurant bietet (im Sommer auf seiner Sonnenterrasse) Kaffee und Gipfeli, marktfrische Menuangebote am Mittag (Selbstbedienung ab Buffet, Tagesteller) und am Nachmittag Kaffee und Kuchen. Ein Auditorium auf demselben Stockwerk mit Platz für 150 Personen kann für Seminare, Vorträge und Informationsveranstaltungen gemietet werden. Der lichtdurchflutete und moderne Empfangsraum bietet sich an für Kaffeepausen und Apéros. Quelle und weitere Infos unter www.milleportails.ch/restaurant-murifeld. Kontakt: info@milleportails.ch oder 031 350 02 10.

Das Restaurant Murifeld ist von **Montag bis Freitag** geöffnet, jeweils ab **8 Uhr bis 16 Uhr**.

Neue Läden, Lokale, Jubiläen und Übernahmen

Infos bitte an: **QUAVIER, Postfach 257, 3000 Bern 6, oder redaktion@quavier.ch**

Wer weiss ... ?

Eine Treppe, schön wie in Rom, aber menschenleer wie in Sibirien. Zu welchem Museum führt diese Treppe, auf der kaum je Bewegung wahrzunehmen ist?

Tragen Sie die Lösung auf dem Talon unten ein (auch unter www.quavier.ch möglich). Wir verlosen 10 Preise. Einsendeschluss ist der **7. Mai 2014**. Vergessen Sie nicht, Ihre Adresse und den gewünschten Preis anzugeben. Die GewinnerInnen werden schriftlich benachrichtigt und ihre Namen in der nächsten QUAVIER-Ausgabe publiziert. **Viel Glück!**



Wohin führt das museale Treppensteigen?

Foto: mr

Auflösung des Wettbewerbs QUAVIER 73/14:

Der gesuchte Weg heisst «Traffeletweg».

Wir gratulieren den GewinnerInnen des Wettbewerbs QUAVIER 73/14:

Urs Manz, Madeleine Wyniger, Armin Imstepf, Alfred Stucki, Christine Brunner, Liliana Staub, Ulla Braumann, Lotti Siebenhüner, Suzanne Léchaire, Otto Brunner.

Wettbewerb «Wer weiss ... ?»

Die Treppe führt zum:

Vorname: _____

Name: _____

Strasse: _____

Ort: _____

Falls ich gewinne, wünsche ich: Tramkarte Büchergutschein Kinogutschein (Wert ca. Fr. 16.–)

Einsenden bis **7.5.2014** an QUAVIER, Postfach 257, 3000 Bern 6, oder mailen an redaktion@quavier.ch (Es entscheidet das Los.)

 	IM TRAMDEPOT BURGERNZIEL Thunstrasse 104, 3006 Bern, Reservationen: 031 352 60 60 online: www.puntobern.ch
PROGRAMM MÄRZ – JUNI 2014	
März	
So 23. Kulturapéro 10.30: Daniel Mezger – Land Spielen. Mezger präsentiert erstmals einen Roman, nachdem er bereits als Theaterautor Erfolg hatte. Die Story eines Scheiterns; einer Familie, die Konflikte durch einen Umzug auf's Land lösen will. Scharf, intelligent und mit Humor protokolliert.	
Mi 26. 20.30 Musik im Nahverkehr: Bern meets Milano. Jazz: Niko Seibold (Saxophon), Nicolo Ricci (Saxophon), Dario Trapani (Gitarre), Lisa Hoppe (Kontrabass), Daniel Weber (Schlagzeug)	
April	
Mi 23. 20.30 Musik im Nahverkehr: Le bal des sines	
Sa 26. Kulturapéro am Samstag Abend 17.00 – 18.30 Lyrik ganz speziell – Erwin Messmer. Gedichte oder Ministories aus dem Alltag? Seine Texte sind eine Entdeckung!	
Mai	
Mi 7. 20.30 Musik im Nahverkehr: Orioxy, World/Jazz/ Folk. Yael Miller (Vocals), Julie Campiche (Harfe), Manu Hagmann (Kontrabass), Roland Merlinc (Schlagzeug)	
So 25. Kulturapéro 10.30: Nicole Bachmann, Gesundheitswissenschaftlerin von Beruf und Krimiautorin aus Passion. Lou Beck ist ihre Heldin und die Plots spielen in Bern – Krimis vom Feinsten!	
Sa 31. Bunto im Punto	
Juni	
Mi 4. 20.30 Musik im Nahverkehr: Freie Impro/Powerjazz/ Rock/noises. Second Stop is Ebikon: Lino Blöchliger (saxes), Jan Buchholz (bass), Thomas Reist (drums) Realismus: Rea Dubach – voc, toys, FX Nico van Wersch – git, FX Lukas Rutzen – drums, toys	
So 25. Kulturapéro 10.30: Stef Stauffer, «Steile Welt», Leben im Onsernone. Die Autorin verbindet persönlich Erlebtes mit Berichten von TalbewohnerInnen zum Bild dieser harten, wunderbaren und verschlossenen Welt des Onsernoneitals.	
Ausblick 7. September: Urs Mannhart stellt sein neustes Werk vor!	

