
Quartierblatt von Wittigkofen

dr JUPI



38. Jahrgang

Nummer 3

August 2011



**30 Jahre
Kultur-Arena
Wittigkofen
Das Finale**



Faszination fürs Meer



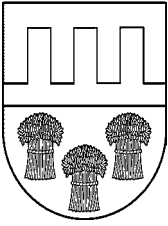
Freiwilligenarbeit



Bern rollt

... und weitere Themen in diesem JUPI!

Wittigkofen



Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Dass alles einmal ein Ende hat, wissen wir, – auch wenn wir uns zeitweilig dagegen sträuben. Je nachdem was wir vorher erlebt haben, bedeutet das Ende Schmerz oder Erleichterung. Wenn wir zum Beispiel zuschauen müssen, wie ein älterer kranker Mensch seine grässlichen Schmerzen fast nicht mehr aushält, und ihm nicht geholfen werden kann, ist das Ende unter Umständen für alle Beteiligten eine Erleichterung. Folgt das Ende hingegen auf eine glückliche und erfolgreiche gemeinsame Zeit, ist es sehr schmerzhaft.

Wehmut ergreift uns bei der Tatsache, dass sich die Kultur-Arena Wittigkofen in diesem Sommer auflöst. Dreissig Jahre hat sie mit grossem Erfolg zur Bereicherung unseres Quartiers gewirkt und viele engagierte Helferinnen und Helfer sowie grosszügige Gönner und Freunde gefunden. Mit einem fulminanten Finale (siehe S. 06 bis 14.) ist nun das Ende gekommen. Wie der alte, römische Dichter Ovid sagte, krönt das Ende (zwar) das Werk. Aber mit der verdienten Krone ist uns nicht recht geholfen. Wir hätten lieber, das Dichterwort von Kotzebue wäre zum Zug gekommen: „So knüpfen ans fröhliche Ende den fröhlichen Anfang wir an“.

Leider liess sich bisher niemand finden, der diesen Anfang gewagt hätte. Ob mögliche Anwärter durch das grosse Geschick der Gründer und Leiter abgehalten wurden, weil sie nicht wagten, in die für sie viel zu grossen Fussstapfen zu treten, bleibe dahingestellt.

Was bleibt uns in Wittigkofen ohne Kultur-Arena? – Der von der Kirche geführte Treffpunkt Wittigkofen, von dem Jung und Alt in unserm Quartier profitieren kann, die von der städtischen Jugendzone Ost veranstalteten Anlässe für Jugendliche, die gemeinschaftsfördernden Aktivitäten des Quartiersvereins Wittigkofen, das Vereinsleben und als verbindendes Band der JUPI.

Neben Informationen über Freiwilligenarbeit im Quartier (siehe S. 18) und über Hilfen, wenn es mit dem Gehen nicht mehr so gut geht (siehe S. 29), lädt Sie übrigens der Artikel „Faszination fürs Meer“ in dieser JUPI-Ausgabe (siehe S. 22) zu einer virtuellen Ferienreise in die weite Welt ein.

Indem ich Ihnen gute Anregungen und viel Spass bei der Lektüre wünsche,
verbleibe ich Ihr

Jörg Rytz, Redaktor



www.qv-wittigkofen.ch

Präsident:

Fritz Liebi
Jupiterstrasse 27/418
Tel. 031 944 01 32

Kassierin:

Stefanie Munz
Jupiterstrasse 21/106
Tel. 031 941 11 07

.....

Anlässe

- | | |
|-----------------|---|
| 12. September | Anlass für Neuzugezogene
(weitere Interessierte sind willkommen) |
| 22. Oktober | Jass-Turnier
(kein Teilnehmender geht leer aus!) |
| 09. November | Räbeliechtli Schnitze |
| 11. November | Räbeliechtli-Umzug |
| 06. Dezember | Samichlous |
| 01. Januar 2012 | Neujahrs-Apero |

Näheres zu einzelnen Anlässen: siehe Ausschreibungen unten. – Auf der Homepage www.qv-wittigkofen.ch sind die bevorstehenden Anlässe ebenfalls aufgelistet.

In eigener Sache

Sie erhalten im Jahr vier JUPI-Ausgaben. Wir verteilen den JUPI gratis in alle Briefkästen des Quartiers. Einen Teil der Kosten decken wir durch die Erträge aus den Inseraten. Dank Ihrer Grosszügigkeit, liebe Leserin, lieber Leser, decken Ihre Spenden den Rest der Kosten.

Wir danken Ihnen, wenn Sie uns auch dieses Jahr einen freiwilligen Beitrag zukommen lassen. Dies ermöglicht uns, den JUPI weiterzuführen und Sie mit Informationen aus dem Quartier zu versorgen. Bitte verwenden Sie den beigelegten Einzahlungsschein.

JUPI-Rechnung 2010

Erträge Inserate	Fr. 5'232	
Erträge Spenden	Fr. 6'213	
Übrige Erträge	<u>Fr. 298</u>	Fr. 11'743
Druckkosten	Fr. 9'213	
Übrige Kosten	<u>Fr. 1'669</u>	Fr. 10'882
Ertragsüberschuss		Fr. 861

Vielen Dank für Ihre Unterstützung
Ihr JUPI-Team

Wir laden Sie herzlich ein zum

Anlass für Neuzugezogene

Wann: Montag, 12. September 2011

Zeit: 19.00 - ca. 21.30 Uhr

Wo: Treffpunkt Wittigkofen,
Schlossblick

- kurze Einführung in die Geschichte des Quartiers.
- kleiner Rundgang durch das Quartier. Wir besuchen die Betriebszentrale mit der Heizung, den Saalstock und das tilia Pflegezentrum. Die zuständigen Personen informieren und beantworten gerne Fragen oder nehmen Anregungen entgegen.
- Willkommenstrunk mit Diskussionsrunde

Der Anlass findet nur alle 2 Jahre statt; er ist gratis. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Wir betrachten den Anlass als Dienstleistung des Quartiervereins an **alle** Neuzugezogenen (auch Nichtmitglieder!) und freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Quartierverein Wittigkofen

der Vorstand



11. Jass-Turnier

Wiederum organisiert der Quartierverein Wittigkofen ein kleines Jass-Turnier. Gespielt wird der "Schieber" mit zugelosten Partnern.

Wir hoffen auf rege Teilnahme, sollen doch nicht nur „Profi-Jasser“ mitspielen. Der Anlass möchte ein „Plausch-Turnier“ sein.

Wir treffen uns im Zentrum Wittigkofen, Raum
Schlossblick

**Samstag, 22. Oktober 2011,
von 13.30 bis zirka 18.30 Uhr.**

Startgeld Fr. 20.—, inklusive einem kleinen Imbiss.
Jeder Spieler erhält einen Preis.

Anmeldung bis 14. Oktober mit untenstehendem Talon an Quartierverein Wittigkofen, Postfach 118, 3000 Bern 15.

" -----

Anmeldung zum Jass-Turnier vom 22.10.2011

Name / Vorname:

Adresse:

Telefon-Nr.:

" -----

Weitere Anmeldungen können auf neutralem Papier an obige Adresse eingereicht werden.

Räbeliechtli Schnitze



**Mittwoch, 9. November,
14.00 bis 16.00 Uhr,** im Gemeinschafts-
zentrum Wittigkofen, Disco-Raum (UG).

Eltern, Grosseltern usw. sind herzlich will-
kommen, ihr Kind beim Aushöhlen und Schnitzen zu
unterstützen.

Die Räben werden vom Quartierverein zur Verfügung
gestellt. **Bitte jedoch unbedingt Schnitzwerkzeug**
(Schnitzer, Förmli, Ausstecher ...) **mitbringen.**

Räbeliechtli-Umzug

Besammlung: **Freitag, 11. November, um 17.50 Uhr,**
im Atrium des Zentrums Wittigkofen.

Nach dem Umzug wird den mitwirkenden Kindern ein
kleiner Imbiss serviert.



Latärne, Latärne,
Sunne, Mond u Sterne

Quartierverein
Wittigkofen
der Vorstand

Nachtrag zum JUPI-Wettbewerbs in Nr. 1-11



Für diejenigen, die nicht
herausgefunden haben,
was die nebenstehende
Fotografie darstellt, gebe
ich hier noch des Rätsels
Lösung wieder: Fotogra-
fiert wurde der Teich, der
westlich vom Zentrum

Wittigkofen liegt, im Winter bei Schnee, vom Hochhaus
Nr. 3 aus. Oben sieht man die zwei Bänke und links die
Glaswand des Zentrums.

jr

Saaliwohnung

Sie wollen die Quartierwohnung im
Saalihaus für einen Anlass mieten?

Tel. 079 485 62 24 hilft Ihnen gerne!



30 Jahre Kultur-Arena Wittigkofen Das Finale – ein Bildbericht



Worauf wartet wohl das Publikum gespannt?



Der Pianist Klaus Scheibenpflug eröffnet am 7. Mai 2011 die Vernissage zur Kunstausstellung in Wittigkofen vom 8. bis 28 Mai.



Gastredner Remo Galli rühmt die Verdienste der Kultur-Arena und dankt dem Vorstand für seinen Einsatz herzlich, – indem er den leisen Wunsch anbringt: „Sagt niemals nie und kommt auf das Aufhören zurück!“



Mit Nebelschwaden vom Trockeneis werden die Gäste



am Festbuffet überrascht. Dann heisst's, sich von dem bedienen, was Lilli und Willy Graf mit ihrem Team an Leckerem bereitgestellt haben!



Beim Einnachten leuchtet im Park nach spanischem Brauch die Skulptur „100% Zange“ auf, was eine besondere Stimmung schafft.



Was ist denn am 4. Juni 2011 los?
Juan Puigventós, Gründer und Leiter der Kultur-Arena, eröffnet die Vernissage zur zweiten Kunstausstellung ...



... mit dem Orchester „Pas in Amur“.

Gastredner ist heute Fred Zaugg, der gegen Schluss seiner Rede den Hörern befiehlt: „Schliesst die Augen!“. Als wir sie aufs Kommando „jetzt!“ wieder öffnen, ...



steht der initiative Vorstand vor uns (v.l.n.r.: Kurt Krebs, Lilli Graf, Anne-Marie Schäfer, Nelly Puigventós, Madeleine Wyss, Willi Graf, Otto Kucis, Hansruedi Flückiger, Juan Puigventós und Claude Wyss). Zaugg rühmt diesen Vorstand für das jahrzehntelange, segensreiche Wirken, dankt ihm und seinen Helferinnen und Helfern gebührend und ruft dem Publikum im Hinblick aufs baldige Pfingstfest zu: „Nehmt die <Pfingst-Flämmchen der Kultur-Arena> auf und tragt sie weiter!“



Dann dankt der Leiter der Kultur-Arena, Juan Puigventós, den geladenen Künstlerinnen und Künstlern – die vorwiegend in der ersten Reihe sitzen, aber auch über den ganzen Raum verteilt sind – für ihr Mitmachen, ihr Entgegenkommen und die gute Zusammenarbeit.



Die berühmte japanische Künstlerin Teruko Yokoi, die uns die Ehre gibt, in unserm Quartier zu wohnen, sitzt allerdings bescheiden im Hintergrund.



Diesmal wird das Buffet mit luftigem Velours und farbigen Lichteffekten von Otto Kucis eröffnet, wobei der grosse Blumenstrauss ein Kunst-werk für sich ist (siehe vordere Seite). Beim Verwöhnen der Gäste legt der pensionierte Chef-Pâtissier



Willi Graf selber Hand an.

Doch nun zum Kerngeschäft der Kultur-Arena, nämlich der bildenden Kunst: Aus den rund 150 Künstlerinnen und Künstlern, die in den vergangenen dreissig Jahren in Wittigkofen an Ausstellungen teilnahmen (untenstehend abgebildete Plakate geben davon einen kleinen Eindruck),

konnten nochmals je fünfzehn KünstlerInnen für zwei aufeinander folgende Ausstellungen im Mai und Juni 2011 gewonnen werden.



Davon zeigen wir ein paar ausgewählte Werke, die sich einigermaßen für den Schwarz-Weiss-Druck des JUPI eignen.



Links: Jö (d.h. Reinheit und Mitgefühl), von Sanae Sakamoto

Unten links: Landschaft in Peru, von Giselbert Hoke

Unten rechts: Drei alte Griechen, von Felix Keller





Kopf, von Schang Hutter

Engel, von Kurt Krebs



100 % Zangen, von Gamelle Pe Horber



Kugel Linde, von Urs Twellmann



Das Tor, von Walter Kretz
(Seguste, vom selben Künstler; siehe JUPI 2-2011)



Janus, von Max Roth, und
Chromosom 273-3 (r.),
von Martina Lauinger



Liegender, von Schang Hutter



Maulbrüter, von Kurt Krebs

Dass es der Kultur-Arena nicht nur darum ging, Kunstausstellungen zu organisieren, sondern auch verschiedenartige Konzerte, Vorträge, Kinderprogramme u. a., belegen die fünf folgenden Abende, begonnen am 29. Juni



mit der Musikgruppe „Robin & Friends“ und dem speziellen Gast Heidi Maria Glössner vom Berner Stadttheater.

Am 2. *Juli* kommt in Wittigkofen unter dem Titel „Servus Wien“ Wiener Stimmung



auf, als Brigitte Imber vom Stadttheater und als spezieller Gast Otto Kucis aus unserm Quartier Wiener Lieder zum Besten geben, begleitet am Flügel von Klaus Scheibenpflug.



Angekündigt von Otto Kucis, heilt der Kasper im Kinder-Kasperlitheater vom 6. *Juli* mit einer geheimen Pflanze die Prinzessin, die nicht mehr lachen kann.

Etwas Spezielles war das eher besinnliche Jazz-Konzert vom 6. *Juli* mit (v.l.n.r.) Jürg Lenggenhager, Christian Geiser, Juan Puigventós und Claude Siffert.



Zum Abschlussabend „Das Finale Ende“ und damit zum effektiven Finale der Kultur-Arena begrüßte Juan Puigventós das Publikum am 9. *Juli* im festlich geschmückten

Saal des Kirchlichen Zentrums.



Ein ad hoc Chor aus Vorstandsmitgliedern und Helfern der Kultur-Arena trug eine Anzahl heiterer Lieder vor, aufgelockert durch Gedicht-Vorträge.



Hierauf drückte Marlies Gerber im Namen des Treffpunkts Wittigkofen und der Kirchgemeinde Petrus der Kultur-Arena den herzlichen Dank aus für das jahrzehntelange Wirken zur Belebung unseres Quartiers.

Heinz Dudel schloss sich dem Dank ungefähr mit diesen Worten an: „Als Vizepräsident des Quartiersvereins Wittigkofen verdanke ich die Tätigkeit der Kultur-Arena, welche dreissig Jahre unser Quartier bereichert und geprägt hat. Das grosse Merci geht an Nelly und Toni Puigventós, an Willy Schäfer, an den jetzigen Vorstand und gleichermassen an alle, die jemals in dieser Gruppierung mitgewirkt haben“.



Verlosung der beiden Bilder, die der Künstler W. Kretz der Kultur-Arena zum Jubiläum geschenkt hat; v.l.n.r.: Juan und Nelly Puigventós, Otto Kucis, Hansruedi Flückiger.



Willi Graf bereitet seine Festtorte – mit der Zahl 30 und einer Nachbildung der Skulptur „Flügel“ – als Überraschung zum Verteilen an alle Anwesenden vor; v.l.n.r.: Juan P., Willi Graf, Nelly P. und Madeleine Wyss.



Zum Schluss spielt das Salon-Ensemble „La Serenata“ mit Wiener Musik zum Tanz auf. Und damit kommt die Erfolgsgeschichte der Kultur-Arena Wittigkofen zum definitiven Ende. Schade!

Aus den vielen Dankes- und Gratulations-Schreiben greifen wir zum Schluss aus Platzgründen nur eines heraus, und zwar das des früheren Leiters der Betriebszentrale Wittigkofen, Jürg Zingg aus Thailand, der in seiner damaligen Funktion der Kultur-Arena viel ermöglicht hat: *„Liebe Nelly, lieber Toni, mit einem grossartigen Finale, das wiederum eure Handschrift trägt, nähert ihr euch dem Ende einer grossartigen Zeit. Ihr habt ein Werk vollbracht, das grosse Bewunderung und Respekt abverlangt. Mit eurem persönlichen Einsatz, der euch manchmal alle, manchmal auch zuviel Kräfte abverlangte, habt ihr nie losgelassen und Kultur-Interessierten über Jahre ein vielseitiges und anspruchvolles Programm geboten. Trotz persönlichen Widrigkeiten und Schicksalsschlägen habt ihr die Kultur-Arena nie im Stich gelassen. Würde man euch alle Stunden, die ihr für die Kultur-Arena geleistet habt, auch nur mit einem bescheidenen Stundenlohn vergüten, wärt ihr reiche Leute. Das war aber nicht das Ziel, das ihr im Auge hattet. Ob ihr dieses Ziel erreicht habt, könnt nur ihr selbst beurteilen. Aber was unbestritten sein dürfte, ist, dass ihr vielen Menschen interessante und schöne Augenblicke beschert habt. Und wer wie ich von Zeit zu Zeit mal an ausklingenden Kultur-Arena-Anlässen im Kreise der Künstler mit dabei sein durfte und die herzliche Gastfreundschaft von euch bei-*

den erleben konnte, der kann verstehen, warum ihr immer wieder renommierte Künstler für eure Anlässe gewinnen konntet.

Wenn ich nun aus fernen Landen, ohne die Möglichkeit an Kultur-Arena-Anlässen teilzunehmen, wenn es sie noch gäbe, mit Wehmut diese Zeilen schreibe, dann darum, weil ich mich privilegiert fühle, an einem Teil dieser grossartigen Epoche der Kultur-Arena teilgehabt zu haben. Liebe Grüsse und alles Gute für die Zukunft Jürg“.

Anmerkung: Alle hier abgebildeten Fotografien stammen von Hans Zurbriggen, dem hiermit ein grosser Dank gebührt, und von Jörg Rytz.

Im Internet sind die Bilder farbig zu sehen.

jr



**Alles für Ihre Gesundheit
und Ihr Wohlbefinden!**

gratis Hauslieferdienst

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

topharm

Egghölzli Apotheke

M. Weiss, Fachapothekerin FPH in Offizin und Klass. Homöopathie
Egghölzlistrasse 20, 3006 Bern, Tel. 031 351 10 20, www.egghoelzli.apotheke.ch



031 371 11 11

Gratisnummer 0800 55 42 32

**Taxi- und Kleinbusbetrieb
Grosstaxi für 6 Personen zum Normaltarif
Gruppenreisen in Kleinbussen bis 16 Personen
Verlangen Sie eine Offerte!**

www.baerentaxi.ch

MALEREI

ROLLI

R. Rolli AG
Jupiterstrasse 5/935
3015 Bern
Telefon 031 941 14 58

Eidg. Meisterdiplom

Ihr Fachmann im Quartier für:

- Wohnungsrenovationen
- Tapeten, Verputze
- Fassadenrenovationen
- prompten Kundendienst

Verlangen Sie unverbindlich eine Offerte!



Burri Peter
031 941 41 68
079 354 56 15



www.fahrschule-burri-pesche.ch

Wosch der Outo- oder Töffuswiis ha?
De muesch zum Burri i d'Fahrschuel
ga!

Leçons également en français



STRAUB-REINIGUNGEN

GEBÄUDEREINIGUNGEN ALLER ART
UMZUGSWOHNUNGEN-NEUBAUTEN
TEPPICHREINIGUNGEN-FENSTER
BÜROS-GESCHÄFTSLOKALE
HAUSWARTUNGEN

KURT STRAUB JUPITERSTRASSE 43/1157
TEL.031 941 25 39 NATEL 079 408 37 67



Elia's
Coiffeursalon
Elia Dellenbach - Dipl. Coiffeuse
PROFESSIONELLE HAARSCHNITTE, FRISUREN, FARBEN
FÜR DAMEN, HERREN UND KINDER
HIER IN WITTIGKOFEN
MACHEN SIE GLEICH HEUTE
EINEN TERMIN AB
JUPITERSTRASSE 5/1664, 3015 BERN
TEL: 031 941 05 35



- **Naturheilpraxis** •

- **Bioresonanz Therapie** •

- **Homöopathie** •

- **Fusspflege**

Susanne Wolf
Kant. appr. Heilpraktikerin

Bruno Wolf
Naturheilpraktiker

Ruth Zürcher
Fusspflege

Jupiterstrasse 9/104 – 3015 Bern
Telefon: 031 941 15 41 – Fax: 031 368 03 08
e-mail: info@praxis-wolf.ch
Internet: www.praxis-wolf.ch



(031 941 04 92
Fax 031 941 04 94
tpw@petrus-kirche.ch
www.petrus-kirche.ch

Öffnungszeiten Treffpunktbüro
Marlies Gerber (Leitung) & Elisabeth Wäckerlin &
Dominic Zimmermann & Beatrice Hodel

¹ Montag	13.00 – 18.00 Uhr
¹ Dienstag	13.30 – 16.30 Uhr
¹ Donnerstag	13.30 – 16.30 Uhr
¹ Freitag	13.00 – 18.00 Uhr

**Bürozeiten für Vermietungen
und Abgabe von Schlüsseln**

¹ Montag	13.00 – 18.00 Uhr
¹ Freitag	13.00 – 18.00 Uhr

SCHON GEWUSST?

- F Wir schicken Ihr **Fax** für 1 Franken pro 1 - 2 Seiten,
- F **kopieren** für 20 Rp. (A4-Seite) sowie für 40 Rp. (A3)
(vergrössern, verkleinern, beidseitig kopieren)
- F **drucken** ab Diskette für 50 Rappen pro Seite
- F **plastifizieren** Dokumente für 2 / 4 Franken (A4/A3)

August 2011

So 28. Reformierter Gottesdienst um 19.30 Uhr

September 2011

Fr 02. Quartier-Grillabend ab 18 Uhr

So 04. Konzert um 17 Uhr

Mi 21. FrauenTreff um 20 Uhr

Fr 16. Treffpunkt für Senior/innen um 14.30 Uhr

Do 29. Café contact des francophones um 9.30 Uhr

Oktober 2011

Mi 05. FrauenTreff um 19.30 Uhr

Sa 15. Kurs für Frauen um 14 Uhr F siehe Inserat

Mi 19. LeseTreff um 19.30 Uhr

Sa 22. Kleiderbörse von 9 – 14 Uhr

Sa 22. Quartierverein: Jassturnier

So 23. Reformierter Gottesdienst um 19.30 Uhr

Do 27. Café contact des francophones um 9.30 Uhr

Fr 28. Treffpunkt für Senior/innen um 14.30 Uhr

Vorschau November 2011

Mi 02. FrauenTreff um 19.30 Uhr

Mi 09. Quartierverein: Räbeliechtle schnitzen
um 14 Uhr

Fr 11. Quartierverein: Räbeliechtli-Umzug
um 18.15 Uhr

Sa 19. Jupi-Zmorge für alle von 8.30 – 11 Uhr

So 20. Reformierter Gottesdienst um 19.30 Uhr

26.11. bis 09.12. Kerzenziehen



Das laufende Angebot im Treffpunkt

è Hatha-Yoga 

Leitung: Barbara Fitze, Telefon 031 351 67 45

Jeden Montagabend von 18.15 – 19.50 Uhr

è **KinderTreff** 

Leitung: Marlies Gerber & Dominic Zimmermann

Jeden Mittwochnachmittag von 14.00 – 16.30 Uhr

für alle Kinder im Quartier

è Jugendtreff Tägğ Ç

Leitung: Martina Millius, Cyril Romann & Team

Tel. 031 941 14 14 / Öffnungszeiten:

Dienstag 16 –19 Uhr / Mittwoch 16 – 20Uhr /

Donnerstag 16 –19 Uhr,

für Jugendliche ab 10 Jahren

è Spielgruppe Jupizolla c

Leitung: Margrit Gass, Telefon 031 352 24 46

Montag, Dienstag und Freitag von 9 – 11.30 Uhr

- III -

è Krabbelgruppe für Eltern mit Kleinkindern ç

Auskunft: Treffpunkt Wittigkofen, Tel. 031 941 04 92
Jeden Montag von 15 – 17 Uhr

è Fit / Gym für Erwachsene ç

Leitung: Frau Bernasconi, Gymnastikpädagogin
in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Bern-Stadt,
Tel. 031 359 03 03

Jeden Dienstag von 8.30 – 9.30 Uhr und
von 9.30 – 10.30 Uhr (ausser Schulferien)

è Aerobic ç

Leitung: Frau Dellenbach, Tel. 031 941 05 35
Mo + Do von 19.00 – 20.00 Uhr, Mi von 9 – 10 Uhr

è Treffpunkt für Seniorinnen und Senioren ç

Leitung: Frau Preisig, Tel. 031 941 02 29
und Herr Huber, Tel. 031 352 96 18
In der Regel 3. oder 4. Freitag im Monat um 14.30 Uhr

è Café contact des francophones ç

Leitung: Frau Gafner, Tel. 031 312 39 36
Letzter Do im Monat von 09.30 – 11.00

è Bible Study Fellowship International (BSF) ç

Information: Frau Stallard, Tel. 031 755 65 26
Jeden Donnerstag von 09.00 – 11.00

è FrauenTreff ç

Leitung: Elisabeth Wäckerlin, Tel. 031 941 04 92
Jeden 1. Mittwoch im Monat um 19.30 Uhr

è isa - Ich lerne Deutsch, mit Kinderhütendienst ç

Leitung: Frau Rossi, Frau Vanzin, Frau Frei
Stufe IV Dienstag und Freitag von 14.00 – 15.50 Uhr
(ausser Schulferien)
Information: ISA Tel. 031 310 12 70

è Ich lerne Deutsch - und mein Kind auch ç

Leitung: Frau Feller, Frau Frei, Frau Vanzin
Mittwochnachmittag von 14.30 – 16.30 Uhr
(ausser Schulferien)
Information: Schulamt Tel. 031 321 64 43

è Jodlerclub Lorraine-Breitenrain ç

Leitung: Herr Kilchenmann, Tel. 031 325 12 40
Jeden Montag von 20 – 22 Uhr

Offener FrauenTreff

Mittwoch, 21. September 2011, 20 Uhr

„Besuch der Sternwarte Muesmatt“



Mittwoch, 05. Oktober 2011, 19.30 Uhr

Filmabend mit "Chocolat"

Samstag, 15. Oktober 2011, 14 – 17.30 Uhr

**„Übergänge – Schwellen und Veränderungen
begegnen uns immer wieder im Leben“**

Ermutigt durch Gespräche, Impulse, Märchen und
Lebensgeschichten sich selber auf die Spur kommen und
sich rüsten für Anstehendes und Ungekanntes.

Leitung: Ruth Allemann

Kosten Fr. 15.--. Anmeldung bis 3. Okt. 2011 an
Elisabeth Wäckerlin, 031 941 04 92

Mittwoch, 02. November 2011, 19.30

Abend zum Thema "Glück"

gestaltet von Beatrice Hodel, Sozialarbeiterin i.A.

Für alle Frauen/Pour toutes les femmes/For all women

Für jung und alt/Pour tous les âges/For all ages

Veranstaltungen sind kostenlos/Gratuit/For free

Treffpunkt Wittigkofen, Jupiterstrasse 15, 3015 Bern

Information und Leitung:

Elisabeth Wäckerlin, Tel. 031 941 04 92

Lesetreff

Mittwoch, 19. Oktober 2011, 19.30

„Finsteres Glück“

Blick hinter die Fassade einer fast perfekten Familie

Im neuen Roman von **Lukas Hartmann** löscht ein Autounfall beinahe eine gesamte Familie aus. Nur der jüngste Sohn überlebt.

Der Roman schildert, wie eine Psychologin den achtjährigen Knaben betreut und ihm die schreckliche Wahrheit nahebringt. Je länger sie sich um den Knaben kümmert, um so schwieriger wird es für sie, die professionelle Distanz zu wahren.

Sie sieht in eine tragische Familiengeschichte hinein, die sie nicht mehr loslässt und auch ihr eigenes Familiengefüge auf den Kopf stellt.

Eine Geschichte über Geborgenheit, Verlust und das heimliche Elend einer Familie.

Frauen und Männer - auch neu Interessierte – sind herzlich willkommen!

Leitung: Elisabeth Wackerlin

30 Jahre Kultur-Arena

Liebe Frauen und Männer des Kultur-Arena-Teams
Liebe Nelly Puigventos und lieber Toni Puigventos

Vor dreissig Jahren habt Ihr die Kultur-Arena gegründet und am 09. Juli 2011 habt Ihr DAS FINALE gefeiert!

Während dreissig Jahren habt Ihr in den Räumlichkeiten des Kirchlichen Gemeinschaftszentrums Treffpunkt Wittigkofen der Kirchgemeinde Petrus und im Quartier Wittigkofen die Kultur in ihrer ganzen Vielfalt gezeigt. Ihr habt Ausstellungen gemacht, Lesungen, Theater und Konzerte mit bekannten und noch weniger bekannten Künstlerinnen und Künstlern organisiert und durchgeführt. Ihr habt die Gemüter und Herzen von grossen und kleinen Kunstsuchenden, Kunstkennerinnen und Kunst Kennern und Kunstinteressierten begeistert und erfüllt.

Gesehen wurde von den Besucherinnen und Besuchern jeweils das fertige „Produkt“. Die unzähligen Sekunden, Minuten, Stunden und Tage, welche Ihr in Teamarbeit eingesetzt habt, um Euer Ziel, eine ansprechende Ausstellung oder ein gelungenes Konzert, zu erreichen, hat niemand gezählt. Da wurden von Euch Wände gemalt und aufgestellt, Stühle platziert, mit Künstlerinnen und Künstlern aus nah und fern verhandelt und geplant, exzellente Buffets aufgebaut, perfekte Beleuchtung installiert,

Plakate und Einladungen kreiert, Gäste begrüsst und geführt und vieles mehr.

Euch allen ein grosses DANKE für Eure freiwillige Arbeit während 30 Jahren!

Marlies Gerber, Leiterin Treffpunkt Wittigkofen

KLEIDERBÖRSE



Samstag, 22. Oktober 2011

9 – 14 Uhr

Treffpunkt Wittigkofen, Schlossblick

mit Kaffeestube ab 8.30 Uhr

Annahme

Freitag, 21. Oktober 2011

Treffpunkt Wittigkofen

13 – 17 Uhr

**Winterkleider (Damen/Kinder/Baby), Schlitten, Bob,
Ski- und Schlittschuhe, Spielsachen, etc.**

Jeder Artikel muss mit Preisschild und Grösse (befestigt mit Sicherheitsnadel oder Schnur!) angeschrieben sein. Maximal 35 Artikel (inklusive Spielzeug).

Auszahlung und Rücknahme der Artikel

Montag, 24. Oktober 2011

Treffpunkt Wittigkofen

16 – 17 Uhr

Über nicht abgeholte Artikel wird verfügt; 20 % werden als Unkostenbeitrag abgezogen. Für gestohlene Artikel wird keine Haftung übernommen. Gekaufte Artikel werden nicht zurück genommen.

Kleiderbörse-Team Wittigkofen

Für Fragen: 031 941 06 50

Liebe Quartierbewohnerin, lieber Quartierbewohner



Möchten Sie gerne wissen, warum der Stadtbach in der Stadt Bern unter den Boden musste und wie die hygienische Revolution die Stadt eroberte? Was es auf dem Jahrmarkt zu sehen gibt und weshalb das Gaswerk an der Aare liegt?

Bei dem geführten Rundgang „**Bern ent-sorgt**“ von StattLand - Geführte Rundgänge in Bern werden Sie Antworten auf diese Fragen bekommen.

Dieser Rundgang vom Ehgraben zur Ara, vom Wochenmarkt zum Warenhaus erzählt uns Geschichten rund um Abwasser und Trinkwasser, Nahrung, Sauberkeit und Licht. Er führt uns durch den Stadtorganismus, der mit den Klischees vom finsternen Mittelalter und der sauberen City aufräumt.

(Bild und Text aus: www.stattland.ch, Bern ent-sorgt)

Der Rundgang ist geplant für:

Samstag, 17. September 2011 um zirka 10 Uhr

Er dauert 75 Minuten und führt uns von der Nydeggkirche bis zur Münsterplattform.

Kosten: Fr. 15.00 (und Tramfahrt in die Stadt)

Bitte melden Sie sich bis am Freitag, 09.09. 2011 telefonisch oder persönlich an bei:

Marlies Gerber, Treffpunkt Wittigkofen,
Jupiterstrasse 15, 3015 Bern, Tel. 031 941 04 92

(Die Durchführung dieses Angebotes wird von StattLand erst ab dem 07. August 2011 definitiv bestätigt.)

Die Arbeitsgruppe „Abfall im Quartier“ trifft sich regelmässig und organisiert Angebote rund ums Thema Abfall. So wurde in diesem Jahr im Frühling das Quartier von grossen und kleinen Bewohner/innen geputzt, und Kinder und Jugendliche halfen älteren Menschen beim Entsorgen von Sperrgut.

Wenn Sie, liebe Bewohnerin und lieber Bewohner, Wünsche und Anregungen rund ums Thema Abfall und Abfallentsorgung im Quartier haben, dann melden Sie sich bitte bei mir!

Für die Arbeitsgruppe „Abfall im Quartier“:
Marlies Gerber, Treffpunkt Wittigkofen

Konzert

südwärts – eine spanisch-italienische Liederstunde

Sonntag, 04. September 2011 um 17 Uhr

im Treffpunkt Wittigkofen

Mitwirkende:

Madeleine Bürki, Mezzosopran

Silvia Nitschke, Klavier

Silvia Rohner Geiser, Cello

Werke von E. Granados, M. de Falla, F.J. Obradors,
G. Cassado und F.P. Tosti

Eintritt frei, Kollekte



Voranzeige Kerzenziehen 2011

**Vom 26. November bis 09. Dezember
im Treffpunkt Wittigkofen**

Öffnungszeiten

SAMSTAG, 26. NOVEMBER	10.00 – 17.00 UHR
SONNTAG, 27. NOVEMBER	13.00 – 17.00 UHR
MITTWOCH, 30. NOVEMBER	13.00 – 21.00 UHR
FREITAG, 02. DEZEMBER	13.00 – 17.00 UHR
SAMSTAG, 03. DEZEMBER	13.00 – 17.00 UHR
SONNTAG, 04. DEZEMBER	13.00 – 17.00 UHR
MITTWOCH, 07. DEZEMBER	13.00 – 21.00 UHR
FREITAG, 08. DEZEMBER	13.00 – 17.00 UHR

Kerzenziehen für Eltern mit kleinen Kindern

DIENSTAG, 29. NOVEMBER	09.30 – 11.30 UHR
DONNERSTAG, 08. DEZEMBER	09.30 – 11.30 UHR

Kerzenziehen für RollstuhlfahrerInnen und Senior/innen

DIENSTAG, 29. NOVEMBER	13.30 – 16.30 UHR
DONNERSTAG, 08. DEZEMBER	13.30 – 16.30 UHR

Gruppen, Klassen, Kindergarten

können nach Voranmeldung ausserhalb der Öffnungszeiten Kerzen ziehen!

Haben Sie Lust, einige Stunden als freiwillige/r Helfer/in am Kerzenziehen teilzunehmen? Vorkenntnisse sind keine nötig. Sie erhalten eine Einführung!
Melden Sie sich: 031 941 04 92!



tilia Pflegezentrum Wittigkofen
Jupiterstrasse 65, 3015 Bern

Tel. 031 970 68 68

www.heimex.ch

www.tilia-stiftung.ch

Grund- und Behandlungspflege
Krankenkassen anerkannt

Hauswirtschaftshilfe

NEUE Tarife
nach steuerbarem Jahreseinkommen
und Vermögen
gemäss Weisungen GEF
Gesundheits- und Fürsorgedirektion Bern

Kosmetische Fusspflege

bei Ihnen zu Hause
oder im Pflegezentrum

Sitz-Nachtwache

nach telefonischer Vereinbarung

Beratung Hörgeräte

Hilfe im Umgang mit dem Hörgerät
Reinigung
Abklärung

tilia | heimex pflege und betreuung zu hause
Jupiterstrasse 65 | 3015 Bern

Freiwilligenarbeit im Quartier

Wie Sie wohl bereits wissen, wurde 2011 zum europäischen Jahr der Freiwilligentätigkeit erklärt. Das veranlasst uns, uns in unserem Quartier umzusehen, was hier alles an freiwilliger Arbeit geleistet wird. Heute berichten wir, was in dieser Beziehung im **Tilia Pflegezentrum Wittigkofen** läuft. Sie werden staunen.

Haben Sie gewusst, dass 39 Frauen und Männer regelmässig **Freiwilligeneinsatz** leisten? Im Jahr 2010 waren dies 3'259 Stunden, das heisst pro Person im Durchschnitt 93 Stunden pro Jahr.



Ihre Arbeit verteilt sich erstens auf den *Besuchsdienst*. Dieser kann sich im Zimmer der HeimbewohnerInnen oder sonst im Heim abspielen, aber auch bei Spaziergängen oder bei begleiteten Einkäufen. Etwas Besonderes ist der Besuch durch einen speziell ausgebildeten Therapiehund. Ein zweiter wichtiger Zweig ist die *Begleitung* von HeimbewohnerInnen zum Arzt oder ins Spital. Weiter ist die *Mithilfe in der Aktivierungstherapie* wertvoll. Regelmässig wird mit den Be-

wohnerInnen *gespielt*, besonders *gejasst*. Es gibt *Singstunden*; oder es werden Geschichten *vorgelesen*. Freiwillige finden sich in der *Unterhaltungsgruppe*. Sie *helfen bei Festen und Grossanlässen*. Auch bei den reformierten und katholischen *Gottesdiensten* sind immer Freiwillige mitbeteiligt. Ihre *Hilfe bei Ausfahrten und Ferienwochen* wird sehr geschätzt. Einzelne



haben sich als *Fahrer* mit dem Tilia-Bus bereit erklärt. Mehrere machen beim *Mahlzeitendienst* mit und *vertragen* die Essens-Portionen im Quartier. Ein Quartierbe-



wohner wartete jahrelang die *Rollstühle*, gab diesen Dienst nun aber altershalber ab. Für diese wichtige Arbeit wird ein Nachfolger gesucht. Im Aufbau ist gegenwärtig ein freiwilliger Arbeits-

zweig „*Sterbehilfe / Sitzwache*“. Wer sich dazu bereit

erklärt, erhält eine Einführung und wenn nötig eine kurze Ausbildung, sowie Begleitung.

Diese Tätigkeiten verrichten die Freiwilligen umsonst, respektive für Gottes Lohn. Sie betonen aber immer wieder, wie sie nicht nur Gebende, sondern in vielfältiger Weise selber auch Beschenkte sind.

Wichtig zu wissen ist,

- dass die Neulinge von der Kontaktperson für Freiwilligenarbeit in die Tätigkeit eingeführt und wo nötig begleitet werden.
- Nach Absprache haben sie auch die Möglichkeit, interne Weiterbildungsveranstaltungen zu besuchen.
- Auf Wunsch wird ihnen der Schweizerische Sozialzeitausweis ausgestellt.
- Als kleines Dankeszeichen erhalten die Freiwilligen pro Einsatz gratis ein Getränk in der Cafeteria.
- Sie profitieren von den Vergünstigungen für Mitarbeitende
- und sind während des Einsatzes versichert (Betriebsunfall und Haftpflicht).
- Notwendige Auslagen erhalten sie gegen entsprechende Belege vergütet.
- Sie sind von Zeit zu Zeit zu geselligen Zusammenkünften und Erfahrungsaustausch mit anderen Freiwilligen und natürlich auch zu den Tilia-Anlässen eingeladen.

Von den Freiwilligen *wird erwartet*,

- dass sie getroffene Abmachungen einhalten (und sich bei Verhinderung so früh als möglich abmelden),
- dass sie die Selbstbestimmung und Privatsphäre der BewohnerInnen respektieren,
- dass sie mit dem Betreuungs- und Pflegeteam zusammenarbeiten und ihm wichtige Informationen wie zum Beispiel Beobachtungen des Gesundheitszustandes weitergeben,
- dass sie die Schweigepflicht einhalten,
- dass sie die Grenzen der Freiwilligenarbeit respektieren, denn es gibt Tätigkeiten, für die ausschliesslich die Angestellten verantwortlich sind,
- dass sie ein Namensschild tragen, und
- dass sie das Gespräch zur Kontaktperson suchen, wenn sich Unklarheiten oder Schwierigkeiten ergeben.

Wenn Sie sich angesprochen fühlen, so laden wir Sie ein, sich unverbindlich bei der Kontaktperson zu melden. Sie wird mit Ihnen Ihre Bedürfnisse und Möglichkeiten besprechen. Schnuppereinsätze sind erwünscht.

Kontaktperson fürs Tilia Pflegezentrum Wittigkofen ist Frau Monika Schmidt, Jupiterstrasse 65, Postfach 110. 3000 Bern 15, Tel. 031 940 61 11,
E-Mail: monika.schmidt@tilia-stiftung.ch.

jr



Mittagstisch im Café mélange
Jupiterstrasse 65

Geniessen Sie unsere frisch zubereiteten Gerichte
Tagesmenu, fleischloses Menu, Wochenhit, Snackartikel

Abwechslungsreiches Salatbuffet
von Montag bis Freitag

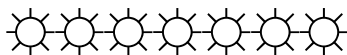
Grosse Auswahl an hausgemachten
Backwaren und Patisserie

Wir freuen uns auf Ihren Besuch
Lassen Sie sich einen Tisch reservieren
Unsere Mitarbeiterinnen werden Ihnen die Tagesangebote
gerne bekannt geben und
Ihre Bestellung an die Küche weiterleiten

Tel. Café mélange 031 940 64 82
Ausserhalb Öffnungszeiten 031 940 64 17 (Küche)

Öffnungszeiten Cafeteria

Montag – Freitag	09.00 – 17.00 Uhr
Samstag	11.00 – 16.00 Uhr
Sonntag und Feiertage	11.00 – 17.00 Uhr



Im Todesfall beraten und unterstützen wir
Sie mit einem umfassenden
und würdevollen Bestattungsdienst.



EGLI
BESTATTUNGEN

BERN UND REGION

Breitenrainplatz 42, 3014 Bern
office@egli-ag.ch, www.egli-ag.ch
www.todes-anzeigen.ch

24 h-Tel. 031 333 88 00

Der Rundum-Service vor Ihrer Haustüre...



Öffnungszeiten:

Mo – Do 8.00 – 19.00 Uhr

Freitag 8.00 – 20.00 Uhr

Samstag 8.00 – 17.00 Uhr



Freudenberg Apotheke
Bern-Ostring
Tel. 031 351 96 33

**FREUDENBERG
APOTHEKE**

**...damit Sie rundum gesund
bleiben!**



**Das beste Spital
ist mein Zuhause**

Dank dem Nachtdienst sind wir rund um die Uhr für Sie da.



SPITEX BERN
Telefon 031 388 50 50
www.spitex-bern.ch

Faszination fürs Meer

Interview mit Dorothee Holzegger

Dorothee Holzegger (**D. H.**) wohnt seit 1976 in Wittigkofen. Beruflich war sie in medizinischen und sozialen Institutionen engagiert. Die Quartierbevölkerung hatte am 8. Juni 2011 einmal mehr Gelegenheit, an ihren Reisen auf Containerschiffen teilzunehmen. Ihre Foto-Shows begeistern immer wieder. Gertrud Weber (**G. W.**) hat sie über ihre Faszination fürs Reisen befragt.

G. W.: *Dorothee, wir haben eine Gemeinsamkeit: die Faszination für Schiffe und das Meer. Wie bist du zur Seefahrt gekommen?*

D. H.: Auf Schiffen und Wasser habe ich mich schon als Kind wohl gefühlt. Nach der Pensionierung habe ich mir den Traum erfüllt, einmal auf einem Frachtschiff mitzufahren. Seit-her kann ich es nicht mehr lassen.



G. W.: *Welche Routen hast du befahren?*

D. H.: Die erste Reise ging von La Spezia über die Häfen Fos (Marseille), Barcelona, Valencia, New York, Norfolk, Savannah und zurück nach Europa. Später folgte eine Reise von Long Beach (USA West) über Busan (Südkorea) nach Shanghai und zurück nach USA, dann Bremerhaven, USA, Golf von Mexico, USA und Bremerhaven. Zweimal bin ich von Hamburg nach China und zurück gefahren.



G. W.: *Gibt es eine Lieblingsdestination?*

D. H.: Schwer zu sagen. Häfen mit Gelegenheiten für Landgänge sind immer etwas Besonderes. Spontan fallen mir Savannah und New Orleans (USA) ein oder Veracruz in Mexiko, auch Shanghai oder San Francisco.

Die langen Strecken über die Meere mag ich am liebsten.

G. W.: *Wie lange warst du jeweils auf See?*

D. H.: Zwischen vier und zehn Wochen.



G. W.: *Geladen werden ausschliesslich Container: wie viele?*

D. H.: Je nach Grösse der Schiffe können 3'000 bis zirka 8'000 Stück 20-Fuss-Container (6 m lang, 2,4 m breit, 2,5 m hoch) mitgenommen werden.



G. W.: *War es nie langweilig?*

D. H.: Ich habe mich nie gelangweilt. Am wichtigsten ist wohl, dass man sich selber beschäftigen kann. Auf Frachtschiffen gibt es keine spezielle Unterhaltung für Passagiere.

G. W.: *Wie müssen wir uns das Alltagsleben an Bord vorstellen?*

D. H.: Die fixen Zeiten für Essen und Pausen teilen die Tage ein. In den Kabinen (20 bis 40 m² gross) hat es Stereo-Anlagen mit DVD/CD-Player und TV-Apparate. (Diese funktionieren allerdings nur in Küstennähe). Es gibt viele Filme auf DVD und auch Spiele, die man ausleihen kann. Der Bücherschrank ist meistens reich bestückt.

Viele Schiffe haben Swimmingpool, Fitnessraum und Sauna. Rund ums Deck kann man joggen oder ganz einfach den Wellen



zuschauen und die Aussicht geniessen. Auf See dürfen sich die Passagiere meistens auch auf der Brücke aufhalten.

G. W.: *Aus welchen Ländern stammt die Besatzung?*

D. H.: Schiffsleitung und Offiziere sind Deutsche und andere Europäer, die übrige Crew kommt aus den Philippinen. Die Besatzung besteht aus zirka dreiundzwanzig Personen (auch Frauen). Die Bord-Sprache ist Englisch.

G. W.: *Ein wichtiger Punkt ist das Essen. Wie hat es dir geschmeckt?*

D. H.: Ausgezeichnet! der Menüplan ist ausgewogen, abwechslungsreich und gesund (europäisch und ostasiatisch). Mittags Drei-Gang-Menü, abends kaltes Buffet.

G. W.: *Wie funktioniert der Kontakt mit der Welt ausserhalb des Schiffes?*

D. H.: Das Schiff ist jederzeit per Satellitentelefon und/oder E-Mail erreichbar. Internationale Nachrichten kommen täglich an Bord. Passagiere können auch Telefon und E-Mail benutzen. Handys funktionieren nur in Häfen und Küstennähe.

G. W.: *Warst du je seekrank? Und wie wird zum Beispiel mit Unfällen an Bord umgegangen?*

D. H.: Seekrank war ich noch nie. Ich habe jedoch miterlebt, dass Passagiere krank waren. Die Schiffsapothek ist sehr gut eingerichtet. Kapitän und Offiziere sind medizinisch für erste Hilfe ausgebildet. Wenn nötig, wird mit medizinischen Zentren an Land zusammengearbeitet. Im äussersten Notfall (Unfall oder schwere Krankheit) muss der nächste Hafen angelaufen oder ein Helikopter angefordert werden. Selbstverständlich wird von Passagieren eine gute Konstitution vorausgesetzt und ein aktuelles Arztzeugnis verlangt.

G. W.: *Bist du auch in brenzlige Situationen gekommen (z. B. Piratenangriffe)?*

D. H.: Nein. Die Piraterie hat sich jedoch bedenklich ausgeweitet. Für die Sicherheit an Bord und für mögliche Not- und Zwischenfälle werden in allen Seegebieten regelmässig Übungen zur Schulung der Crew durchgeführt.

G. W.: *Mit welchen Kosten muss gerechnet werden?*

D. H.: Einzel- und Doppel-Kabinen kosten pro Person und Tag zwischen 85 und 120 EURO für Unterkunft und Verpflegung.

G. W.: *Was fasziniert dich an der Seefahrt?*

D. H.: Ich kann stundenlang auf der Brücke stehen und staunen, zuschauen beim Ein- und Auslaufen in den verschiedenen Häfen, beim Manövrieren mit Schleppern, beim Laden und Löschen mit riesigen Kränen. Immer wieder bin ich vom Ausblick auf Meer und Himmel mit allen Farben und Stimmungen fasziniert. Sonnenauf- und Untergang sind unbeschreiblich.



G. W.: *Hast du weitere Reisepläne? Wann und wohin?*

D. H.: Der sommerliche Pazifik mit all seinen Schattierungen und Farben (auch in grau), zieht mich besonders an.

G. W.: *Herzlichen Dank, Dorothee, für deine bereitwillige Auskunft über deine faszinierenden See-Reisen und für die wertvollen Anregungen.*

Steckbrief von Dorothea Holzegger

Geboren: 1942

Aufgewachsen: in Solothurn und Lohn, zusammen mit einer Schwester und einem Bruder; da ihre Eltern beide aus Baden AG stammten, spricht Frau Holzegger Solothurner Dialekt mit aargauischem Akzent

Schulen: besucht in Solothurn

Ausbildung: in Aarau zur damals so genannten Wochen-säuglings- und Kinderkrankenschwester

Berufliche Tätigkeiten:

seit 1966 Arbeitsstellen in Bern, das heisst in Arztpraxen, am Frauenspital, Inselspital (dort zweijährige Weiterbildung zur Operationsschwester) und in der Klinik Sonnenhof; Sprachaufenthalt in Paris; auf Wander-Kreuzfahrten der Firma Baumeler in Dalmatien (zeitweilig auch als Reiseleiterin) vom See-Reise-Fieber gepackt; mit 38 Jahren vierjährige berufsbegleitende Ausbildung an der Schule für Sozialarbeit Bern mit Praktikum in der Kriseninterventions-Station der Sozialpsychiatrischen Klinik auf dem Areal des Inselspitals; anschliessend „Herzblutstelle“ in der damaligen Psychiatrischen Universitäts-Poliklinik; in diesen Jahren verschiedene Weiterbildungen, unter anderem in Einzel-, Paar- und Familientherapie; Wechsel in das vom Schweizerischen Roten Kreuz gegründete „Therapiezentrum für Folteropfer“; mit sechzig Jahren bis zur Pensionierung leitende Sozialarbeiterin in der Klinik Bethesda Tschugg

Wohnhaft: seit 1976 in Wittigkofen

Lieblingsbeschäftigungen: lesen, Musik hören (besonders Gesang und Opern), fotografieren und das Gestalten von Fotoshows und -büchern sowie Reisen auf Containerschiffen.

.....

Jupi-Zmorge vom 16. April 2011

Sammlung für die Erdbebenopfer in Japan

Erfreulicherweise zeigten sich viele unserer Gäste spendefreudig. Zusammen mit dem Gewinn des Zmorgens konnten wir der Glückskette in Lausanne Fr. 400.-- überweisen.

Herzlichen Dank an alle, die etwas beigesteuert haben.

Das Kaffee-Stübli-Team

Saaliwohnung

Sie wollen die Quartierwohnung im
Saalihaus für einen Anlass mieten?

Tel. 079 485 62 24 hilft Ihnen gerne!



**Bären
Taxi AG**

031 371 11 11

Gratisnummer 0800 55 42 32

*Taxi- und Kleinbusbetrieb
Grosstaxi für 6 Personen zum Normaltarif
Gruppenreisen in Kleinbussen bis 16 Personen
Verlangen Sie eine Offerte!*



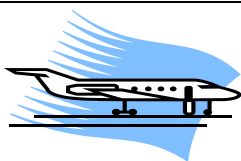
www.baerentaxi.ch

Aqua-Fit®
by Ryffel Running

Aqua-Fit ist ein Ganzkörpertraining, welches aus Wassergymnastik zur Förderung der allgemeinen Fitness und einem integrierten Lauftraining im Wasser besteht. Nach einer Lektion fühlen Sie sich trotz Anstrengung entspannt und wohl. Aqua-Fit eignet sich für Freizeit- und Gesundheitssportler, wasserungeübte und wenig trainierte Personen sowie Läufer, Velofahrer etc.

Start der nächsten Aqua-Fit Folgekurse: ab 26.08.2011
Freitag: jeweils um 17:00, 18:00, 19:00, 20:00 Uhr
Samstag: jeweils um 09:00, 10:00, 11:00 Uhr

Informationen zur Anmeldung und die aktuellen Kursausschreibungen erhalten Sie unter 031 952 75 52 oder event@ryffel.ch. Zudem finden Sie auf www.ryffel.ch weitere sportliche Angebote.



**WARUM IN DIE FERNE SCHWEIFEN
DAS GUTE LIEGT SO NAH**

J Reisen in alle Welt

z. B. nach Thailand in den Isaan zu Jürg Zingg

Ursula Schneider
freie Mitarbeiterin Kuoni Reisen Bern Bärenplatz
Jupiterstrasse 41/210, 3015 Bern
(ehemals Nyalatrek AG Muri)
Tel. direkt 031 951 22 66
Mobil-Tel. 079 652 40 33

Öffnungszeiten:
Montag bis Donnerstag, 9.00 bis 12.00 Uhr
oder nach Vereinbarung



FUN BOX – SPIEL BOX mit Wirkung

Auch in diesem Jahr wird in der ersten Herbstferienwoche (vom 26. bis 30. September) das Herbstferienprojekt „FUN BOX – SPIEL BOX“ auf dem Areal des Manuelschulhauses durchgeführt. Und auch in diesem Jahr werden wir von zahlreichen Freiwilligen aus dem Quartier unterstützt. Unser Angebot gestaltet sich heuer wie folgt:

- SPIEL BOX:** Der Spielwagen öffnet seine Türen mit allerlei Spielmaterial zum Ausleihen. Die Ausleihe des Spielmaterials ist gratis. Eine Café-Stube steht bereit.
- FUN BOX:** Rollerblades ausleihen,
Töggelikasten und Chilloutzone für Jugendliche
so wie Wellness, Koch und Beauty Workshop für Kinder ab 12 Jahren.
- Dienstag:** Wellness Nachmittag mit Yoga für Gross und Klein
Speckstein Workshop für Gross und Klein
- Mittwoch:** Kochwerkstatt für Gross und Klein.
Salatbuffet vorbereiten für den Grillabend.
Für Grillabend: Grillgut und Getränke selber mitbringen.
Der Grill steht ab 17.00 bis 20.30 Uhr zum Grillieren bereit.
- Donnerstag:** Beauty Workshop
für Kinder ab 12 Jahren.
Tips und Tricks
für das persönliche Styling.

AGENDA

Sa 27. August Murifeldfest
Die Jugendzone ist mobil unterwegs

Mo 26. Sept. bis Fr 30. Sept. Fun Box – Spiel Box
Wie in jedem Jahr ist die Jugendzone Ost gemeinsam mit dok.impuls auf dem Areal der Manuelschule – mit verschiedenen Workshops, Schminken, Spielen, Grillabend usw. – für alle Quartierbewohner von Jung bis Alt.

ÖFFNUNGSZEITEN

Jugendtreff im Treffpunkt Wittigkofen:

- Dienstag:** 16 bis 19 Uhr
Mittwoch: 16.00 bis 20.00 Uhr
(von 18.00 bis 20.00 Uhr
nur für Jugendliche ab der 7. Klasse)
Donnerstag: 16.00 bis 19.00 Uhr.

Jugendbüro an der Muristrasse 57:

Mittwoch 16 bis 19 Uhr.

MEHR INFOS?

jugendzoneost@toj.ch

www.toj.ch

079 485 34 21

Martina Simone Millius, Cyril Romann

JUGENDZONE
021 STADTTEIL 4

SURPRISE MUSICALE 2011



Brunch à discrétion mit musikalischer Unterhaltung

Samstag, 17. September 2011, 10-13 Uhr

Grosser Saal Kirchgemeindehaus Petrus

Brunnadernstr. 40, 3006 Bern

Capriccio

MUSIZIEREN



Bisch drby?

Spielst du bereits ein Blas- oder Schlaginstrument und möchtest gerne in einem Ensemble mitspielen und dein Können unter Beweis stellen?

Oder möchtest du ein Instrument erlernen?

Dann melde dich!

Die Knabenmusik Bern freut sich auf dich. Mädchen und Knaben sind herzlich willkommen.

www.kmbern.ch

031 920 02 52



Partnerin der Musikschule Konservatorium Bern

Auch Wittigkofen rollt ...

Ein Quartierbewohner hat uns einen Artikel aus dem Tages-Anzeiger geschickt mit dem Titel „Züri rollt – die vierrädrige Gehhilfe namens **Rollator** ist salonfähig geworden ...“. Was für Zürich gilt, ist auch in Wittigkofen zu beobachten. Nachdem Rollatoren vor wenigen Jahrzehnten noch unbekannt waren, sieht man sie je länger desto öfter nicht nur in Heimen und Spitälern, sondern auch in Parkanlagen, auf Wegen und Strassen. Und sie sind praktisch. Sie erleichtern Senioren das Gehen, indem sie Halt und Sicherheit bieten. Statt in den eigenen vier Wänden oder im Heim herumzusitzen, können die Be-



nutzer spazieren gehen und müssen erst noch nicht nach Sitzgelegenheiten Ausschau halten. Denn wenn sie müde werden, ziehen sie die Feststellbremse an und setzen sich zum Ausruhen auf den Rollator.

Wer auf die Idee zur Konstruktion solcher Gehhilfen kam, ist umstritten. Zwei Südschweden beanspruchen die Ehrenmeldung je für sich. Allerdings liess keiner von beiden die vierrädrige Gehhilfe patentieren.

Unterdessen erfreuen sich die Rollatoren heutzutage nicht nur bei den 300'000 Benutzern in Schweden grosser Beliebtheit, sondern in der ganzen Welt. Selbst Papst Johannes Paul II. vertraute dem Gerät. Heute werden in Deutschland pro Jahr rund 130'000 Stück verkauft. In der Schweiz, wo die ersten Exemplare in den Achtziger-Jahren auf den Markt kamen, dürften es jährlich 12'000 bis 15'000 sein.



Zukunftsmusik ist ein intelligenter Rollator, den deutsche Spezialisten am Entwickeln sind. Dank eingebautem Rechner, elektrischen Bremsen und einem laserkontrollierten Entfernungsmesser soll das Gerät vor Zusammenstössen warnen, automatisch bremsen und sanft um Hindernisse herum führen.



Die Modellvielfalt ist gross. Um die Qual der Wahl zu erleichtern, empfiehlt es sich unter Umständen, sich in der permanenten Ausstellung vieler Modelle bei der Schweizerischen Arbeitsgemeinschaft Hilfsmittelberatung für Behinderte und Betagte (SAHB) im solothurnischen Oensingen einen Überblick zu verschaffen. Wer es aber schnell und billig haben will, der kann be-

reits für 79 Franken einen Rollator bei der Landi erste-
hen, allerdings hergestellt in China. Im Fachhandel gibt
es aber auch High-Tech-Geräte für mehr als 1'300 Fran-
ken sowie jede Menge Zubehör: vom abklappbaren
Schirm über den Rückspiegel, die Gehstockhalterung, das
Netz für die Sauerstoffflasche, den Infusionshalter, die
Hupe bis hin zur Beleuchtung für abendliche Spaziergän-
ge. Faltbare Modelle sind besonders beliebt, aber auch
schmale Rollatoren aus Holz für die Wohnung, eventuell
zu den Möbeln passend.

Der Preis spielt eine wichtige Rolle bei der Frage, wer
den Rollator bezahlt. Vierrädrige Gehhilfen fallen nicht
unter die obligatorische Krankenversicherungsleistung.
Trotzdem zahlt beispielsweise die Helsana ihren Zusatz-
versicherten maximal 500 Franken, sofern sie einen me-
dizinischen Bedarfsnachweis erbringen. Die Invaliden-
versicherung (IV) übernimmt anders als die AHV eben-
falls gewisse Kosten.

So praktisch die Rollatoren sind, so leiden die gewöhnli-
chen Alltagsmodelle noch immer unter technischen Män-
geln. Es heisst aufpassen wegen Kippgefahr, beim Über-
winden von Randsteinen, beim Öffnen von Türen, wenn
man sich auf Kies- oder Waldböden bewegt oder wenn
die Griffe wackeln. Darum haben die ehemalige
Schneesportlehrerin Susanne Grätzer und die medizini-
sche Praxisassistentin Esther Kunz eine Marktlücke ent-
deckt und das Konzept „Rollator Gym“ entwickelt, das
sie Altersheimen anbieten.

Ein anderer Nachteil liegt darin, dass der Rollator meist



nicht in die Wohnung oder ins
Heimzimmer gerollt werden
kann. Durch den regelmässi-
gen Gebrauch des Rollators
vom Stock entwöhnt, mit dem
sie noch gut zurecht kämen,
bewegen sich diese Leute
daheim unsicher und laufen
Gefahr, zu stürzen.

Seit dem 1. Juli 2010 genies-
sen Rollator-Benutzer in der

Schweiz den gleichen Status im öffentlichen Verkehr(ö.
V.) wie Rollstuhlfahrer und dürfen wie diese personelle
Hilfe in Anspruch nehmen. Fachleute rechnen damit, dass
bis in zwanzig Jahren im ö.V. so viele Rollatoren wie
Kinderwagen anzutreffen sein werden.

Zum Schluss machen wir allen, die mit dem Gehen Mühe
haben, Mut, sich die Anschaffung eines Rollators zu
überlegen. Unter Umständen können Sie einen Rollator
versuchsweise mieten oder ausleihen.

Herrn Charles Pochon danken wir bei dieser Gelegenheit
herzlich für die gute Idee zu diesem Artikel. jr

www.wittigkofen.ch

Das Internet-Portal für das Quartier

www.qv-wittigkofen.ch

Das Internet-Portal für den Quartierverein



Ganz gross in der Pflege der Kleinen

Angebot Kinderpflege

- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Anleitung zur Selbsthilfe
- Beratung
- Hauswirtschaftliche Dienstleistungen

SPITEX BERN

Telefon 031 388 50 50

www.spitex-bern.ch



IMPRESSUM

Quartierblatt «**dr JUPI**»

Herausgeber: Quartierverein Wittigkofen

www.qv-wittigkofen.ch

Erscheint 2011/12 am 16. Februar, 4. Mai, 24. August
und 9. November sowie 15. Februar 2012

Redaktionsschluss für die **nächste Nummer:**

14. Oktober 2011, verteilt am 9. November 2011

Verantwortlicher Redaktor:

für die weissen Seiten: Jörg Rytz (jr)

Jupiterstrasse 9/1250, 3015 Bern

Telefon 031 941 04 42

für die gelben Seiten: Treffpunktleitung Wittigkofen

Kassa-Stelle:

Postcheckkonto 30-10631-0

Druck: Schaub + Rüedi Druck AG, Bern

Auflage: 1'550 Stück

Inseratepreise:

Höhe: 2 cm Fr. 20.-, 4 cm Fr. 28.-, 6 cm Fr. 33.-,

8 cm Fr. 39.-, 10 cm Fr. 45.-, 12 cm Fr. 53.-, 14 cm Fr. 61.-,

16 cm Fr. 66.-, 18 cm Fr. 75.-, 20 cm Fr. 82.-,

22 cm Fr. 90.-, 24 cm Fr. 100.-, ganze Seite Fr. 120.-.

Separate Beilagen: Preis nach Absprache.

MONATSAKTION

gültig bis 26.9.2011

Für starke Nerven!



Berocca
Brausetabletten 45 Stk.

Fr. 38.00

statt Fr. 47.50

Sie sparen Fr. 9.50

Berocca
Filmtabletten 100 Stk.

Fr. 55.90

statt Fr. 69.90

Sie sparen Fr. 14.00



JUPITER APOTHEKE



Jupiterstrasse 15, 3015 Bern
Telefon 031 940 13 13