

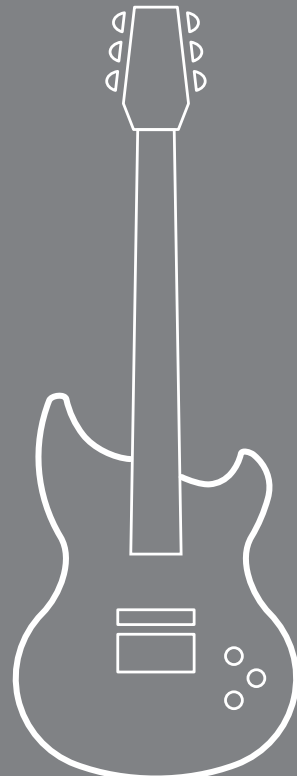
QUAVIER

Zeitschrift der Quartiervertretung Stadtteil 4 · 30. Jahrgang · Nummer 121 · Dezember 2025

Feierabend



Wir drucken seit 1878,
bevor Adolph Adam
Rickenbacher die E-Gitarre
erfand.



www.ldb.ch

Länggass Druck

Passion seit 1878

Ihr Inserat im Quavier?!

Mit einer Anzeige im Quavier
erreichen Sie 30 000 Leserinnen und
Lesern aus dem Stadtteil IV.



«Man braucht lange,
um jung zu werden.»

Pablo Picasso


Buchegg
Ihr Zuhause im Alter

Die Stiftung Buchegg ist mehr als ein Alters- und Pflegeheim. Wir bieten Ihnen Individualität, ein grossartiges Ambiente und eine beseelte Atmosphäre. Unsere Zimmer stehen für Ferien-Entlastung- wie Daueraufenthalte zur Verfügung.

Wir verstehen uns als Dienstleister, Gastgeber und als Menschen, die mit Menschen unterwegs sind. Diese Haltung prägt unser Handeln, mit dem Anspruch Ihnen Lebensqualität zu bieten.

Wir sind nicht besser, aber anders! Kommen Sie vorbei und überzeugen Sie sich. Gerne nehmen wir uns Zeit und stehen Ihnen für ein Gespräch- und Besichtigung zur Verfügung.

Geschäftsleitung der
Stiftung Alters- und Pflegeheim Buchegg
Thunstrasse 51 | 3074 Muri bei Bern | T 031 950 22 55
info@buchegg-muri.ch | www.buchegg-muri.ch



30 Jahre QUAVIER

Erinnern Sie sich an das Jahr 1995? Wenn Sie schon über 30 Jahre in der Stadt Bern wohnen, dann fällt Ihnen sicher das STEK 1995 ein: das erste Stadtentwicklungskonzept der Stadt! Mit dem STEK wurde auch der Entwicklungsschwerpunkt ESP Wankdorf geboren. Und was gab es im Jahre 1995 im Stadtteil 4 (damals noch römisch IV)? Die Siedlung Schöngrün wird nach einem städtebaulichen Wettbewerb realisiert. Und in einer städtischen Publikation liest man unter «Perspektiven» folgendes: «Der Guisanplatz bildet dabei das Zentrum der publikumsorientierten Aktivitätszone.»

Im November 1995 erschien das erste Magazin QUAVIER unter dem Motto «Quartierleben». Das Editorial verfasste Niklaus Zürcher. Mittlerweile sind bereits 120 Ausgaben erschienen, die alle auf der neuen Webseite der Quartiervertretung des Stadtteils 4 eingesehen werden können. Was fällt auf? Das Aussehen hat sich, von Details abgesehen, nie verändert! In einer Welt, die immer farbiger wurde, erschienen alle Ausgaben in Schwarz-Weiss. Die Titelfotos sind Kult: Alle 120 Fotos stammen von Lukas Lehmann, der an der Thunstrasse lebt.

Wenn man andere Publikationen vergleicht, stellt man fest, dass sich alle im Verlaufe der Zeit verändert haben. Nicht so unser Magazin! Standhaft hält die Redaktion am bewährten Muster fest, unterstützt von MediaDesign (Esther Kälin, aber vor allem Franz Keller), die das Layout mit einem PC-Programm, das ebenfalls auf fast 30 Jahre zurückblickt (!), gemacht haben. Eine grossartige Leistung der Redaktion.

Unterdessen sind andere Kommunikationsmittel dazu gekommen: 15 Info-Säulen, eine Webseite und seit einem Jahr beUnity, die digitale Plattform der Quartierkommission. Man kann sich heute bei verschiedenen Quellen orientieren, vor allem seit das Handy unsere Welt erobert hat. Aber QUAVIER hat sich in der bewährten Form gehalten. Der Vorstand dankt der Redaktion* und den unzähligen freien Mitarbeitenden für ihre Arbeit während 30 Jahren. Die vielen aufgewendeten Stunden wurden ehrenamtlich, eben am **Feierabend** geleistet.

Es ist eine Arbeit für unseren Lebensraum im Stadtteil 4, der sich in den 30 Jahren stark gewandelt hat. «Eine erfolgreiche Stadtplanung benötigt den Diskurs», steht in der Werkschau 1994 – 2004 der Stadtplanung Bern. Dazu hat QUAVIER einen wichtigen Beitrag geleistet und wird es weiterhin tun.

Wir wünschen allen Quartierbewohnerinnen und -bewohnern eine friedliche Adventszeit in unserer leider nicht friedlichen Welt und einen guten Rutsch in das neue Jahr.

Der Vorstand der Quartierkommission Stadtteil 4

* Die Namen der Redaktor*innen chronologisch:

Peter Blaser, Esther Kälin Plézer, Andreas Rapp, Eva Holz Egle, Vanda Kummer, Rita Jost, Konrad Weber, Ramon Tissafi, Bettina Rychener, Jeanne Kreis, Gudrun Nyffenegger, Muriel Riesen, Johannes Künzler, Natascha Gerisch, Alice Sommer, Anna Hauser, Philipp Richard, Clara Graber. Dazu kommen rund 250 Personen, die einmal oder mehrmals für QUAVIER Texte verfasst haben.

Aus der QUAV 4	4
Impressum	7
Intro	9
Feierabend! Aber wie?	10
Pendler	11
Feierabend in 3 Akten	13
Feierabend à la grecque	13
Veranstaltungen	14
AvantAge	17
Blick vom Bänkli	17
Fotoseiten	18
QUAVIER war hier	20
Füller	21
Interview	23
Denkmal	25
Neu und Jubiläen	27
Kleininserate	27
Wettbewerb	27

Titelbild:
You'll Never Drink Alone

Foto: Lukas Lehmann,
Bern



Verkehr

Doppelgelenktrolleybusse

Gemeinsame Eingabe der Quartiervereine
Dialog Nord und QUAV 4

Nachdem mit weiteren Verzögerungen des TBO-Projektes gerechnet wird, bedingt durch die breite Opposition in Form von Einsprachen, wird mit einem gemeinsamen Schreiben um Prüfung von Doppelgelenktrolleybussen auch nach Ostermundigen gebeten. Diesem wurde von der QUAV 4 an der DV264 mehrheitlich zugestimmt (11 JA, 5 NEIN, 5 Enthaltungen). Hinsichtlich der Verzögerungen bis 2036 soll am Bekenntnis zum Tram festgehalten werden. Die Doppelgelenktrolleybusse (DGTB) sollen klar als Übergangslösung gedacht bzw. vorgeschlagen werden. Den Vorstoss hat die AG Verkehr des Dialog Nord initiiert, nach Studium des laufenden Projektes zur Umstellung des Köniz-Asts der Linie 10 auf Doppelgelenk-Batterietrolleybusse, das bis Herbst 2026 durch Bernmobil realisiert wird. Mit dem Einsatz von umweltfreundlichen DGTB kann die Überlastung auch in Spitzenzeiten vermieden werden – mindestens bis 2045 wird das Angebot ausreichend sein, evt. sogar länger. Im Hinblick auf ein späteres Tramprojekt spricht der Kanton von einer Zwischenlösung. Gegen das aktuelle Projekt gab es keine Opposition, es wurde vom BAV sehr schnell bewilligt, und die Bauzeit bis zur Inbetriebnahme des stark ausgebauten Angebots Richtung Köniz dauerte nur etwa 15 Monate.

Dies brachte die AG Verkehr zum Vorschlag, ein analoges Vorgehen auch für den Linienast

Ostermundigen zu prüfen. Mit einer Umstellung auf DGTB könnte die so ausgebaut Linie 10 bereits ca. 2031 durchgehend und leistungsfähig in Betrieb gehen.

Die DGTB-Lösung würde alle kritischen Ausbauten erübrigen, die das TBO-Projekt umstritten und auch juristisch angreifbar machen: keine Baumfällungen und Strassenverbreiterungen und – nach dem Bundesgasse-Veto für die 2. Tramachse besonders von Bedeutung – die ausgebaut Linie 10 verkehrt auf dem gleichen Trasse wie heute – durchgehend von Schliern bis in die Rüti. Die Kosten für diese Zwischenlösung würden nur einen Bruchteil im Vergleich zum TBO Projekt betragen.

Diesen Überlegungen schloss sich die AG Verkehr QUAV 4 vollumfänglich an. Auch in ihrem Zuständigkeitsbereich führt das TBO Projekt zu schwerwiegenden Eingriffen mit entsprechender Opposition und fraglicher Bewilligungsfähigkeit. Aus dem Synthesebericht ZMB ÖV Köniz/Bern Süd vom 4. 7. 2023 geht hervor, dass die nun realisierte Lösung mit DGTB alle Anforderungen mittel- bis langfristig erfüllt. Es ist sehr plausibel, dass dies auch auf den vergleichbaren Ostermundigen-Ast der Linie 10 zutrifft. Die Realisierung der Variante Doppelgelenktrolleybusse eröffnet auch die Möglichkeit, dass bei Bedarf in einem späteren Zeitpunkt ein weniger invasives Tramkonzept auf der gesamten Linie 10 umgesetzt werden könnte.

Der Dialog Nord und die QUAV 4 fordern die RKBM aufgrund dieser Überlegungen gemeinsam auf, die Umstellung des Ostermundigen-Astes auf DGTB zu prüfen und zur Mitwirkung vorzulegen. (GS)

Bypass Bern-Ost

Autoverkehr im Jahre 2050

Die Delegierten beschlossen einstimmig, einen Brief an die zuständigen Stellen von Bund, Kanton und Gemeinde mit folgendem Inhalt zu schicken:

Im Rahmen der laufenden Planung zum Bypass wurde von Seiten ASTRA immer von einer quartiervertraglichen Stadtstrasse («Boulevard») im Abschnitt Schosshaldenstrasse-Freudenbergerplatz-Muri an Stelle der heutigen Autobahn gesprochen. Eine Stadtstrasse sollte eigentlich in 20 bis 30 Jahren keine untragbaren Immissionen mehr verursachen. Trotzdem wurde uns in Aussicht gestellt, dass die bestehende Autobahn im Abschnitt Pulverweg bis Schosshaldenstrasse überdeckt werde. Das lässt vermuten, dass von Seiten ASTRA kaum mit einer Stadtstrasse gerechnet wird. Das heisst, dass bis zum Bau des Bypasses die lärmige Autobahn bestehen bleibt. Für die Anwohnenden des Quartiers Schönberg-Ost und für das Zentrum Paul Klee ist dieser Zustand unhaltbar.

Die Quartierkommission des Stadtteils 4 fordert deshalb eine kurzfristig realisierbare Einhausung der bestehenden Autobahn vom Freudenbergerplatz bis zum Galgenfeld. Als Vorbild dient uns die kürzlich vollendete Überdeckung der Autobahn in Schwamendingen. Die Einhausung soll eine städtebauliche Massnahme im Rahmen der Chantierplanung Bern Ost sein und würde es erlauben, auf dem Autobahndeckel auch ruhige Freizeit- und Sportanlagen zu errichten. Das wäre aus städtebaulicher Sicht ein erheblicher Mehrwert.

Wieso Stau etwas Positives wird

Mühsame Diskussionen über den Stadtverkehr

Im Stadtteil 4 werden viele Projekte diskutiert: Bypass Bern-Ost, Thunstrasse, Burgernziel, Freudenbergerplatz, Autobahnkreuzung Wankdorf, Neugestaltung der Allmenden, Guisanplatz. Wieso sind bei allen unseren Projekten die Diskussionen über den Verkehr so mühsam?

Bei allen Projekten wird jeweils eine Verkehrsprognose erstellt und bekanntgemacht. Da heisst es etwa: der Autoverkehr wird um x% zunehmen oder y% abnehmen. Dabei ist es eigentlich nicht relevant, ob der Verkehr zu- oder abnimmt. Aufschlussreicher wäre für die Betroffenen eine Angabe, wie sich die

Abgas- und Lärmemissionen bis 2050 entwickeln. Hier muss man kein grosser Prophet sein, um zu behaupten, dass beide abnehmen werden.

Abgase: Da in 25 Jahren kaum mehr Autos mit Verbrennungsmotoren fahren werden, kann man annehmen, dass es kaum mehr Abgase geben wird.

Lärm: Elektroautos sind beim Anfahren sozusagen lautlos. Während der Fahrt gibt es Lärm durch die Pneus. Je schneller das Auto fährt, desto mehr Lärm. Je breiter der Pneu, desto lärmiger. Eine Geschwindigkeitsbeschränkung wirkt sich also immissionsmässig positiv auf. Am wenigsten Lärm gibt es bei Stossverkehr oder Stau. Ein Stau ist daher für uns Stadtmenschen nicht mehr etwas

Schlimmes! Im Gegenteil: im Stau gibt es praktisch keinen Lärm, falls nicht ständig gehupt wird wie in Indien. Nicht angenehm ist es vielleicht nur für die Person im Auto selbst. Diese kann den Stau aber selber vermeiden, indem sie die Zeiten, in denen Stau entsteht, meidet.

Also: Wieso sind bei unseren Projekten die Diskussionen über den Verkehr so mühsam? Weil wir Laien ausblenden, dass sich der Verkehr bis ins Jahr 2050 verändern wird. Wir nehmen nach wie vor an, dass auch in 25 Jahren lärmige Autos, die Abgase produzieren, unterwegs sind. Die Fachleute von Bund, Kanton und Stadt sollten daher bei Verkehrsprognosen auch die zukünftigen Abgas- und Lärmemissionen abschätzen und angeben.

(JKr)

Was seither geschah

Anfangs Oktober hat Bundesrat Albert Rösti über das Ergebnis einer Untersuchung der ETH Zürich (Bericht Ulrich Weidmann, Verkehr 2045) informiert. Bei dieser Studie wurden sämtliche hängigen Verkehrsprojekte (Strasse und Schiene) auf ihre Dringlichkeit untersucht. Der Bypass Bern-Ost wird dabei als wenig dringlich eingestuft. Gemeinderat Aeberschwil will sich jedoch weiterhin für den Bypass einsetzen. Die Forderung der QUAV4 nach einer kurzfristigen Lösung erscheint nach dieser Studie umso einleuchtender.

Raum gestalten

Neuordnung Allmenden

Gemeinsam den Freiraum von morgen gestalten

Die Grosse und die Kleine Allmend werden rege genutzt: hier finden Sport, Kultur, Events und Freizeitaktivitäten statt. Die Vielfalt ist eine zentrale Qualität der Allmenden – aber der Raum ist begrenzt. Mit einer Testplanung prüft die Stadt Bern, wie die Allmenden für die Zukunft weiterentwickelt werden können. Der Dialog mit Fachleuten, Politik und Bevölkerung ermöglicht es, dass die Allmenden als offene, klimaresiliente Erholungsräume für alle erhalten bleiben.

Die Allmenden sind eine der letzten grossräumigen Grünflächen der Stadt Berns. Die Grosse und die Kleine Allmend sind Erholungssoasen, Sportwiesen und Veranstaltungsorte zugleich. In den letzten Jahren haben sich die Ansprüche an den Freiraum verdichtet: Sport, Kultur, Events, Biodiversität, Klima, Verkehr und Logistik müssen hier auf begrenztem Raum ein Nebeneinander finden.

Ein Stadtteil verändert sich

Die Allmenden liegen im Entwicklungsschwerpunkt Wankdorf. In den angrenzenden Quartieren entstehen in den nächsten Jahren neue Wohn- und Arbeitsplätze. Die Verkehrsanbindung wird mit Fokus auf den öffentlichen und auf den Langsamverkehr optimiert. Die Allmenden sollen deshalb nicht losgelöst vom städtischen Umfeld, sondern im Gleichklang mit dem Stadtgebiet entwickelt werden.

Alle mit im Boot – Ablauf der Testplanung

Die Stadt will die vielfältigen Bedürfnisse auf den Allmenden besser ins Gleichgewicht bringen und ihre Funktion als öffentlichen Grünraum stärken. Mit Blick auf die klimatischen Veränderungen will sie zudem die Aufenthaltsqualität auf den Allmenden verbessern und den Raum als offenen Ort für alle bewah-

ren. Die Entwicklung der Allmenden muss gleichzeitig innerhalb der bestehenden Rahmenbedingungen erfolgen.

Um die Möglichkeiten für die künftige Entwicklung der Allmenden auszuloten und den Freiraum ganzheitlich zu betrachten, führt die Stadt eine Testplanung durch. Der Ablauf der Testplanung lässt sich in vier Phasen unterteilen:

Varianten entwickeln

Phase 1: März bis Dezember 2025

Drei interdisziplinäre Teams (u. a. Landschaftsarchitektur, Verkehr, Raumplanung) haben unterschiedliche Lösungsansätze für die künftige Nutzung und Gestaltung der Allmenden erarbeitet. Diese wurden anschliessend mit Fachleuten, Behörden und betroffenen Interessengruppen gespiegelt und mit deren Feedback weiterentwickelt. So entstand ein breiter Variantenfächer, der die Vereinbarkeiten, Widersprüche und Konsequenzen resp. kritischen Punkte der unterschiedlichen Nutzungsansprüche auf den Allmenden aufzeigt.

Phase 2: Januar bis September 2026

Öffentlichkeit und Politik: Die Zwischenergebnisse der Teams und die daraus entstandenen Erkenntnisse werden öffentlich vorgestellt. Die Bevölkerung kann an Partizipationsveranstaltungen und in einer digitalen Umfrage dazu Stellung nehmen. Ziel ist es, die bisherigen Erkenntnisse aus der Testplanung im Dialog mit der Bevölkerung zu überprüfen. Die Erkenntnisse aus der ersten Phase und dieser zweiten Phase fliessen anschliessend in die politischen Gremien ein; Gemeinderat und Stadtrat legen die Eckwerte und Stossrichtungen für die weitere Bearbeitung der Testplanung fest.

Phase 3 – Konkretisieren

In der dritten Phase wird die Testplanung auf Grundlage der durch den Stadtrat beschlossenen Eckwerte und Stossrichtungen weiterbearbeitet und konkretisiert. Diese Resultate werden wiederum mit den betroffenen Interessengruppen und der Öffentlichkeit gespiegelt. Abschliessend formuliert das Beurteilungsgremium die Empfehlungen zur Finalisierung des Nutzungs- und Gestaltungskonzepts «Allmenden».

Phase 4 – Finalisieren und Verabschieden

Das neue Nutzungs- und Gestaltungskonzept «Allmenden» wird finalisiert. Das Planerlassverfahren für die Nutzungsplanung wird durchgeführt. Das Verfahren sieht die öffentliche Auflage der Nutzungsplanung sowie die Genehmigung der zuständigen Behörden vor.

Das Verfahren erfordert eine Abstimmung im Stadtrat und an der Urne.

Wer redet mit?

Die Arbeit in der ersten Phase der Testplanung erfolgte unter Einbezug von verschiedenen Fachexpert*innen, den betroffenen Behörden und relevanten Stakeholdern auf den Allmenden, darunter auch die Quartierorganisationen Dialog Nordquartier und QUAV 4 mit je zwei Vertreter*innen.

In der zweiten Phase, während der öffentlichen Mitwirkung, werden verschiedene Veranstaltungsformate wie Mitwirkungstag, Kinder- und Jugendmitwirkungen, eine digitale Umfrage und eine Ausstellung angeboten. *Cover von Muralt / Infrakom AG*

Mitwirkung – Deine Meinung zählt!

Mach mit

Hilf mit, dass die Allmenden ein attraktiver Ort für alle bleiben. Ab dem 12. Januar bis am 27. März 2026 kannst du an der digitalen Umfrage teilnehmen. Den Link dazu findest du ab dem 12.1.26 auf der Webseite: www.bern.ch/allmenden

Sei dabei

Während sechs Wochen liegen die Zwischenergebnisse in einer offenen Ausstellung auf. Sie können frei besichtigt werden. Die Stadt organisiert verschiedene betreute Mitwirkungsfenster. Alle Interessierten sind eingeladen, sich einzubringen.

Offene Ausstellung: 12. Januar – 28. Februar 2026, BERNEXPO / Tschäppätstrasse

Mitwirkungstag mit Anwesenheit der Planungsteams und der Jury Samstag, 17. Januar 2026, BERNEXPO / Tschäppätstrasse

Mitwirkungsfenster im Generationenhaus: Mittwoch, 11. Februar 2026

Anlässe für Kinder und Jugendliche

Kindermitwirkung Stadtteil 5:

Mittwoch, 21. Januar 2026

Jugendmitwirkung:

Donnerstag, 22. Januar 2026

Kindermitwirkung Stadtteil 4:

Mittwoch, 28. Januar 2026

Mit Spielangebot vom Spielrevier / Schützenweg

Die Zeiten der Veranstaltungen und weitere Informationen werden laufend aktualisiert: www.bern.ch/allmenden



SENIOREN-APPARTEMENTS EGGHÖLZLI

www.egghoelzli.ch
Tel.: 031 350 66 66

info@egghoelzli.ch
Fax.: 031 350 66 00

Weltpoststrasse 18
3015 Bern



**campus
Muristalden**

**WIR KENNEN
PAUL.
PAUL KENNT
KLEE.**

An unserer
Schule kommst du
an – und weiter.

Schule im Quartier: eine Alternative

Volksschule: 1. bis 9. Klasse
und Untergymnasium

www.muristalden.ch

Anmeldung indiv. Gespräch: 031 350 42 50

Bildung nahe am Menschen,
von der Basisstufe bis zur Maturität



Unser Standort Kirchenfeld-Schosshalde (bisher am Willadingweg) ist umgezogen. Neue Adresse:
Marienstrasse 18, 3005 Bern

Voranzeige: Offene Türen für Ihren Besuch am
Tag der Nachbarschaft (29. Mai 2026, ab 16:00).

Spitex Bern | Tel. 031 388 50 50 | spitex-bern.ch

Burgernziel – Platz als PLATZ

Von Seiten der Stadt wurden die Delegierten bisher von der Verkehrsplanung über das Burgernziel informiert. Deren Erkenntnisse sind zwar fachlich richtig, aber eben nur aus der Sicht des Verkehrs. Das Burgernziel ist jedoch nicht nur eine Kreuzung, sondern ein PLATZ. Seit die Migros dort einen beliebten Standort hat, sind alle Seiten mit öffentlicher Nutzung besetzt: Restaurant, Kirche, Sportkleiderladen, Weinhandlung, Autogarage, Coiffeur, Apotheke, Fitnesscenter und eben der Migros-Laden. Direkt hinter dem Restaurant befindet sich eine Postfiliale und bei der Tramhaltestelle ein bei der Bevölkerung beliebter Kiosk. Das Burgernziel ist ein belebter Ort an der Achse Thunstrasse-Ostring.

Das Büro HOKI+Partner hat eine Studie zum Burgernziel verfasst, der den PLATZ in erster Linie aus städtebaulicher Sicht betrachtet - etwas, was bisher von Seiten der Stadt nie geschehen ist. Die junge Architektin Kaisa Holtari hat den Delegierten die Studie vorgestellt, worauf die Versammlung (DV263) einstimmig beschlossen hat, den Bericht an die Stadtpräsidentin zu, mit der Bitte, den Platz als PLATZ und nicht nur als Verkehrsknoten zu betrachten und beide Varianten als Entscheidungsgrundlage auszuarbeiten. Die Studie hat gezeigt, dass es unter Umständen besser wäre, den Kreisel beizubehalten statt die von der Verkehrsplanung favorisierte Umgestaltung als Kreuzung mit Lichtsignalen. Damit könnte sogar Geld gespart werden! Ein Teil davon könnte für die fehlende Baumreihe an der Thunstrasse und für eine künstlerische Gestaltung der Kreismitte verwendet werden.

Die Antwort der Stadtpräsidentin erfolgte schnell: Es sei eine breite Variantenprüfung vorgesehen. Eine Lösung mit Lichtsignalanlage steht nicht mehr im Vordergrund. Die Studie HOKI wird in die weiteren Betrachtungen einbezogen. Der Gemeinderat dankt für die konstruktive Zusammenarbeit. (JKr)



Neue MIGROS am Burgernziel-PLATZ

Von Menschen für Menschen

Treffpunkt Wittigkofen

Laut einer Medienmitteilung vom 16. September haben die Immobiliengesellschaft der Evangelisch-reformierten Gesamtkirchengemeinde Bern und die Stiftung Islamisches Zentrum Bern eine Absichtserklärung unterzeichnet, wonach der Treffpunkt Wittigkofen per Juli 2026 an die genannte Stiftung verkauft werden soll. Das soll aber nicht das Ende der bisherigen Nutzung des Treffpunkts durch die Kirchgemeinde Petrus bedeuten, vielmehr möchte diese auch längerfristig Räume im Erdgeschoss und den kleinen Saal «Schlossblick» mieten, damit sie ihre vielfältigen sozialen Angebote wie Kindertreff, Frauentreff, Sozialberatung, Gottesdienste und Vorträge weiterhin erbringen kann. Der geplante Verkauf bietet die Chance für einen neuen interreligiösen Dialog, gleichzeitig soll die bisher geleistete wertvolle Quartierarbeit weitergeführt werden. Beide Seiten sind an einem gelingenden Miteinander interessiert. (ar)

BSS Alter Stadt Bern

Neue Wege zur Teilhabe

Desiree Aebersold vom BSS, zuständig für Alter Stadt Bern, informierte an der DV vom 21.10.25 über die Teilhabe im Alter im Stadtteil 4. Ü60 nehmen zu, auch jene, die zu Hause bleiben wollen und/oder vulnerabel sind. Es gibt aber auch mehr Freiwillige. Die Stadt will den Fokus vermehrt auf die Prävention setzen und mehr Möglichkeiten schaffen bzw. unterstützen, um mitzumachen. Dazu soll die Alterspolitik vermehrt im Quartier, vernetzter und partizipativer stattfinden. Ein grosses Manko ist die aufsuchende Arbeit; ihr soll künftig mehr Gewicht beigemessen werden. Aebersold präsentierte Beispiele aus dem Stadtteil, wie DJ Leo Tanzanlässe für Ältere, Quartier-Plauderei des Verein EinViertel, den Tag der Nachbarschaft und mobile Altersarbeit.

In der Diskussion wurde von den Grauen Panthern auf das digitale Auskunftstool Belia hingewiesen, das von ihnen initiiert wurde und nun bei gerontologie.ch situiert ist. Die Landeskirchen, die bereits sehr aktiv in der aufsuchenden Arbeit sind, arbeiten am Aufbau einer Plattform Demenz. Hier ist die Stadt selbst auch noch nicht sehr aktiv. (GS)

Weiter Infos siehe:

Link Alterstrategie Stadt Bern: <https://www.bern.ch/politik-und-verwaltung/stadtverwaltung/bss/familieundquartier/alter/altersstrategie-2030>

Alter Stadt Bern: <https://www.bern.ch/politik-und-verwaltung/stadtverwaltung/bss/familieundquartier/alter>

2026 ist ein Thunplatzfest geplant, mit Offenen Türen der anrainenden Geschäfte und dem Gewerbe, ähnlich dem Breitschmärit. Interessierte können sich direkt bei melden via info@qtt.ch

Emma Graf Preis 2025

Bernadette Oswald, auch bekannt als Big Mama, erhält den Emma Graf Preis der QUAV 4 für Partizipation im Stadtteil 4.

Bernadette hat sich als Mediatorin bei Xenia jahrzehntelang für bessere Lebens- und Arbeitsbedingungen von Frauen aus afrikanischen Ländern eingesetzt. Bekannt wurde sie mit kamerunischem Essen im ehemaligen Murifeldtreff und bei Quartierfesten im Stadtteil. Mit dem Catering «Big Mama's African Dinner» gibt sie benachteiligten Frauen die Gelegenheit, zu arbeiten, und mischt Zutaten aus beiden Welten, zum Beispiel Rösti mit Maniok.

Bernadette est une femme qui pense constamment à ce qu'il y a encore à faire. Et elle le fait, auch nach der «Pensionierung».

Impressum

QUAVIER erscheint 4mal jährlich

Herausgeberin:

QUAV4, Quartiervertretung Bern 4, 3000 Bern
Tel. 031 351 95 75, info@quavier.ch

Präsident:

Jürg Krähenbühl, Staufferstrasse 6, 3006 Bern

Auflage: 15 500 Exemplare

Redaktionsadresse: QUAVIER, Quartiervertretung Bern 4, 3000 Bern, Tel. 031 351 95 75, redaktion@quavier.ch

Redaktion: Clara Graber (cg), Johannes Künzler (jkü), Andreas Rapp (ar), Muriel Riesen (mr), Alice Sommer (as); Mitarbeit: Nina Giourgas, Madlaina von Arx, Linda Etter

Inserate: Länggass Druck AG, Postfach, 3001 Bern, Tel. 031 307 75 73, haering@ldb.ch, www.ldb.ch

Inserateschluss: 4.2.2026

Druck: Länggass Druck AG, Bern

Veranstaltungshinweise bitte an: QUAVIER, Quartiervertretung Bern 4, 3000 Bern, events@quavier.ch

QUAVIER Nr. 122, März 2026, ist dem Thema «wachsen»

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

Redaktionsschluss: 11.2.2026

Erscheinungsdatum: 6.3.2026



Meili Dillier gratuliert Bernadette Oswald.
(Foto: mr)

Avec la dignité du silence. Ohne grosse Inszenierung. Bernadette lebt die konkrete und unmittelbare Partizipation täglich und ermutigt auch andere Frauen, am sozialen Leben teilzunehmen. Leise spinnt sie Fäden zwischen ver-

schiedenen Lebenswelten, stets mit dem Wunsch, Begegnungen zu fördern und der Schweiz etwas zurückzugeben.

Auch für die zwei Förderpreisträgerinnen ist die solidarische Bindung zwischen Generationen wichtig, et entre le pays d'origine et le pays qui nous a accueilli. Auf Vorschlag von Bernadette geht der **Förderpreis** an **Juliette Cotting** für das soziogastronomische Projekt **«Elang Beti Ngul Betara, la cuisine des grands-mères»**, und an **Marie Michèle Sieber** für **«l'antenne suisse de Solidarité familiale»**, Sensibilisierungsarbeit für die Verbesserung der Situation von Frauen und Kindern in Kamerun. Beide Initiativen wurden im Stadtteil 4 lanciert.

Mit dem Emma Graf Preis will die QUAV 4 partizipatives Denken und Handeln fördern und alle Bewohner*innen ermuntern, sich in Politik und Gesellschaft zu beteiligen. Dabei soll das Bewusstsein für die Rolle der Quartiere in der Stadt sowie für die Vielfalt der Lebenswelten in unserem Stadtteil geschärft werden.

Die Preisverleihung im Träffer wurde vom Mäozinha Musikprojekt, alias Liliana Ferreira aus dem Murifeld, begleitet. Anschliessend

wurden die Gäste zu einem Buffet mit exotischen Säften von Marie Michèle und kamerunischen Speisen wie der traditionellen Erdnuss-sauce und Beignets von Juliette eingeladen.

Die Jury: Thomas Götting, Journal B (Präsident); Kaspar Bessire (Spielrevier, Förderpreis 2023); Meili Diller (Vorstand QUAV 4); Elena Ramelli (bazore); Muriel Riesen (Redaktion QUAVIER); Karin Rüfenacht (Träffer, Förderpreis 2021); Saare Yosief (Ostbärn FC).

Austauschplattform beUnity

Die Plattform wird rege benutzt, sei es mit Markplatzangeboten, mit der Rubrik Helfen und Teilen, mit Infos aus der QUAV 4, der Stadt und diversen Quartierveranstaltungen. Mit dem QR Code können sie die App installieren und dann den Code «Bern4» eingeben, oder sich mit folgendem Link anmelden: <https://beunity.app/invites/crypto/Bern4>. Bei Problemen senden Sie eine Mail an info@quavier.ch; wir senden Ihnen einen persönlichen Einladungslink. (GS)



«Wer kennt den Stadtteil 4 am besten?»

Chantal Perriard und Jürg Krähenbühl betreuten am Sommerfest des Museumsquartiers am 29.8.2025 unseren QUAV 4-Stand. Die Leute wurden dazu animiert, an einem Wettbewerb teilzunehmen; alle erhielten eine Süssigkeit vom Obstberg-Beck. Der Stand war gut frequentiert, auch von Kindern oder Kindergruppen. Insgesamt füllten 53 Personen die 11 Fragen zum Stadtteil 4 aus; dazu kam mit Frage 12 eine Schätzfrage. Hier für alle Leser*innen die 12 Fragen zum selber beantworten:

- 1: Wie heisst die Brücke vom Casinoplatz zum Helvetiaplatz?
- 2: Was befindet sich im Dählhölzliwald: Waldfriedhof, Forsthütte oder Seilpark?
- 3: Wie heisst die Tramendstation, die zur autofreien Siedlung Wittigkofen führt?
- 4: Wer ist Namensgeber des Freudenbergerplatzes: ein Maler, Dichter oder Politiker?
- 5: Wie heisst das neueste, 2024 eingeweihte Schulhaus im Stadtteil 4?
- 6: Welche Botschaft befand sich früher an der Jubiläumsstrasse?
- 7: Wo befindet sich ein Kinderspielplatz mit Pumptrack?
- 8: Was befindet sich im Schwimmbad KaWeDe im Winter?
- 9: Wie heisst das langfristige Projekt im Stadtteil 4?
- 10: Wie heisst die Fuss- und Velobrücke über die Bahnlinie zur Schermenallmend?
- 11: Wie heisst die öffentliche digitale Plattform der Quartiervertretung Stadtteil 4?
- 12: Wie viele Mitglieder (Parteien/Vereine/Leiste) hat die Quartierkommission Stadtteil 4?

(JKr)

QUAV4 Stand am Sommerfest des Museumsquartiers 29.8.2025



Und so lauten die richtigen Antworten:

- 1: Kirchenfeldbrücke
- 2: ein Seilpark (Waldfriedhof, Forsthütte)
- 3: Saali (Eggliholzli, Guisanplatz)
- 4: ein Maler (Dichter, Politiker)
- 5: Baumgarten (Bitzli, Sonnenhof)
- 6: USA (Japan, United Kingdom)
- 7: kleine Allmend (Grosse Almend, Springgarten)
- 8: eine Kunststseibahn (Tennisstseibahn, Kletterhalle)
- 9: Bypass Autobahn A6 Bern-Ost (Neugestaltung Allmenden, Erweiterung UPD)
- 10: Bananenbrücke (Orangenbrücke, Traubenbrücke)
- 11: beUnity (QUAVIER, Quartierbüro Q4)
- 12: 35

In eigener Sache

Abschied

Die Redaktion verabschiedet sich per Ende 2025 von zwei langjährigen Mitgliedern:

- *Alice Sommer (as)* ist im März 2017 als Nachwuchskraft zu uns gestossen. Sie hat sich auf Anhieb als Allrounderin bewährt, hat originelle Ideen eingebracht und diese eigenwillig und eigenständig umgesetzt. Inzwischen vollamtlich in der Kommunikation tätig, werden wir ihr im Kulturbereich nach wie vor begegnen.
- *Johannes Künzler (jkü)* hat als Germanist und Gymnasiallehrer schon seit 2013 regelmässig für QUAVIER geschrieben und ist ebenfalls 2017 in die Redaktion eingetreten. Er durchstreift häufig zu Fuss das Quartier, setzt sich dann auf ein Bänkli und reflektiert seine Beobachtungen kritisch. Er kennt auch die düsteren Seiten seines Umfelds und schreibt manchmal Arztromane. Johnny möchte sich nun entlasten.

Alice und Johnny danken wir herzlich für ihr Engagement und wünschen ihnen alles Gute. Neu dürfen wir *Nina Giourgas* in der Redaktion begrüßen. Sie hat schon als Schülerin für uns Texte verfasst. *Die Redaktion*

Neuer Webauftritt QUAV 4 online

Unsere **neue Webseite**, nun auch auf Smartphones gut abrufbar, ist nun online unter: www.quavier.ch. Es finden sich nach wie vor alle Protokolle, Jahresberichte und -rechnungen, sowie Mitwirkungen (Rubrik «Dokumente»). Im Menüpunkt «QUAVIER» sind das aktuelle Heft, sowie alle älteren Ausgaben unter Archiv zu finden. Beim Register «Stadtteilkommission» werden die Quartierkommission und ihre Mitglieder vorgestellt und verlinkt. Neu können Sie mit einem Kontaktformular der Geschäftsstelle Ihre Anliegen mitteilen oder per Mail an info@quavier.ch senden, am besten mit dem Link auf die betroffene Seite.

Relaunch QUAVIER

Der Vorstand QUAV 4 hat das von der Projektgruppe unter der Leitung von Nicolas Kyrmarios überarbeitete Redaktionsstatut der DV264 am 21.10.25 vorgestellt. Das an der DV vom 29.11.2022 beschlossene Redaktionsstatut soll geändert werden. Bezweckt wird eine klarere Regelung der Wahlen und Zuständigkeiten sowie der Zusammenarbeit der Redaktion mit dem Vorstand. Neu wird die Redaktionsleitung – wie ein Vorstandsmitglied – durch die Delegierten bestimmt. Neu beauftragt der Vorstand die Druckfirma und den Layouter, weil dies finanzielle Folgen hat. Neu bekommt

die Redaktion auch ein Antragsrecht. Ein Stimmrecht ist im von der Stadt vorgegeben Rahmen nicht möglich.

Die Redaktion beantragte, am Statut keine Änderungen vorzunehmen. Sie befürchtet, dass ihre Autonomie eingeschränkt wird. Der Vorstand will die Autonomie der Redaktion weiterhin beibehalten und hielt an seinem Antrag fest. In der Diskussion wurde darauf hingewiesen, dass die Redaktion bisher als Kollektiv ohne Redaktionsleitung arbeitete. Der Vorstand präzisierte, dass es nicht um einen Chef*in geht, sondern dass eine Person für die Administration und Sitzungskoordination verantwortlich sein soll und dem Vorstand als Ansprechpartnerin dienen soll. Als Delegierte soll sie für den Informationsfluss und Austausch sorgen. Die DV hat den Antrag des Vorstands mit 17 Ja gegen 1 Nein bei 2 Enthaltungen angenommen. Die Änderungen treten sofort in Kraft.

Redaktionsstatut QUAV 4 2025:

<https://quavier.ch/wpcontent/uploads/2025/07/Redaktionsstatut2025.pdf>

In einem nächsten Schritt soll eine Redaktionsleitung von der DV gewählt werden, um sicherzustellen, dass QUAVIER 2026 in neuem Kleid erscheinen kann. Um Feedbacks für das neue Layout zu bekommen, wurde auf beUnity eine Umfrage zum QUAVIER aufgeschaltet: https://beunity.app/news_cards/179757

Reformprojekt Quartierkommissionen

Der Projektauftrag wurde vom Gemeinderat angenommen. Als Mandatsträger*in für den Mitwirkungsprozess wurde BV*M (<https://www.bvmberatung.net/>) erkoren. An der QUKO Sitzung vom 11.9.25 wurde am Quervergleich der fünf Quartierkommissionen weitergearbeitet, um neben den Aufgaben und Abläufen auch die Aufwände und Ressourcen der diversen Gremien zusammenzutragen. Diese Arbeit wird von den Quartierkommissionen in eigener Regie gemacht, um konsolidierte Vorschläge in die Reform einzubringen. Im ersten Workshop haben die Geschäftsstellen die Arbeitspakete 1 (Kommunikation & Sichtbarkeit) und 2 (Strukturen & Prozesse) präzisiert. Die Ergebnisse wurden mit dem Steuerungsausschuss am 30.10.25 überprüft, um sie zu finalisieren und den Delegierten vorzustellen.

Änderungen in der Quartierkommission

Als Nachfolger von Maria Napolitano wird Hansueli von Gunten die Buchhaltung QUAV 4 übernehmen. Er wohnt im Stadtteil 4 und ist pensioniert. Er hat langjährige Berufserfahrung. Die Übergabe fand am 24.10.25 statt. (GS)

Feierabend

«Feierabend, meine Damen und Herren!» rief der Wirt ins Lokal, während die Servier-tochter bereits begann, geräuschvoll die Stühle auf die Tische zu stellen – sie war am «Aufstuhlen», um nachher mit dem breiten Besen den Holzboden zu säubern. Sie hoffte, das letzte Tram zu erwischen; es fuhr kurz vor Mitternacht. Derweil wurden die letzten Kafifertig angerichtet und aller-letzte Biere ausgeschenkt. Dann aber war Schluss – «Polizeistunde!», gebot der Beizer. Das war damals.

Feierlich ist der Abend selten. Auf dem Bänkli zu hockeln, ein Pfeifchen zu schmauchen und der Sonne beim Untergang zuzuschauen, während die Lerche jubilierend den Himmel steigt – das ist restlos vorbei. Heute heisst es am Feierabend «Helm auf», das Velo samt Anhänger satteln, rechtzeitig das Kind in der Kita abholen, die Einkäufe besorgen, richtig kochen, weil es am Mittag knapp für einen Sandwich gereicht hat, dann Essen, Aufräumen, Fernsehen, nochmals alle Mails checken und schliesslich erschöpft ins Bett sinken.

Feierabend ist für manche schon am frühen Nachmittag. Es kann vorkommen, dass du um 5 Uhr abends schon ganz allein mit dem Gummibaum im Grossraumbüro sitzt. Der Kollege, mit dem du dringend etwas besprechen wolltest, ist entweder im Home office oder im Vaterschaftsurlaub, in den Ferien oder unbekannten Aufenthalts. Dafür ist vielleicht morgen früh um Sieben derart full house, dass du keinen Arbeitsplatz mehr findest, wenn du mit deinem Rollkofferli antrabst. Aber wir möchten die flexible Arbeitszeit nicht verteufeln. Der Feierabend war nicht besser, als einst die gesamte Belegschaft exakt um 18 Uhr das Büro verliess oder die Fabriksirene heulte.

Wir denken auch an jene, die nie Feierabend haben, weil ihre Berufsarbeit erst nachts anfängt oder diese auch ihre Freizeit frisst, so dass sie noch um Mitternacht über irgendwelchen Tabellen brüten und auch in den Ferien ständig online sein müssen. Von den Tausenden freiwilligen Care-Arbeitsstunden ganz zu schweigen! Und die Pensionierten – haben sie dauernd Feierabend? Genau solchen Fragen widmen wir dieses Heft. Wie und wo verbringen Sie, liebe Leserin, lieber Leser, Ihren wohlverdienten Feierabend? (ar)

Feierabend! Aber wie?

Ein Elfchen schreiben, Modern tanzen oder den Büroalltag vor der Haustür stehen lassen – die QUAVIER-Redaktion hat viele Rezepte für einen gelungenen Feierabend.

(as)

Stimmungen

Nach dem Nachtessen und Geschirraufräumen setzte ich mich in den Lehnstuhl, griff zur Zeitung, wo mich bereits auf Seite 3 einmal mehr der dreiste Diktator von Drüben mit seiner «Mouggere» angaffte. Auf der nächsten Seite das Bild einer zerstörten Stadt, mit dem erschütternden Bericht einer Journalistin, die dort ausharrte. Meine Gedanken entflohen zu Schiller: «Aus der Welt die Freiheit verschwunden ist, man siehet nur Herren und Knechte; die Falschheit herrscht und die Hinterlist bei dem feigen Menschengeschlechte ...» Ich erinnerte mich an Lagerfeuer, wo wir seinerzeit «wohl unter Linden» solche inzwischen ebenfalls verschwundenen Lieder gesungen haben, und es kroch mir ein leichter Schauer über den Rücken. – Als ich wieder erwachte, war am Radio bereits Ralph Wicki am Werk, der sich mit warmen Worten an eine Hörerin richtete und ihr überschwänglich dafür dankte, dass sie ihm soeben die Geschichte der Wiederbegegnung mit ihrem verstorbenen Ehemann erzählt hatte. Das griff mir derart ans Herz, dass ich mich alsogleich mit dem besseren Teil des Menschengeschlechts wieder versöhnte. (ar)

Lagerfeuer



Feierabend am Lagerfeuer? Mit einem warmen Punsch und warmer Kleidung ist das auch in den Wintermonaten ein tolles Erlebnis! Foto: cg

Jazz & Risotto

Nach einem Tag voller Sitzungen, Word-Dokumente und einem überquellenden Postfach direkt nach Hause fahren, kochen, essen und schlafen? Eat, work, sleep, repeat? So habe ich mir das Arbeitsleben nicht vorgestellt. Da muss doch mehr drin sein – denn am Feierabend soll schliesslich gefeiert werden, sonst ergibt das alles irgendwie keinen Sinn. Genau deshalb gehe ich ins 5^{eme} Etage. Dort gibt's jeden Dienstag Risotto für 5 Franken und eine Jazz-Jam-Session bis Mitternacht. Das Publikum reicht von jungen Musikstudent*innen über alte Jazz-Meister*innen bis hin zu Leuten wie mir, die wenig Ahnung von Jazz und viel Freude an Live-Musik haben. Spielen tut, wer kann und sich traut. Szenenapplaus ist willkommen, Zwischenrufe und spontane Tanzeinlagen ebenso – und die Sitzungen, die Word-Dokumente und das überquellende Postfach sind plötzlich ganz weit weg. (as)

Feierabend-Elfchen

Wie
Lehrer Lämpel,
ah!, im Sorgensitz,
doch ohne Pfeife und
Pulverblitz...

Feierabend!
Kommst du
mit auf ein
Bier? Fein! Besonders mit
dir.

Über
allen Sofas
ist Ruh. In
allen Gliedern spürest du
Feierabend.

Falls Sie selbst auch solche *Elfchen* schreiben möchten – so geht's:

Ein Elfchen hat elf Wörter; auf der ersten Zeile eines, auf der zweiten zwei, auf der dritten drei und auf der vierten vier. Die fünfte Zeile hat wiederum nur ein Wort. Probieren Sie's aus! Vielleicht am Feierabend? (jkü)

Heimweg

«Loebegge 19:05?» – «👍». Genug getan für heute, auch wenn noch nicht alle E-Mails beantwortet und Systemausfälle behoben sind. Wie eine Velokurierin radle ich über den

Bahnhofplatz, bin ein paar Minuten vor meinem Mann am allabendlichen Treffpunkt und beobachte die Leute unter dem Baldachin. Schon von Weitem erspähe ich seine Umrisse und staune über unsere Fähigkeit, vertraute Menschen aus der Ferne zu erkennen. «Huch, was für ein Tag!» Wir wollen beide alles loswerden, das wir im Büro erlebt haben. Um gemütlich reden zu können, schieben wir unsere Fahrräder erst einmal durch die Stadt. «Rate mal, wer heute wieder ...!» Meistens merken wir erst daheim, dass wir den ganzen Weg zu Fuss gegangen sind. «Zu spät dran, um noch etwas zu kochen? Schon wieder Café complet?» Dafür gelingt es uns ab und zu, den Büroalltag vor der Haustür stehen zu lassen. (mr)



Unser Heimweg führt neuerdings über einen blassgelben Velostreifen auf dem rechten Trottoir der Thunstrasse. (mr)

Der perfekte Feierabend?

Ja, der muss mit einer Modern- oder Contemporary-Tanzstunde beginnen. Anschliessend fahre ich mit dem Fahrrad heim. Zu Hause ist noch niemand da. Ich setze mich in die Küche, höre Radio oder einen Podcast und rüste in aller Ruhe das Gemüse für mein Abendessen. Während es vor sich hin köchelt, springe ich unter die Dusche, wasche mir die Haare, creme meinen Körper ein und ziehe mir sogar noch einen frisch gewaschenen Pyjama an, herrlich! Zurück in der Küche ist das Essen gerade richtig gar und natürlich nicht übergekocht. Ich zünde eine Kerze an, schöpfe mir einen Teller des wohlduftenden Eintopfs und

setze mich an den Tisch. Während ich esse, schaue ich mir ein Künstler*innen-Interview auf YouTube an, das ich natürlich nicht erst lange suchen muss. Gegen Ende des Essens kommen dann meine WG-Mitbewohner*innen nach und nach heim. Ich mache Tee für alle und es gibt auch noch was Süsses. Wir sitzen noch lange am Küchentisch zusammen und reden, bis ich mich in mein frisch bezogenes Bett rolle, um noch ein paar Seiten zu lesen. Dann werden mir die Augen schwer und ich schlafe wohligh ein. Ach, so ein perfekter Feierabend wäre schon was Schönes! (cg)

Olympik

Es dunkelt schon früh. Die Bise bläst. Gelbe Blätter wirbeln durch die Luft, Kastanien knallen aufs Blechdach, und im Dählhölzli jaulen die Hunde. Überall im Quartier plumpsen

Quitten zu Boden; höchste Zeit, sie zu ernten und am Feierabend zu verarbeiten – zu Mus, Gelée, Pâte oder Liqueur. Ein Workshop am Egelsee wäre nützlich. – Die Quitte gehört zu den Rosengewächsen (was man ihr nicht ansieht) und gilt als heilige Frucht der Venus (was man ihr ebenfalls nicht ansieht). Diese wunderschöne Göttin hauste samt ihren unsterblichen Mitgöttern auf dem Olymp. Dass sie es dort oben nicht lange aushielt, verwundert nicht. Sie mischte sich daher ständig unter die Menschen, um brennende Liebe zu stiften, aber ebenso schürte sie Eifersucht und säte Zwietracht. Dabei machte sie sich offenbar auch an den Quitten zu schaffen, so dass diese ein Symbol für Glück, Liebe, Fruchtbarkeit und ein langes Leben wurden. – Die Quitten-Samen sollte man allerdings nicht öffnen, sie enthalten Blausäure. (Fritz F.)



Olymp, 2917 m. Foto: zvg

Pendler

Sie hatten es recht gemütlich, bevor ihr Institut am Rheinknie Knall auf Fall nach Ittigen bei Bern verlegt wurde. Die Empörung war gross, Rekurse wurden erwogen, aber was blieb den Betroffenen – allesamt Spezialisten – anderes übrig, als nunmehr jeden Werktag zu pendeln. Ihr Zug fuhr kurz nach 6 Uhr morgens; sie reisten 1. Klasse, stets im gleichen Abteil, und wehe, wenn dieses bereits von Fremden belegt war – der Tag war quasi im Eimer. Im Normalfall aber setzten sich die Kollegen auf ihre Polster, blätterten kurz in der Zeitung und gönnten sich dann einen ungestörten Morgenschlaf bis etwa Zollikofen. – Nach der Arbeit machten sie pünktlich Feierabend, reisten zurück und standen spätestens um 19 Uhr in ihrer Wohnung, wo die Ehefrau bereits das Nachtessen zubereitet hatte.

Ganz anders der Arzt aus der Elfenau, welcher in einem Spital bei Zürich arbeitete und oft erst nach 20 Uhr nach Hause kam; sein Feierabend war unregelmässig, eine Teilnahme an Vereinsversammlungen oder kulturellen Anlässen kaum möglich. Das Privatleben fand, sofern er nicht Dienst hatte, höchstens am Wochenende statt, und die drei halbwüchsigen Kinder blieben weitgehend der Mutter überlassen. Zügel nach Zürich kam trotzdem nicht in Frage, denn die hiesigen Schulen und Freizeitaktivitäten der Sprösslinge standen dem entgegen. Also pendelte der Vater weiter hin und her; er erlebte es zunehmend als mühsam.

Die Trennung zwischen Wohn- und Arbeitsort kann sich aber auch positiv auswirken. Vorab

Personen, die in sozialen Berufen tätig sind, finden es oft nützlich, sich nicht auch in der Freizeit inmitten ihrer Klientschaft aufhalten zu müssen, und wenn die Pendel-Distanz nicht zu gross ist, kann sie beim «Abschalten» helfen. Wichtig für ein erfrischendes Privatleben ist eine hinreichend geordnete Arbeitszeit. Wie soll beispielsweise eine Lehrerin, die häufig am Schulort abends Elterngespräche oder Sitzungen mit Kollegen zu bestreiten hat, an ihrem Wohnort regelmässig die wöchentliche Chorprobe oder das Yoga besuchen können?

Manuel wohnt in Zürich Wipkingen, arbeitet aber während vier Tagen pro Woche im Bundeshaus in Bern. Bis vor Kurzem pendelte er täglich. Das bedeutete: morgens spätestens um 6.30 Uhr das Haus verlassen, um den Zug 7.02 Uhr ab Zürich HB zu erreichen. Die Fahrzeit betrug pro Tag insgesamt 180 Minuten. Vor 20 Uhr war Manuel selten zurück; zu spät für die meisten Abendveranstaltungen. Belastend war vor allem die Rückfahrt von Bern nach Zürich während der Stosszeit: Zwar war ein Sitzplatz meist zu ergattern, aber nur, wenn man zwei, drei Wagen durcheilte und sich dann irgendwo auf einen Restplatz quetschte.

Wer solche Suche vermeiden wollte, setzte sich im Doppelstockwagen einfach auf die

Treppe. Mit Kopfhörern liess sich der Umgebungslärm etwas dämpfen, trotzdem war an ein konzentriertes Arbeiten am Laptop kaum zu denken. – Nach anderthalb Jahren war Manuel das Pendeln so verleidet, dass er sich als Wochenaufenthalter in Bern anmeldete, wo er im Brunnadernquartier eine geeignete Wohnung fand.

Laut Statistik waren 2023 acht von zehn Erwerbstätigen Pendler, davon 71% ausserhalb ihrer Wohngemeinde (1990 waren es erst 58%). 50% pendeln per Auto, 31% mit dem öv. Die mittlere Länge des Arbeitswegs (Hinweg) beträgt 14 km, bei einem mittleren Zeitbedarf von 30 Minuten. Zu den meistbelasteten Pendlerstrecken der SBB gehört Zürich – Bern.

Text und Foto: ar



Anni Albers

CONSTRUCTING
TEXTILES

7.11.2025–22.2.2026

Anni Albers, *Intersecting*, Ausrchnitt, 1962, Baumwolle und Kunstseide, 40x42 cm, Josef Albers Museum Quadrat Böttrop.
Foto: Philipp Ottendörfer © 2025 The Josef and Anni Albers Foundation/Phyllis, Zürich



Gegründet von:

Maurice E. & Martha Müller
sowie den Erben Paul Klee

Mit Unterstützung von:



Kanton Bern
Canton de Berne



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Kultur BAK



Bürgergemeinde
Bern

diaconis

Diaconis Wohnen & Pflege Fürsorgliche und professionelle Pflege

Diaconis bietet Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen ein Zuhause im Alter und heisst auch jederzeit Gäste für Kurzaufenthalte willkommen.

Melden Sie sich für einen unverbindlichen Besichtigungstermin und lernen Sie unsere Häuser Altenberg, Belvoir und Oranienburg kennen.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter 031 337 72 06.



Diaconis • Wohnen & Pflege • Schänzlistrasse 15 • 3013 Bern
031 337 72 06 • cm@diaconis.ch • www.diaconis.ch



Stadt Bern

Die Stadt Bern sucht Sie – werden Sie private Beistandsperson!

- Haben Sie freie Zeit und möchten sich gerne freiwillig engagieren?
- Sind Sie kommunikativ, begleiten gerne Menschen und haben zudem auch ein Flair für Zahlen? Dann freuen wir uns, Sie kennenzulernen.
- Wir suchen Personen, welche als PriMa (**P**riMa **M**andatstragende) bereit sind, Menschen im Alltag zu helfen sowie deren administrativen und finanziellen Angelegenheiten zu übernehmen und zu erledigen.
- Unsere Beratungsstelle unterstützt Sie als PriMa bei dieser Aufgabe.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Melden Sie sich unter **031 321 72 31** oder unter eks-prima@bern.ch und erfahren Sie in einem unverbindlichen und persönlichen Gespräch mehr von dieser wertvollen Arbeit.

Amt für Erwachsenen- und Kinderschutz
Fachstelle PriMa Beratung
Predigergasse 10
Postfach 3399
3001 Bern



Feierabend in drei Akten

Ein kulinarischer Abendspaziergang durch den Stadtteil 4.

1. Akt: Versuchtes Fübi im Murifeld

Wenn ich ausrechne, wie viele Stunden ich täglich im Sitzen verbringe – oder noch schlimmer – wie viele Jahre meines Lebens ich gegessen sein werde, wird mir schlecht.

Also klappe ich den Laptop zu, stehe auf und laufe. Laufe los durchs Quartier, Richtung Murifeldladen. Dort will ich mir ein Fübi genehmigen und weiterspazieren, bis die Finger kalt und der Kopf gelüftet sind. – Doch ich komme zu spät. 30 Minuten nach Betriebsschluss stehe ich allein vor verschlossener Tür. Die Scheiben dunkel, der Laden leer. Kein Fübi für heute. Also laufe ich weiter.

2. Akt: Pizza und die Weltherrschaft

Der kalte Abend hat die Bewohner*innen des Stadtteils 4 in ihre Wohnungen verbannt. Auf den Strassen sind mehr Katzen als Menschen unterwegs, und das Geräusch meiner Schritte wird nur von vorbeifahrenden Autos überhört. Der Bauch knurrt und ich steuere Richtung Bella Vita, dem Imbiss zwischen Passantenheim und Muristalden. Schon unzählige Male daran vorbei, aber noch nie reingegangen. Heute schon. Pizza ist schliesslich immer

eine Lösung. Drinnen ist es warm, auf den Menu-Bildschirmen präsentieren sich diverse Pizzen, Pastagerichte, grüne Salate und Burger auf einem Flammenmeer.

Die Margherita kommt schneller als gedacht. Dampfend, mit kleinen Olivenöl-Pfützen und viel Oregano, der Rand schön knusprig. Anstelle von Servietten gibt's eine Rolle Haushaltspapier. Und Besteck braucht es beim Pizzeessen sowieso nicht. Also falte ich das erste Stück, beisse rein und werde daran erinnert, weshalb dieses doch so simple Gericht die kulinarische Weltherrschaft an sich gerissen hat.



Pizza ist immer eine Lösung! Foto: as

3. Akt: Kitsch im Tramdepot

Mit vollem Bauch purzle ich den Muristalden hinunter, die schönste Strasse der ganzen Stadt. Und das sage nicht nur ich; das sagt seit 2015 auch die New York Times. Nach ein paar Zwischenstopps und verwackelten Handyfotos komme ich zum Tramdepot. Hier, wo sich die Wege von Biergourmets und Tourist*innen aus aller Welt kreuzen, nehme ich am Fenster Platz. Der Blick auf die Altstadt ist kitschig – die Lichter funkeln, das Münster sticht mit seiner Turmspitze in die Dunkelheit. – Ein kurzer Blick in die Karte und die Wahl ist klar: Schoggitröimli mit Vanilleglace! Der warme Schokokern fliesst heraus und vermischt sich mit der kalten Glace. Mein Dessertmagen jubelt.

Das Tramdepot leert sich langsam, draussen rollt der 12-er Bus vorbei, und irgendwo zwischen dem Murifeldladen, der Weltherrschaft der Pizzen und diesem Fensterplatz hat der Feierabend sein Ziel erreicht – gut gegessen, wenig gegessen und jetzt wird's Zeit für den Heimweg. (as)

Feierabend à la grecque

Am Feierabend scheint alles zur Ruhe zu kommen. Die Menschen kehren von ihrer Arbeit nach Hause und schalten den Arbeitsmodus aus. Die Strassen werden langsam leerer und die Bars schliessen früh ihre Türen. So kennen wir Berner*innen den Feierabend. Doch in anderen Kulturen sieht dieser ganz anders aus, so auch in Athen, Griechenland. Feierabend wird hier GROSS geschrieben, denn nach der Arbeit, Uni oder Schule fängt in Athen das Leben an. Zu welchem Zeitpunkt Feierabend ist, variiert stark. Er kann um 15 Uhr nachmittags oder um 21 Uhr abends beginnen. Klar ist aber, dass er sich bis in die späte Nacht hinziehen wird. Das Argument, am nächsten Tag arbeiten zu müssen, zählt hier nicht. Der Feierabend ist lang und gestaltet sich vielfältig. Er besteht nicht nur aus Feierabendbier und Fernsehen. Die Leute nehmen sich Zeit, gehen ins Kino, Theater oder Konzerte, sitzen mit Freunden stundenlang in Tavernen und Bars, oder schauen sich vom Hügel des Likavitos den Sonnenuntergang an. Viel Zeit nimmt natürlich auch der niemals endende Stau im

Zentrum der Stadt in Anspruch. Das hindert jedoch niemanden daran, sich auf den Weg zu machen, um den Feierabend an einem schönen Ort zu verbringen. Man denkt nicht zu fest an den morgigen Tag, weshalb auch an einem späten Mittwochabend noch Leute auf den Strassen unterwegs sind, als wäre es Freitag.

Eine solche Lebhaftigkeit und Dynamik erleben wir in Bern nur an warmen Sommerabenden – hier herrschen sie jeden Tag. Die langen Feierabende stellen für die Menschen einen Ausgleich zum stressigen, oft harten Arbeitsalltag dar. Nach Arbeitsschluss ist Zeit, um sozial zu sein und zu geniessen. Daraus wird die Energie für den nächsten Arbeitstag gezogen. Genügend Schlaf und Ruhe sind dabei nebensächlich. Dies ist natürlich nicht für alle jeden Abend die Realität. Bei Familien oder älteren Menschen sieht der Feierabend auch mal ruhiger aus. Doch auch sie gönnen sich ab und zu einen Ausgang. Zur Feierabendzeit herrscht hier eine Stimmung, die dem Wort «Feier» sehr gerecht wird. Man belohnt sich nach ei-



Athen bei Nacht. Foto: zvg

nem strengen Tag mit gutem Essen und Trinken und erfreulicher Gesellschaft bis in alle Nacht. Wir Schweizer*innen können uns durchaus ein Vorbild nehmen am Feierabend im griechischen Stil: Raus und unter die Leute gehen und das Leben feiern!

Nina Giourgas

Die Leserin fragt sich vielleicht, was all die armen Teufel treiben, die in Not sind und nicht feiern können. Fehlen sie im Strassenbild? Werden sie einfach übersehen? Oder sind sie für die andern ein Grund mehr, ihr Leben zu geniessen? (ar)

Bernisches Historisches Museum

bis 1.3. Vom Glück vergessen. Fürsorgerische Zwangsmassnahmen

Grönland in Sicht Perspektiven auf ein koloniales Erbe

ab 25.2. Murten, ausgeschlachtet Ein Sieg wird in Szene gesetzt

Archäologie aktuell Frühsteinzeitliches Bogenfutteral vom

Schnidejoch

Dauerausstellungen siehe www.bhm.ch

Führungen / Veranstaltungen

10.12. Abend im Museum: «Indigenität» heute? | 18–19.30 Uhr

30.1. Film und Talk: Expedition «Odyssea Borealis» | 19.30–21 Uhr

jeweils Di Yoga im Museum | 12.15–13.30 Uhr

jew. Do Museumsbier | 17–20 Uhr

jew. Sa/So 10-Minuten-Museum | 12–16 Uhr

jew. So Familienatelier | 10–17 Uhr

Info Bernisches Historisches Museum, Helvetiaplatz 5, 3005 Bern, Tel. 031 350 77 11, info@bhm.ch, www.bhm.ch

Naturhistorisches Museum

Mensch, Erde! – Das Klima im Wandel (neue Dauerausstellung)

Dauerausstellungen siehe www.nmbe.ch

Führungen

15./25.2. Ausstellungsführung «Mensch, Erde!» | 11–12 Uhr
bzw. 18–19 Uhr

Veranstaltungen

7.12./18.1./15.2. Tiergeschichten aus dem Naturlabor | 11–11.40 Uhr /
13.30–14.10 Uhr

10.12. Wissen-Saft Roger Sidler, Katharina Lienhard |

14–15.20 Uhr

11.12. dito | 18–19.20 Uhr

17.12./14.1./18.2. Tierzeichen | 14–16 Uhr

23.12. Tiergeschichten | 14–14.40 Uhr

26.–30.12. Bar der toten Tiere | 20–02 Uhr | ab 18 Jahren

1.3. Blind Date Kulturentführung | 19–22 Uhr

Info Naturhistorisches Museum, Bernastr. 15, 3005 Bern,
Tel. 031 350 71 11, contact@nmbe.ch, www.nmbe.ch

Museum für Kommunikation

Von Höhenfeuern, Smartphones und Cyborgs Kernaussstellung

ab 12.12. Massen – Foules – Crowds

22.12.–25.2. Gezeichnet 200 Pressezeichnungen von 50 Schweizer
Karikaturist*innen und Cartoonisten

12.12. Tandem Adventsanlass mit Domicil Schwabgut |
14–16 Uhr

12.12. Dark Gossip Abendführung für Erwachsene |
21–22.45 Uhr

27.2. Bisschen theoretisch: Spracherwerbstheorien |
Mittagsverführung mit Snacks | 12.15–13.15 Uhr

Info Museum für Kommunikation, Helvetiastr. 16, 3000 Bern 6,
Tel. 031 357 55 55, communication@mfk.ch, www.mfk.ch

Schweizer Schützenmuseum

Gut im Schuss neue Dauerausstellung

Info Schweizer Schützenmuseum, Bernastr. 5, 3005 Bern,
Tel. 031 351 01 27, info@schuetzenmuseum.ch,
www.schuetzenmuseum.ch

ALPS Alpines Museum der Schweiz

Grönland Alles wird anders

bis 4.1. Fundbüro für Erinnerungen Repair

bis 19.4. Biwak Wenn Berge rutschen. Glarner*innen reden über
den Wandel

Veranstaltungen

7.12. Mit der Familie in die Arktis | 10–17 Uhr

11.12. Tag der Berge: In luftiger Höhe | 17.45 Suppe, Käse & Brot |
18.30–20 Uhr Bildvorträge

21.1. Grönland x Grönland. Ein Land, verschiedene Perspektiven |
17.30–18.45 Uhr | Start im ALPS

18.2. ClimbAID: Klettern als Zufluchtsort | 19–20.30 Uhr

1.3. Blind Date, Kulturentführung | 19 Uhr

3.3. Wenn ein Dorf verschüttet wird | 18–19 Uhr

Info ALPS, Helvetiaplatz 4, 3005 Bern, Tel. 031 350 04 40,
info@alpinesmuseum.ch, www.alpinesmuseum.ch

Zentrum Paul Klee

Kosmos Klee Die Sammlung (Dauerausstellung)

bis 18.1. Fokus. Gego (Gertrud Goldschmidt)

bis 22.2. Anni Albers. Constructive Textiles

Lesung

7.12. Dorothee Elmiger «Die Holländerinnen» | 11 Uhr

Führungen jeden Sa 15 Uhr, So 12 Uhr / 13.30 Uhr | Di 12.30–13 Uhr
Kunst am Mittag | So 10.15–11.30 Uhr Familienmorgen
(Kinder ab 4 J.) | Anm. creaviva@zpk.org / Tel. 031 359 01 61

Kindermuseum Creaviva

offenes Atelier Di–Fr 14 und 16 Uhr, Sa/So 12 und 16 Uhr

Fünfliber-Werkstatt Di–So 10–17 Uhr

Info Zentrum Paul Klee, Monument im Fruchtländ 3,
3006 Bern, Tel. 031 359 01 01, info@zpk.org, www.zpk.org

Kunsthalle Bern

bis 8.2. Daniela Ortiz Ein Tropfen Milch

14.12.–1.2. Cantonale Berner Jura

ab 6.3. Edgar Calel

ab 6.3. Lin May Saeed

Info Kunsthalle, Helvetiaplatz 1, 3005 Bern, Tel. 031 350 00 40,
info@kunsthalle-bern.ch; www.kunsthalle-bern.ch

SpielVier – ungerwägs

Spiel-, Treff- und Werkangebote für Kinder

jeden **Mi** Schulhausplatz Manuel | 14.30–17.30 Uhr
Spielrevier Schüür, Schosshaldenstr. 76 | 14.30–17.30 Uhr

jeden **Do** Pumptrackwiese Burgfeld | 15–18 Uhr

jeden **Fr** Schulhausplatz Wittigkofen | 14.30–17.30 Uhr

Info info@spielrevier-bern.ch

Familienzentrum Bern

Muristrasse 27

6.12. Puppenspieltheater «Die heilige Nacht» | 14–15 Uhr |
ab 4 J. | Fr. 5.–/pP

6.12. Samichlaus | 13–17 Uhr | Fr. 8.–/Kind

bis 18.12. Kerzenziehen | max. 6 Pers. pro Zeitfenster | 100g/Fr. 4.–

15.1./19.2. Märli im Chäuer | 15.30–16.15 Uhr | 4–9 J. | gratis

23.1. Puppenspieltheater «Hans im Glück» | 15–15.30 Uhr |
ab 6 J. | Fr. 5.–/pP

29.1./26.2. Bastelstunde | 15.30–16.30 Uhr | ab 4 J. | Fr. 5.–/pP

Info kurse@kitasmurifeld.ch | www.familienzentrumbern.ch

Träffer

Quartiertreff Schosshaldenstr. 43

Internationaler Mittagstisch

Montag – pakistanische Spezialitäten / Dienstag – Injera-Spezialitäten aus Äthiopien und Eritrea / Mittwoch – Ukrainische Küche / Donnerstag – Tamilisches Essen / Freitag – Tibetische Momos
s. www.traeff.ch/mittagstisch. Anm. direkt oder via info@traeff.ch

Veranstaltungen

- 12.12.** **Adventsfenster** Suppe, Singen | 18–20.30 Uhr
27.2. **Quince** Fünf Stimmen, Gitarre und Drum | 20–21 Uhr | Kollekte

Nachbereggruppe Obstberg

NGO-Gruppen

- 11.12.** **Bilderclub** im ZPK | 15 Uhr Uhr |
Auskunft: Ruth Müller 031 351 98 39
Urban Sketching letzter Fr des Mts. | ab 14 Uhr |
Esther Imhof 079 380 80 01

Nachbarschaftshilfe Obstberg: Tel. 079 271 94 26

Info www.ng-obstberg.ch

Verein am See

Werkhof Egelsee, Muristr. 21E

- 8.12.** **AvantAge** Stamm | 17–19 Uhr
13.12. **Marché au Lac** Schönes & Handgemachtes | 12–18.30 Uhr
23.12./13./20.1. **Foodoo** Verkauf Gemüse 2.Wahl | 10–11.30 Uhr
27./28.12. **«Die letzten Tage»** Micro Jazz Festival | 18.30–23.30 Uhr
10.1. **Konzert** Hans Koch & Christian Wolfarth | 20 Uhr
31.1. **Lesung** Therese Bichsel «Das Jahr ohne Sonne» | 10.30 Uhr

Werkstätten (Töpferatelier, 3 D, Velowerkstatt, Velafrica, Taekwon-Do, Boxen, Textilwerkstatt): Angebote s. www.vereinamsee.ch/Veranstaltungen/alle

Info kultur@vereinamsee.ch, www.vereinamsee.ch

Wittigkofen

- 6.12.** **Samichlous** | ab 17 Uhr | Grosser Saal | Quartierverein
11.12./29.1. **Café-Contact** des francophones | de 9h.30 à 11h
13.12. **Ausstellung** «Rund um Engel» | 14–17 Uhr
19.12. **Singen** | mit Ariane Piller | anschl. Tee, Guezli | 19–21 Uhr
24.12. **Zäme Wiehnachte fyre** | 17.30–21.30 Uhr | Weihnachtsfeier und Festessen | Anm. bis 16.12. bei Franziska Grogg, Tel. 031 350 43 03 | Kollekte
1.1. **Neujahrs-Apéro** | 10.30–12 Uhr | Quartierverein

Frauentreff Kontakt: elisabeth.waeckerlin@refbern.ch

- 12.12.** **Lesung** «Rund um Engel» | Dorothea Walther | 14.30 Uhr
7.1. **Rückblick - neues Programm** | 19 Uhr
11.2. **Veränderungen, Verluste** | Jacqueline Läderach (Pro Senectute) | 19 Uhr
25.2. **Lesetreff** «Das Jahr ohne Sonne» Therese Bichsel | 19 Uhr
Info Tel. 031 941 04 92, zamzam.abdulgadir@refbern.ch

Kirchgemeindehaus Petrus

Brunnadernstr. 40

- 11.12.** **Adventsfeier** «Jetzt hei mer s'Gschenk» | 14.30 Uhr |
Konzert mit Salomé Schneiter und Olivia Ceresola |
anschl. einfaches Essen | Anm. 1 Woche im Voraus bei
franziska.grogg@refbern.ch, Tel. 031 350 43 03

14.12. **Krippenspieltheater** | 17 Uhr | Stück von Jugendlichen verfasst, von Kindern aufgeführt

17.12./28.1./25.2. **FamilienZmittag** | ab 12 Uhr | Erw. Fr. 13.–, Kinder je nach Alter | Anm. bis Mo Abend bei sibylle.helfer@refbern.ch

15.1./19.2. **ZämeZmittag** für Senior*innen | 12 Uhr | Fr. 14.– |
Anm. 1 W. im Voraus | bei Franziska Grogg

13.2. **Offenes Singen** mit Ariane Piller | 14.30 Uhr | anschl. Kaffee und Kuchen | Auskunft: Franziska Grogg | Kollekte

Regelmässig

bis 7.3. **Midnight Sports Bern Ost** | offene Sporthalle f. Jugendliche ab Oberstufe bis 17 Jahre | Sa 20–23 Uhr | Sporthalle ECLF, Jupiterstr. 2, 3015 Bern

bis 15.3. **OpenSunday Bern Manuel** | f. Kinder der 1. bis 6. Kl. | So 13.30–16.30 Uhr | Sporthalle Manuel, Mülinenstr. 6 | Info www.ideesport.ch

Treffpunkt Wittigkofen (Tel. 031 941 04 92)

Montagskaffee 9–11.30 Uhr | Atrium | Kaffee/Tee kostenlos

Forum Wittigkofen Do 14–17 Uhr | Kleinreparaturen, kleine Flick- und Näharbeiten, Infostand, Bücher- und Plauderecke |
Info: forumwittigkofen@bluewin.ch

Kindertreff f. Kinder vom Ki'garten bis 4. Kl. | Mi 14–16 Uhr | mit Zamzam Abdulgadir

Frauenwelt mit Zamzam Abdulgadir | Mi 9–11 Uhr | alle Frauen willkommen. Wir sprechen Deutsch (Übersetzung möglich)

Allround Fit/Gym (Turnen) | mit Pro Senectute (Tel. 031 359 03 03) | Di 8.30–9.30 Uhr, 9.30–10.30 Uhr, 10.30–11.30 Uhr (ausser Schulferien)

Elterncafé | Fr 8.15–10.30 Uhr | Schule Wittigkofen, 1. Stock

Freizeithaus Saalstock Jupiterstr. 59, toj@toj.ch

Spielgruppe Jupistärn | 3–5 J. | Mo/Di 9–11.30 Uhr | Tel. 078 896 35 17
Offener Jugendtreff | Mi 16–20 Uhr, Fr 16–22 Uhr

Jungstreff | Mädchentreff | Tinfathèque | Daten s. Instagram jugendarbeit_saalstock, Tel. 031 380 88 44

Schlachthaus theater Bern «Jugendclub 12+» | für Jugendliche zw. 12 und 16 J. | Proben 1 x / Woche | Info: irene.salgado@schlachthaus.ch

Klassische Konzerte ElfenauPark Elfenauweg 50 | jew. Sa/So 17 Uhr | Programm und Info: Tel. 031 356 36 36, www.elfenau-park.ch

Offene Mittagstische:

tilia Pflegezentrum Wittigkofen | Tel. 031 940 61 11

ElfenauPark | Tel. 031 356 36 56

Verschiedenes

6.12. **Chlouseabe** | 18–18.30 Uhr | Quartiertreff Thunplatz QTT

14.12./25.1. **Forum Kammermusik** | 17 Uhr | Yehudi Menuhin Forum, Helvetiaplatz 6 |
Info: www.forumkammermusik.ch

Veranstaltungshinweise bis 4.2.2026 an redaktion@quavier.ch,
aktuelle Anlässe auch an events@quavier.ch

proper job

by fairness at work

Suchen Sie eine Haushaltshilfe?

Wir bieten die Unterstützung im Abo, immer durch dieselbe Person.

Ganz ohne administrativen Aufwand für Sie.

Mit guten Arbeitsbedingungen, Fairness und Wertschätzung für die Haushaltshilfe.

proper job | fairness at work gmbh
Neubrückstrasse 65 | 3012 Bern
031 305 10 30 | www.proper-job.ch



Es ist ein Abschied für immer.
Ich Sorge dafür, dass die Trauerfeier
für die Angehörigen stimmig ist.

SCHEURER 
ABSCHIEDSFEIERN

Gemeinsam gestalten wir die
Trauerfeier eines Menschen,
der Ihnen viel bedeutet hat.
Nehmen Sie mit mir Kontakt auf:

Rita Scheurer, Trauerrednerin
079 344 83 58
rita@scheurer-abschiedsfeiern.ch
www.scheurer-abschiedsfeiern.ch



Reflexzonentherapie am Fuss Ortho-Bionomy® Gesundheits-Coaching



Balmerstrasse 10, 3006 Bern
Tel. 079 375 51 78,
Mail: praxis@ursulammerz.ch



Tanzen

Stricken & basteln
Kurs anbieten?
Yoga
Saal zum mieten
Kunst

Begegnungsort am Freudenberg

Raum für Begegnung & Austausch
Kurse, Feste,
Team-/Weiterbildung, Konferenz,
Vortrag, Lesezirkel, Tanz, Fitness, ...
Saal: unity-schweiz.ch/saalvermietung

www.unity-schweiz.ch

UNITY-Schweiz Verein
Königsweg 1A, 3006 Bern
031 351 40 38
info@unity-schweiz.ch



**ZEIGE MUT, SCHAU HIN!
DU KANNST HANDELN.**

TÜR AN TÜR.
ZUSAMMEN GEGEN
HÄUSLICHE GEWALT IN
DER NACHBARSCHAFT.



TUER_AN_TUER_BERN



www.bern.ch/tuerantuer



Ihre persönliche Quartierapotheke



**Engagiert für Ihre
Gesundheit und Ihr Wohlbefinden**

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag 08.00 – 19.00 Uhr
Freitag 08.00 – 20.00 Uhr
Samstag 08.00 – 17.00 Uhr

Giacomettistrasse 15, 3006 Bern
www.freudenbergapotheke.ch

FREUDENBERG 
APOTHEKE
persönlich gut beraten

AvantAge am Egelsee

Es trafen sich diesmal nur sieben Leute, zwei davon waren neu dabei. Die Ferien wirkten sich aus, wurde erklärt, und es sei heute kein bestimmtes Thema vorgegeben. Trotzdem entwickelte sich sofort ein lebhafter Austausch. Man redete über *Freiwilligenarbeit*: Eine Teilnehmerin pflegt regelmässig Tiere in einem privaten Zoo. Eine andere leistet Nachbarschaftshilfe, indem sie für eine gehbehinderte Person Einkäufe macht. Ein ehemaliger Lehrer unterrichtet Migrant*innen in Deutsch, ein Berufsschuldozent leitet die Schreinerwerkstatt am See. Eine der Anwesenden hilft bei den regelmässigen AvantAge-Znacht Kochen. Alle finden es wichtig, dass bei Freiwilligenarbeit auch eine *Stellvertretung* sichergestellt ist, damit die Belastung nicht übermässig wird.

AvantAge besteht seit zwei Jahren. Es ist keine geschlossene Gruppe und kein selbständiger Verein, sondern versteht sich als Teil des Vereins am See. Es wird aber eine eigene Webseite geführt (www.avantageamsee.ch), und man

kann sich in eine Mitgliederliste eintragen lassen. Die Gruppe trifft sich jeden zweiten Montag im Monat von 17 bis 19 Uhr zu einem **Stamm**. Ein Team, das AvantAge gegründet und aufgebaut hat, moderiert die Veranstaltungen, schlägt Diskussionsthemen vor und besorgt die Vorbereitung. Denn auch eine informelle, freie Organisation benötigt eine gewisse Leitung.

Etliche bisher erörterte **Themen** kreisen um die *Pensionierung*. Wie habe ich sie mir vorgestellt? Wo stehe ich heute? Herrscht die erhoffte Freiheit oder fühle ich mich eingengt? Damit hängen auch Fragen der *Wohnformen* zusammen. Welche sind in dieser Lebensphase geeignet? Ebenfalls diskutiert wurden Konflikte zwischen den *Generationen*: Wie begreifen wir die Denkweisen der Jüngeren? Und welche Gedanken machen wir uns ums *Erben*? – Ferner wurden Gesundheitsthemen besprochen: Wie sollen wir mit *dementen* Patient*innen adäquat und verständnisvoll umgehen?

Wie sind chronische *Schmerzen* zu bewältigen? – Sodann kamen allgemeine Fragen zur Zeit zur Sprache, z.B. *Künstliche Intelligenz* oder unser *Medienkonsum*: Suchen wir die Vielfalt oder verharren wir in der Blase der immergleichen Medien? Und was verlangt *Zivilcourage* von uns? Natürlich war auch der *Klimawandel* Thema: Wie erleben wir ihn? Wie reden wir darüber? – Weitere Gesprächsrunden galten der «Freizeit» der Pensionierten: Warum ist *Reisen* wichtig? Oder *Lesen*: hiefür stellten alle ihre Lieblingsbücher vor, von Mahi Binebine bis zu Juli Zeh.

Bei jedem Thema wird die Diskussion in einem *Protokoll* zusammengefasst und dieses den Teilnehmenden zugänglich gemacht. Wie ein AvantAge-Stamm verläuft, hängt jeweils stark von der *Gruppendynamik* ab. Das wäre ein weiteres Gesprächsthema ...

Übrigens, das berühmte Loch, in das Viele nach der Pension zu fallen fürchten, gibt es ebenso wie den übertollen Terminkalender. Tatsächlich ist das Angebot an Aktivitäten für Pensionierte riesig. Man muss es nur nutzen. AvantAge zeigt Wege dazu. (ar)

B L I C K V O M B Ä N K L I X V I

Romantisches Schauen

Letztthin setzte ich mich auf eine Bank, die einigen von Ihnen ein Begriff sein dürfte. Sie steht im Murifeldquartier an der Hausmauer der Jolimontstrasse 12. Ihre Rücklehne reicht bis unters Dach und ist regenbogenfarbig angemalt.

Es sass sich kalt auf dieser Bank aus Eisen. Damit keine Autos parkieren, wurden vor der Bank runde Betonkübel aufgestellt. Darin standen herbstlich dürre Gräser und Stauden. Am Strassenrand gab's ein Auto und daneben zwei Container mit der Aufschrift «Farbsacktrennsystem». Rechts oben war das Schulhaus zu sehen, geradeaus eine mit Efeu überwachsene Mauer und dahinter eine Reihe von Bäumen, durch die die hellen Wohnhäuser von weiter oben schimmerten.

Auf einmal, wie träumend, kehrte sich mein Blick nach innen. In einer Art des «romantischen Schauens», das den Blick nach aussen mit dem Blick in die Seele, mit Erinnerungen und dem Reich der Fantasie verbinden muss, um echt zu sein, zog sich ein unsichtbarer Zauberspiegel zwischen mich und die Betonkübel ...

Im Haus in meinem Rücken hatte ich einst fünf Jahre gelebt. Die Ecken, Bäume, Gärten und Mauern sind mir nicht nur vertraut, sondern erzählen mir gleichsam Geschichten, auch solche, die gar nicht meine eigenen sind, zum Beispiel diese:

Immer wenn ich an der parkartigen Sitzzecke vorbeigehe, die sich um die Hausecke etwa hundert Meter weiter unten befindet, höre ich einen guten Freund sagen, wie sie damals in den frühen 1980er-Jahren auf den Bänken dort Sexheftli studiert hätten. Diese Heftli hatten sie aus den Bündeln der Papiersammlung gezogen, denn sie mussten von der Schule aus jeweils turnusgemäss das Altpapier einsammeln gehen. Dass Schulkinder Altpapier einsammeln, gibt es nicht mehr – auch Sexheftli gibt es wohl keine mehr. Aber ich trage diese kleine (Kultur)Geschichte stets mit mir herum, was mich tief beglückt.

Hunderte solche Geschichten aus «meiner Stadt» trage ich mit mir, eigene und fremde. Solche Geschichten sickern wie von selbst in einen hinein, man muss es nur zulassen: Man muss oft draussen sein, zu Fuss natürlich, und man muss etwas tun oder aufmerksam

schauen, zuhören, riechen und spüren, man muss wirklich da sein. Darum – werfen Sie Ihr Handy in den nächsten Abfallkübel, tauschen Sie Ihr Auto gegen ein Paar gute Schuhe und ziehen Sie los!

Text und Bild: jkü

PS: Das rote Herz, das ich vor vielen Jahren für B. an die Mauer rechts gegenüber gespritzt hatte, ist so verblasst, dass man es nur noch sieht, wenn man weiss, dass da mal eines war.



Letzte Runde!

Die allerletzte Runde, der letzte Badminton-Final in dieser Turnhalle, die letzte Packung Milch, die über die Ladentheke geht. Restaurants gehen zu. Gebäude werden abgerissen oder umgenutzt, Ladenflächen zu Parterrewohnungen umgebaut. Hier erinnert nur noch ein übergrosses Fenster an das ehemalige Lokal, dort der Hauch einer früheren Beschriftung oder ein Schild, das hängen blieb. Erinnern Sie sich an das ehemalige Postlokal an der Thunstrasse 103? Oder an den Brand-Laden in der Brunnadern? Kommen Sie mit auf eine Reise in die Vergangenheit unseres Stadtteils. (mr)



Altes Schuhmacherhäuschen an der Ecke Wernerstrasse- Staufferstrasse. (Foto: zvg)



Letztes Feierabendbier im Punto. (Foto: mr)

Die einzige Konstante an dieser Kreuzung ist die Birke. (Foto: mr)



Die amerikanische Botschaft prägte die untere Jubiläumsstrasse bis 2008. (Foto: ar)



Durch ihren Umzug an die Sulgeneckstrasse ist ein Ort zum Wohnen, Spielen und Essen entstanden. (Foto: mr)



30.9.2004, letzter Tag in der ehemaligen Postfiliale 3000 Bern 16, Burgernziel. (Foto: ar)

Wo früher in gelbe Büchlein gestempelt wurde, werden heute Sofas neu gepolstert. (Foto: ar)





Das Schwellenmeister-Haus am Dalmaziquai 13 im Mai 1968.
Im Sommer 2003 musste es dem Restaurant-Neubau Platz machen.



Die Station Kirchenfeld war bis 1997 die Endstation des Muri-
bähnli. Heute befindet sich im Bahnhäuschen eine Galerie.



Am Melchenbühlweg 23 befand sich bis ca. 1840 das ehemalige
Wirtshaus «Bären».



Die «Maccaronihütte»: Am Schermenweg 31 wurden früher
Maccaroni hergestellt. (vier Fotos: Werner Schmid)



Im September wurde die Turnhalle des Kirchenfeld-Schulhauses
abgebrochen. (Foto: jkü)



Die ehemalige Kleintierpraxis Obstberg an der Bantigerstrasse 37.
(Foto: ar)



Der Quartierladen der Familie Brand an der Staufferstrasse
anno 1995. (Foto: zvg)

Auch das Lebensmittel-
geschäft «Ankefass» an
der Bantigerstrasse gibt
es nicht mehr. (Foto: ar)



Weltsicht durch den Bildschirm?

Auch diesen Herbst veranstaltet das Museum für Kommunikation (MfK) allmonatlich eine «Mittagsverführung» Bisschen theoretisch – ein delikates Häppchen «Kommunikationstheorie als leicht verständliche Kost». QUAVIER war Ende September bei dieser etwas anderen Museumsführung zum Thema «Die Kultivierungsthese».

Rund zwei Dutzend Menschen gemischten Alters haben sich diesen Freitagmittag für die «Mittagsverführung» Bisschen theoretisch zum Thema «Die Kultivierungsthese» im Forumsraum des MfK eingefunden. Nach der Begrüssung werden sogleich zwei Gruppen gebildet, und schon geht's auf zu einem kleinen Rundgang durchs Museum.

Nach der «Kultivierungsthese» von George Gerbner aus den 1970er-Jahren nehmen die Menschen, die viel fernsehen, die Welt immer mehr so wahr, wie sie im Fernsehen gezeigt wird. Die Vielseher von täglich mehreren Stunden lassen sich also vom TV «kultivieren» und entwickeln mit der Zeit eine verzerrte Vorstellung der Realität.

Ob und wie weit wir Besuchende bereits von dieser medialen Kultivierung geformt worden sind, probieren wir nun aus:

So entwerfen wir bei der ersten Station vor einer Vitrine, die Gegenstände mit bestimmten Codes zeigt – wie etwa Springerstiefel mit roten Schuhbändeln oder ein Louis-Vuitton-Täschli – Figuren für Spielfilme, was recht lustig herauskommt.

Bei einer anderen Vitrine mit alten Fernsehern hängen wir unseren Kindheitserinnerungen und Heldenfiguren aus der Flimmerkiste von damals nach und zum Schluss des Rundgangs steigen wir ins U2, wo es einen Raum gibt, in dem allerlei Theoretisches zu entdecken ist. Vor Roman Tschäppelers Zeichnung zur Kultivierungsthese (vgl. Bild) werden wir nochmals getestet, wie stark wir bereits medial verdorben sind...

«Was denkt ihr», fragt unser Kommunikator, «ist die Einbruchsquote in den letzten Jahrzehnten gestiegen oder gesunken?». Wer denkt, sie sei gestiegen, begibt sich auf die eine Seite, die anderen auf die andere.



Zurück im Forum gibt's Sandwich, Kuchen und Getränk.

Der zweite Teil der Veranstaltung ist jeweils für ein Gespräch mit einem Gast reserviert. Der heutige Gast, ein junger Mann einer Agentur, die Videos u. Ä. für Kampagnen auf den sozialen Medien produziert, spricht aber leider lieber von sich und seiner Arbeit als zum gesetzten Thema. Erst als die Diskussion auch fürs Publikum geöffnet wird, nimmt das Gespräch an Fahrt auf.

Dennoch: wenn Sie Zeit haben, über Mittag gut verdaulich zu philosophieren – nichts wie hin!

Text und Bild: jkü

Seeing Pink – Nici Josts Ode an Rosa



Inbegriff von Pink: Flamingos im TP Dählhölzli.
Foto: ar

Nur wenige Farben rufen so verschiedene Assoziationen hervor wie Pink: In der Farbenlehre und der Psychologie werden hellen Rosatönen meist positive Bedeutungen wie Geborgenheit, Romantik und Unschuld zugeschrieben, während ein knalliges Hot Pink für Rebellion und Energie bis hin zu gesellschaftlichen und politischen Umwälzungen stehen kann. Spätestens seit der Geburt der Barbiepuppe 1959 verbinden viele Menschen die Farbe zudem unwillkürlich mit Weiblichkeit; die Mädchenabteilung im Kinderkleidergeschäft leuchtet in Pastellrosa, Kindergeburtstage von

Mädchen laufen unter pinkbetonten Mottos wie Prinzessinnenparty oder ... Es ist nicht ausgeschlossen, dass rosa Kleider und pinke Geburtstagstorten tatsächlich vielen Mädchen gefallen, doch das Klischee wird nach wie vor grösstenteils durch äussere Einflüsse genährt. So wird beispielsweise in Diagrammen, in denen Geschlechteranteile verglichen werden, für die weibliche Seite oftmals auf die sogenannte «Mädchenfarbe» zurückgegriffen, da diese aus Gewohnheit die erwünschte Assoziation hervorruft.

Doch für die in Kanada geborene Künstlerin Nici Jost ist Pink mehr als jene klischeebelastete Farbe. Seit 20 Jahren setzt sich die Fotografin, die heute in der Schweiz lebt, mit allen Farbtönen zwischen Blassrosa und Neonpink auseinander. Vier ihrer Projekte waren von September bis November 2025 in der Ausstellung «SEEING PINK» im Kornhausforum zu sehen – von Mode über neue Farbkreationen bis hin zu KI-unterstützter Kunst oder Pink als politischem Statement hat Nici Jost alles in ihr Schaffen miteinbezogen. Nebst komplett in Rosa gehaltenen Fotografien tauchen in

anderen Bildern nur einzelne pinke Elemente auf, während Vorder- und Hintergrund in einer anderen Farbe wie beispielsweise Blau erscheinen. So kann die Betrachterin selbst feststellen, wie dominant und durchsetzungsfähig die Farbe der Liebe und Naivität gegenüber anderen, generell als kräftige Farben geltenden Tönen, sein kann.

Sieht die Künstlerin die Welt also buchstäblich durch die rosarote Brille? Wer sich mit den kurzen Beschreibungstexten zum jeweiligen Farbton beschäftigt hat, erkennt in Josts «White Pink» eine Kritik an der Standardisierung der weissen Hautfarbe, im «Sakura Pink» die symbolische Bedeutung der Kirschblüten im Russisch-Japanischen Krieg und im knalligen «Bloc Pink» den historischen Zusammenhang zwischen der Farbe Pink und der damals verbotenen Homosexualität – die Überleitung zu ernsthaften politischen Themen ist also durchaus vorhanden. Trotzdem übermittelt «SEEING PINK» schlussendlich die Botschaft: Vergesst nicht, statt nur schwarz und rot auch mal pink zu sehen!

Madlaina von Arx (17)

Das Jahr 2024 Revue passieren lassen

In der Nationalbibliothek wurden bis 10. Oktober die Fotos der Preisträger*innen von «Swiss Press Photo 25» in den Kategorien «Sport», «Aktualität», «Alltag», «Porträt», «Ausland» und «Schweizer Geschichten» ausgestellt; auf kleinem Raum wurden den Besuchenden die wichtigsten Ereignisse des Jahres 2024 nochmals vor Augen geführt.

Ich betrete den Raum und befinde mich zwischen grossen, leuchtenden Fotos. Unmittelbar erkenne ich Geschichten aus dem vergangenen Jahr, die mein Gedächtnis bereits verdrängt hat. So das legendäre Foto der Ukraine-Friedenskonferenz auf dem Bürgerstock, auf dem sich Staatsoberhäupter versammelten und sich die damalige Bundespräsidentin Viola Amherd lächelnd vorbeugt und umschaut. «Sie habe sich nur vergewissern wollen, dass alle da seien», habe sie geantwortet. Oder ein Foto von Nemo, der den ESC gewinnt. Da ist ein Foto der Unwetter im Wallis im Juni oder eine aufgeschwemmte Strasse im Tessin, Fotos von der Streetparade oder von Frank Bangerter, der als erster homosexueller Bischof der Schweiz geweiht wurde. Aber ich sehe auch Geschehnisse, von denen ich nichts gehört hatte. So wurde die Goldbüste des römischen Kaisers Marc Aurel von Verantwortlichen des Römermuseums in Avenches in den USA abgeholt und in der Business Class nach Zürich geflogen.

Der Gewinner der Kategorie «International» zeigt ein Foto, vor dem ich lange innehalte: ein junges Mädchen mit Kopftuch auf einer Bank in einem Vorraum eines Spitals – eines ihrer Beine, das in Turnschuhen steckt, ist eine Prothese. Es ist ein Foto von Dominic Nahr, der sich mit seiner Kamera in den Jemen wagte. Seine Fotos zeigen den alltäglichen Horror des Krieges. Der Sieger der Kategorie «Sport» lichtete die Rad-WM in Zürich auf dem Weg nach Zollikerberg in ungewöhnlicher Perspektive ab. In der Kategorie «Alltag» überzeugte ein junger Fotograf, der die Erlaubnis erhielt, seine militärische Ausbildung zu fotografisch zu dokumentieren. Herausgekommen sind eindrucksvolle Bilder von Szenen der Rekrutenschule – «Krieg» in der Schweiz. Etwas aus der Reihe tanzt die Gewinnerin der Kategorie «Schweizer Geschichten», die ihre analog aufgenommenen Fotos vor dem Entwickeln in Flüssigdünger und Pflanzenschutzmittel einweichte, um zu zeigen, dass in unseren Gewässern zu hohe Nährstoffkonzentrationen

gemessen werden. Die Fotos von Noemi Speiser, einer 97-jährigen Baslerin, die etwas scheu in die Kamera blickt, berühren mich. Sie sei «das letzte verbliebene Fräulein», weil sie nie heiratete, dafür im letzten Jahrhundert ein ungewöhnliches Leben lebte, indem sie um die Welt reiste, Textilien erforschte und in vielen Bereichen als Pionierin gilt.

Ich gehe durch diese Fotoausstellung, und all meine Eindrücke fühlen sich irgendwie surreal an. Was werden wir 2026 zu sehen bekommen?

Linda Etter



Aufgebrochene Strasse im Tessin.

Foto: Samuel Golay, Ti-Press

FÜLLER

Pesche u Fipu

Auch der Dialekt habe naadisnaa Feierabend, meinte die Kollegin; sogar eingefleischte Berner sagten afe «Butter» statt «Anke». – Das sei doch Hanswasheiri oder Anggewegglimitli Butterwegglimitli, hielt einer dagegen; die Sprache sei ständig im Wandel. Ob es heisse «zwe Hüng, zwo Froue, zwöi Chind» sei weniger wichtig als ob es zehn oder nur zwei Hunde seien. Das ewige Lamento über die Sprache gehe ihm aufs Gäder; wir reden nicht mehr wie Gotthelf selig, sondern äbe verschieden. Schon vor hundert Jahren habe man zum Beispiel «zäntume» für fast tot erklärt, dabei sei das Wort noch heute im Gebrauch. Zudem, antwortete der Dritte, mit Mani Matter habe das Berndeutsch wahnsinnig Aufschwung genommen; jedes Schulkind, ob aus dem Kongo oder aus dem Kosovo, sei jetzt im «Löie z'Not-tiswil» zu Gast und könne das «Zündhölzli» auswendig.

Schwierig werde es aber, dozierte ein Vierter, sobald es ums vornehme Reden gehe: Wenn

die Pfarrerin nach dem Segen sagt «Chöit abhockel!», finden das die meisten Nichtbernerinnen arg daneben; «Sie, Frau Pfarrer, es heisst doch «Sitzen»! Dann antwortet diese: «Excusez, mir Bärnere säge Dihr, nit Sie.» Dazu schrieb der Sprachpapst Otto von Greyerz bereits 1938, die Siezerei greife um sich «wie die Schminkerei und der Bubikopf». Aber diesen gibt es inzwischen auch nicht mehr; er nennt sich heute «Pony». – Völlig démodé wirkt es im übrigen, wenn ein Housi s'Aenneli fragt, ob er ihns begleiten dürfe und – später – ob es ihn gern habe? Worauf es nur sagt: «mhm!» Eine moderne Ann antwortet stattdessen: «okeee-eh!». Und sie will sicher kein Neutrum mehr sein.

Bildungsberner lesen die Zytung, während sie ein Stück Meertrübelichueche verspeisen und im Garten einen Pfifauter alias Sommervogel alias Schmetterling beobachten. Wenn sie dabei einschlummern, gheien sie nicht vom Stuhl, sondern fallen schlimmstenfalls abe. Nachher waschen sie sich die Hände und trocknen sie an einem Zwächeli. Nachmittags

schwingen sie sich dann aufs Velo, fahren über Land und kaufen sich unterwegs einen Nussgipfel. Niemals würden sie outdoor biken gehen, einen Take-away aufsuchen und sich dort einen Instant coffee aholen. Erst recht besuchen sie keinen Sale («bis 100 %»), wie er allpott stattfindet, denn sie haben im Frühfranzösisch gelernt, was sale heisst: nämlich «unsauber». Nein, das kommt nicht in Frage, auwää. Wobei sie dieses Wort nicht so ordinär fünfmal im Maul herumdrüllen, sondern dezent städtisch aussprechen: «allwäg».

Berndeutsch lebt weiter; ein Peter bleibt ein Pesche, und ein Philipp heisst Fipu. Auch kurlige Populärnamen im Stadtteil sind kaum auszurotten: Der Fleischchäs am Burgernziel wird ewig so heissen, und den Schnäggeler kennt im Quartier fast jedes Kind. Auf dem Muri-fäldspore, unten am Chevallaz-Stutz, sitzen längst keine Leute aus dem Murifeld mehr. Und wissen Sie, dass einst der Gagu ein Restaurant war?

Füller

Sieh das Gute liegt so nah ... Einkaufen im Quartier!

ElfenauLADEN
mein Quartier mein Laden

Bio- und regionale
Produkte
Convenience
& Käsespezialitäten

Montag - Freitag
08.00 - 18.30 Uhr
Samstag
08.00 - 16.00 Uhr

info@elfenauladen.ch
www.elfenauladen.ch



Dolceforno Danieli

Kirchenfeldstrasse 40a
CH-3005 Bern

☎ 031 351 02 62
www.dolceforno.ch

«I dolci a Berna
hanno un nome...»



Röthlisberger

Bäckerei - Konditorei

Ihre Quartierbäckerei

Kirchenfeld
Aegertenstrasse 50, 031/352 12 21

Ostring
Egelgasse 69, 031/351 82 80

Monbijou
Monbijoustrasse 20, 031/381 59 60

Ostermundigen
Waldeckstrasse 30, 031/931 22 22

Wabern
Seftigenstrasse 310, 031/352 12 22

!! SONNTAG OFFEN !!

**BÄCKEREI
LANZ**

Natürlich seit 1946

**Öffnungszeiten Sonntag
von 7.30 bis 12.00 Uhr**

Im Egghölzli an der Dunantstrasse 2
031/ 352 76 80
www.bäckerei-lanz.ch
info@bäckerei-lanz.ch



Murifeld Apotheke

Mo-Fr 08:00 - 12:30
14:00 - 18:30 *toppharm*
Sa 08:00 - 16:00

Gesundheitsziel am Burgernziel

Schulmedizin

Dermakosmetik

Diverse Drogerie- und Reformprodukte

Toppharm Murifeld Apotheke
Thunstrasse 106 | 3006 Bern
www.murifeld-apotheke.ch



"die muesme eifach probiere"
abbis für Kenner, isch üse Renner...
die Stadtbekannte

Amaretti

Öffnungszeiten
Mo - Fr 06.30 - 13.00/13.45 - 18.30
Samstag 06.30 - 14.00
Sonntag geschlossen

C+M.Roth + U.Röthlisberger
Benfingersstrasse 25 . 3006 Bern
031/ 352 42 32

**Feines aus der
Backstube
in Ihrer Nähe**

Brunnadernstrasse 21
Telefon: 031 352 44 77
www.reinhard.ch
Parkplätze vorhanden

Reinhard



Immer gaung u fräsch us em Seeland!

Di/Sa: am Egghölzli
Christoph und Therese Johner
3210 Kerzers / 031 755 87 11
christoph.johner@sesamnet.ch
www.seeland-gemuese.ch

Montana



Eine von endlos vielen Möglichkeiten, die
Ihnen das Montana-System bietet.

**ENTWERFEN SIE JETZT
IHR EIGENES MÖBEL IM
MONTANA STUDIO
VON NORDIC & FRIENDS.**



INTERIOR DESIGN

Thunstrasse 16, 3005 Bern, www.nordicandfriends.ch

TROUVAILLE

Kids & Living

**Inneneinrichtung
für die ganze Familie**

Möbel & Wohnaccessoires von Riviéra
Maison und Flamant, Teppiche von
Beija Flor, Pappelina und Dash & Albert,
Kindermöbel von Oliver Furniture, KAS
Kopenhagen und Lifetime Kidsrooms,
Babyausstattung, Kinderwagen Cybex,
Spielwaren und Geschenke.

Luisenstrasse 16 & Thunstrasse 21, Bern
Telefon: 077 415 68 67

www.trouvaillekids.ch

vatter
Royal

Luisenstrasse 14
3005 Bern
Telefon 031 302 10 00

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag:
8.00 bis 18.30 Uhr
Samstag:
8.00 bis 14.30 Uhr

Ihr Inserat im Quavier?!

Mit einer Anzeige im Quavier
erreichen Sie 30 000 Leserinnen und
Lesern aus dem Stadtteil IV.

Wie soll die Allmend zukünftig aussehen?

Wir wollen wissen, welche Ideen Kinder zur Allmend haben.
Dafür gibt es Lego und das Spielrevier ist auch da!
Für euch Eltern gibt es einen Info-Stand, wo ihr eure
Meinung einbringen könnt.
Kommt mit euren Kindern vorbei und macht mit!

📅 **Wann:** Mittwoch, 28. Januar 2026

🕒 **Zeit:** 14.00 bis 17.00 Uhr

📍 **Wo:** Quartierschule Burgfeld, Burgdorfholzstrasse 35 in 3006 Bern

Jetzt erst recht! Bitte berücksichtigt unsere Quartierbetriebe!

= Hauslieferdienst

Läden machen das Quartierleben lockerer!

Im beschaulichen Obstbergquartier gab es noch vor einigen Jahrzehnten ein reges geschäftliches Treiben. Metzgereien, Apotheken, Schneidereien, Gärtnereien, Schuhhandlungen, Elektronikgeschäfte und Bäckereien belebten vor allem die zentrale Bantigerstrasse. Am Samstag, dem 1. November 2025, hat nun die letzte Bäckerei im Quartier und damit das letzte unabhängige Geschäft für den täglichen Bedarf geschlossen. Dies bot Anlass, mit **Priska Neil** ein Gespräch über das Ladensterben im Obstberg zu führen. Sie ist als Kind der Metzgersfamilie Rüedi im Quartier aufgewachsen und hat 2011 einen Bildband über die historische Ladenlandschaft im Obstberg veröffentlicht.

Priska, deine Grosseltern haben die Metzgerei Rüedi an der Bantigerstrasse eröffnet. 1932 ist dein Grossvater gestorben und bis 1947 führte deine Grossmutter die Metzgerei alleine.

Weisst du, wie das für sie damals war?

Meine Grosseltern hatten neun Kinder. Mein Grossvater starb, als mein Vater sieben Jahre alt war. Da kam natürlich die Behörde und wollte alle Kinder verdingen. Meine Grossmutter Ida sagte den Leuten der Behörde, dass sie dringend die Hilfe aller neun Kinder brauche, um den Laden betreiben zu können. Die Geschichte, wie sie verdingt worden wären, wenn meine Grossmutter nicht so gekämpft hätte, hat mir mein Vater oft erzählt.

Hast du diese Grossmutter noch erlebt?

Wie hast du sie wahrgenommen?

Jä, so ein bisschen stockkatholisch. Meine Eltern wollten sonntags nach der strengen Woche ausschlafen, da war nichts mit in die Kirche gehen. Aber meine Grossmutter ist jeden Tag um halb sieben in die Frühmesse am Burgernziel und wir Kinder sollten mit. Wir haben uns aber immer ein bisschen versteckt. Als sie uns für die Messe rufen kam, war halt einfach gerade niemand da.

Deine Eltern haben die Metzgerei dann in zweiter Generation geführt. Wie war es für dich, im und um das Geschäft aufzuwachsen?

Als Kind von Metzgersleuten musst du einfach mithelfen. Bereits mit vier Jahren hat mich meine Mutter mit ziemlich grossen Geldbeträgen zur Post geschickt, um das Geld für die Bauern einzuzahlen. Später, als ich in die Schule ging, mussten wir immer sofort heimkommen, um noch Fleisch auszutragen. Manchmal mussten wir fast nach Hause rennen, dann lud uns Vater ins Auto, fuhr uns in seine Filiale im Marzili, und wir mussten hel-

fen, Bratwürste und Cervelats zu grillieren. Alle Leute, die baden gingen, haben bei dem Stand noch einen Halt gemacht.

Gibt es einen Laden aus deiner Kindheit, mit dem du besondere Erinnerungen verbindest?

Was mir gut in Erinnerung geblieben ist, ist das Coop vis-à-vis. Dort arbeiteten immer wieder junge Männer. Ich habe einen Musikspieler genommen, die Musik ganz laut aufgedreht und bin draussen rumgelaufen oder habe am Fenster gestanden, um denen zu imponieren.

Seither sind viele Jahre vergangen. Weshalb, denkst du, mussten so viele Läden schliessen?

Die Leute kaufen in den grossen Läden in der Stadt oder unterwegs mit dem Auto ein. So kann man keinen Quartierladen mehr führen, es gibt einfach zu wenig Umsatz. Einige der Geschäfte sind deshalb im Laufe der Zeit zugegangen, andere haben keine Nachfolge mehr gefunden, so wie die Röthlisberger Bäckerei jetzt.

Nehmen wir die Bäckerei gerade als Beispiel.

Welche Bedeutung haben solche Geschäfte für ein Quartier? Und was geht verloren, wenn sie schliessen?

Da geht ganz viel verloren. Du gehst nicht einfach so auf einen Platz und redest mit den Leuten. Wenn du aber einen Laden im Quartier hast, dann triffst du dort immer jemanden. Ich zum Beispiel tausche immer einige Worte mit dieser oder jener aus. So lebt das Quartier. Läden machen das Quartierleben einfach lockerer.

Nun kommt ja der Hofladen Rüedu mit Codeschloss und ohne Bedienung in den Laden der Bäckerei. Was wünschst du dir, damit sich die Leute auch in Zukunft noch ungezwungen treffen können?

Ich denke, der Rüedu sollte unbedingt ein paar Tische vorne aussen haben. Damit man drinnen ein Kaffee rauslassen und draussen sitzen und miteinander reden kann. Es sind ja nicht nur die, die dort sitzen, sondern auch die, die vorbeigehen. Wenn ich vorbeilaufe und sehe, dass vor der Bäckerei jemand sitzt, dann gehe ich fast immer noch kurz hin, grüsse und wechsle ein paar Worte. Ich habe schon ab und zu von alleinstehenden Personen aus dem Quartier gehört, dass hier nichts laufe. Dann sage ich immer, dass man halt mitmachen müsse. Aber was und wo mitmachen? Wenn man sich nicht mehr einfach so trifft, kommt man nicht ins Gespräch, kann sich



Metzgerei Rüedi um 1930.

Aus der Sammlung Hans Ulrich Suter.



Die Bäckerei Röthlisberger bekommt Mehl mit einem fünfspännigen Pferdewagen geliefert, vor 1921. Sammlung Mario Marti.

nicht austauschen und vernetzen. Und das geschieht eben mit den Läden.

Mit der Nachbargruppe Obstberg habt ihr eine Verabschiedung für die Bäckerei organisiert.

Wie war die?

Die Newsletter des Vereins kommen schon an. Die Leute standen bis auf die Strasse vor der Bäckerei und hatten Blumen mitgebracht. Ich konnte Wale Däpps Rede vorne gar nicht hören, aber es war schön, dass so viele Leute da waren. Eine gute Verbindung ist eben noch da, und damit die bleibt, müssen wir alle etwas tun.

Interview: cg

Sieh das Gute liegt so nah ... Ausgehen im Quartier!



**BRASSERIE
OBSTBERG**

bäumig essen.

031 352 04 40
www.brasserie-obstberg.ch

Café Pavillon

Herzlich willkommen im Museumscafé
mit Herz und frischer Mittagsküche

Dienstag – Sonntag, 10.00 – 17.00 Uhr
auf Anfrage für Apéros etc. geöffnet

Museum für Kommunikation
Helvetiastrasse 16
Telefon 031 357 55 29

Café offen April bis Oktober



CAFÉ · BAR · EVENTS

Elfenauweg 94
Offen Mo-So 9h-19h
Zusätzlich Fr-Sa bis 22h

www.orangerieelfenau.ch
info@orangerieelfenau.ch



BRUNCH & BLÄTERLI

jeden Samstag 11.30-16.00 Uhr
und Sonntag 10.00-16.00 Uhr



Klösterlistutz 16, 3013 Bern

Willkommen im
Familienzentrum Bern!

- Täglich frisches
Mittagsmenü
- Café mit betreutem
Spielzimmer
- Flexible Kinderbetreuung
Basteln/Börsen/Spielgruppe
- Öffnungszeiten
9-17 Uhr

**Familien-
zentrum Bern**
KITAS MURFELD
www.familienzentrumbern.ch

RESTAURANT EGGHÖLZLI

Ihr vielseitiges
Quartierrestaurant –
täglich geöffnet.

Restaurant, Atrium,
Saal, Terrasse

Restaurant Egghölzli
Weltpoststrasse 16
3015 Bern
031 350 66 40
www.egghoelzli.ch
info@egghoelzli.ch

strada

Ristorante Pizzeria

*Geniessen Sie Ihre Mittagspausen
oder Abendessen mit Ihren Familien
oder Freunden in unserem
Ristorante Pizzeria Strada.
Mediterrane Küche, Holzofenpizza
und vieles mehr ...*

www.strada-bern.ch

Ristorante Strada, Giacomettistrasse 15, 3006 Bern - Ostring
Reservierungen unter Telefon 031 352 94 24.
Montag - Samstag offen, Sonntag für Bankette geöffnet.



Ristorante Bar MuNa

Ihr Ort für Genuss und besondere Momente im Burgernziel

Im zweiten Jahr seit der Neueröffnung begeistern wir mit
italienisch-mediterraner Küche und einem einzigartigen Ambiente.
Von frischer Pasta bis zu Fleisch vom heissen Stein –
bei uns ist jeder Bissen ein Erlebnis.

Thunstrasse 108, 3006 Bern, T 031 368 08 08

- Mittagsmenüs – abwechslungsreich, frisch und lecker
- 100 Plätze im stilvollen Innenbereich & 50 Plätze auf der Innenhof-Terrasse
- Perfekt für Feiern & Events – von klein bis gross
- Parkplätze direkt im Untergeschoss

Besuchen Sie uns und lassen Sie sich kulinarisch verwöhnen.
Ristorante Bar MuNa – Wo Genuss Tradition hat.

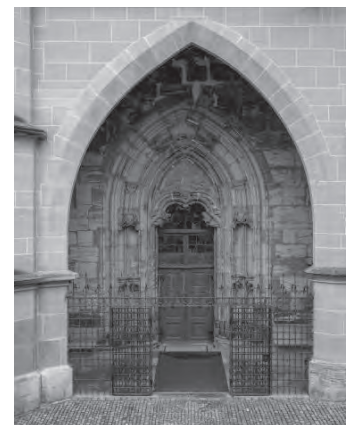


Berner Münster: Restaurierung südliches Westportal

Aktuell wird das älteste Portal der Westfassade
sorgfältig restauriert.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Bürgerliche Ersparniskasse, Konto CH87 0638 2042 3103 9390 1
Berner Münster-Stiftung
Spenden an die Berner Münster-Stiftung sind steuerabzugs-
berechtigt.
Kontakt: 031 312 04 64



Jetzt erst recht! Bitte berücksichtigt unsere Quartierbetriebe!

★ = Hauslieferdienst, Take-away
oder Catering

Pablo

Pablo war eine der Seelen des Obstbergs. Sein Leben verlief nicht schnurgerade; es folgte seinen vielfältigen Begabungen. Aber es stand unter dem grossen Bogen seiner Liebenswürdigkeit, Freundlichkeit und Bescheidenheit. Wer Pablo kannte, möchte ihn nicht vergessen.

Pablo war jahrelang verantwortlich für das Programm der Nachberegroupe Obstberg. Auch der Veranstaltungskalender von QUAVIER wartete jeweils gespannt auf seine Ideen. So durften wir mehrmals mit ihm zusammen-treffen; es waren stets heitere, anregende Begegnungen. Pablo, eigentlich Paul Derungs, war kein Berner. «I khume vo Khur» pflegte er zu sagen. Dort wurde er 1947 geboren und wuchs er auf, als vierter von fünf Brüdern. Sein Vater war Lehrer an der Stadtschule Chur. Früh lernte er arbeiten – im Sommer beim Heuen in der Val Lumnezia, in der Stadt als Ausläufer, welcher per Velo Kleider auslieferte. Neben der Schule und der Pfadi durfte er Geigenstunden nehmen. Später sattelte er auf die Bratsche um – sie blieb zeitlebens seine Leidenschaft und begleitete ihn überall hin auch ins fernste Ausland.

Nach der Kantonsschule, «Kanti Chur», sollte er ein Studium wählen. Wegen seiner breiten Interessen fiel ihm das nicht leicht. Schliesslich entschloss er sich, an der ETH in Zürich **Bauingenieur** zu werden. Seine erste Stelle nach dem Diplom nahm er in Brig an; sein Spezialgebiet war die Abwasserreinigung. Dass er ins Wallis zog, war kein Zufall, denn er war von Jugend an ein begeisterter Bergsteiger, trat schon früh dem SAC bei und verbrachte die meiste Freizeit auf Touren und beim Klettern. Gemeinsam mit seiner damaligen Ehefrau bestieg er sämtliche Viertausender, von der Dufourspitze bis zum Piz Bernina. Die hohe Konzentration beim Klettern, das Miteinander am Seil und die grandiose Weitsicht auf dem Gipfel faszinierten ihn jedes Mal erneut. 1979 gab er seine Stelle in der Schweiz auf und reiste nach Südamerika, wo er bei der DEH (heute DEZA) in Bolivien tätig war und später in Guatemala beim Wiederaufbau nach dem verheerenden Erdbeben half. Dort wurde Paul zum «Pablo», und dort begann auch sein andauerndes Engagement für die Entwicklungszusammenarbeit, für die Menschenrechte und die Demokratie.

1982 zogen Pablo und seine Frau nach Spanien, um in Granada ein zweites Studium aufzunehmen. Hier studierte Pablo **Betriebswirtschaft**, economia de empresa. Anschliessend übernahm er in Nepal die Co-Leitung eines grossen DEZA-Projekts «Integrated Hill Development»,

welches diverse Programme in den Bereichen Bildung, Gesundheit, Landwirtschaft und Kleinunternehmen umfasste. Die langfristige Übergabe des Projekts an die einheimische Bevölkerung bedeutete eine besondere Herausforderung. Unter dieser Belastung ging auch Palos Ehe auseinander.

1987 kehrte Pablo in die Schweiz zurück. Er liess sich in Bern nieder und wurde Geschäftsleiter von Amnesty International Schweiz. Nach vier Jahren wechselte er ins kantonale Amt für Kultur und prägte mit seinem Team die bernische Kulturförderung. In der Freizeit unternahm er seine geliebten Bergtouren und betrieb Kammermusik; mit seiner Bratsche spielte er in verschiedenen Streichquartetten und im Ludus-Ensemble von Jean-Luc Darbellay.

1999, mit 52 Jahren, vollzog Pablo nochmals einen radikalen Schritt und erlernte einen dritten Beruf: Er wurde **Sozialarbeiter**. Nach dem Beton (Bauingenieur) und dem Geld (Ökonomie) rückte nun ganz der Mensch ins Zentrum. Damals lernte er auch seine künftige Lebenspartnerin Annette kennen - bei einer Wahlbeobachtungsmission in Armenien. Bald zogen die beiden zusammen und wohnten nun am Wattenwylweg im Obstberg. Pablo arbeitete fortan mit Asylsuchenden in der Abteilung Integration in Köniz.

2011 wurde er pensioniert. Damit gewann er Zeit für seine vielseitigen Tätigkeiten: Neben seinen Aufgaben als Vorstand in der Nachberegroupe und der Verwaltung der «Dürrenmattmansarde» beriet er für die Stiftung «Netz» Kulturschaffende in Notlagen und or-



Pablo. Foto: zvg

ganisierte Wanderungen mit Migrantinnen und Migranten. Wichtig war auch seine Rolle als Hausmann: Wenn Annette nach einem strengen Arbeitstag als Direktorin der Justizvollzugsanstalt Hindelbank abends heimkehrte, erwartete sie immer ein feines Nachtessen. Auch war Pablo Mitorganisator und Teilnehmer in einer Jass-, einer Lese- und einer Theatergruppe. Aber insgeheim plagten ihn zunehmend Sorgen; körperliche Einschränkungen behinderten seine Aktivitäten mehr und mehr – Wandern oder Bratsche wurden mühsamer, und er musste seine Engagements vermindern. Im Sommer 2024 erlitt Pablo am Augstmattthorn einen Unfall; er stürzte 40 Meter in die Tiefe und musste von der REGA geborgen werden. Lange Klinikaufenthalte folgten. Täglich hatte er Besuch von treuen Freundinnen und Freunden. Trotzdem schwand seine Hoffnung allmählich, wieder gesund und selbständig zu werden. In tiefen Gesprächen nahm er immer mehr bewusst und dankbar von seinen Menschen Abschied. Am 23. Mai 2025 konnte er in voller Klarheit und im Frieden sterben. (ar)

Dank

Wir durften als Grundlage den Lebenslauf von Pablo verwenden, wie er an der eindrücklichen Trauerfeier im Yehudi Menuhin Forum verlesen wurde. Dafür sind wir Annette Keller und der Familie sehr verbunden.



Val Lumnezia (Tal des Lichts), oberhalb Lumbrein. Foto: zvg



Spenglerei Sanitäre Anlagen

Ulrich Frey + Co.
Nachfolger: A. Barontini
Mottastrasse 32
3005 Bern
Telefon 031 351 11 52

KOBEL SEIT 1904 BAUGESCHÄFT

Neubauten Kobel AG, Baugeschäft
Sanierungen Untermattweg 40
Umbauten 3027 Bern
Kernbohrungen Telefon 031 992 17 16
Kundendienst www.kobel-ag.ch



IN-HAUS

Die InHaus-Manufaktur.

**POLSTEREI | VORHÄNGE
MÖBEL | ACCESSOIRES**

IN-HAUS GMBH

Thunstrasse 103 | 3006 Bern
Telefon 031 351 90 50
info@inhaus.ch | inhaus.ch

renobau Renovation und Umbau

Mit Termin- und Kostengarantie.
Auf Wunsch als Generalunternehmer.

- Gesamtanierungen
- Küchen, Bäder, Wohnungen
- Dächer und Fassaden
- Dachstockausbau
- An-, Auf- und Umbauten
- Zustandsanalysen

Zufriedenheit ist planbar!

Renobau Planung + Bauleitung AG

Murfeldweg 2 | Postfach | 3000 Bern 16
Telefon 031 351 50 50 | www.renobau.ch

Wir kümmern uns liebevoll
und professionell um ihren
Garten!



Alexandraweg 20
3006 Bern
Tel. 031 351 75 76

gaertner@bgb.ch
www.gärtner.ch



Die Werkstatt im Egghölzli

SCHUHMACHEREI
SATTlerei (LEDERREPARATUREN)
SCHLÜSSELSERVICE
SCHNEIDEREI
TEXTILREINIGUNG

MADAME REPAIR
Dunantstrasse 2 | 3006 Bern
info@madame-repair.ch | 077 503 45 18

reparaturwerkstatt

bornweg 7, 3006 bern
031 533 55 20, www.avelo.ch



bougerie

bewegung körper leben

qi gong · yin yoga

kurse rund um die geburt

massage · rückengesundheit

bornweg 7, 3006 bern

076 431 35 25, www.bougerie.ch



Vom Quartier fürs Quartier

Alles rund um Ihre Immobilien.

Bewertung
Finanzierung
Verkauf

**Kostenlos Wert Ihrer
Immobilie ermitteln**



BelCom

BelCom Elektro GmbH
Thunstrasse 89
3006 Bern

Telefon: 031 35 10 100
www.belcom-bern.ch

Ihr Inserat im Quavier?!

Mit einer Anzeige im Quavier
erreichen Sie 30 000 Leserinnen und
Lesern aus dem Stadtteil IV.

die Malerin

Malergeschäft
Entreprise de peinture

Tania Suyasa-Emch
079 200 48 78
diemalerin@gmx.ch
www.die-malerin.com



AMAVI café y más

An der Thunstrasse 6, wo bisher Schoggi-Kunstwerke verkauft wurden, öffnete am 1. November ein Café. Auf kleinstem Raum werden Barista-Getränke, frisch gekochte Mittagsmenüs und handgemachte Süssigkeiten serviert. Das Lokal wurde im Boho-Stil mit viel Liebe, Holz und Stoff eingerichtet. Es riecht nach Räucherstäbchen.

Wir sind zum ersten Mal im Amavi, sitzen neben Makramee-Traumfängern und Zimmerpflanzen und bestellen eine Matcha- und eine Kurkuma-Latte mit Erbsenmilch. Unsere mit Brennesselsamen, gepufften Buchweizen und Löwenzahnhonig garnierten Toastbrote werden auf Nussbaumholz serviert. Zum Dessert wählen wir die süßen Proteinkreationen des Tages.

Ein Besuch im Amavi lohnt sich auch, wenn die wenigen Plätze im und vor dem Café besetzt sind, denn es gibt alles zum Mitnehmen: Getränke und Speisen (alle «plant-based») und mehr. «y mas» steht auch für handgefertigte Einzelstücke wie Schmuck, Kleidung, Düfte und weiterhin für die spezielle Schokolade.

Öffnungszeiten: Wir «tanzen nicht nach der Uhr des Systems, sondern im Takt unserer Herzensprojekte [...] an einem Ort, der nicht nur «offen» ist, sondern wach.» ... Details jeweils auf Instagram.

AMAVI, Thunstrasse 6, 3005 Bern,
+41 76 469 03 05, connect@creoconamor.ch
www.creo-conamor.ch/amavi

10 Jahre ROPE strength & athletic

ROPE Fitness, das Gym im Hinterhof um die Ecke vom Café Amavi, feiert sein zehnjähriges Jubiläum. ROPE ist ein Boutique-Studio. So werden familiäre Fitnesscenter bezeichnet, die ihre Kund*innen eng betreuen. Zusätzlich zum Trainingsplan wird man im ROPE auch zu Ernährung, Verdauung und Schlaf beraten. Auf zwei Stockwerken und einer Fläche von 400 m² können Kraft, Ausdauer und Mobilität individuell oder in Gruppenkursen verbessert werden. Ab Frühling 2026 fährt ein «Outdoor-Fitness-Van» alle, die lieber an der frischen Luft spörteln, zu verschiedenen Plätzen in Bern.

Für das Training im ROPE gibt es differenzierte Abos, von der 10er-Karte für Yogastunden bis hin zum Combo-Jahres-Abo für alle Angebote.

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do & Fr: 7–21.30,
Mi: 6.30–21.30, Sa & So: 9–16 Uhr

ROPE Fitness, Thunstrasse 8a, 3005 Bern,
+41 31 352 06 81, info@ropefitness.ch
www.ropefitness.ch

 (mr)

Wer weiss ...?

Mitte November 1924 nahmen Omnibusse den Linienbetrieb zwischen Ostermundigen und Bümpliz auf. Der Andrang der Fahrgäste war so gross, dass der Takt schon nach kurzer Zeit von zwei auf drei Fahrten pro Stunde erhöht wurde. Das Foto aus dem Bildband von Priska Neil zeigt das Eröffnungsfest der S-Linie vor der damaligen Mädchenschule Laubeck. Heute halten hier die Busse der Linie 12. Wie heisst die Haltestelle? *(mr)*

Tragen Sie die Lösung unten auf dem Talon ein (auch unter www.quavier.ch möglich).

Wir verlosen 10 Preise. Einsendeschluss ist der **4.2.2026.**

Vergessen Sie nicht, Ihre Adresse und den gewünschten Preis anzugeben! Die Gewinner*innen werden schriftlich benachrichtigt und ihre Namen in der nächsten QUAVIER-Ausgabe publiziert. Viel Glück!

Auflösung des Wettbewerbs QUAVIER 120/2025:
Die Lösung heisst «Monbijoubrücke». Wir gratulieren den Gewinner*innen: Edith Küffer, Paul Moser, Lotti Siebenhüner, Emil Hänni, Barbara Weber, Ursula Wetter, Diana Buletti, Claudia Eidel, Eva Zosso und Theresia Krähemann.

Wettbewerb «Wer weiss...?» wie die Haltestelle heute heisst?

Vorname:

Name:

Strasse:

Ort:

Falls ich gewinne,
wünsche ich:
(Wert ca. 16.–)

- ☐ Tramkarte
- ☐ Büchergutschein
- ☐ Kinogutschein

Einsenden bis 4.2.2026: an QUAVIER, Staufferstrasse 6, 3006 Bern, oder mail an wettbewerb@quavier.ch. (Es entscheidet das Los.)



Nicht «Rush Hour» am Feierabend, sondern Eröffnungsfest. (Foto: Sammlung Hans Ulrich Suter)

KLEININ SERATE

8-12 Zimmer-Haus / Wohnung zur Miete oder
Kauf gesucht, von 2+Päarli zw. 50 & 60 Jahren,
myrona@gmx.ch / 079 436 08 26

Segelschiff zu verkaufen in Portalban (NE-See)
mit Hafenplatz. L: 7m, Motor geprüft 9.25.,
6000 Fr., 079 545 27 35

Kleininserat für QUAVIER Beispiel: Vermiete per sofort in der Elfenau 4-Zimmer-Whg., jeder Komfort, kinderfreundlich, 3 Min. bis Tram. Fr. 1500.-, Tel. 031 999 99 99.

[illegible]

Bitte Talon zusammen mit einer 20-Frankennote einsenden an: QUAVIER, Quartiertvertretung Bern 4, 3000 Bern.
Einsendetermin für die nächste Nummer (erscheint am 6.3.2026) ist der 4.2.2026. Den Talon finden Sie auch auf
unserer Website www.quavier.ch



ElfenauPark

Wohnen | Kultur | Restaurant



Hier freut sich das Leben an Qualität.

Im ElfenauPark fühlt man sich rundum wohl. Unser Wohnpark bietet älteren Menschen komfortable Wohnungen, ein abwechslungsreiches Unterhaltungs- und Kulturprogramm, Betreuung, Pflege in der Wohnung und praktische Dienstleistungen ganz nach Bedarf – und jederzeit mit

viel Aufmerksamkeit. All dies inmitten eines lauschigen Parks im schönsten Quartier der Stadt.

Übrigens: Unsere Kulturanlässe und das gepflegte Restaurant stehen allen offen! Unser Restaurant ist täglich bis 20 Uhr geöffnet.

Elfenauweg 50 | 3006 Bern | 031 356 36 36 | mail@elfenauPark.ch | elfenauPark.ch

Konzert Programm 2026



Florian Favre Solo

Jan 1.+2. Konzert

Fr 02.01./ 10 und 11.30 Uhr
J. Strauss u. a.
«Wien bleibt Wien –
Neujahrskonzert»

Musici Volanti

Mátyás Bartha Violine
Giovanni Barbato Violine
Orlando Theuler Violoncello
Melda Umur Kontrabass
Bruno Leuschner Klavier

Jan 3.+4. Konzert

Sa 10.01./ So 11.01./ 17 Uhr
Silvestrov/ Enescu

Maksim Barbash Violoncello
Kirill Zvegintsov Klavier

Jan 5.+6. Konzert

Sa 17.01./ So 18.01./ 17 Uhr
Haydn/ Ravel/ Furrer/
Bartók/ Liszt
Young Talents

Junges Podium

Gewinnerin und Gewinner
Walter Furrer Wettbewerb 2025
Alexandra Kaptein Klavier (Sa)
Bruno Gomes Ferreira Klavier (So)

Jan 7.+8. Konzert

Sa 24.01./ So 25.01./ 17 Uhr
Music for the Soul

DuoLog

Alex Hendriksen Saxofon
Stewy von Wattenwyl Klavier

Jan/ Feb 9.+10. Konzert

Sa 31.01./ So 01.02./ 17 Uhr
Fauré/ Schumann/ Juon/
Strawinsky

Trio Eclipse

Lionel Andrey Klarinette
Sebastian Braun Violoncello
Francesco Granata Klavier

Feb 11.+12. Konzert

Sa 07.02./ So 08.02./ 17 Uhr
Folk/ Roma- und Balkanmusik

Härva

Faith Ristic Elliott Akkordeon,
Taborflöte, Stimme
Viljo Busch Violine, Stimme
Lucien Caceres Gitarre, Stimme

Feb 13.+14. Konzert

Sa 14.02./ So 15.02./ 17 Uhr
Brahms/ Debussy/ Strawinsky
Serenata

Maxime Ganz Violoncello
Patricia Pagny Klavier

Feb Bilderausstellung Christine Wick

Ausstellung Fr 20.02. bis So 12.04.
Vernissage Fr 20.02./ 17.30 Uhr

«Verstrickungen»



Feb 15.+16. Konzert

Sa 21.02./ So 22.02./ 17 Uhr
R. Strauss/ Schönberg (Sa)/
Brahms (So)
«Verklärte Nacht»

Frielinghaus Ensemble

Gustav Frielinghaus &
Anton Tkacz Violine
São Soulez Lariviere &
Pietro Montemagni Viola
Oliver Léonard &
Mathis Merkle Violoncello

Feb/ März 17.+18. Konzert

Sa 28.02./ So 01.03./ 17 Uhr
Schumann/ Grieg/ Dvořák
«Waldesruh»

Alexandre Foster Cello
Etienne Murith Klavier

März 19.+20. Konzert

Sa 07.03./ So 08.03./ 17 Uhr
Mozart/ Wieniawski/
Sarasate/ Miche

Alexandre Dubach Violine
Pawel Mazurkiewicz Klavier

März 21.+22. Konzert

Sa 14.03./ So 15.03./ 17 Uhr
Boulanger/ François/ Bacewicz/
Martin

Taru Ensemble

Fraynni Rui Violine
Joonas Pitkänen Violoncello
Alck Carratta Klavier

März 23.+24. Konzert

Sa 21.03./ So 22.03./ 17 Uhr
Händel/ Benda/ Corelli/ Vivaldi

Orchester Alzando

Alexandru Ianos Leitung & Violine
Ana Oltean Flöte
Daniela Ianos-Lätsch Violine

März 25.+26. Konzert

Sa 28.03./ So 29.03./ 17 Uhr
Bach/ Händel/ Arresti/
Pachelbel/ Scarlatti u. a.
«Ergötzliches aus dem Barock»

Urs Peter Schneider Klavier

April 27.+28. Konzert

Sa 11.04./ So 12.04./ 17 Uhr
Tango/ Eigenkompositionen
«Buenos Aires»

Tango²

Michael Zisman Bandoneon
Daniel Zisman Violine (nur So)

Mai 29.+30. Konzert

Sa 02.05./ So 03.05./ 17 Uhr
Mozart/ Schumann

Piotr Plawner Violine
Isabella Klim Violoncello
Gerardo Vila Klavier

Mai 31.+32. Konzert

Sa 09.05./ So 10.05./ 17 Uhr
Eigenkompositionen und
klangliche Überraschungen
«Favre Solo»

Jazz on Top

Florian Favre Klavier und
präpariertes Klavier

Mai 33.+34. Konzert

Sa 30.05./ So 31.05./ 17 Uhr
Beethoven/ Brahms/ Schubert
Junges Podium

Eric Z. Lu Klavier



Konzert Programm 2026

Nell Arn-Grützner

Juni 35.+36. Konzert

Sa 06.06./ So 07.06./ 17 Uhr
Pergolesi/ Grieg
«Stabat Mater»

Kammerorchester Elfenau Bern

Solitstinnen

Paula Günther Sopran

Lucija Ercegovac Mezzosopran

Andreas Hügli Dirigent

Janina Müller Konzertmeisterin

Juni 37.+38. Konzert

Sa 13.06./ So 14.06./ 17 Uhr
R. Schumann/ C. Schumann/
Mendelssohn
«Licht und Schatten»

Tamar Beraia Klavier

Juni 39.+40. Konzert

Sa 20.06./ So 21.06./ 17 Uhr
Mozart
Flötenkonzerte

Kaspar Zehnder Flöte
Mitglieder Soundeum

Aug 41.+42. Konzert

Sa 22.08./ So 23.08./ 17 Uhr
Swing Tango/ Csardas Balladen/
Ländler/ Eigenes
«Musique du voyage –
Musik von Fahrenden»

Counousse

Joseph Mülhauser Schwyzerörgeli

Nina Ulli Violine

Martin Mäder Bassgeige

Aug 43.+44. Konzert

Sa 29.08./ So 30.08./ 17 Uhr
Chopin/ Grieg/ Bartók/
Granados/ Ravel
«Auf 88 Tasten tanzend
durch Europa»

Reto Reichenbach Klavier

Sept 45.+46. Konzert

Sa 05.09./ So 06.09./ 17 Uhr
Jazz, Klassik verwoben
«Sprache des Augenblicks»

DUO Zaugg&Widmerin meets PNEUMA

Sarah Widmer Sopran

Olivia Zaugg Klavier

Daniel McAlavey Klavier

Lucas Zibulski Drums

Martin Wyss Kontrabass

Sept 47.+48. Konzert

Sa 12.09./ So 13.09./ 17 Uhr
Juon/ Ligeti/ Mozart/ Barber
Junges Podium

Ensemble Fokus

Sarah-Maria Schmid Flöte

Adèle Bagein Oboe

Daniela Engel Klarinette

Pauline Zahno Horn

Alexander Rauch Fagott

Okt 49.+50. Konzert

Sa 10.10./ So 11.10./ 17 Uhr
Rilkes Briefe an eine Musikerin
«Freundin, wenn du nicht
ein Engel bist ...»

Vera Bauer Sprecherin

Benjamin Engeli Klavier

Okt Bilderausstellung Nell Arn-Grützner

Vernissage Sa 17.10./ 15.30 Uhr/ Ausstellung bis So 07.12.

«Das Leben in Farben und Formen»

anschliessend Konzert «Rosalia G»

Okt 51.+52. Konzert

Sa 17.10./ So 18.10./ 17 Uhr
Musik und Lesung zum Thema
«Verdingkinder»
«Rosalia G»

Christine Hubacher Sprecherin

Luc Mentha Violine

Urs Hostettler Gitarre

Okt 53.+54. Konzert

Sa 24.10./ So 25.10./ 17 Uhr
Musik aus Osteuropa
«Souvenirs»

Klezmer Pauwau

Fred Singer Klarinette

Viktor Pantiouchenko

Akkordeon

Tashko Tasheff Kontrabass

Okt/ Nov 55.+56. Konzert

Sa 31.10./ So 01.11./ 17 Uhr
Händel/ Kulm/ Grieg/
Beethoven
«Von höfi ch zu volksnah»

Duo Do

Patricia Do Violine

Marija Wüthrich Klavier

Nov 57.+58. Konzert

Sa 07.11./ So 08.11./ 17 Uhr
Schubert/ Mozart

Janina Müller Violine

Anna Spina Viola

Inka Sasdi Violoncello

Nov 59.+60. Konzert

Sa 14.11./ So 15.11./ 17 Uhr
Schubert/ Chopin/ Beethoven/
Smetana/ Mendelssohn/
Montgeroult
«Frühromantische Geste»

Patricia Pagny Klavier

Nov 61.+62. Konzert

Sa 21.11./ So 22.11./ 17 Uhr
Christmas Carols
«Xmas Feel Good Songs»

Die Saiterei

Andri Mischol Violine

Ilona Naumova Violine

Eurydice Devergranne Viola

Alexandra Imlig Violoncello

Thomas Schuler Klavier

Dez 63.+64. Konzert

Sa 05.12./ So 06.12/ 17 Uhr
Bottesini/ Respighi/ Boccherini

Kammerorchester Elfenau Bern

Solist

Elias Kobi Kontrabass

Andreas Hügli Dirigent

Janina Müller Konzertmeisterin

