

Arena

Herausgegeben vom Leist der Engehalbinsel

Ausgabe 179 / März, April, Mai 2023

Auflage: 2120

Einladung zur HV 2023 des
Leists der Engehalbinsel
DV der QLE
Fyrabebar
Kirchenseiten
Quartierarbeit
Eisbaden
Veranstaltungen
Tag der Nachbarschaft

Werden Sie Mitglied des Leists der Engehalbinsel!

Auch die ARENA ist ein Angebot des Leists, das in Freiwilligenarbeit entsteht. Die Druckkosten werden über Spenden, Inseratekosten und die Mitgliederbeiträge finanziert, damit die ARENA gratis in alle Haushalte der Engehalbinsel verteilt werden kann.

Leist-Mitglied werden ist äusserst einfach. Für Einzelpersonen, Paare und Familien beträgt der Jahresbeitrag Fr. 40.–

Jetzt mit TWINT bezahlen!



QR-Code mit der TWINT App scannen



Betrag und Zahlung bestätigen



oder auf www.leist-engehalbinsel.ch

Leist der Engehalbinsel

www.leist-engehalbinsel.ch

Der Leist – die Quartierorganisation der Engehalbinsel

Der Leist ist Ansprechpartner um Anliegen, Wünsche und Bedürfnisse der Engehalbinsel-Bewohnerinnen und Bewohner gegenüber der Stadt und den Behörden zu vertreten.

c/o

Luise Menzi (Co-Präsidium)
Primelweg 1, 3004 Bern
info@leist-engehalbinsel.ch

Vorstand

David Salzmann (Co-Präsidium)
Luise Menzi (Co-Präsidium)
Pia Tschannen (Kassierin)
Marianne Lehmann
Alec Voggel
Pascal Schärer
Valérie Dannigkeit (Arena)

Was uns hilft in unsicheren Zeiten

Unbestritten, soziales Zusammenleben ist in ruhigen Zeiten genauso essentiell wie in unsicheren.

Es fängt schon im Kleinen an. Das Büsi vom Nachbarn oder der Nachbarin füttern, ein Haushaltgerät ausleihen oder fehlende Kochzutaten bei Mieterinnen suchen. Diese kleinen Unterstützungen hat wohl jeder schon erhalten, sie gehören zum Alltag. Banal? Vielleicht. Oder eben doch nicht.

Seit 20 Jahren wohne UND arbeite ich auf der Engehalbinsel im Aaregg, direkt am wunderschönen Aareggpark, so wie ich es nenne.

Mir fällt auf, dass seit ein paar Jahren in unserer Nachbarschaft auf sozialer Ebene soviel läuft, wie schon lange nicht mehr.

Verschiedene Organisationen, aber auch einzelne Macher, Tröster, Optimisten sind zu erkennen.

In diesen unsicheren Zeiten ist dies enorm wichtig. Es ist auch ansteckend. Immer mehr wollen helfen und suchen den Kontakt zu Helfenden.

Die Unsicherheiten, Verunsicherungen und angsteinflössenden Ereignisse sind extrem real. Sie sind nicht nur tausende Kilometer weit weg, wir erleben sie oder ihre Auswirkungen auch auf der Engehalbinsel tagtäglich.

Es freut mich sehr zu hören, wie die Leute vermehrt zusammenkommen, sich austauschen, sich Mut zusprechen und manchmal auch gemeinsam lachen können. In der Lo Snag Bar erlebe ich dies natürlich eins zu eins. Bitte mehr davon.

Ich wünsche mir, dass soziales Engagement so ansteckend bleibt und jeder sich hier selbst in die Pflicht nimmt.

Ich wünsche mir auch, dass mehr hingeschaut wird, wo jemand Hilfe oder Zuspruch benötigt.

Als Inhaber der Lo Snag Bar in der Aaregg, wollte ich einen Ort schaffen, wo sich die Gäste aller Art treffen können.

Jeden Mittwoch Nachmittag bieten wir ausserdem in Zusammenarbeit mit dem VBG den «Treff-Tisch», wo Sozialarbeiter der Stadt Bern vor Ort Unterstützung bieten bei verschiedenen Problemen/Anliegen. Wenn man sich hier dazu setzen will, besteht auch keine Konsumationspflicht. Kaffee und Tee sind gratis, wer kann, wirft etwas in die Kollekte.

Auf ein tolles Miteinander im 2023

**Alessandro «Alec» Voggel
Leist Engehalbinsel**

Wir sind eure Stimme

Kommunikation

Arena
Fyrabebar
Website
Neuzuzügeranlass

Zusammenarbeit mit Institutionen

VBG	Stiftung Rossfeld
Stadt	Schule
Kirche	Altersheim
QLE	Spital

Quartierintegration

Felsenau

Rossfeld

Tiefenau

Aaregg

Engehalde

Freizeit

Boulder
PingPong
Pumptrack

für alle!

Familien	SeniorInnen
Kinder	Institutionen
Wgs	NeuzuzügerInnen
Firmen	Alteingesessene

Begleitung Bauprojekte

Begegnungszonen

Verbesserung ÖV-Anbindung



Was macht der Leist?

Vielleicht hast du dich schon gefragt, warum man denn Mitglied im Leist werden sollte. Vielen ist nicht bewusst, dass sich der Leist der Engehalbinsel seit vielen Jahren immer wieder in Zusammenarbeit mit anderen Organisationen sowie Vertretern der Stadt für die Interessen der Halbinsulaner:innen einsetzt – parteilos und unentgeltlich.

Mit einer Leist-Mitgliedschaft von CHF 40.00 pro Jahr zeigst du uns, dass du unsere Arbeit schätzt und unterstützt uns, so dass wir unter anderem auch die Arena weiterhin gratis anbieten können.

Oder hast du eine Idee, die dir am Herzen liegt und die das Leben auf der Engehalbinsel noch besser machen würde? Wir suchen immer wieder Menschen, die im Leistvorstand – auch «nur» für einzelne Projekte – mitmachen.

Wir haben uns mal erinnert, was der Leist schon so geleistet hat und wo wir – selber oder beigezogene Quartierbewohner – grad dran sind:

- Verbesserung Erschliessung Langsamverkehr Engehalbinsel
- Begleitung grosse Bauprojekte – aktuell
Reichenbachstrasse 118
- Öffentliche Räume auf der Engehalbinsel /
Schulraum: s. auch Einladung zur HV
- Beteiligung «Stadtteil Schwerpunkt Einsamkeit»
- Thematik Lärmschutz
- Boulder-Park am Viadukt (läuft aktuell)
- Pumptrack (hängig)
- Archäologische Vitrinen
- Studerstrasse Verkehrsberuhigung
- Verlängerung Buslinie ins Quartier hinein
- Velostreifen auf der Tiefenaustrasse
- Fyrabe-Bar
- «Beiz daheim»
- Begleitung Bau der Schutzmauer in der Felsenau
- Verhinderung 2. Viadukt (Petition und Teilnahme an ASTRA-Workshops)
- Pflege Hangkantenweg
- Schulwegsicherung – diverse Projekte
- Rollstuhlgängiger Zugang Rossfeld von Tiefenau (hängig)
- Aufwertung Spielplatz Fährstrasse
- OekoInfomobil-Station in der Felsenau
- Velo-Sammlung für Velafrica
- Koordination Umgestaltung Spielplatz Rossfeld
- Arena
- Website www.leist-engehalbinsel.ch
- Quartierstrasse Aaregg



Einladung zur HV 2023 des Leists der Engehalbinsel

Liebe Leist-Mitglieder

Wir freuen uns sehr, Sie zur
**Hauptversammlung 2023 am
Mittwoch, 22. März 2023 um 19:00 Uhr in der
Stiftung Rossfeld, Reichenbachstrasse 122, 3004 Bern**
einzuladen.

Im Anschluss an die Hauptversammlung werden wir uns
mit dem Thema Schulraumknappheit befassen (s. unten).

Traktanden der Hauptversammlung:

1. Vorstellung Vorstandsmitglieder
2. Genehmigung Protokoll HV 2022
3. Entgegennahme Jahresbericht 2022
4. Genehmigung Rechnung 2022 inkl. Revisionsbericht
5. Genehmigung Budget 2023
6. Wahl neues Vorstandsmitglied
7. Wahl Revisor:innen
8. Varia

Weitere Traktandeneingaben und Anträge an die HV bitte
bis zum 15. März 2023 an das Co-Präsidium schicken:
info@leist-engehalbinsel.ch oder an
Luise Menzi, Primelweg 1, 3004 Bern

Im Anschluss an die Hauptversammlung:
Pause mit Apéro riche

**Öffentlicher Teil zum Thema Schulraumknappheit
ab 20:30 Uhr
mit Michael Haldemann, Schulraumplanung Stadt Bern**

Bereits heute besteht auf der Engehalbinsel Schulraum-
knappheit, die Primarschule und Tagesbetreuung behelfen
sich mit Provisorien. Diese Situation wird sich ab Herbst
2023 durch den Erstbezug der neuen familienfreundlichen
Siedlung an der Reichenbachstrasse 118 nochmals akzentu-
tieren. Das auf dem Viererfeld vorgesehene Schulhaus ist
gemäss Planung im Sommer 2029 fertig. Wohin in den
Zwischenjahren mit den Kindern?

Michael Haldemann, Schulraumplanung der Stadt Bern,
informiert, welche Raumressourcen bestehen und welche
Möglichkeiten die Stadt Bern für die kommenden Jahre
sieht, der Schulraumknappheit entgegenzutreten.

Zum öffentlichen HV-Teil sind alle Bewohnerinnen und
Bewohner der Engehalbinsel herzlich eingeladen!

Freundliche Grüsse

Luise Menzi und David Salzmann,
Co-Präsidium des Leists der Engehalbinsel



Tag der Nachbarschaft

Tag der Nachbarschaft am 26. Mai 2023

Feiern Sie mit Ihrer Nachbarschaft!

**Wie gut kennen Sie Ihre Nachbarinnen und Nachbarn?
Wie wäre es, miteinander auf das Zusammenleben im
Quartier, auf den Frühling und das Leben anzustossen,
sich auszutauschen und ein bisschen Quartierclique zu
sein?**

Am 26. Mai 2023 ist der internationale Tag der Nach-
barschaft, der auch in vielen Schweizer Städten gefei-
ert wird. Laden Sie Ihre Nachbarinnen und Nachbarn
ein, feiern Sie Ihr gemeinsames Fest, draussen oder
drinnen, öffentlich oder privat, am 26. Mai oder an ei-
nem anderen Tag.

Die Stadt Bern hilft beim Feiern! Auf [www.bern.ch/
tagdernachbarschaft](http://www.bern.ch/tagdernachbarschaft) finden Sie Ideen, Spielvorlagen,
Einladungsflyer, Checklisten für Feste und vieles mehr.
Sie können auch ein Fest-Kit mit Einladungskarten,
Servietten, Girlanden und Bierdeckeln bestellen.

Falls Sie ein grösseres Fest auf einer Quartierstrasse
planen, finden Sie auf der Web-Seite Formulare für die
Bewilligung – am Tag der Nachbarschaft ist sie sogar
kostenlos. Machen Sie mit!

Weitere Informationen:
www.bern.ch/tagdernachbarschaft



Umnutzen und Zusammenwachsen – Grosse Pläne für die Kleinen und fürs grosse Ganze

Aus den Delegiertenversammlungen vom 14. November und vom 5. Dezember 2022

Aus Kirche und Kirchgemeindehaus Matthäus wird ein Kinderhaus. Die Stadt hat die Liegenschaft an der Reichenbachstrasse im Baurecht erworben und die Verantwortlichen konnten an der DV nun konkrete Pläne für die Umnutzung vorlegen. Um ein Vielfaches grösser und komplexer ist die Fusion von Ostermundigen und Bern. Der entsprechende Vertrag liegt für die Vernehmlassung vor. Für die Quartierkommission wichtig ist, wie zukünftig die Mitwirkung der Stadtteile geregelt werden soll. Die QLE nimmt Stellung.

Das Ensemble Matthäuskirche soll in den nächsten Jahren zum Kinderhaus umgenutzt werden. Geplant sind eine Kita und eine Basisstufe (4- bis 8-jährige Kinder in einer altersgemischten Klasse) inklusive Tagesbetreuung. Integriert wird eine Schul- und Quartierbibliothek. Zudem sollen (ausserhalb der Schulzeiten) Quartiernutzungen ermöglicht werden. Die bestehende Ausstellung der archäologischen Artefakte soll erhalten resp. im Gebäude integriert werden.

Schulcontainer im Rossfeld bleiben

In der Diskussion mit dem städtischen Schulraumplaner wird klar, dass sowohl während der Übergangszeit (das Kinderhaus wird erst 2026 bezugsbereit sein), als auch in den folgenden Jahren die Schulraumsituation auf der Engthalbinsel prekär bleibt und die unbefriedigende «provisorische» Containerlösung weiterbestehen wird.

Von einem Delegierten wird darauf hingewiesen, dass es mit der aktuellen Planung über mehrere Jahre nicht genügend Turnhallen für die Kinder und Jugendlichen im Rossfeld und auch in der Länggasse geben wird. Den Vorschlag, anstatt auf die Turnstunden zu verzichten, den Kindern Schwimmunterricht in der neuen Schwimmhalle Neufeld anzubieten – wie das in anderen Gemeinden gemacht worden ist –, nehmen die Stadtvertreter:innen auf.

Vom Quartier zum zukünftigen Bahnhof Bern

Ein Vertreter der QLE hat am ersten Echoraum zur Mitwirkung bei der Planung «Stadtraum Bahnhof Bern» teilgenommen. Er musste feststellen, dass der Bereich Falkenplatz, Hochschulstrasse und Grosse Schanze in der Testplanung nur ungenügend vorkommt. Dies obwohl die QLE seit 2017 wiederholt den Einbezug dieses Raums in die Planung Zukunft Bahnhof Bern (ZBB) eingefordert und dies auch zugesichert erhalten hat. Ob der für die Länggasse wichtige Übergang in das Programm aufgenommen wird, ist unklar.

Gemeindefusion: Auswirkungen auf die Quartiermitwirkung

Gemeinderat Michael Aebersold informierte die Delegier-

ten über den Stand von Kooperation Bern / Ostermundigen, dem Fusionsprojekt der beiden Gemeinden. Der Entwurf des Fusionsvertrags liege vor und werde nun in die Vernehmlassung geschickt. Der Vertragsentwurf sei ausbalanciert. Beide Partner hätten etwas gegeben. Er betonte, dass es strategische und nicht finanzielle Gründe seien, die die beiden Gemeinden zusammenbringe. Der neue Grossraum würde zur viertgrössten Schweizer Stadt und würde mehr politisches und wirtschaftliches Gewicht bekommen.

Die Kritik der QLE Delegierten konzentriert sich auf die Fragen zur Stadtteilpartizipation. Die QLE nimmt dazu wie folgt Stellung:

- Die QLE hat sich im Sommer 2020 explizit für eine Gleichbehandlung der Stadtteilkommissionen ausgesprochen; das heisst, ein einheitliches System der Quartiermitwirkung ist für die QLE eine Voraussetzung. Mit dem vorliegenden Vorschlag wird für Ostermundigen eine Quartiermitwirkungsform gewählt, die grundsätzlich von jener der bestehenden Kommissionen abweicht (öffentlich-rechtliche Stadtteilkommission vs. privatrechtlich organisierte Kommissionen). Ein derart stark divergierendes System der Stadtteilmitwirkung trägt nicht zum Zusammenwachsen von Ostermundigen mit der bisherigen Gemeinde Bern bei. Insbesondere führt sie zu einer Ungleichbehandlung der Bewohner:innen der künftigen Gemeinde Bern, je nach dem in welchem Quartier sie wohnen.
- Für den künftigen Stadtteil 7 ist in den Dokumenten eine Beteiligungsform vorgesehen, die der Logik einer eigenständigen Gemeinde entspricht. Damit wird eine grosse Chance verpasst, die den Berner Stadtteilkommissionen zu eigen ist: nämlich, dass die Teilnahme und Mitwirkung unabhängig der Staatsbürgerschaft erfolgen kann. Ein Quartiermitwirkungsrecht, das auf der Schweizer Staatsbürgerschaft basiert, lehnt die QLE ab. Angesichts dessen, dass die künftigen Delegierten des Stadtteils 7 ein Mitsprache- aber kein Mitbestimmungsrecht haben, wäre es ein leichtes gewesen, eine nicht-diskriminierende Form der Quartierbeteiligung als Übergangslösung vorzuschlagen.
- Die finanzielle Ungleichbehandlung der künftigen Berner Stadtteilkommissionen lehnt die QLE im Grundsatz ab. Es kann nicht sein, dass der Stadtteil 7 als künftig kleinster Stadtteil über ungleich höhere Mittel verfügt als etwa die QLE, die von der Grösse her dem neuen Stadtteil 7 am nächsten kommt.

Budget, Jahresrechnung und eine Rücktrittsankündigung

Die Delegierten beschlossen für das nächste Jahr (2023) ein praktisch ausgeglichenes Budget im bisherigen Rahmen (-2500.– Fr.) und nahmen Kenntnis von der provisorischen Jahresrechnung 2022, die mit einem kleinen Verlust abschliessen wird.

Orrin Agoues kündigt an, dass er als Präsident der Quartierkommission Mitte Oktober 2023 zurücktreten wird, aber weiterhin die Mitte in der QLE vertreten wird.

VORSTAND DER QUARTIERKOMMISSION LÄNGGASSE-ENGEHALBINSEL (QLE)
WWW.QLE.CH

Tangentiallinie Ja, Linienführung Nein

Aus der Delegiertenversammlung vom 23. Januar 2023

Am 9. Januar veröffentlichte die Regionalkonferenz Bern Mittelland das Konzept für eine neue Bus-Tangentiallinie – und sorgte damit für einige Aufregung im Länggassquartier. Der Grund: Die Buslinie würde mitten durch die Begegnungszone Mittelstrasse führen und lässt die Engehalbinsel links liegen. In der Delegiertenversammlung der QLE stellten sich der städtische Verkehrsplaner Karl Vogel und der Präsident der Regionalkonferenz Martin Moser der Diskussion.

Bern West ist der bevölkerungsreichste Stadtteil Berns und die Zahl der ÖV-Pendlerinnen und Pendler zwischen dort und der Stadt nimmt stetig zu. Bisher führen alle Verbindungen über das Zentrum beim Bahnhof. Um dieses zu entlasten, schlagen die Verkehrsplaner vor, die Quartiere Bümpliz und Länggasse mittels einer Bus-Tangentiallinie direkt zu verbinden. Das Konzept dazu liegt zur Vernehmlassung vor (www.bernmittelland.ch). Die Quartierorganisationen und die QLE sind aufgefordert, dazu Stellung zu nehmen.

Vom Bahnhof Bümpliz Süd über Weyermannshaus direkt in die Länggasse

In der Diskussion wurde schnell klar, dass die Idee einer direkten und schnellen Verbindung auch für die Länggasse attraktiv wäre, zum Beispiel zum zukünftigen Campus der Berner Fachhochschule oder zum Freibad Weyermannshaus. Die Vertreterinnen der Studentenschaft erwähnten, dass viele Studierende zwischen dem günstigen Wohnraum in Bern West und dem Uniquartier Länggasse pendelten.

Als lebensfremd und fürs Quartier inakzeptabel wurde jedoch die vorgeschlagene Linienführung beurteilt. Das Konzept schlägt vor, dass der Bus von der Bremgartenstrasse durch die Länggassstrasse fährt von dort durch die Mittelstrasse bis zum Bierhübeli und dann bis zur neuen Wendeschleife Viererfeld. Das heisst, es würden pro Stunde acht Busse durch die vielbenutzte Begegnungszone Mittelstrasse fahren. Die auch für den Stadtteil Bümpliz Bethlehem wichtigen öffentlichen Einrichtungen an der Bremgarten- und Neubrückstrasse würden nicht erschlossen.

Grosses Unverständnis

Für den Präsidenten der Quartierkommission, Orrin Agoues, ist es unverständlich, warum sich mit dem Tangentialbus noch ein weiterer Bus durch die Länggassstrasse quetscht, und dann durch die Mittelstrasse, unseren «Dorfplatz» und unsere Begegnungszone, fährt. Er verweist auf den vom Vorstand QLE diskutierten Alternativvorschlag: eine Tangentiallinie die auf der Bremgartenstrasse weiterfährt und dadurch das Lindenhofspital, den Neufeldgymer, und das neue Fernbusterminal Neufeld bedient. Und dann über die breite Neubrückstrasse, die neue Schwimmhalle und die Sportstätten Neufeld, die wahrscheinliche künftig dichte und autoarme Überbauung Mittelfeld, den Freigymmer und das Engeriedspital erschliesst, um danach beim Bierhübeli in Richtung Viererfeld abzubiegen.

Aus dem Plenum wurde darauf hingewiesen, dass bereits heute zu den Spitzenzeiten 29 Busse und Postautos pro Stunde durch die Länggassstrasse fahren. Mit der Tangentiallinie wären es nochmals vier weitere. Schon heute ist zu beobachten, dass die Kreuzungen dort oft blockiert sind. Die Haltestellen sind voll und der öV behindert sich gegenseitig.

Der älteste Teilnehmer der Versammlung meinte, der Verkehr habe sich dem Leben und nicht das Leben sich dem Verkehr unterzuordnen. Die Mittelstrasse sei die Piazza der Länggasse. So sehe es auch der Gemeinderat gemäss seiner Antwort auf eine gleichlautende Motion. Mit der geplanten Buslinie wären die ganzen Aufwertungsmöglichkeiten wie die temporäre Schliessung für Quartierveranstaltungen weg und auch die Massnahmen zur Geschwindigkeitsverminderung des Individualverkehrs müssten wieder aufgehoben werden, um den Bussen eine hinderisfreie Fahrt zu gewähren. Die Linienführung kollidiere direkt mit den in den letzten Jahren gewachsenen Begegnungsstrukturen.

Linie weiterführen ins Rossfeld

Von mehreren Anwesenden wurde darauf hingewiesen, dass die neue Buslinien nicht im Viererfeld enden dürfe. Wie bereits in der letzten Mitwirkung der QLE im 2020 geschrieben, stellt dies endlich die Gelegenheit dar die Quartiere Rossfeld und Tiefenau und damit auch das Spital Tiefenau (Schwerpunkt Alterspflege) und die Stiftung Rossfeld (Ausbildung und Wohnheim für Menschen mit oft eingeschränkter Mobilität) besser mit ÖV zu erschliessen.

Die Vertreter der Verkehrsplanung und der Regionalkonferenz meinten, sie hätten viele Varianten diskutiert und berechnet, und diese dann aus verkehrstechnischen oder aus ökonomischen Gründen verworfen. Während Martin Moser von der Regionalkonferenz zum Schluss nochmals technische und wirtschaftliche Notwendigkeiten für die vorgeschlagene Variante ins Feld führte und die Delegierten ermahnte, doch «konstruktiv» zu sein, meinte Karl Vogel, der Verkehrsplaner der Stadt, dass er

grosse Freude habe daran, wie sich die Mittelstrasse entwickelt und was man gemeinsam durch die Begegnungszone dort erreicht habe.

Die Geschäftsleitung der QLE betont dann auch, dass gerade die konstruktive Kritik im Zentrum ihres Ansatzes stehe und sie sehr wohl versucht Mehrwerte für möglichst viele potentielle ÖV-Nutzende zu schaffen. Entsprechend wird sie einen Mitwirkungsbericht erstellen und den Delegierten an der nächsten Versammlung zur Diskussion vorlegen. Gleichzeitig ermuntert sie alle Quartierorganisationen und Parteien sich dem Thema anzunehmen und ihre Haltung zur Tangentiallinie abzugeben.

Umbau der Inselkreuzung und Schutz vor Ausweichverkehr

Simon Mosimann, der Vertreter von Tiefbau Stadt Bern, informierte die QLE über die anstehende Sanierung der Inselkreuzung. Die Busspur wird ausgebaut und die Haltestellen werden entflochten, so dass der ÖV besser fließen kann. Zudem wird die Kreuzung für den Veloverkehr sicherer gemacht. Die Arbeiten beginnen im Juni und dauern bis November 2024. Die Kreuzung bleibt während der ganzen Bauzeit befahrbar.

Mit Interesse folgten die Anwesenden den Ausführungen von Karl Vogel zum Thema Verkehrsmanagement auf den zentralen Verkehrsachsen. Um eine Überlastung des Zen-

trums zu Spitzenzeiten zu verhindern muss der Verkehr auf den Hauptzufahrtsstrassen dosiert werden. Damit wird die Tendenz, auf die Quartierstrassen auszuweichen, grösser. Dies soll durch gezielte und durchsetzbare Massnahmen verhindert werden. Vorgesehen sind Abbiegeverbote auf den Risikorouten. Mit einem Monitoring werden die Veränderungen in den Verkehrsflüssen überprüft.

Die Präsentationen Inselkreuzung und Massnahmen Zentrale Verkehrsachse sind auf der Website der QLE aufgeschaltet.

VORSTAND DER QUARTIERKOMMISSION LÄNGASSE-ENGEHALBINSEL (QLE)
WWW.QLE.CH



**MICHELLE
HERZLICH
AMBITIONIERT
SPITEX BERN**

Jetzt informieren oder bewerben.
jobs.spitex-bern.ch | T. 031 388 50 50

Überall für alle
SPITEX
Bern

Verstärkung für die Fyrabear

Die Fyrabear im Rossfeld ist eine Erfolgsgeschichte. Hier werden Geschichten erzählt, neue Bekanntschaften gemacht und alte Freundschaften aufgefrischt. Hier kann man lachen, singen, tanzen, fein essen und das Leben genießen.

In der ersten Woche nach den Sommerferien gibt es viel zu erzählen – also treffen sich die Bewohner:innen der Enghalbinsel zum Austausch. In den vergangenen Jahren hat die schmissige Quartierband «Ritardando» die Nachbarschaftstage am Mittwochabend eröffnet. Dabei lud ein Grill zum Bräteln ein, an der Bar gab es hausgemachte Bowle und frisches Bier aus der Felsenau. Am Freitag legten «Bonnie & Clyde» Musik auf und brachten die Halbinsularer:innen zum Tanzen. Der Samstagmorgen gehört traditionell den Kindern: Auf sorgsam ausgelegten Teppichen halten sie gebrauchte Kleider und Spielzeuge im Umlauf. Abends füllt sich der Rossfeldplatz und alle warten gespannt auf die Live-Band. Im Sommer 22 war es die Band «Sintflut im Aquarium», die den Regen zum Glück nur im Namen trug.

Am letzten Quartierfest erzählte Mona Seitz von den Anfängen der Fyrabear, vom ersten Begegnungsanlass, der vor über 10 Jahren im Rossfeld stattgefunden hat. Immer fanden sich initiative Menschen aus dem Quartier, die das Programm miteinander gestaltet und umgesetzt haben. Begleitet wurden sie dabei vom Leist und von den örtlichen Kirchgemeinden. In den vergangenen Jahren hat Christoph Schafer die Gruppe geleitet. Er hat dabei einige Highlights erlebt: Die persönlichen Begegnungen und die Gestaltungsmöglichkeiten im Quartier haben ihm besonders gefallen. Nun sucht die Gruppe Verstärkung und freut sich über neue Kräfte, die unserem Quartierfest einen persönlichen Stempel aufdrücken möchten – oder die einfach an einem Abend an der Bar aushelfen möchten.

Die Vorbereitungsgruppe trifft sich am 15. März 2023 um 19.30 Uhr in der Schalterhalle zur Planung der Ausgabe 2023. Wer sich für das Quartierfest einsetzen möchte, meldet sich so bald wie möglich bei lanz_anna@hotmail.com

TEXT + BILDER: KURT AUFDEREGGEN



Seit Jahren macht die Quartierband «Ritardando» den stimmungsvollen Auftakt ins Quartierfest.



Christoph Schafer hat das Vorbereitungsteam in den letzten Jahren geleitet.



Das Barteam vom Mittwochabend verbreitete gute Laune!

Eisbaden auf der Engehalbinsel – auch oder gerade für Gfrörlis

Kurse nach der Wim Hof Methode

Immer öfter sieht man Menschen, die sich auch im Winter ein stärkendes Bad in der Aare oder in anderen Gewässern gönnen. Das eiskalte Wasser aktiviert das Herz-Kreislauf-System und verhilft in der lichtarmen Jahreszeit zu einer Extraportion Energie. Gerade auch für Kältemuffel kann es das winterliche Wohlbefinden erhöhen, denn nach einer derartigen Abkühlung fühlt sich möglicherweise der nächste Spaziergang in klirrender Kälte etwas weniger frostig an. Damit das Eisbaden seine stärkende Wirkung entfalten kann, braucht es jedoch ein gewisses Training sowie Rücksichtnahme auf die eigene körperliche Verfassung.

Hier auf der Engehalbinsel kann man das Eisbaden im geschützten Rahmen ausprobieren, und zwar im Projektraum Aaregg, wo einmal monatlich Kurse nach der Wim Hof Methode¹⁾ stattfinden. Geleitet werden sie von Stefan Leubin, der unter anderem breatheology- und wim hof method-instructor ist. Mit einer abwechslungsreichen Mischung aus Theorie und praktischen Übungen führt Stefan in das Thema ein, sodass die Teilnehmenden nach rund vier Stunden das erforderliche Rüstzeug und den notwendigen Mut für ein kurzes Sitzbad in der Eiswanne haben. Auch wer schon Erfahrung mit Eisbaden hat, erfährt viel Wissenswertes – beispielsweise über eine optimale mentale und körperliche Vorbereitung. Mit einer solchen, so Stefan, könne eigentlich jeder gesunde Mensch die Wim Hof Methode praktizieren. Selbstüberwindung braucht es natürlich immer wieder auf's Neue, aber es gibt ein paar Tricks, die das Unterfangen erleichtern. Nach und nach kann so die Verweildauer im Eisbad auf mehrere Minuten verlängert werden, was die zahlreichen positiven Effekte, über die man am Kurs ebenfalls einiges erfährt, verstärkt.

Ich durfte kürzlich an einem Kurs von Stefan teilnehmen und kann es wärmstens weiterempfehlen. Obwohl ich eine ausgesprochene Gfrörlin bin, war ich neugierig, das Eisbaden einmal auszuprobieren. Anfangs war ich skeptisch und fragte mich, ob ich wohl tatsächlich in eine mit Eiswürfeln gefüllte Wanne steigen würde. Doch die einfühlsame Art von Stefan sowie die sympathische und bunt zusammengewürfelte Gruppe der Kursteilnehmenden liessen das Eis rasch schmelzen, sodass ich mich am Ende überwand und mein eisblaues Wunder erlebte. Sogar ein Lächeln in die Kamera lag noch drin. Übrigens erhalten alle Teilnehmenden eine Foto von sich – eine schöne Erinnerung an ein aussergewöhnliches Erlebnis! Für mich hat sich der Kurs gleich in mehrfacher Hinsicht gelohnt: Ich konnte mein Wissen über die Atmung und ihre Wirkung auf die Befindlichkeit auffrischen. Seither achte ich gerade in Stresssituationen wieder vermehrt auf eine ausreichend lange Ausatmung. Auch fällt mir das kalte Duschen, von dessen po-



Stefan erklärt die Vorgänge beim Ein- und Ausatmen. Um die Kälte beim Eisbaden zu ertragen, spielen im Wesentlichen der Atem und die geistige Haltung («mindset») eine Rolle. Beides kann trainiert werden.



Eine der Vorbereitungsübungen ist die sogenannte Wim Hof-Atmung, die liegend geübt werden kann.

sitiver Wirkung ich schon vor dem Kurs überzeugt war, nun leichter und einem aufkommenden Frösteln kann ich allgemein besser entgegenwirken – alles sehr nützlich für den Energiesparwinter 2023! Nicht zuletzt ist es einfach ein gutes Gefühl, etwas zu meistern, von dem man glaubt, dass man es nicht kann! **GABRIELA FELDMANN**

Mehr zu den Kursen erfährst du unter:
www.potential-entfalter.ch/wim-hof

¹⁾ Wim Hof ist ein niederländischer Extremsportler, der zahlreiche internationale Rekorde im Ertragen extremer Kälte hält, darunter den Rekord für das längste Eisbad. Seine Erfolge führt er auf die von ihm selbst entwickelte Wim-Hof-Methode zurück, die im Kern aus einer speziellen Atemtechnik besteht und sich positiv auf die Gesundheit auswirken soll.



Während jeweils eine Person in der Wanne sitzt, unterstützen die anderen mit einer kraftvollen und wärmenden Qigong-Übung.



Nach dem Bad ist die Stimmung gelöst und alle sind voller Energie.

FOTOS: GABRIELA FELDMANN, STEFAN LEUBIN, ANGELA WETTSTEIN

Genossenschaftsfest EBG-Siedlung Rossfeld

Die Bewohnerinnen und Bewohner der genossenschaftlichen Siedlung am Granat-/Tulpenweg im Rossfeld organisieren jährlich ein Sommerfest für Gross und Klein.

Wir möchten das Fest für das gesamte Quartier öffnen – nicht nur als Besuchende, sondern auch zum aktiv mitgestalten.

Möchtest Du an unserem diesjährigen Fest mitwirken?

Wir suchen motivierte Leute aus dem Quartier die Lust haben ihr Talent einzubringen. Dies kann Theater, Tanz, Musik, Zauber, Stand-up, Feuershow, DJ etc. sein.

Wir freuen uns auf Eure Ideen und auch wenn ihr dabei seid.

Das Fest findet am Samstag 1. Juli 2023 statt.

Bitte meldet Euch bei Priya Egger, priyaegger@gmx.ch



Süessgänger in der Schalterhalle, Rossfeld

DIENSTAG, 9. MAI 2023, 18 UHR



Schokoholic präsentiert in der Schalterhalle einen süssen, kulinarischen Mehrgänger – den Süessgänger.

Fünf hochstehende Dessertkreationen.

Mit viel Gemüse und Schokolade.

Verbindliche Reservationen unter
www.schokoholic.ch

toj Tiefenastrasse 117
Aaregg

Lernbegleitung
Unterstützung bei Hausaufgaben &
Schulaufträgen

im Jugendtreff
Primo
jeweils am Mittwoch
15.45 - 17.15 Uhr

"3004"

Jugendtreff Primo

Der Jugendtreff Primo an der Tiefenastrasse 117 ist für alle Jugendlichen ab 12 Jahren offen. Im Erdgeschoss gibt es einen Billardraum, den beliebten Chillraum sowie einen Modi*raum, in welchem sich die Mädchen* zurückziehen können. Im UG gibt es einen grossen Raum mit Töggelkasten und Musikanlage. Der beliebte Fitnessraum kann von den Jugendlichen während den Trefföffnungszeiten genutzt werden. Weitere Ideen, wie der Raum gestaltet und genutzt werden kann, sind herzlich willkommen. Hast du ein Projekt, welches du mit den Jugendarbeitenden umsetzen möchtest, planst du einen Anlass? Dann melde dich bei Treffteam.

Aktuell ist der Jugendtreff am Mittwoch von 14.00–18.00 Uhr und am Freitag von 16.00–20.00 Uhr offen und bietet nebst den Räumen zum Verweilen folgendes Angebot der Jugendarbeit an:

- Kostenlose Lernbegleitung für Schülerinnen & Schüler aller Schulstufen am Mittwochnachmittag
- Beratungszeit für Jugendliche und ihre Bezugspersonen zu Themen wie: Schule, Familie, Ablösung, Berufswahl etc.
- Vermietung der Räume an die Quartierbevölkerung

Komm einfach vorbei oder melde dich unter 079 362 09 48 oder 079 964 54 87



«Husgmacht im Rossfeld» neu bei Rüedu

Feinschmecker:innen aufgepasst: Neu sind unter der Produktlinie «Husgmacht im Rossfeld» drei feine Suppen aus der Küche der Stiftung Rossfeld bei Rüedu, dem Hofladen im Quartier, erhältlich.

Wer diese Tage den «Rüedu» Rossfeld an der Reichenbachstrasse 77 besucht, kann sich über Suppen-Spezialitäten aus dem Rossfeld im Kühlregal freuen: ein indisches Dahl mit Linsen, Gersten-Crème mit Gemüse (beide vegi) oder klassische Gulasch-Suppe. Die fixfertigen Gerichte werden im Restaurant der Stiftung Rossfeld mit saisonalen Zutaten aus der Region hergestellt und sind in allen «Rüedu» Hofläden rund um Bern erhältlich.

Frische Salatsaucen

Für mehr Pepp auf dem Salatteller empfiehlt Rossfeld-Küchenchef Donat Schatzmann die neuen Salat-Dressings Balsamico und French. Die Produktetiketten der zwei Salatsaucen werden in der Tagesstätte von Klient:innen mit Beeinträchtigungen entworfen, gestaltet und beklebt. Sie sind ab sofort in der Kühlvitrine des Restaurants Rossfeld erhältlich, kommen ohne Konservierungsmittel aus und sind gluten- und laktosefrei.

Feiern und Tagen

Sie suchen den idealen Ort für Ihren nächsten Anlass? Mieten Sie unsere Räumlichkeiten für Seminare, Familienfeste oder sonstige Veranstaltungen. Gerne stellen wir Ihnen ein massgeschneidertes Angebot mit Catering zusammen.



Restaurant Rossfeld

Reichenbachstrasse 122
Menüplan und weitere Infos unter
www.rossfeld.ch/restaurant

VBG – Quartierarbeit Stadtteil 2

Wir sind in den Quartieren Aaregg, Tiefenau, Rossfeld, Äusserer Enge, Hintere Engehalde und Felsenau aktiv und setzen uns für mehr Lebensqualität ein. Du planst ein Quartierfest oder suchst einen Verein, um Dich zu engagieren? Du hast Fragen zum Zusammenleben oder zu Deinem Wohnumfeld? Wir beraten Dich gerne in Deinen Anliegen und Ideen:

Tom Lang
Quartierarbeiter
tom.lang@vbgbern.ch
079 137 08 40

Tamara Kämpf
Quartierarbeiterin
tamara.kaempf@vbgbern.ch
078 920 00 66

vbgbern – Information & Beratung

Räume mieten

Auf der Suche nach einem Raum im Quartier für ein Fest oder ein Treffen? Wir haben die verfügbaren Quartierräume auf der Engehalbinsel und in der Länggasse übersichtlich aufbereitet.

Beide Dokumente sind unter www.vbgbern.ch > Länggasse-Engehalbinsel > Rubrik «Räume zum Mieten» abrufbar.

Den Belegungsplan für den Projekt Raum am oberen Aareggweg 51 findest Du ebenfalls unter www.vbgbern.ch > Länggasse-Engehalbinsel > Rubrik «Angebote Quartierarbeit».

vbgbern – Information & Beratung

Infostelle Aaregg & TreffTisch Engehalbinsel

Hast du Fragen zum Quartier? Fragen zu Themen des Alltags wie Wohnen, Budget, Arbeit oder Kinderangebote? Hast Du eine Projektidee? Wir haben stets ein offenes Ohr und versuchen Dich in Deinen Anliegen zu unterstützen.

**Infostelle an der Tiefenaustrasse 117:
jeweils am Montag von 16.00–18.00 Uhr**

**TreffTisch Engehalbinsel bei der Lo Snag Bar:
jeden Mittwoch von 15.00–18.00 Uhr**

vbgbern – Information & Beratung

Quartierpost und Quartieragenda

Du möchtest wissen, was im Stadtteil 2 läuft? Du veranstaltest einen Anlass und würdest diesen gerne bewerben?

Abonniere die Quartierpost: www.quartierpost.ch oder nutze die Quartieragenda: www.qle.ch/agenda.

Falls Du Veranstaltungen platzieren möchtest, schreibe an agenda@qle.ch.

vbgbern – Angebote & Projekte

Quartierznacht Aaregg – ein Treffpunkt im Quartier



Gemeinsam Essen und Austauschen. Wir laden dich gerne zum Quartierznacht in den Garten des Projekt Raum Aaregg (Oberer Aareggweg 51a) ein. Bitte bringe Essen & Trinken zum Teilen mit.

Jeweils am Freitagabend ab 18.30 Uhr:

- Freitag, 17. März
- Freitag, 21. April
- Freitag, 12. Mai
- Freitag, 16. Juni
- Freitag, 15. September
- Freitag, 20. Oktober
- Freitag, 17. November

Netsanets Äthiopisches Spezialitäten-Buffer

Jeweils am 1. Samstag im Monat, 18.00–22.00 Uhr:
3. Dezember 2022, 7. Januar 2023, 4. Februar 2023

netsiabebe@yahoo.com / 079 428 46 63
im Quartiertreff Aaregg, Tiefenaustrasse 117, 3004 Bern

vbgbern – Angebote & Projekte

Spieltreff Biberspielplatz und TreffTisch



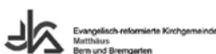
Der wöchentliche Spieltreff für alle Kinder von 4–12 Jahren findet **immer am Mittwoch von 14.00–17.00 Uhr** auf dem Biberspielplatz in der Aaregg statt (ausser Schulferien).

Parallel zum Spieltreff findet **von 15.00–18.00 Uhr** für Erwachsene der TreffTisch statt: bei der Lo Snag Bar etwas trinken (Kollekte) und sich austauschen.

TreffTisch Engehalbinsel

offene Runde für Begegnung & Fragen

jeden Mittwoch von **15.00 – 18.00 Uhr** mit Kollekte
in der **Lo Snag Bar**, Oberer Aareggweg 45, beim Biberspielplatz
zeitgleich zum Spieltreff



vbgbern – Angebote & Projekte

FüürAbe Engehalbinsel



FüürAbe Engehalbinsel

Ein Quartier begegnet sich
für alle Bewohner*innen der Engehalbinsel

Bringt etwas zum Essen & Trinken mit.

Wir bieten Infrastruktur, Feuer und Grill, jeweils ab 17 Uhr.

Freitag, 17. März

beim Projekt Raum Aaregg,
Oberer Aareggweg 51a, Bern

Freitag, 9. Juni

beim Biberspielplatz in der Aaregg
Oberer Aareggweg / Thormanmätteliweg

Freitag, 27. Oktober

bei und mit der Stiftung Rossfeld,
Reichenbachstr. 122, Bern

bei Fragen: Eva Vogel, Kirchgemeinde Matthäus
eva.vogel@refbern.ch / 076 409 70 94

vbgbern – Angebote & Projekte

Quartierfest Aaregg 2023

Nach dem erfolgreichen Quartierfest auf dem Biberspielplatz im August 2022, möchte das Organisationskomitee wiederum ein Fest organisieren. Dazu braucht es aber noch viel tatkräftige Unterstützung im OK.

Bist Du interessiert am Fest mitzuwirken? Dann melde dich sehr gerne bei Tamara Kämpf.

Vorab schon mal soviel: Das Quartierfest 2023 findet am Samstag, 26. August 2023 statt! Save the date!

vbgbern – Angebote & Projekte

NEU:
Eltern-Kind-Treff Aaregg



Ein Treffpunkt für Familien mit Kindern im Alter von 0–4 Jahren. Während die Kinder zusammen spielen, können sich die Eltern bei Kaffee oder Tee austauschen (Kollekte).

Jeweils am Dienstagvormittag von 9.00–11.00 Uhr im Projekt Raum Aaregg am oberen Aareggweg 51a.

Kontakt bei Fragen:
Nora Koprek, nora.koprek@web.de, 076 214 42 38

vbgbern – Angebote & Projekte

Projekt Raum Aaregg

Wir betreiben am Oberen Aareggweg 51a den Projekt Raum Aaregg. Der multifunktionale Raum kann für private und öffentliche Angebote und Anlässe gemietet werden. Interessierte melden sich via Mail oder Telefon bei Tamara Kämpf.

Brauchst Du einen Raum für Deine Geburtstagsfeier? Für einen Vereinsanlass? Möchtest Du regelmässig ein Angebot lancieren? Nimm mit uns Kontakt auf.

Aktuelle Angebote im Projekt Raum sind:

- Dienstag **Eltern-Kind-Treff** 09.00–11.00 Uhr
Kornhausbibliothek 15.00–18.00 Uhr
Lesezirkel 19.00–21.00 Uhr (erster Dienstag im Monat)
- Mittwoch **Seniorinnenturnen** 8.30–10.30 Uhr
Spieltreff von 14.00–17.00 Uhr für Kinder ab 4 Jahren (bei schlechter Witterung im Projekt Raum, ansonsten auf dem Biberspielplatz)
Yoga mit Tanja 18.30–20.30 Uhr
- Donnerstag **Kornhausbibliothek** 15.00–18.00 Uhr
- Freitag **Yoga mit Tanja** 8.30–9.45 Uhr
- Sonntag **Yoga mit Lana** 18.15–19.15 Uhr

Wenn Dich ein Angebot näher interessiert, stellt dir die Quartierarbeit gerne die Kontaktangaben zu.

vbgbern – Angebote & Projekte

NEU:
Polysportives Angebot auf der Engehalbinsel

Eine von Quartierbewohnerinnen initiierte Projektgruppe setzte sich letzten Sommer das Ziel, auf der Engehalbinsel ein polysportives Angebot für Kinder zu starten.

Ab der Sportwoche wird es nun konkret:

Jeden Donnerstag von 16.15–17.30 Uhr startet KIDS BEWEGT – ein Outdoor-Bewegungsangebot für Kinder von 8–12 Jahren.

Weitere Infos siehe Flyer oder bei samara.minder@refbern.ch / 076 819 98 36.

Und es kommt voraussichtlich noch besser: im August 2023 soll ein zweites polysportives Angebot in der Turnhalle Rossfeld starten. Weitere Infos folgen.

Start nach den Sportferien

KIDS BEWEGT

Sport, Spiel und Bewegung für Kinder von 8-12 Jahren

Infos und Anmeldung:
Samara Minder
samara.minder@refbern.ch,
076 819 98 36

Kosten:
5.- / Mal
Reduktion möglich,
Gratis für Kinder mit
Kulturlegi und
Ausweis F, N, S

Jeweils Donnerstags
16.15 - 17.30 Uhr

Treffpunkt: Vor dem Schulhaus **Rossfeld**

Das Training findet immer **draussen** statt.

Regelmässige Veranstaltungen

TURNEN UND BEWEGUNG

Muki/Vaki-Turnen: Mo, 16.30–17.45 Uhr,

Turnhalle Schule Rossfeld,

Leitung: Dora Sommer, 079 504 37 42, dora.sommer@gmx.ch

SENIORINNTURNEN

Mi, 08.30–10.30 Uhr,

Projekt Raum Aaregg, Oberer Aareggweg 51a

SPORTVEREIN FELSENAU-BREMGARTEN

Männerriege: Di, 20.00–21.30 Uhr, Turnhalle Schule Rossfeld

Frauenriege: Do, 20.00–21.00 Uhr, Turnhalle Schule Rossfeld

Weitere Infos unter: www.felsenau-bremgarten.ch

LANDHOCKEY ab ca. 8 Jahre,

Turnhalle / roter Platz Schule Rossfeld

Di, 17.30–19.00 Uhr und Do, 18.00–19.30 Uhr,

Lars Lestander, Juniorenleiter Berner HC, junioren@bernerhc.ch

PILATES

Diana Kurth, 079 691 26 87, dkurth@gmx.ch

Di, 19.00–19.50 Uhr, Turnhalle Schule Rossfeld

YOGA

Myrielle Philipona

Di 9.00–10.15 Uhr, Projekt Raum Aaregg

Tanja Onorato

Mi, 19.00–20.15 Uhr, Projekt Raum Aaregg

Fr, 08.30–09.45 Uhr, Projekt Raum Aaregg

WALDKINDER BERN, Reichenbachwald

1–2x pro Woche, 9.00–13.45 Uhr: Wald-Spielgruppe

3–4x pro Woche, 8.45–14.00 Uhr: Wald-Basisstufe

kind@waldkinderbern.ch, www.waldkinderbern.ch

KORNHAUSBIBLIOTHEK ROSSFELD (ausser in den Schulferien)

Di und Do, 15.00–18.00 Uhr, Oberer Aareggweg 51a

Lesegruppe, jeweils 1. Dienstag im Monat 19.00–21.00 Uhr

Kontakt: Anita Krebs 076 572 45 18

INFOSTELLE AAREGG

Mo von 12.00–14.00 Uhr, Tiefenastrasse 117, 3004 Bern

Tom Lang, 079 137 08 40, tom.lang@vbgbern.ch

GYROS und andere griechische Spezialitäten

jeweils Fr, 11.00–19.00 Uhr,

Parkplatz Rumänisch-Orthodoxe Pfarrei

Pavlos + Heidi Kountoudis, 079 517 50 67, gyros3004@hotmail.com

SPIELTREFF für Kinder ab 4 Jahren

jeweils Mi 14.00–17.00 Uhr, Oberer Aareggweg 51a

ELTERNCAFÉ ENGEHALBINSEL

jeweils Mi 14.00–16.00 Uhr, Lo Snag Bar, Oberer Aareggweg 45

Pro Brenodor

Zeitreise zu den Kelten und Römern



FOTO: ZVG

Eine abenteuerliche Zeitreise 2000 Jahre zurück. Die kleinen und grossen Besucher:innen begegnen etwa zwei Gladiatoren, die ihre Waffen schwingen oder einem Sklaven, der stolz das öffentliche Bad zeigt und ein Geheimnis verrät. Und eine schwatzhafte Töpferin verrät ihnen Interessantes aus ihrer Zeit. Und weil es Muttertag ist, gibts eine kleine gallorömische Überraschung zum mit nach Hause nehmen. Die szenische Führung findet bei jeder Witterung statt.

Sonntag, 14. Mai um 10.30–11.45 Uhr

Für Menschen ab 8 Jahren.

Gute Schuhe und feste Kleidung.

Bitte Bargeld für den Eintritt möglichst abgezählt mitbringen, es wird vor Ort einkassiert.

Treffpunkt: Engehalbinsel Bern:

Reichenbachstrasse 110–114

(Vordach Gemeindehaus Matthäuskirche)

Webseite

www.probrenodor.ch

Reservation via Fäger ist erwünscht: www.faeager.ch

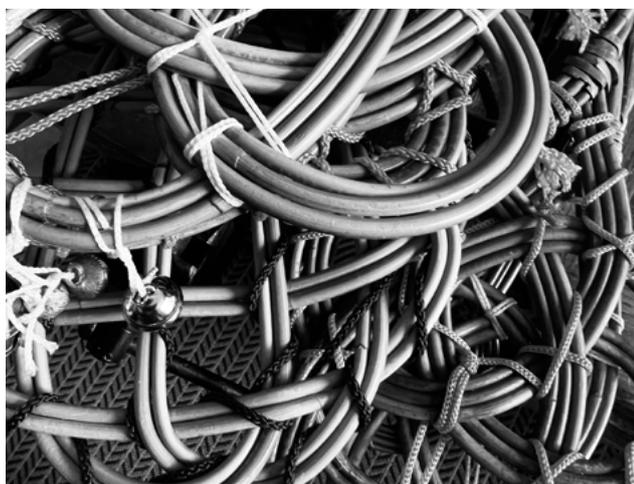
Preis: Fr. 13.–/25.–

Altersempfehlung: ab 8 Jahren

Vergünstigung mit der Kultur-Legi

Kunst in der Kirche

Doré Walther



FOTOS: ZVG

Mit zwei Installationen bespielt Doré Walther den Kirchenraum.

**«Hängende Gedankenklopper»
«Warum lohnt es sich, überhaupt zu überleben?»**

Die beiden Arbeiten regen an zum spielerischen Nachdenken warum, wieso, wofür. Beide sind mit Seilen erarbeitet und haben ihren eigenen Weg. Wohin die verschlungenen Wege führen, bestimmen Sie selbst. Bei den beiden Objekten befindet sich ein Heft, in das Sie Ihre Gedanken notieren können. So finden Sie einen guten Anfang in das noch junge Jahr 2023!

KunstWerkerin / Manufakturdoré

**Mitte Januar bis Mitte März
Täglich offen von 08.00–18.00 Uhr**

Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Matthäus Bern und Bremgarten
Reichenbachstrasse 114, 3004 Bern
www.matthaeus@refbern.ch / dorothea.walther@kunsterei.ch

Körperzentrierte Spiritualität



FOTO: JOHANNES PLENIO – UNSPLASH.COM

**Jeden 2. Donnerstag, 19.30 bis 21 Uhr, Kirche Bremgarten
Daten März bis Mai 2023: 2.3., 30.3., 4.5., 11.5., 25.5.**

Seit Jahrtausenden gibt es erprobte spirituelle Übungen, welche über den Körper in die Tiefendimension des eigenen Selbst und des göttlichen Mysteriums führen. Aufbauend auf der christlich-mystischen Tradition und den Erkenntnissen der modernen Körperpsychotherapie, gibt es jeden zweiten Donnerstag Impulse für ein Leben aus der Tiefe des Seins. Konkrete Übungen helfen dabei Blockaden zu lösen, den Zugang zur eigenen Spiritualität zu vertiefen und sich mit seinem Wesenskern zu verbinden. Offen für alle Interessierten.

Mit Johannes Knoblauch

Projektchor

Projektchor Familiengottesdienst

Alle die gerne singen, sind eingeladen! Wir üben einfache Lieder für den Gottesdienst vom Donnerstag, 20. April 2023 um 18.00 Uhr in der Matthäuskirche

Die Proben, geleitet von Andrea Fankhauser, finden in der Matthäuskirche statt am:

Montag, 20. März, 18.00–19.00

Donnerstag, 30. März, 18.00–19.00

Mittwoch, 5. April, 18.00–19.00

In Reserve: Dienstag, 11. April 18.00–19.00

Anmeldung an: monika.britt@refbern.ch 076 349 04 36

Seelsorgerische Begleitung

Sie wünschen sich ein offenes Ohr, ein mitfühlendes Herz, spirituelle Impulse, beratende Gespräche, ein Ritual, um einen guten Übergang in einen neuen Lebensabschnitt zu gestalten? Dafür steht unser Pfarrteam gerne zur Verfügung.

Joh. Knoblauch: 076 360 56 45, johannes.knoblauch@refbern.ch

Monika Britt: 076 349 04 36, monika.britt@refbern.ch

Manuela Ott: 076 370 03 64, manuela.ott@refbern.ch

Angebote für Alle**Aarestrandputzete****Voraussichtliche Daten: Mi 29. März, Mi 3. Mai**

Im Frühling wollen wir wieder gemeinsam den Aarestrand von Abfall befreien.

Weitere Infos: samara.minder@refbern.ch oder unter www.matthaeus.refbern.ch

Angebote für Alle**TreffTisch****Jeweils Mittwochs von 15.00–18.00 Uhr
Lo Snag Bar, Oberer Aareggweg 45**

Wir haben uns dem Angebot «TreffTisch» der Vereinigung Berner Gemeinwesenarbeit (vbg) angeschlossen und sind jeweils am Mittwoch Nachmittag in der Lo Snag Bar anzutreffen.

Wir freuen uns, Euch am TreffTisch zu sehen!

Keine Anmeldung erforderlich

Kontakt: Eva Vogel, 076 409 70 94

Angebote für Alle**Sozialberatung**

Sind sie in einer (finanziellen) Notlage und wünschen sich Unterstützung und Beratung?

Die Sozialberatung steht allen Menschen, die auf dem Gebiet der Matthäuskirchgemeinde wohnen, offen – unabhängig von religiöser Zugehörigkeit. Die Beratungen sind kostenlos.

Kontakt: Eva Vogel, Sozialarbeiterin, Reichenbachstrasse 2, 3004 Bern, Tel. 076 409 70 94, eva.vogel@refbern.ch

Angebote für Kinder**Frühlingsferientage für Kinder****11.–14. April**

Auch dieses Jahr finden die beliebten Kinderferientage für Kinder wieder statt.

Weitere Infos: samara.minder@refbern.ch oder unter www.matthaeus.refbern.ch

Angebote für Kinder**Sportangebot Kids Bewegt startet neu nach den Sportferien****Ab 16.2.2023 jeweils Donnerstags 16.15–17.30 Uhr**

In diesem vielseitigen Bewegungstraining stehen Freude an der Bewegung und ein wertschätzendes Miteinander im Zentrum. Spielerisch werden wir an der frischen Luft Beweglichkeit, Geschicklichkeit, Kraft und Ausdauer trainieren und einander gegenseitig unterstützen.

Für: Kinder von 8-12 Jahren. Vorkenntnisse sind keine nötig.

Wo: Treffpunkt Schulhausplatz Rossfeld

Wer: Robert Altenburg, J+S Leiter Kindersport, Sozialpädagoge

Wie teuer: 5.–/Woche, Reduktion nach Absprache, Gratis für

Kinder mit Kulturlegi und Ausweis F, N, S

Infos und Anmeldung:

Samara Minder, samara.minder@refbern.ch, 076 819 98 36

Angebote für Senior*innen**Treffpunkt Mittagstisch****Dienstag, 7. März, 4. April und 2. Mai um 11.45 Uhr
in der Schalterhalle, Reichenbachstrasse 77**

Kosten: Fr. 13.– pro Person

An- oder Abmeldung jeweils eine Woche vorher an

Anja Rufener, anja.rufener@refbern.ch, 031 309 00 18

Hinweis: Brauchen Sie einen Fahrdienst? Kein Problem, wir organisieren einen für Sie.

Angebote für Senior*innen**Treffpunkt Nachmittag****Dienstag, 14. März 2023, 14:00 – ca. 16:30 Uhr
im Johanneszentrum, Johanniterstrasse 30, Bremgarten**

«Mit offenen Augen durch die Schweiz». Die Künstlerin Hanna Zahn führt uns mit Bild (Diashow) und Wort durch vergangene Zeiten bis heute und spannt den Bogen über Bildung, Berufe, Architektur, geschichtsträchtige Orte, besondere Landschaften bis hin zu originellen Kuriositäten. Ein bunter Reigen an Bildern erwartet uns und wird bestimmt auch Erinnerungen wecken.

Bei einem Zvieri werden wir die Musse haben, um eigene Geschichten zu erzählen und Fragen zu stellen.

Anmeldung bis am 13. März 23 unter:

antonia.jud@refbern.ch, 031 301 81 17

Angebote für Senior*innen**Treffpunkt Nachmittag****Mittwoch, 25. April 2023, 14.00–17.00 Uhr**

Spazierend begrüßen wir den Frühling und schlendern Richtung Innere Enge zum Viererfeld, durch die Länggasse und zum z'Vieri in das KGH Paulus.

Ausgangspunkt: Reichenbachstrasse 2, 3004 Bern

Auskünfte & Anmeldung:

Anja Rufener, anja.rufener@refbern.ch, 031 309 00 18

Gottesdienste**Gottesdienste März****Freitag, 3. März 19.00 Uhr, Matthäuskirche**

Weltgebetstag Taiwan „Ich habe von eurem Glauben gehört“, gestaltet von Friedy Moser, Vreni Schletti und Therese Schmid

Sonntag, 5. März 09.30 Uhr, MatthäuskircheGottesdienst mit Taufe, Pfrn. Manuela Ott und Andrea Fankhauser, Orgel
Chilebus**Donnerstag, 23. März 19.30 Uhr, Matthäuskirche**Piano Meditation mit Pfr. Johannes Knoblauch und Aki Hoffmann, Piano
Chilebus**Gottesdienste April****Palmsonntag, 2. April 09.30 Uhr, Matthäuskirche**Pfrn. Monika Britt und Andrea Fankhauser, Orgel
Chilebus**Sonntag, 9. April 10.30 Uhr, Matthäuskirche**Oster Gottesdienst mit Abendmahl
Pfrn. Monika Britt und Andrea Fankhauser, Orgel**Donnerstag, 20. April 18.00 Uhr, Matthäuskirche**KUW- Gottesdienst
Pfrn. Monika Britt mit KUW-Team und Andrea Fankhauser, Orgel**Sonntag 30. April 09.30 Uhr, Kirche Bremgarten**Pfrn. Monika Britt und Andrea Fankhauser, Orgel
Chilebus**Gottesdienste Mai****Donnerstag 18. Mai (Auffahrt) 10.00 Uhr, Matthäuskirche**

Konfirmationsgottesdienst

Sonntag, 21. Mai 10.00 Uhr, Matthäuskirche

Konfirmationsgottesdienst

Mitglieder für den Kirchengemeinderat gesucht**Haben Sie/Hast du Lust die Kirchgemeinde Matthäus aktiv mitzugestalten?****Es erwartet Sie/dich ein motiviertes Team und ein vielfältiges und spannendes Aufgabengebiet.****Für weitere Infos:****karl.schwaar@refbern.ch****Evang.-ref. Kirchgemeinde
Matthäus Bern und Bremgarten****Adresse:** Reichenbachstrasse 2, 3004 Bern**Internet:** www.matthaeus.refbern.ch,**E-Mail:** vorname.name@refbern.ch**Pfarrpersonen:**

Johannes Knoblauch, 076 360 56 45

Manuela Ott, 076 370 03 64

Pikett-Telefon für Todesfälle:

076 360 03 01

Sozialarbeiterinnen:

Eva Vogel, 076 409 70 94

Samara Minder, 031 309 00 12

Anja Rufener, 031 309 00 18

Reservation Kirche:

www.reservation.refbern.ch, Renate Frey, 079 752 51 70

Röm.-kath. Pfarrei Heiligkreuz**Adresse:** Johanniterstrasse 30, 3047 Bremgarten**Internet:** www.kathbern.ch/heiligkreuz/**E-Mail:** heiligkreuz.bremgarten@kathbern.ch**Co-Gemeindeleitung:**

Doris Hagi, 031 300 70 25, doris.hagi@kathbern.ch

Johannes Maier, 031 300 70 25, johannes.maier@kathbern.ch

Sekretariat: Rita Möll, 031 300 70 20, rita.moell@kathbern.ch**Sozialarbeiterinnen:**

Gemeinwesenarbeit, Freiwillige:

Julia Ceyran, 079 202 15 59, julia.ceyran@kathbern.ch

Sozialberatung:

Astrid Bentlage, 031 910 44 03, astrid.bentlage@kathbern.ch

Leitung Katechese:

Doris Hagi, 031 300 70 25, doris.hagi@kathbern.ch

Hauswart:

Frank Weibel, 031 300 70 26



proper job
by fairness at work

Suchen Sie
eine Haushaltshilfe?
Hauswirtschaft, Betreuung
oder Reinigung: Anstellungen
im proper job stehen für
Wertschätzung und Fairness.

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



Gemütlicher
Wohnen
im Alter

Jolimont
Alterswohn- und Pflegeheim

Hier werden Sie umsorgt und freundlich gepflegt
und Ihre Lebensqualität steht im Mittelpunkt
unserer Arbeit.

Unser Haus ist mit dem SQS-Zertifikat ISO 9001
ausgezeichnet worden.

Gerne erzählen wir Ihnen in einem persönlichen
Gespräch mehr über Ihr mögliches neues Zuhause.

Jolimont | Alterswohn- und Pflegeheim
Reichenbachstr. 39-41 | 3004 Bern
Tel. 031 306 24 24 | www.alterssiedlung-jolimont.ch



LODER AG

Spenglerei ◦ Blitzschutz ◦ Bedachungen

Felsenaustrasse 17
3004 Bern

Tel. 031 302 48 40
Fax 031 302 73 22

loder@loderag.ch
www.loderag.ch

Der sympathische Kleinbetrieb in Ihrer Nähe



KONRAD STUDER

Edg. dipl. Installateur

Sanitär- und Heizungsinstalltionen
3047 Bremgarten 031/ 302 44 17
3097 Liebfeld 031/ 971 14 11




Um dem Quartier noch besser zu
dienen, arbeiten wir zusammen mit
äüä und führen die Postagentur

Montag - Freitag
07.45 - 12.00 Uhr
14.00 - 18.30 Uhr

Samstag
07.45 - 14.00 Uhr

maxi

Lebensmittelladen Aaregg
Tiefenaustrasse 119
3004 Bern
Telefon 031 301 05 38
bestellen@lebensmittelladenaaregg.ch
info@lebensmittelladenaaregg.ch

*Öb nur es Kaffi, ä Briefabholig oder ou dr tägloch
Chliichouf mir heisse nech immer willkomme*

Amela Jujic
Geschäftsinhaberin

Ihr Elektriker!



KOHLERELEKTRO

Felsenastrasse 17, 3004 Bern
 Tel. 031 302 06 06
 info@kohlerelektro.ch
 www.kohlerelektro.ch

Beratung • Projektierung
 Ausführung • Inbetriebnahme
 Wartung

Starkstrom • Schwachstrom
 Telefonanlagen • Computer-Netzwerke



GOODMOODFOOD

Damit sich weiterhin alle
 BIO leisten können,
 die sich bio leisten wollen.

Im Quartier- fürs Quartier
www.rohrohroh.ch/goodmoodfood




031 302 99 02
**AAA BESTATTUNGEN
 SCHRAG GmbH**
 Engehalsinsel–Bremgarten–Tiefenau–Stadt Bern

- Tag und Nacht erreichbar
- Fachkundige Beratung
- Bestattungsvorsorgen
- Überführungen im In- und Ausland
- Erledigung sämtlicher Formalitäten
- Trauerdrucksachen • Traueranzeigen
- Bestatter mit eidg. Fachausweis




Sportverein
Felsenau-Bremgarten

Trainingszeiten und weitere Informationen:
www.felsenau-bremgarten.ch oder 079 659 25 40

**Komm und schau
 unverbindlich rein!**

- MuKi/VaKi-Turnen
- Korbball-Team
- Frauenriege
- Männerriege
- Unihockey



**Bigler & Cie. AG
 Holzbau Bern**

Strandweg 72
 3004 Bern-Felsenau
 Telefon 031 301 29 36
www.biglerholzbau.ch

- Zimmerarbeiten
- Schreinerarbeiten
- Umbauten
- Parkettböden
- Zäune
- Isolationen



Älter werden
Stadt Bern

Forum Bern 60plus
9. Mai 2023, 08.45 – 16.00 Uhr
Kornhausforum Bern

Referate: Betreuung von Angehörigen; Annahme von Unterstützung

Workshops: Pflege von Nachbarschaft; Finanzierung der Betreuung von Angehörigen; digitale Unterstützung im Alter; Annahme von Unterstützung

Kostenlose Teilnahme, eine Anmeldung ist nicht nötig
www.bern.ch/alter > Aktuelles, Veranstaltungen



**Wir suchen
Dich!**

**«Im Rossfeld habe ich Zeit
auf die Menschen einzu-
gehen und Beziehungen
aufzubauen.»**

Cornelia Bagmische, Fachfrau
Gesundheit EFZ

Attraktive Anstellungs-
bedingungen und vielfältige
Perspektiven - auch Teilzeit.



SCAN ME

rossfeld
rossfeld.ch/jobs



BEGLEITART

BESTATTUNGEN
TRAUERBEGLEITUNG
ABSCHIEDSRITUALE



SUSANNE LOOSLI MÜLLER
076 297 74 55
WWW.BEGLEITART.CH



**ROLF
GERBER AG
BERN**

seit 1955

ELEKTRO-, TELEFON- UND EDV-INSTALLATIONEN

ROLF GERBER AG BERN
BERCHTOLDSTRASSE 37 | CH-3012 BERN
TELEFON 031 302 76 76 | TELEFAX 031 302 74 62
INFO@ROLFGERBER.CH | ROLFGERBER.CH

IHR BERNER ELEKTRIKER



prissag

PROFESSIONELLE
PFLEGE ZU HAUSE

**PRIVATE SPITEX
IN BREMGARTEN**

031 300 40 60



Frühlingserwachen mit einem Inserat ?



Süsse Verführung
ab 6. März 2023

Pâtisserie & Schoggikuchen
bestellen bis Freitag 12.00Uhr

info@schokoholic.ch

Samstag abholen
zwischen 10-11Uhr

So einfach ...

Angebot siehe Infotafel vor Ort,
jede Woche neu!

Take away
Schalterhalle Bern
Reichenbachstrasse 77
3004 Bern
079 714 27 92

konsibern

Musik entdecken

Unterricht im Rossfeld

Bambusflöte bauen & spielen
für Kinder ab 5 Jahren

Anmeldung:
Musikschule Konservatorium Bern
Kramgasse 36 | 3011 Bern
031 326 53 53
office@konsibern.ch

www.konsibern.ch

HERZOG Elektro

Für kleine Erweiterungen oder Reparaturen an Ihren elektrischen Installationen oder eine Gesamtanierung.

Benötigen Sie eine zusätzliche Steckdose oder Anpassungen an Ihrer Beleuchtung?

Den Telefon- oder TV-Anschluss im dritten Zimmer, eine Gegensprechanlage, damit die Haustüre immer verschlossen ist?

Einen Hi Speed-Anschluss fürs Internet oder ein kleines Hausnetzwerk, um es mit mehreren Benutzern zu teilen?

Wir sind immer in Ihrer Nähe und freuen uns, Sie prompt bedienen zu dürfen.

Peter Herzog
Eidg. dipl. Elektroinstallateur

Oberer Aareggweg 41/43, 3004 Bern
T 031 981 00 50
M 079 425 00 37

Information**Quartierinfos**

Wissen was im Quartier läuft? Du veranstaltest einen Anlass und würdest diesen gerne bewerben? Hierfür gibt es mehrere Möglichkeiten:

Arena

Erhalte auf der Engehalbinsel die Quartierzeitung Arena
www.leist-engehalbinsel.ch

Quartierpost

Abonniere die Quartierpost! Der Quartiernewsletter erscheint alle 14 Tage und berichtet was in der Länggasse und auf der Engehalbinsel läuft.
www.quartierpost.ch

Quartieragenda

Besuche die Quartieragenda. Falls Du Veranstaltungen platzieren möchtest, schreibe an agenda@qle.ch.
www.qle.ch/agenda

Quartierchats

Über Signal & WhatsApp
Kurzinfos, Anfragen, Tauschen, Veranstaltungshinweise
Chat-Links siehe www.qle.ch

Länggassblatt

Abonniere das Länggassblatt
www.laenggassblatt.ch

Inhalt

Leist-Engehalbinsel • Vorwort	3
Leist-Engehalbinsel	4–5
Tag der Nachbarschaft	5
Delegiertenversammlung der QLE	6–8
Fyrabebär	9
Halbinselwerk	10/11
Veranstaltungen	11
Im Quartier	12
Quartierarbeit	13–16
Pro Brenodor	16
Kirchenseiten	17–19
Werbung	20–23
Impressum • Arena	24

Vielen Dank für Druckkostenbeiträge und Spenden!

Via Twint oder direkt auf IBAN
CH63 0900 0000 3001 2690 6

Wir wissen, viele Leser:innen schätzen die Arena und warten gespannt auf die nächste Ausgabe. Wir recherchieren, fotografieren und schreiben ohne Entgelt für das einzigartige Infoblatt der Engehalbinsel. Mit einem Beitrag unterstützt ihr, dass die Arena weiterhin gratis in euren Briefkästen landet.

Mit dem QR-Code geht dies nun ganz einfach:

Jetzt mit TWINT bezahlen!



QR-Code mit der TWINT App scannen



Betrag und Zahlung bestätigen

**Impressum**

Die Arena wird vom Leist der Engehalbinsel herausgegeben.

Redaktionsadresse

arena@leist-engehalbinsel.ch

Redaktionsteam

Anja-Beven Eberle, Gabriela Feldmann, David Lehmann, Marina Porobic, Tomas Sanchez

Redaktionsleitung

Valérie Dannigkeit, arena@leist-engehalbinsel.ch

Verträgerinnen

Lena und Samuel Aufderegg, Jakob Dedovic, Dylan Kuzmanic, Janosch Burren

Inserate-Administration

arena@leist-engehalbinsel.ch

Druck

Länggass Druck AG Bern

Die nächste Arena für die Monate
Juni, Juli und August 2023
erscheint Ende Mai 2023.

Redaktionsschluss:

1. Mai 2023

Beiträge an: arena@leist-engehalbinsel.ch