

# Arena

Herausgegeben vom Leist der Engehalbinsel

Ausgabe 182 / Dezember 2023, Januar, Februar 2024

Auflage: 2220

Neuzuzüger\*innen  
Adventsfenster  
DV der QLE  
Halbinselwerk  
Veranstaltungen  
Aktivitäten  
Quartierarbeit  
Schalterhalle  
Rückblick Quartierfest





## 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](http://www.leist-engehalbinsel.ch)

## Leist der Engehalbinsel

[www.leist-engehalbinsel.ch](http://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 (Präsidium)  
 Primelweg 1, 3004 Bern  
[info@leist-engehalbinsel.ch](mailto:info@leist-engehalbinsel.ch)

#### Vorstand

**Luise Menzi** (Präsidium), **Pia Tschannen** (Kassiererin),  
**Marianne Lehmann, Alec Voggel, Pascal Schärer,**  
**Oli Busato, Valérie Dannigkeit** (Arena)

## Neuzuzüger\*innen Reichenbachstrasse 118

### Herzlich willkommen auf der Engehalbinsel

Aus den Herbstferien zurück, an einem der letzten sommerlich warmen Tage, unterwegs Richtung Zehendermätteli, noch mal ohne grosse Überwindung ein Schwamm in der Aare – und dann sind sie plötzlich da.

Die Neuzuzüger\*innen der Siedlung Reichenbachstrasse 118 sind eingezogen oder zumindest ein grosser Teil von ihnen. Ein Gewusel spielender Kinder, Erwachsene, die sich mit Umzugs-Kartons abmühen und Handwerker, die den noch nicht abgeschlossenen Arbeiten nachgehen, füllen den Innenhof mit viel Leben.

So oft haben wir im Leist-Gremium, mit Behördenvertreter\*innen, an Info-Anlässen, mit Freunden und Nachbarn darüber gesprochen, wie es denn sein wird. Wenn wir an der Baustelle vorbeigegangen sind und die Fortschritte studierten, wenn wir über den Einzugstermin sprachen oder rätselten, wie viele Bewohner\*innen und wie viele Kinder wohl kommen werden, war das immer irgendwie abstrakt in der Zukunft – und jetzt – kurz mal weg – als ob ein Schalter umgelegt wurde, ist die Engehalbinsel um eine belebte Siedlung mit vielen neuen Gesichtern reicher.

Im Namen des gesamten Leist Vorstand heissen wir alle Neuzuzüger\*innen ganz herzlich willkommen!

Wenn dann alle Wohnungen bezogen sind werden wir vom Leist am 22.03.2024 noch ganz offiziell einen Willkommens-Anlass für die gesamte Siedlung veranstalten, zu dem alle herzlich eingeladen sind. Nun freuen wir uns ganz einfach auf den Zuwachs im Quartier und lassen euch erst mal alle Kisten auspacken und Lampen aufhängen ...

Der Leist Vorstand

## Rückblick auf das Quartierfest Engehalbinsel 2023

**Das diesjährige Quartierfest auf dem Biberspielplatz in der Aaregg bot eine gelungene Mischung von bewährten und neuen Angeboten.**

Am Morgen ging es mit dem Flohmarkt los. Dank der eindrücklichen Dachkonstruktion blieben die Stände wie auch die Besuchenden im Trockenen. Rechtzeitig auf die Kinderolympiade am Nachmittag besserte sich glücklicherweise das Wetter. Jene, die es lieber ruhiger mochten, konnten wunderbaren Geschichten im Projektraum lauschen oder sich zauberhafte Blumen, Tiere etc. schminken lassen.

Neues und altbewährtes liess sich auch an den Essständen finden. Von Kebab und Burger über senegalesische, äthiopische und mexikanische Spezialitäten bis zu den Waffeln sowie den Hotdogs der Jugendarbeit hatte es für alle Geschmäcker etwas dabei. Nicht fehlen durfte natürlich der bei den Festbesucher:innen geschätzte gute Kaffee sowie die Soft- und alkoholischen Getränke all'italianità der Lo Snag Bar. Ebenfalls genossen viele das Angebot der Festbar.

Ein Highlight war die grosse Tombola. Viele glückliche Gewinner:innen konnten tolle Preise ergattern. Vier Gewinne wurden noch nicht abgeholt. Die Preise können beim Verein Quartierfest Aaregg-Engehalbinsel abgeholt werden. Es handelt sich um folgende Lose:

Nr. 320: Aarebag Äuä 10l

Nr. 107: Rucksack Äuä

Nr. 108: Cinematte Tickets

Nr. 447: Dessertschalen Keramikatelier

(Kontakt: [quartierfest.aaregg-engehalbinsel@gmail.com](mailto:quartierfest.aaregg-engehalbinsel@gmail.com))

Ab 18:00 wurde mit den DJs Bonnie & Clyde getanzt. Später heizte DJ Speedee den Tanzenden ein. Einen runden und gelungenen Abschluss des Abends bot die Silent Disco mit DJ el mex & Makhou.

Wir freuen uns über das gelungene Fest und der Verein Quartierfest Aaregg-Engehalbinsel schmiedet schon Pläne für das nächste Jahr 12.

**TEXT: SUSANNE SIEGENTHALER**



## Adväntsfänschter uf dr Ängihaubinsu 2023

**Sit 30 Jahr lüchte Adväntsfänschter i de Schtrasse vor Ängihaubinsu.**

**Vom 1. bis am 31. Dezämber am Abe vom füfi bis am nüni.**

**Bi Tiune gits sogar öppis zum Schnouse am Eröffnigstag, o dert wo nüt notiert isch. Auso, chömet aui cho luege.**

**Nämet bitte es eigets Trinkfäs, Gschir mit. ANITA WÄLTI**

1. Doré Walther, Reichenbachstrasse 87A, Rossfeld
2. Tee Füüf, Tulpenweg 5, Rossfeld
3. Donato Stillhardt, Felsenaustrasse 20, Felsenau • Glühwein so lange es hat.
3. Bewohner\*innen am Tulpenweg 10 und Granatweg 13, Rossfeld
4. Therese Stucki und Jean Daniel Horn, Dahliaweg 16, Rossfeld
5. Familie Santuomo, Reichenbachstrasse 118 c, Rossfeld
6. Stiftung Schulungs- und Wohnheime Rossfeld, Reichenbachstrasse 111 & 112, Rossfeld • Samichlaus und Advents Bazar.
7. Jet Laden Tiefenau, Tiefenaustrasse 119, Tiefenau
8. Familie Lehmann, Primelweg 7, Rossfeld
9. Zawadi Wyler, Primelweg 9, Rossfeld
10. Familie Dellers, Reichenbachstrasse 118 e, Rossfeld
11. Primarschule Rossfeld, 3. und 4. Klasse, Reichenbachstr. 101, Rossfeld • Lassen Sie sich von der weihnachtlichen Kreativität der Kinder überraschen.
12. Beatrice Staubli und Gerda Rawyler, Oberer Aareggweg 40, Aaregg • 19.00 bis 20.00 Uhr Live-Action im Garten oder in der Garage.
13. Claudia Dollinger, Sarah Fellmann und Barbara Meili, Granatweg 11, Rossfeld
14. Projektraum Aaregg & Kornhausbibliothek, Oberer Aareggweg 51A, Aaregg • Ab 17.30 Uhr heisses Getränk und Suppe, Feuerschale, singende Seebären, Yoga und Weihnachtsgeschichte.
15. Jugendtreff Primo, Tiefenaustrasse 117, Tiefenau
16. Marianne Siegenthaler, Oberer Aareggweg 12, Aaregg
17. Bewohner\*innen am Tulpenweg 6, Rossfeld
18. Stefan Aegerter, Haus Felsenau, Spinnereiweg 28, Felsenau
19. WG DrehPunkt, Fährstrasse 37, Felsenau • Raclette draussen ab 18.00 Uhr
19. Bewohner\*innen am Tulpenweg 3, Rossfeld
20. Bigler Holzbau, Strandweg 72, Felsenau • draussen mit Imbiss ab 17.30Uhr
21. Morn isch Wintersunnwändi u hüt isch e freie Abe.
22. Lo Snag Bar, oberer Aareggweg 45, Aaregg • offnigs Füür, Punsch, heisser Ingwerer, Kürbissuppe, Maroni, Marshmallows
23. Jacques Voland, Fährstrasse 49, Felsenau • dusse ums Füür, grillierti Würscht o Vegi und Brot derzue, Gitarre und Gsang
24. Matthäuskirche, Reichenbachstrasse 114, Rossfeld  
• Bestaunen Sie die handgefertigte Krippe.

## Leist sorgt für neuen Velostreifen

Der Leist setzt sich unter anderem ein für mehr Sicherheit auf den Strassen in unserem Quartier – neu geht es bergauf mit mehr Platz für den Langsamverkehr. Aufgrund unserer Initiative hat das Tiefbauamt den Velostreifen nun auch im oberen Teil der Felsenaustrasse angebracht. Somit entsteht eine durchgehende Velo-Spur von der Felsenau bis zur Tiefenaustrasse.



**Ab dem 11.12.2023 erleuchtet unser Adventsfenster der Primarschule Rossfeld.**

**In diesem Jahr stammen die Idee, der Entscheid und die Gestaltung des Fensters von den Schülerinnen und Schülern der 3./4. Klassen.**

**Lassen Sie sich von der weihnachtlichen Kreativität der Kinder im Schulhaus Rossfeld überraschen.**

## Strassen als Lebensraum

Aus der Delegiertenversammlung der QLE vom 30.10.2023

**Nach einer längeren Pause haben sich die Delegierten der QLE erneut zum Austausch getroffen. Im Zentrum stand im Wesentlichen ein grosses Thema: Wie lassen sich Begegnungszonen so realisieren, dass sie von der Quartierbevölkerung als Erweiterung des Lebensraums genutzt werden können? Wichtig war auch das Traktandum «Wahlen»: Orrin Agoues trat als Präsident zurück; als sein Nachfolger gewählt wurde Mathias Nagel.**

Viel habe sich in den vergangenen Jahren bewegt, erklärte Geschäftsführer Daniel Blumer einleitend zum Thema «Begegnungszonen». Die kontinuierlichen Bemühungen, sich dafür einzusetzen, dass nicht einfach einzelne Strassen oder Strassenabschnitte zu solchen Zonen erklärt würden, sondern man grossflächig zu denken und umzusetzen beginne, sei bei der Stadt angekommen. Die Realisierung der grossflächigen Begegnungszone Hochfeld sowie die Vorarbeiten zur Begegnungszone Muesmatt zeugten davon. Als nächstes stehe die Umsetzung der Begegnungszone Aaregg-Tiefenau an. «Die Quartierkommission Länggasse-Engelhalbinsel darf durchaus stolz sein, dass dies nun auch für andere Stadtteile zum Grundsatz wird.»

### Pilotprojekt Hallerstrasse

Auf Einladung der QLE präsentierte Martin Kieser von der Berner Fachhochschule ein Projekt, das ebenfalls darauf fokussiert, Strassen so umzugestalten, dass mehr Raum zum Verweilen entsteht. Vorgestellt wurden temporäre Massnahmen, die in den Sommern 2022 und 2023 an der Hallerstrasse bereits getestet wurden. «An der Hallerstrasse, an der auch Uni-Institute ihren Standort haben, gibt es keinen Aussenraum – es sind nur Trottoirs vorhanden», erläuterte Projektleiter Kieser. Für drei Monate konnten sogenannte Parklets installiert werden. Das sind Einrichtungen, die auf (ehemaligen) Parkplätzen eine Art kleinen Park mit Sitzgelegenheiten bieten. «Die Parklets sind in den vergangenen zwei Jahren auf grosses Interesse nicht nur bei den Studierenden der Institute, sondern auch bei den Bewohner:innen aus der unmittelbaren Nachbarschaft gestossen. Die Sitzgelegenheiten im Verandastil wurden intensiv genutzt.» Der gelungene Versuch habe deshalb dazu geführt, dass die Fachhochschule weitere Überlegungen angestellt habe, um die Hallerstrasse grossräumiger zu bespielen.

Kieser zeigte anhand von Visualisierungen, wie künftig an der Hallerstrasse zwischen Falkenplatz und Gesellschaftsstrasse attraktiver Aussenraum entstehen könnte: Bistrot-Tische mit Stühlen in einem abgetrennten Bereich sollen die Strasse möblieren und Platz für Begegnungen ermöglichen. Ausserdem sollen mit Farbtupfern auf der Strasse die Verkehrsteilnehmenden darauf aufmerksam gemacht werden, dass man sich in einer Begegnungszone befinde. Martin Kieser wies darauf hin, dass mit den geplanten Massnahmen keine Parkplätze aufgehoben würden – ein Thema, das bei solchen Plänen oftmals zu Wider-

stand führe. «Im November werden wir mit den Besitzern der Liegenschaften an der Hallerstrasse Gespräche führen, um ihnen unser Anliegen schmackhaft zu machen.»

In der Diskussion zeigten sich die Delegierten an dem Projekt sehr interessiert. Vorgeschlagen wurde, dass auch der Malerweg sowie vermehrt auch Teile von Trottoirs in die Projektierung einbezogen werden sollten. Fragen wurden betreffend Wartung und der Nachhaltigkeit der Einrichtungen gestellt, die bei der Projektplanung mitbedacht werden müssten. Im Grundsatz jedoch überzeugte das Vorhaben der Fachhochschule. Die Delegierten sicherten den Initianten einstimmig ihre Unterstützung zu.

### Verabschiedung des ehemaligen und Begrüssung des neuen Präsidenten

Zentrales Traktandum an der Sitzung waren die Wahlen in den Vorstand und die Besetzung des Präsidiums, nachdem Orrin Agoues nach über zehn Jahren Engagement in diesem Amt seinen Rücktritt erklärt hatte. Geschäftsführer Blumer würdigte Agoues' beharrlichen Einsatz bei unzähligen Anliegen, die Vorschläge aus der Quartierkommission bei den städtischen Behörden einzubringen. Der Rückblick über die Erfolge der QLE bei diversen Vorhaben bei der Verkehrsplanung oder bei Wohnumfeld-Aufwertungen zeigte, wie wichtig es ist, an den eigenen Visionen festzuhalten. In diesem Sinne erklärte auch der künftige Präsident Mathias Nagel, sich für den Stadtteil 2 stark machen zu wollen. Er wurde per Akklamation gewählt. In den Vorstand gewählt wurde Andreas Budliger vom Verein Kind, Spiel und Begegnung. Weiterhin im Vorstand bleibt Pascal Hunziker von der EVP. Die Sitzung endete mit einem Apéro Riche, an dem Orrin Agoues verabschiedet wurde.

### VORSTAND DER QUARTIERKOMMISSION LÄNGGASSE-ENGELHALBINSEL (QLE)

#### Nächste QLE Versammlung: 11. Dezember 2023

Im Versammlungsraum im neuen Mehrzweckraum an der Reichenbachstrasse 118.

Themen seitens der anwesenden Behörden werden sein:

- Wie weiter mit dem Tiefenauspass? Was ist geplant – Durchgangszentrum, Zwischennutzungen, andere Nutzungen? Marc Lergier, Bereichsleiter IMMO Fonds und Alicia Germann, Bereichsleiterin Portfoliomanagement Immobilien Stadt Bern werden informieren
- Studie zur hindernisfreien Erschliessung zwischen den beiden Quartierebenen Tiefenau und Rossfeld. Vertreter:innen der Verkehrsplanung stellen die Studie von Metron zu Lösungsmöglichkeiten (Weg unter 6% Steigung, Lift, Bus) vor.
- Ausweitung «Weisse Zone» (Parkregime) in der Länggasse, Präsentation durch Julian Flückiger, Verkehrsplanung

## Events, Spielabende & Vermietungen in der Schalterhalle

In der Schalterhalle ist nach einer eher turbulenten Zeit mit der Geschäftsaufgabe der Tapaswerkstatt und nach einer Sommerpause wieder Leben eingekehrt. Weiterhin als fixe Mieter:innen mit von der Partie sind Miriam Kohler mit schokoholic, Rüedu mit dem Container vor der Schalterhalle und die Kirchgemeinde mit verschiedenen Anlässen. Darüber hinaus hat sich der Vorstand des Vereins 3004 entschieden, vorerst auf die Strategie «Vereinsanlässe & Vermietungen» zu setzen.

Weiterhin bleibt das zentrale Anliegen, der Quartierbevölkerung mit den Räumlichkeiten an der Reichenbachstrasse 77 ein niederschwelliges und günstiges Angebot für Veranstaltungen aller Art zu machen. Der Verein wird getragen von seinen Mitgliedern, die Mitgliederbeiträge ermöglichen es, die Preise für Vermietungen tief zu halten und so den genannten Ansprüchen zu genügen. Neue Vereinsmitglieder, aber auch Helfer:innen für Anlässe sind immer sehr herzlich willkommen!

### Events vom Verein 3004

In den letzten Wochen konnten verschiedene Anlässe durchgeführt werden. Ein sehr erfolgreiches PubQuiz mit fast 30 Teilnehmer:innen ging im Oktober über die Bühne. Am 3. November fand eine ebenfalls ausgebuchte Tavolata statt. Anya Keller von [www.ay-na.ch](http://www.ay-na.ch) hat die begeisterten Teilnehmenden mit saisonalen vegetarischen Köstlichkeiten verwöhnt. Weiter standen im November ein Tichu-Turnier und ein Flötenkonzert zur Eröffnung des traditionellen Kerzenziehens auf dem Programm.

### Vermietungen

In der Schalterhalle kann einerseits der Mehrzweckraum für kleinere Veranstaltungen, Sitzungen oder Workshops gemietet werden (Mietpreis 10 CHF/Stunde). Andererseits wird die Beiz für private oder Firmenanlässe vermietet (Tagesspreise ohne Küchenbenützung und exkl. Reinigung: 300 CHF für Organisationen, 250 CHF für Private, 200 CHF für Vereinsmitglieder). Andere Angebote, längere Mietdauer, Küchenbenützung oder Catering-Empfehlungen auf Anfrage. Für alle Auskünfte zu Vermietungen: [info@verein3004.ch](mailto:info@verein3004.ch).

### Nächste Anlässe

#### 1. Advent, So 3. Dezember 2023, ab 15 Uhr:

Gastspiel Verein des guten Geschmacks, es gibt Austern und Fischsuppe zum 1. Advent. Weitere Infos auf [www.aschy.ch](http://www.aschy.ch)

#### Donnerstag, 7. Dezember 2023:

PubQuiz mit Guli & Christine  
Anmeldung an [info@verein3004.ch](mailto:info@verein3004.ch)

#### Sonntag, 31. Dezember 2023:

Silvester-Party in der Schalterhalle

#### Freitag, 19. Januar 2024:

MusikQuiz mit Eric & Lörü

#### Samstag, 27. Januar 2024:

3004-Winter-Party mit dj el mex



Weitere Anlässe sind in Planung.

Aktuelle Infos gibt's immer auf [www.verein3004.ch](http://www.verein3004.ch)

### Idee für einen Anlass?

Hast Du eine Idee für einen Anlass? Möchtest Du ein Jasturnier, einen Brändi-Dog-Abend oder eine Party organisieren? Melde Dich bei uns, wir sind immer interessiert an Ideen & Helfer:innen. Der Verein kann die Bar führen und/oder ein Verpflegungsangebot machen. Wir freuen uns über kreative, bunte Event-Ideen für das ganze Quartier. Bis bald in der Schalterhalle!



## Yoga inmitten von Büchern – ein einmaliges Erlebnis!

### Neues Yoga-Angebot im Projektraum Aaregg

**Verschiedene Yoga-Arten sind ungebrochen hoch im Kurs, sodass es manchmal schwerfällt, den Spreu vom Weizen zu trennen. Als kritische Konsumentin bin ich diesen Sommer auf ein Angebot gestossen, das mich auf Anhieb angesprochen hat.**

Es war ein Tag der offenen Tür im Projektraum Aaregg. Einen ganzen Sonntag lang durfte man/frau kostenlos in verschiedene Yogakurse von «Lana's Yoga» hineinschnuppern. Gerade frisch umgezogen und noch mit der Anstrengung der vergangenen Wochen in den Knochen, wählte ich den Abendkurs zum Thema Entspannung. Eine Stunde lang führte uns die erfahrene Yogalehrerin Lana durch einen abwechslungsreichen, auch ohne Vorkenntnisse leicht zu befolgenden Yogaflow. Die mit angenehmer Stimme gesprochenen Anleitungen waren einfach und klar, sodass ich mich hingeben und die Übungen auch ohne Vorkenntnisse mitmachen konnte. Nach der Stunde fühlte ich mich gelockert und entspannt, vor allem auch dank der erfrischenden, spielerischen Art, mit der Lana's Yoga daherkommt. Und dies, ohne dabei oberflächlich zu wirken. Ganz im Gegenteil hatte ich das Gefühl, dass diese Leichtigkeit das Ergebnis eines langjährigen Yogaweges ist, was mir im darauffolgenden Interview bestätigt wurde.

### Wie kamst du auf Yoga? Hast du schon früher im Gesundheitsbereich gearbeitet?

So richtig auf das Thema Yoga bin ich mit 18 mit einer Schulkollegin gekommen. Wir sprachen darüber, wie die Yoginis und Yogis einen gesunden, schönen Körper haben. Auch fing ich an, mich mit der mentalen Gesundheit zu beschäftigen. Und zwar stiess ich auf die Bücher von Louise L. Hay, die sich mit positivem Denken und positiven Affirmationen beschäftigte. Das beeindruckte mich und ich las so viele Büche wie möglich von ihr.

### Was bedeutet dir Yoga?

Yoga ist für mich wie eine riesige Schatztruhe, die ganz viele gute Sachen beinhaltet. Egal in welcher Lebensphase ich mich befinde, ich kann mich aus dieser Schatztruhe bedienen und das Richtige für mich herauspicken.

Mit 18 Jahren hatte ich andere Erwartungen an Yoga wie jetzt mit 40. Heutzutage möchte ich immer wieder zurück in die Entspannung finden (der Alltag mit all seinen Verpflichtungen lässt grüssen!), aber ich möchte ebenfalls bis ins hohe Alter körperlich und geistig fit bleiben.

### Wie lange unterrichtest du schon? Wie kamst du auf die Idee, in der Bibliothek zu unterrichten?

Ich habe eine zweijährige Yogaausbildung bei Carmen Costa in Bern abgeschlossen und unterrichte seit ca. 10 Jahren. Vor Corona unterrichtete ich in einem Yogakursraum in der Berner Altstadt. Während der Coronazeit nur

noch online. Da ich für Carmen Costa immer wieder Stellvertretungen machen konnte, merkte ich, dass ich immer noch sehr gerne vor Ort unterrichte. Aus diesem Grund entschied ich mich im Projektraum einen Kurs zu starten.

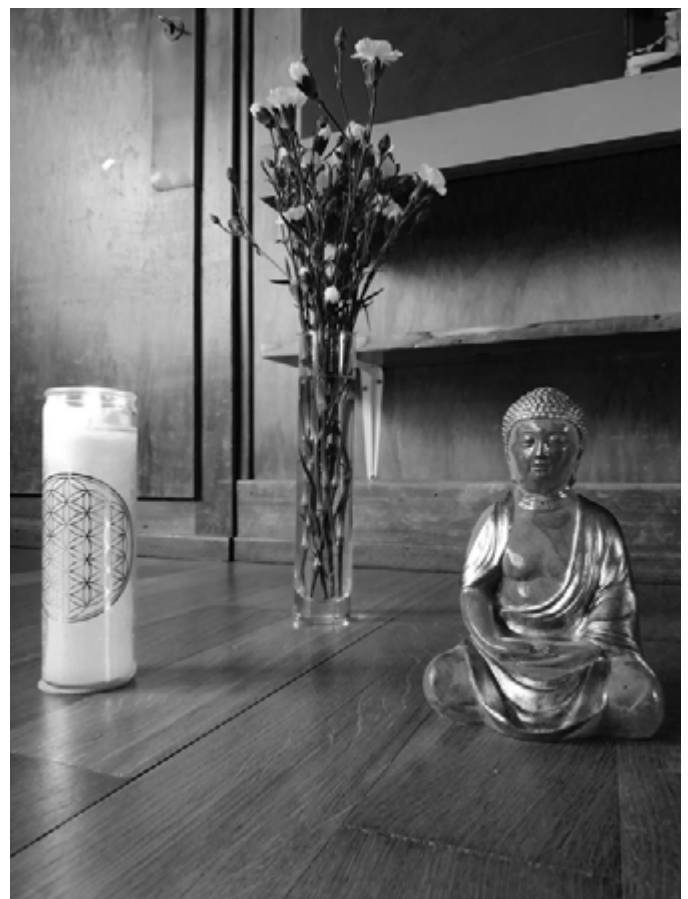
### Ist Yoga für alle Menschen gut? Was, wenn jemand Schmerzen hat?

Yoga ist für alle Menschen gut. Ein Yoga-Guru, Krishnamacharya, sagte einmal: «Jeder Mensch kann Yoga üben, solange er atmen kann.» Yoga kann helfen, Schmerzen vorzubeugen, man lernt, mit Schmerzen besser umzugehen, auch, sie zu lindern. Es gibt viele Alternativen der Yoga-Übungen, so dass es für alle, die wollen, möglich ist, Yoga zu praktizieren. Es gilt, einen Yoga zu finden, der zur aktuellen Lebensphase passt. Wenn ich Anfragen erhalte, erkundige ich mich über den körperlichen und psychischen Zustand, frage nach Erwartungen an den Unterricht, dann stelle ich das passende Programm zusammen.

### Impressionen Tag der offenen Tür

Mehr zu den Kursen erfährst du unter [lanas-yoga.ch](http://lanas-yoga.ch)  
Die Website wird in Kürze überarbeitet (Stand 30.10.2023).

TEXT/INTERVIEW/FOTOS: GABRIELA FELDMANN







## Vom Rossfeld zu den Sternen und zurück

Es war einer dieser Abende, an denen du irgendwie Lust auf alles hast und doch nicht weisst, was du eigentlich willst, wohin solltest du gehen? Zu Hause bleiben oder doch hinaus gehen? Das Thermometer zeigte immer noch 30 Grad an und es war einfach zu schade, untätig zu Hause zu bleiben.

Also machte ich mich auf zum Rossfeldplatz, besser gesagt zur Fyrabear an besagtem Ort. Ich bin wohl schon eine Ewigkeit nicht mehr hier gewesen, es muss vor der Pandemie gewesen sein, denn seither hat sich in meinem Leben so vieles grundlegend verändert; ich wurde sehr krank und heute, nach drei Jahren, mache ich mich wieder auf, am Leben teilzunehmen.

Wie auch immer, auf dem Platz angekommen begegnete mir ein lebhafter Betrieb: hier spielten zahlreiche Kinder in kleinen Grüppchen auf dem mit Kies belegten Platz. Auf dem Platz waren Tische aufgestellt, mit langen Bänken daran und an denen sasssen Leute, erwachsene Menschen, wohl viele von ihnen Eltern der anwesenden Kinder. Andere standen, vor und verteilt rund um die Bar, während im Hintergrund, zwischen den spielenden Kindern und der Bar, ein Zelt aufgebaut war und darin waren die DJ's am Werk und beschallten mit ihrer Musik die in ihrer Art bezaubernde Szenerie.

Es war wunderschöner Augustabend, es lag eine friedliche, eine wohltuende Atmosphäre über dem Ganzen, es erinnerte mich an das Ambiente eines Treffens von altbekannten Freunden, Menschen eben, die gekommen waren um es hier gut zu haben, sich es wohl gehen zu lassen.

Und so beschloss ich, in diese Stimmung einzutauchen, daran teilzunehmen, um bald zu bemerken, dass ich weder Geld noch Twint bei mir hatte, nur Plastikgeld – also musste ich wohl einen Spender finden, wollte ich nicht wieder unverrichteter Dinge abziehen. Bald hatte mein Auge einen Bekannten ausgemacht, den ich darum bitten würde, mir unter die Arme zu greifen. Gesagt, getan und es sollte der Auftakt sein zu einem wunderschönen Abend. So entspann sich also ein Gespräch mit meinem Bekannten und so kamen wir im Laufe des Gespräches zu den Organisatoren dieses Events, weiter zur Zeitung des Leists und so dazu, dass ich es mir gut vorstellen könnte, an dieser Zeitung mitzuarbeiten, also Beiträge beisteuern, in Form von Texten; Prosa oder auch Gedichte.

Er machte mich mit Marina bekannt und so kam es, dass ich nach einem kurzen Gespräch ins Redaktionsteam eingeladen wurde und so die Gelegenheit erhielt, meinen Beitrag an dieser Ausgabe der «Arena» beizusteuern. Und so wie dieser Kontakt zustande gekommen war, in einer um es bildlich zu sagen, sich in federleichter Weise etabliert hatte, so führte uns der Fortgang des Abends zu Tom, dem Gestalter und Grafiker der «Arena». Mit ihm sollte sich ein längeres Gespräch entwickeln und so kam es, dass ich ihm von mir, von meinem langen Weg zurück ins Leben erzählte, so dass unser Gespräch in einen Fluss kam und

sich das eine zum anderen gesellte, was diesen Abend zu einem in gewisser Weise grenzüberschreitenden Ereignis werden liess.

Es kam so, dass sich ein Kollege aus meiner ersten Zeit in dieser Stadt zu uns gesellte. Er erzählte davon, wie er vor Jahren im Aareggi von einem damaligen «Eingeborenen» belehrt wurde, dass er, der vom Rossfeld käme, eigentlich und auch tatsächlich nicht zum Aareggi passe, denn seiner Argumentation zufolge würden die vom Rossfeld, die etwas Besseren, nichts mit denen von ihnen, denen von der Aaregg, gemein haben und deshalb passe er, also mein Kollege, nicht in diesen Kreis. Punkt und Basta.

Darüber sprachen wir und über das «Gärtlidenken», über das Denken der Stadt, in der Welt, in den Quartieren, Territorien, in denen die Menschen ihr Leben in eben diesen Grenzen verbringen, ohne echten Kontakt zu aussen... und so weiter. Auch darüber, dass die Topographie den Austausch zwischen den Quartieren behindern könne, wie zum Beispiel, dass es für einen «Felsenauer» wahrscheinlicher ist, dass er sich an und in der Stadt orientiere als zum Beispiel am Aareggi oder so.

Und weil das so ist und weil Menschen Bedürfnisse haben, wie etwa einzukaufen und vieles mehr, so ist der Austausch unter den einzelnen Stadtteilen sehr unterschiedlich intensiv und dies wiederum spiegelt sich dann auch in den Beziehungen der einzelnen Menschen untereinander.

So dachte ich in mir, vor allem nach dem Fest, zu Hause weiter darüber nach und es kamen mir Gedanken, Bilder dazu fielen mir ein; verschiedenste Eindrücke und einer der stärksten ist einer in der Farbe Blau. Viel mehr gesagt ist es der Eindruck eines in meiner Erinnerung höchst interessanten und zauberhaften Wesens. Und weil ich nicht nahe genug war, so bleiben mir diese etwas diffusen Bilder, doch ich bin sicher: Sie hat in mir einen mächtigen Eindruck hinterlassen, und, dessen bin ich gewiss, verbirgt sich hinter diesem Eindruck noch so vieles mehr.

Und wie ich am Sinnieren und am vor mich her träumen war, kam mir der Gedanke, dass wir im Grunde alle eines gemeinsam haben; wir sind alle gemacht aus Sternentaub und weil das so ist sind wir in einer uns nicht bewussten und auch nicht sichtbaren Form miteinander verbunden. Und noch mehr, sind wir nicht alle durch unser Sein, alleine durch unsere Präsenz auf dieser Welt dadurch miteinander verbunden? Wie, so denke ich mir, wie wäre es, wenn die Menschen, wie hier, an diesem Ort, friedlich und einfach miteinander sein würden, um sich untereinander auszutauschen, wie wäre es, wenn unser Leben dergestalt wäre und alleine dadurch die grössten Probleme mit einem Schlag vom Tisch wären?

Träumen darf man und wenn es ist, aus so einem Erlebnis wie heute, an diesem wunderschönen Abend, Energie zu tanken, mit Freude nach Hause zu gehen – gute, nette Menschen getroffen zu haben und wieder einmal die Ein-

sicht gewonnen zu haben, dass es gar nicht so viel braucht um zufrieden zu sein.

Und noch etwas: Am Sonntag, am Brunch hatte ich ein Getränk bei den beiden Jungs an der Bar bestellt. Sie gaben mir das Getränk und ich bezahlte, mehr als es gekostet hätte. Das allein war nicht das Entscheidende, was folgte, erfüllte mich mit grosser Genugtuung und ein Gefühl der Erleichterung hatte sich in mir ausgebreitet.

Ich trank mein Getränk an der Bar und konnte sehen, wie die beiden mit ihrem neu verdienten Geld umgingen. Es war so: Ein Franken war Flaschenpfand, diesen Franken schenkte ich ihnen auf Anfrage, mit dem zweiten Franken konnten sie, von meiner Seite her, anfangen was sie wollten. Für sie stellte sich jedoch das Problem, dass sie der Meinung waren, dass dieser Franken eigentlich in die Brunchkasse gehen sollte.

Sie berieten und entschlossen sich darauf den Franken an der Kasse abzugeben – und noch etwas erregte meine Aufmerksamkeit: Einer hatte einem Gast einen Kaffee ausgegeben, anstatt einen Espresso. Darauf gerieten sie ob des Trinkgeldes in einen weiteren Konflikt, denn ihrer Meinung nach wurde der Kunde benachteiligt und somit wollten sie das Trinkgeld zurückgeben – was sie dann natürlich behalten durften.

Das Tolle an der Sache ist: Ihre Ehrlichkeit und ihre ent-waffnende Offenheit, wie sie diese Probleme verhandelten und zu einer Lösung kamen. Ich war hin und weg und ich dachte mir; so ein Umgang untereinander und mit allen, da könnte sich manch einer ein Vorbild an denen beiden nehmen!

Und weil ich zuvor am TV einem Philosophen zuhörte, wie er darüber sprach, dass es Pessimisten und Zweckpessimisten, auch solche Optimisten gäbe und so weiter und dass das Problem mit uns Menschen sei, dass wir langfristige Entwicklungen nur schlecht zu überblicken und somit zu beurteilen vermögen, da dachte ich mir: Das mag sein, und wir alle tun uns schwer mit den grossen Fragen unserer Zeit wie Klimawandel, Krieg, Hunger usw. Und weiter dachte ich mir: Pessimisten, Optimisten und was auch immer – ich versuche es mit Menschlichkeit.

Denn wenn unsere Jugend uns vormacht, wie wir unsere kleinen Probleme vor Ort und Stelle klären können, wenn diese Jugend mit diesem Schwung und dieser Offenheit weiterhin ans Werk geht, dann sollten wir ihnen getrost das Feld überlassen, Sie daran lassen, die wohl von uns gemachten Probleme zu lösen, ihnen unser Vertrauen geben und ihnen dabei unterstützend an die Hand gehen.

Und wenn sich das auch etwas sehr einfach anhört, so ist das keine Träumerei meinerseits, sondern erlebte Realität und ich machte mich guten Mutes auf den Heimweg, zurück nach Hause und werde ganz bestimmt einen schönen, wenn auch sehr warmen Sonntag erleben – was, mein Herz willst du mehr?

ALFREDO HESS

## Eine Feder

(nach der Idee von Nick Caves «Idiot Prayer»  
at Alexandra Palace, London)

Erfasst von den Lüften,  
getragen empor  
höher, immer höher.  
Eine Feder  
luftig und leicht,  
glänzend und weiss.  
An ihr ist Blut,  
ein Tropfen Blut an ihrem Kiel.  
Der Tropfen fiel.  
Er fiel und fiel,  
immer weiter, immer tiefer,

berührte den Boden.  
Traf auf ein Blatt,  
ein Blatt vom Lebensbaum.  
Der Tropfen drang ein  
in das Blatt,  
vermischte sich und wurde eins.  
Das Blatt zerfiel,  
wurde Erde  
und an der Stelle wuchs  
ein zartes Pflänzchen,  
ein Bäumchen, ein Lebensbäumchen.  
Das Bäumchen wuchs und bald  
setzte sich ein Vogel darauf,  
ein zweiter kam hinzu  
und auch Frau Vogel war dabei.  
Es glänzten die Federn,  
das Blut schoss in die Adern.  
Frau Vogel hatte sich entschieden.  
Und eine Feder,  
erfasst von den Lüften,  
wurde getragen  
höher, immer höher  
...

ALFREDO HESS

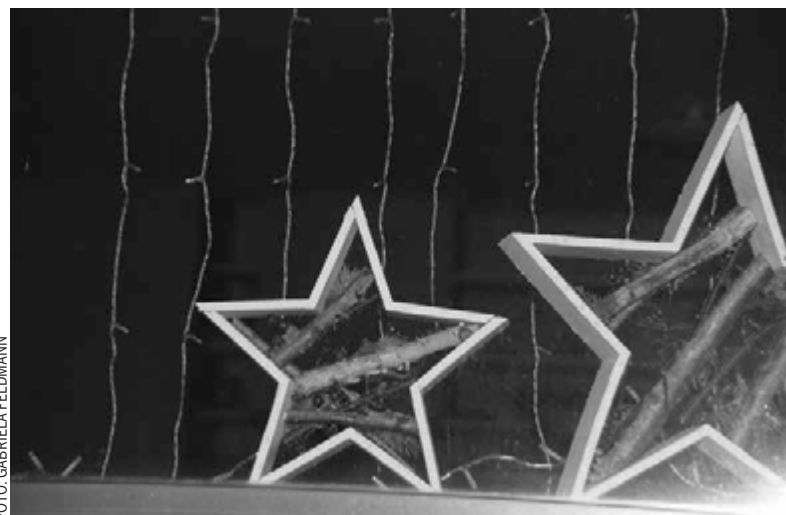


FOTO: GABRIELA FELDMANN

## Nachbarschaft Bern

## Freiwillig engagiert im Quartier

**Sie möchten sich für ein nachbarschaftliches Zusammenleben einsetzen, jemanden in Alltagsdingen unterstützen und Menschen im selben Quartier kennenlernen? Den Rahmen für ein solches Engagement im Quartier bietet Nachbarschaft Bern. Ein Angebot der Vereinigung Berner Gemeinwesenarbeit (VBG).**

## Nachbarschaft Bern kurz erklärt

Nachbarschaft Bern vermittelt Unterstützung zwischen Nachbar:innen, die einen Fussmarsch voneinander entfernt wohnen. Die Idee des Angebotes besteht darin, Menschen, die Unterstützung brauchen und solche, die diese leisten können, zusammen zu bringen. Im Vordergrund steht die Unterstützung in Alltagsdingen, wie zum Beispiel Einkaufen, Gesellschaft leisten, Spazieren, Computer Support oder Deutsch üben u.v.m. Aufgaben also, die von Nachbar:innen ohne spezielle Vorkenntnisse im Umfang von 1- max. 3 Stunden wöchentlich geleistet werden können.

## Sie möchten sich freiwillig engagieren...

...und melden sich bei Nachbarschaft Bern per Telefon, Homepage oder mit einem Besuch in einem Quartierbüro der VBG an. Sobald uns Ihre Anmeldung erreicht, laden wir Sie für ein Kennenlorgespräch ein. Wir besprechen Ihre Beweggründe, Möglichkeiten und Vorstellungen bezüglich einer Tätigkeit im Quartier – wie viel Zeit möchten Sie einsetzen, welche Tätigkeiten liegen Ihnen, welchen Steckbrief könnte ein passendes Gegenüber haben. Danach machen wir Ihnen einen Vorschlag für einen Einsatz und organisieren ein erstes Treffen. Zusammen legen wir fest, wie die Begleitung aussehen könnte. Dann sind Sie in diesem Zweiergespann, im Tandem, unterwegs und bei Schwierigkeiten wären wir jederzeit für Sie da. Zweimal pro Jahr sind sie als Freiwillige:r an ein Austauschtreffen von Nachbarschaft Bern eingeladen. Dieses Zusammenkommen wird sehr geschätzt; es ist wertvoll zu hören, wie es anderen in ihren Einsätzen ergeht und davon zu lernen. Manchmal bilden sich sogar unter den Freiwilligen Tandems, die sich gegenseitig unterstützen.

## Wer steht hinter Nachbarschaft Bern

Zum dreiköpfigen Team gehören Noëlle Altenburger, Michael Zeier und Sonja Preisig. Michael Zeier ist seit dem 1. November 2023 Kontaktperson für die Quartierbewohnenden der Stadtteile Länggasse/Engehalbinsel und Bümpliz/Bethlehem. Er ist der Nachfolger von Stefan Fasel. Nachbarschaft Bern als Teil der VBG agiert zusammen mit der Quartierarbeit für mehr Lebensqualität in den Quartieren. Dass dies gelingt, ist zu einem wesentlichen Teil der Verdienst der engagierten Quartierbewohnenden!

Wir würden uns über einen Zuwachs an Freiwilligen im Stadtteil Länggasse/Engehalbinsel freuen!

Nachbarschaft Bern:

[www.nachbarschaft-bern.ch](http://www.nachbarschaft-bern.ch) / 031 382 50 90

Quartierbüros VBG:

[www.vbgbern.ch/quartiere/laenggasse-engehalbinsel](http://www.vbgbern.ch/quartiere/laenggasse-engehalbinsel)



## 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](http://www.leist-engehalbinsel.ch)

**Agenda Engehalbinsel**

Wissen was im Quartier läuft

[www.leist-engehalbinsel.ch](http://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](http://www.quartierpost.ch)

**Quartieragenda**

Besuche die Quartieragenda. Falls Du Veranstaltungen platzieren

möchtest, schreibe an [agenda@qle.ch](mailto:agenda@qle.ch).

[www.qle.ch/agenda](http://www.qle.ch/agenda)

**Quartierchats**

Über Signal & WhatsApp

Kurzinfos, Anfragen, Tauschen, Veranstaltungshinweise

**Chat-Links siehe [www.qle.ch](http://www.qle.ch)**

**Länggassblatt**

Abonniere das Länggassblatt

[www.laenggassblatt.ch](http://www.laenggassblatt.ch)

## Einladung zum Spenden-Bazar mit Samichlaus

**Am 6. Dezember heisst Sie die Stiftung Rossfeld zum solidarischen Spenden-Bazar herzlich willkommen. Der Samichlaus kommt, die Adventsfenster leuchten & Speis und Trank locken. Besuchen Sie uns ab 13.30 Uhr an der Reichenbachstrasse 122.**

Zum Samichlaus und Spenden-Bazar öffnet die Stiftung Rossfeld ihre Türen fürs Quartier. Der Erlös des Bazars und der Aktivitäten kommt dem Spenden-Projekt «inklusive Bewegungs-Parcours für alle» zugute. Der Parcours soll rund um die Stiftung Rossfeld entstehen und richtet sich an Kinder, Jugendliche, Bewohner:innen & Lernende der Stiftung Rossfeld sowie alle Quartiermenschen der Engehalbinsel.

### Spenden-Bazar: nachhaltig Gutes tun

Unter dem Motto «gemeinsam in Bewegung» organisiert die Stiftung Rossfeld einen solidarischen Spenden-Bazar. Gut erhaltene Kleider, Bücher, Spielsachen, Selbstgemachtes oder Weihnachtsdekoration dürfen für einen guten Zweck weiterziehen. Kommen Sie vorbei zum Stöbern und Entdecken. Für festliche Stimmung sorgen die Rossfeld-Singers um 16 Uhr.

### Der Samichlaus kommt!

Liebe Quartier-Kinder, der Samichlaus freut sich auf eure Värsl! Besucht ihn am Mittwoch, 6. Dezember ab 13.30 bis 17.30 Uhr an der Reichenbachstrasse 122. Jedes Kind erhält eine Überraschung und alle sind herzlich eingeladen, bei Speis und Trank im Restaurant Rossfeld zu verweilen.

### Adventsfenster & Atelier

Wenn es eindämmt, leuchten unsere Adventsfenster an der Reichenbachstrasse 111 und 122. Sie wurden von Schulkindern der Schulbildung und Klient:innen der Tagesstätte gefertigt. Interessiert Sie ein Blick hinter die Kulissen? Unsere Klient:innen zeigen Ihnen gerne, wie Weihnachtskarten und Geschenkartikel entstehen. Lassen Sie sich von den originellen Produkten inspirieren und besuchen Sie unseren neuen Atelier-Shop beim Haupteingang.

### Eckdaten

Wo: Stiftung Rossfeld, Reichenbachstrasse 122

Wann: Mittwoch, 6.12.2023, von 13.30 bis 17.30 Uhr

Was: Spenden-Bazar mit Samichlaus, Adventsfenster und Verkauf Atelier-Produkte

Alle Infos und Programm:

[www.rossfeld.ch/gemeinsam](http://www.rossfeld.ch/gemeinsam)



oder QR-Code scannen

**Spenden-Bazar mit Samichlaus**  
Schönes aus zweiter Hand - Adventsfenster  
Atelier-Produkte - Aktivitäten - Speis & Trank - Überraschung für alle Kinder

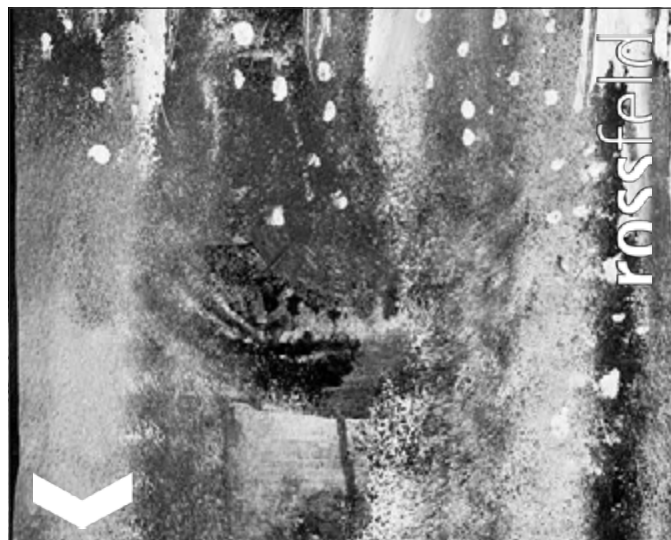
**MITTWOCH,  
6. DEZEMBER 2023  
13.30 - 17.30 UHR  
STIFTUNG ROSSFELD  
REICHENBACHSTR. 122**

Mit dem Verkaufserlös des Spenden-Bazars finanzieren wir den inklusiven Bewegungs-Parcours für alle rund um die Stiftung Rossfeld.

Program & Infos:  
[www.rossfeld.ch/gemeinsam](http://www.rossfeld.ch/gemeinsam)

Scannen für Infos

rossfeld



## WINTERZAUBER IN DER STIFTUNG ROSSFELD

Reichenbachstrasse 122, 3004 Bern

Märit vom  
27. November bis 22. Dezember 2023

Montag bis Freitag  
09.00 – 16.30 Uhr

[rossfeld.ch/atelier](http://rossfeld.ch/atelier)  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



## Neues Team Quartierarbeit VBG

Der langjährige Quartierarbeiter Tom Lang verlässt die Quartierarbeit auf der Engehalbinsel. Er wandert weiter Richtung Westen und übernimmt ab Dezember die Leitung des Quartierzentrums Tscharnergut in Bethlehem. Wir wünschen ihm einen guten Start im Westen!

Neu startet im Dezember Fritz Hutmacher. Er ist zusammen mit Jana Obermeyer das neue Team der Quartierarbeit für die Quartiere der Engehalbinsel und der Länggasse. Er wird sich in der nächsten Arena-Ausgabe selber näher vorstellen. Herzlich willkommen Fritz!

## Neues Sportangebot «Sport für Kids» auf der Engehalbinsel

In der Turnhalle der Schule Rossfeld gibt es ein neues polysportives, geschlechtergemischtes Kinderturnen für Kinder der 1.-4. Klasse. Im Fokus steht Spiel und Spass ohne Leistungsdruck. Das Turnen findet jeweils am Dienstag von 18-19 Uhr statt, der Eintritt ist jederzeit möglich. Der Kurs kostet CHF 200.– für ein gesamtes Jahr.

Bei Bedarf leistet die Kirchgemeinde Matthäus finanzielle Unterstützung: [eva.vogel@refbern.ch](mailto:eva.vogel@refbern.ch) / 076 409 70 94

**Neu im Rossfeld ab 15.8.2023**

Eintritt ist jederzeit möglich. Komm vorbei zum schnuppern. Wir freuen uns auf dich!

Kontakt: Nicole Baur

[nicole.baur@btvbern.ch](mailto:nicole.baur@btvbern.ch)

079 757 61 81

# SPORT FÜR KIDS

Polysportives Kinderturnen für Kinder von 1.-4. Klasse

Jeweils Dienstagabend, 18.00 – 19.00 Uhr

In der Turnhalle Rossfeld  
Reichenbachstrasse 101  
3004 Bern





**BTV Bern**  
Veren für Sport + Freizeit

## Jugendtreff Primo – neue Angebote auf der Engehalbinsel

Das Team des Trägerverein für die offene Jugendarbeit der Stadt Bern (toj) freut sich, die neuen Angebote des toj in der Engehalbinsel zu präsentieren.

### Mädchen\*treff

Neu ist jeweils am Mittwoch der Jugendtreff Primo exklusiv für Mädchen\* ab 10 Jahren geöffnet. Der Mädchen\*treff ist von 17-20 Uhr offen und beinhaltet ein gemeinsames Z'nacht.

### Primo für ALLE Jugendlichen

Am Freitagabend von 16-19/20 Uhr ist das Primo für ALLE Jugendlichen ab 12 Jahren geöffnet. Im Jugendtreff kannst du chillen, spielen, kochen, backen und basteln. Die Räumlichkeiten des Primo können von Jugendlichen mit Unterstützung ihrer Eltern/Erziehungsberechtigten auch für «Festli» gemietet werden.

### Lernhilfe

Jeweils am Mittwoch während der Schulzeit ist von 15.45 bis 17.30 Uhr Lernhilfe im Primo – wir unterstützen dich im Erledigen von Schulaufträgen und Hausaufgaben.

## MODI\* ABEND

17-20H

Jeden Mittwoch Abend ist das Primo exklusiv für dich und deine Freund\*innen geöffnet. wir kochen und essen gemeinsam Z'nacht.

Für alle Mädchen\* ab 10 Jahren.

[LinkedIn](https://www.linkedin.com/company/toj-bern) 079 668 70 41



# PRIMO

TIEFENAUSTRASSE 117, 3004 BERN



## JUGEND TREFF

16-19H

Jeden Freitag ist das Primo für alle ab 12 Jahren geöffnet. Im Primo kannst du chillen, spielen, kochen, backen und basteln.

[primo\\_toj](https://www.instagram.com/primo_toj) [lisa\\_tojbernmittle](https://www.instagram.com/lisa_tojbernmittle)

INFOSTELLE  
AAREGG



Jeweils am Montag 16 - 18 Uhr  
oder nach Vereinbarung an der  
Tiefenastr. 117

Jana Obermeyer, 078 920 00 66  
jana.obermeyer@vbgbern.ch



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, Tiefenastrasse 117, jeden MO 16 – 18 Uhr**  
**TreffTisch Engehalbinsel, Lo Snag Bar, jeden MI 15 – 18 Uhr**

## 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



## VBG – Quartierarbeit Stadtteil 2

Wir sind in den Quartieren Aaregg, Tiefenau, Rossfeld, Äussere 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:

|  |  |
|--|--|
| Jana Obermeyer<br>Quartierarbeiterin<br>jana.obermeyer@vbgbern.ch<br>078 920 00 66 | Fritz Hutmacher<br>Quartierarbeiter<br>fritz.hutmacher@vbgbern.ch<br>078 238 18 56 |
|--|--|

vbgbern – Angebote & Projekte

## Quartierznacht Aaregg – ein Treffpunkt im Quartier



**Gemeinsam Essen und Austauschen. Wir laden dich gerne zum Quartierznacht im Projekt Raum Aaregg (Oberer Aareggweg 51a) ein.**

Ein Treffpunkt für Menschen aus dem Quartier. Wir richten zusammen ein und essen zusammen Znacht. Bring etwas fürs Buffet und/oder einen Beitrag fürs Kässeli mit.

**Jeweils am Freitagabend ab 18.30 Uhr:**

Erste Daten im 2024  
Freitag, 19. Januar  
Freitag, 15. März  
Freitag, 17. Mai

**Wir freuen uns auf Dich!**

Bei Fragen: Jana Obermeyer, 078 920 00 66,  
jana.obermeyer@vbgbern.ch

vbgbarn – Angebote & Projekte

## Spieltreff Biberspielplatz



Der wöchentliche Spieltreff für alle Kinder von 4-12 Jahren findet immer am Mittwoch 14 - 17 Uhr auf dem Biberspielplatz in der Aaregg statt (ausser Schulferien).

vbgbarn – Information & Beratung

## Quartierpost, Quartierchat 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](http://www.quartierpost.ch) oder nutze die Quartieragenda: [www.qle.ch/agenda](http://www.qle.ch/agenda). Falls Du Veranstaltungen platzieren möchtest, schreibe an [agenda@qle.ch](mailto:agenda@qle.ch).

Es gibt ausserdem den Quartierchat Engehalbinsel auf der Signal-App. Einstieg ist über diesen QR-Code möglich:



vbgbarn – Angebote & Projekte

## FüürAbe Engehalbinsel



Eine gute Möglichkeit, um bekannten und neuen Nachbar\*innen zu begegnen, sich auszutauschen und gemeinsam einen gemütlichen Abend zu verbringen. Wir bieten Feuerschalen mit Grillrost und Sitzgelegenheiten. Bitte bringe Dein Geschirr und Besteck sowie Deinen Beitrag fürs Buffet / Grillgut selber mit. Wir freuen uns auf Dich!

Ein Quartier begegnet sich – für alle Bewohnerinnen und Bewohner der Engehalbinsel. Wir laden dich herzlich ein zum gemeinsamen Feierabend. Bring etwas zu Essen und Trinken mit. Wir bieten Infrastruktur, Feuer und Grill, jeweils ab 17 Uhr.

Freitag, 22. März 2024  
bei und mit der Stiftung Rossfeld,  
Reichenbachstr. 122, Bern

Bei Fragen:  
Eva Vogel, Kirchgemeinde Matthäus, 076 409 70 94,  
[eva.vogel@refbern.ch](mailto:eva.vogel@refbern.ch)



FOTO: GABRIELA FELDMANN



vbgbarn – Angebote & Projekte

## Projekt Raum Aaregg



FOTO: ZVG

**Brauchst Du einen Raum für Deine Geburtstagsfeier? Für einen Vereinsanlass? Möchtest Du ein regelmässiges Angebot lancieren? Die Quartierarbeit betreibt 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 Jana Obermeyer (jana.obermeyer@vbgbarn.ch, 078 920 00 66). Den Belegungsplan für den Projekt Raum findest Du hier:



vbgbarn – 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 übersichtlich aufbereitet.**

Das Raumverzeichnis ist über die Webseite der Quartierarbeit abrufbar (www.vbgbarn.ch > Quartierarbeit Länggasse/Engehalbinsel > Räume zum Mieten) oder über folgenden QR-Code:



## Regelmässige Veranstaltungen

### INFOSTELLE AAREGG

Montag, 16–18 Uhr, Tiefenaustrasse 117

### TURNEN UND BEWEGUNG

**Muki/Vaki-Turnen: Mo, 16.30–18.00 Uhr**

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

### SENIORINNENTURNEN

**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](http://www.felsenau-bremgarten.ch)

### PILATES

Diana Kurth, 079 691 26 87, dkurth@gmx.ch  
**Di, 19.00–19.50 Uhr,** Turnhalle Schule Rossfeld

### KORNHAUSBIBLIOTHEK ROSSFELD (ausser in den Schulferien)

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

### Lesezirkel, jeweils 1. Dienstag im Monat 19–21 Uhr

Projekt Raum Aaregg, Oberer Aareggweg 51a  
Kontakt: Anita Krebs 076 572 45 18

### 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

**Mi, 14–17 Uhr** für Kinder ab 4 Jahren (bei schlechter Witterung im Projekt Raum, ansonsten auf dem Biberspielplatz)

### TREFFTISCH ENGEHALBINSEL

**Mi, 15–18 Uhr,** bei der Lo Snag Bar, Oberer Aareggweg 45

### YOGA

Projekt Raum Aaregg, Oberer Aareggweg 51a  
Yoga mit Tanja  
**Mi, 19.00–20.15 Uhr und**  
**Fr, 8.30–9.45 Uhr**  
Yoga mit Lana  
**So, 18.15–19.15 Uhr**

## Veranstaltungen im Quartier

**FR, 1.12.**

### **Frauenforum**

14.00–17.00 Uhr  
Reichenbachstrasse 2

**FR, 1.12.**

### **Adventskranzbinden**

18.00–22.00 Uhr  
Matthäuskirche, Rossfeld,  
Reichenbachstrasse. 114

**SO, 3.12.**

### **Gastspiel Verein des guten Geschmacks**

15.00 Uhr  
Schalterhalle, Reichenbach-  
strasse 77

**DI, 5.12.**

### **Treffpunkt Mittagstisch**

11.45 Uhr  
Schalterhalle, Reichenbach-  
strasse 77

**MI, 6.12.**

### **Spenden-Bazar**

13.30 bis 17.30 Uhr  
Stiftung Rossfeld, Reichen-  
bachstrasse 122

**DO, 7.12.**

### **PubQuiz mit Guli & Christine**

Schalterhalle, Reichenbach-  
strasse 77

**DI, 12.12.**

### **Gsellige Nami – Treff für Seniorinnen & Senioren**

15.00–17.00 Uhr  
Schalterhalle, Reichenbach-  
strasse 77

**MI, 13.12.**

### **Figurentheater Bern präsentiert «d Rauhnächte»**

14.00–16.00 Uhr  
Johanneszentrum, Johanni-  
terstrasse. 30, Bremgarten

**MI, 20.12.**

### **Ökumenische Weihnachts- feier für Seniorinnen & Senioren**

14.30 Uhr  
Matthäuskirche Rossfeld

**DO, 21.12.**

### **Jahreskreisfest längste Nacht**

19.00 Uhr  
Kirche Bremgarten

**SO, 31.12.**

### **Silvester-Party**

Schalterhalle, Reichenbach-  
strasse 77

**DI, 16.01.**

### **Erzählcafé – Winter, von dunkel zu hell**

19.00–21.00 Uhr  
Reichenbachstrasse 2, Bern

**FR, 19.01.**

### **MusikQuiz mit Eric & Lörü**

Schalterhalle, Reichenbach-  
strasse 77

**SA, 27.01.**

### **3004-Winter-Party mit dj el mex**

Schalterhalle, Reichenbach-  
strasse 77

**DI, 6.02.,**

### **Treffpunkt Mittagstisch**

11.45 Uhr  
Schalterhalle, Reichenbach-  
strasse 77

**MI, 21.02.,**

### **Neue Horizonte – Lesung mit Walter Däpp**

14.00–16.00 Uhr  
Johanneszentrum (Johanni-  
terstrasse. 30, Bremgarten)

**DO, 29.02.,**

### **Abend Meditation**

19.00 Uhr  
Matthäuskirche

## Schriftliche Umfrage zur ökumenischen Altersarbeit

### **Dicke Post**

Über 200 Seniorinnen und Senioren haben im Juli vom ökumenischen Team der Altersarbeit Post erhalten. Darin befand sich ein Fragebogen mit elf Fragen. Das Ziel der Umfrage war, die Bedürfnisse und Interessen unsere Zielgruppe in einem grösseren Rahmen abzuholen. Für uns war zentral zu klären, wie bekannt die bestehenden Angebote sind, zu welchen Themen in Zukunft Veranstaltungen besucht werden möchten, was sich ändern müsste und welche Tageszeiten sowie Örtlichkeiten bevorzugt werden.

### **Eine Überraschung**

Zurück aus den Sommerferien war Anja erst einmal sprachlos. Auf ihrem Bürotisch stapelten sich die Rückantwortcouverts. Fünfundachtzig ausgefüllte Fragebogen sind zurückgekommen – ein Rücklauf von 40%! Im Vorfeld wurden wir darauf hingewiesen, dass der Rücklauf bei ähnlichen Umfragen in der Regel bei fünf Prozent liegen würde. Die Freude über die überraschend grosse Zahl an vielen Antworten war deshalb umso grösser.

### **Zur Auswertung**

Aus den Ergebnissen ging hervor, dass altbekannte Anlässe mit einer gewissen «Tradition» regelmässig besucht werden. Dazu gehören die Advents- und Weihnachtsfeiern, sowie Neue Horizonte, die Männerrunde Ü60 und der Mittagstisch im Rossfeld. Die eher «jungen» Angebote wie das Plauderstündli, Café Frytig oder der Gsellige Nami sind bekannt, wurden von der Mehrheit jedoch noch nicht besucht.

Ein klares Bild zeichnet sich bei der Frage ab, zu welchen Themen Veranstaltungen besucht werden möchten. Hierbei wünscht sich die Zielgruppe vermehrt kulturelle Veranstaltungen, bei denen (neues) Wissen vermittelt wird und erworben werden kann. Grosses Interesse gibt es gegenüber Lesungen, Vorträgen, Museums- und Filmvorführungen. Das Bedürfnis sich in gleichgeschlechtlichen Gruppen zu treffen ist ebenfalls vorhanden.

Aus den Kommentaren sticht hervor, dass viele Seniorinnen und Senioren oft privat eingebunden und sehr engagiert sind. So ist es nicht selten ein voller Terminkalender, der eine Teilnahme an unseren Anlässen verhindert. Vermehrt wird auch auf den gesundheitlichen Zustand verwiesen, der eine Teilnahme erschwert. Die Mehrheit spricht sich für Anlässe am Nachmittag aus. Ausserdem bevorzugen und schätzen viele die Räumlichkeiten im Johanneszentrum in Bremgarten und sind gegenüber Ausflügen in der Stadt und Umgebung/Region nicht abgeneigt.

### **Wie weiter?**

Diese Ergebnisse sind ein relevanter Pfeiler für die Jahresplanung 2024 sein. Wir werden versuchen die Resultate weitgehend einzubauen und umzusetzen. Dennoch möch-

ten wir uns einen Spielraum offenlassen, um auch auf spontane Ideen aus der Zielgruppe eingehen zu können.

### Danke fürs Vertrauen

An dieser Stelle möchten wir allen Teilnehmenden der Umfrage für ihr Vertrauen danken. Natürlich sind wir weiterhin auf Eure Rückmeldungen angewiesen. Gerne dürft ihr eure Ideen, Vorschläge und auch kritischen Fragen mit uns teilen. Feedbacks, Ideen und Wünsche sind stets willkommen und wir freuen uns auf alles Weitere von und mit Euch!

Anja Rufener, 031 309 00 18, anja.rufener@refbern.ch  
 Antonia Jud, 031 301 81 17, antonia.jud@refbern.ch  
 Julia Ceyran, 079 202 15 59, julia.ceyran@kathbern.ch

## Sozialberatung

**Die Sozialberatung ist ein Angebot der Reformierten Kirche und steht allen Menschen offen, unabhängig ihrer Konfession. Die Beratung richtet sich auch an Menschen, die keiner Glaubensgemeinschaft zugehören. Einziges Kriterium ist, dass Sie auf der Engehalbinsel oder in Bremgarten wohnen.**

**Stapeln sich die Rechnungen und Sie wissen gar nicht, wie Sie den Überblick wieder gewinnen können?  
 Wurde Ihnen die Arbeitsstelle gekündigt und sind sich nicht sicher, ob die Kündigung rechtens ist?  
 Suchen Sie dringend eine Wohnung, wissen aber nicht, wie Sie das am besten angehen?  
 Arbeiten Sie viel, aber das Geld reicht nicht bis zum Ende des Monats?  
 Plagen Sie Schwierigkeiten in der Familie und wissen nicht mehr weiter?**

Wir helfen Ihnen, Ihre Situation zu überblicken und suchen mit Ihnen nach Lösungswegen. Wenn nötig vermitteln wir Sie an eine spezialisierte Fachstelle. Das Angebot der Sozialberatung richtet sich an Einzelpersonen, Paare und Familien.

Die Beratungsgespräche sind kostenlos und vertraulich. Alle Mitarbeitenden unterstehen der Schweigepflicht. Die Gespräche finden bei uns im Büro oder auf Wunsch bei Ihnen zu Hause statt. Wir haben offene Türen und ein offenes Ohr. Sie können sich gerne unverbindlich melden und wir schauen, wie es weitergehen könnte und was Ihnen am meisten dient.

### Kontakt

Wer: Eva Vogel, 076 409 70 94 oder eva.vogel@refbern.ch  
 Wann: Dienstag, Mittwoch, Donnerstag  
 Wo: Reichenbachstrasse 2, 3004 Bern

## Herzlich Willkommen

**Wir freuen uns sehr, zwei neue Teammitglieder begrüßen zu dürfen.**

**Seit 1. September arbeitet Franziska Wilhelm als Pfarrerin (60%) am Standort Reichenbachstrasse 2 und vervollständigt somit das Pfarrteam der Kirchgemeinde Matthäus.**

Kontakt: franziska.wilhelm@refbern.ch

**Am 1. November hat Benjamin Hächler die Nachfolge von Anina Rüdisühli angetreten als Fachperson Soziokulturelle Animation (40%) an der Schnittstelle zwischen Temporärer Unterkunft Viererfeld (TUV) und Quartier.**

Kontakt: benjamin.haechler@refbern.ch

## Frauenforum

**Freitag, 1. Dezember, 14 – 17 Uhr**

Reichenbachstrasse 2, 3004 Bern

**«Bräzelen und Teatime»**

Wir verbringen den ersten Dezembertag mit Bräzelen, einem typisch schweizerischen Gebäck und machen eine kleine Teezeremonie dazu, dies auch im Sinne von Kennenlernen unterschiedlicher kulinarischer Speisen. Die Idee entspringt der kulturell durchmischten Runde des vergangenen Frauenforums mit dem Wunsch, mehr voneinander, auch aus dem Alltag zu erfahren.

Frauen jeden Alters sind willkommen, eine Anmeldung ist nicht nötig. Wir freuen uns auf euch.

Kontakt bei Fragen: Eva Vogel, 076 409 70 94, eva.vogel@refbern.ch, Antonia Jud, 031 301 81 17, antonia.jud@refbern.ch

## Adventskranzbinden

**Freitag, 1. Dezember, 18–22 Uhr,**

Matthäuskirche, Rossfeld, Reichenbachstr. 114, 3004 Bern.

Wir gestalten Adventsdekorationen (Kränze, Gestecke etc.) und verbringen einen kreativen und gemütlichen Abend zusammen. Für Zweige, Strohkränze, Kerzen, Draht, Dekorationsmaterial und Heissleim ist gesorgt – bitte eine Gartenschere und persönliches Material wie spezielle Kerzen, Dekorationen oder extragrosse Kränze mitbringen.

Für das kulinarische Wohl wird Punsch und etwas zum Knabbern bereitstehen.

Ohne Anmeldung, mit Kollekte.

Kontakt: Eva Vogel, 076 409 70 94, eva.vogel@refbern.ch

## Figurentheater Bern präsentiert «d Rauhnacht»

**Mittwoch, 13. Dezember von 14–16 Uhr**

Johanneszentrum, Johanniterstr. 30, Bremgarten

Ein Kasperltheater Kinder (geeignet bis 8-jährig) und Erwachsene mit Jacques Voland, Gründer des Figurentheaters Bern.

Zur Geschichte: Chaschper und Sämi sind in einer Rauhnacht unterwegs nach Hause. Es ist eiskalt und Wotan treibt sein Unwesen. Plötzlich können sie nicht mehr singen, auch die Vögel sind still. Chaschper und Sämi zeigen in diesem Stück auf, wie mann/frau mit schwierigen Situationen und Furchterregendem umgeht. Sie gehen dabei zur «Weisen Frau Holle». Diese Geschichte lässt die Kinder fantasieren, Erlebtes verarbeiten und Brauchtum sowie Mythologien kennen lernen.

Am Ende der Vorstellung erhalten die Kinder die Gelegenheit, hinter die Bühne zu schauen und die Figuren selbst in die Hand zu nehmen.

Anschliessend gibt's ein Ritual und Zvieri.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich und der Eintritt frei. Es gibt eine Kollekte für den gemeinnützigen Verein «Rêves Sûrs».

Kontakt: Antonia Jud, 031 301 81 17, antonia.jud@refbern.ch

## Erzählcafé – Winter, von dunkel zu hell

**Dienstag, 16. Januar 2024, 19–21 Uhr**

Reichenbachstrasse 2, Bern

Ein Erzählcafé ist ein Ort, an dem sich Menschen jeden Alters begegnen. Ein Erzählcafé beinhaltet klare Regeln in seinem Ablauf. Dabei geht es um Respekt, um Achtsamkeit und um Sorgfalt beim Zuhören und Erzählen. In einer kleinen Runde erzählen wir uns Erfahrungen, Erlebnisse und Gedanken zum Thema Winter «von dunkel zu hell». Das Gespräch wird von Dorothea Walther moderiert. Im Anschluss an die Gesprächsrunde folgt ein informeller Austausch bei einem kleinen Apéro.

Die Teilnahme ist kostenlos.

**Anmeldung erforderlich bis 12. Januar an**

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

Seniorinnen und Senioren

## Treffpunkt Mittagstisch

**5. Dezember 2023 und 6. Februar 2024 um 11.45 Uhr**

in der Schalterhalle, Reichenbachstrasse 77

Kosten: Fr. 13.– pro Person

**An- oder Abmeldung am Mittwoch vorher bei:**

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

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

Seniorinnen und Senioren

## Gsellige Nami – Treff für Seniorinnen & Senioren

**12. Dezember 2023, 15.00–17.00 Uhr**

Schalterhalle, Reichenbachstr. 77

Wir laden Dich das letzte Mal zum «Gsellige Nami» in der Schalterhalle ein; um mit Bekannten abzumachen, neue Kontakte zu knüpfen, als Verpflegungspause während des Spaziergangs, um einen Jass zu klopfen und ein leckeres Z'vieri zu geniessen. Wir, Anja Rufener und Miriam Kohler freuen uns über spontane Besuche und Begegnungen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Seniorinnen und Senioren

## Ökumenische Weihnachtsfeier für Seniorinnen & Senioren

**Mittwoch, 20. Dezember, 14.30 Uhr**

Matthäuskirche Rossfeld

Gemeinsam möchten wir mit Ihnen Weihnachten feiern. Lassen Sie sich an diesem Nachmittag von einer Weihnachtsgeschichte in die Welt der Sterne entführen. Lauschen Sie den weihnachtlichen Klängen und geniessen Sie im Anschluss ein feierliches Z'vieri in der Matthäuskirche.

**Anmeldung bis am 13. Dezember an**

Anja Rufener, Reichenbachstrasse 2, 3004 Bern  
031 309 00 18, anja.rufener@refbern.ch

## Seniorinnen und Senioren

Neue Horizonte – Lesung mit  
Walter Däpp

**Mittwoch, 21. Februar 2024, 14.00–16.00 Uhr**  
Johanneszentrum (Johanniterstr. 30, Bremgarten)

Der Berner Journalist und Autor Walter Däpp erzählt heitere und ernste berndeutsche Kurzgeschichten aus seinem jüngsten Band «So alt wie hütt bin i no nie gsi». Es sind Geschichten über das Älterwerden oder das Jungbleiben, über Alltägliches und Unsägliches, über Fremdes und Vertrautes. Im Anschluss zur Lesung laden wir sie zu einem z'Vieri ein.

Unkostenbeitrag mit Richtpreis von CHF 10.–

**Anmeldung bis 14. Februar an**

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

## sing mit einfach aus Freude an der Musik



## Offenes Singen mit verschiedenen Instrumenten

## in der Nach-Festzeit

**Donnerstag 25. Januar 2024, 19.00 bis 20.30 Uhr**

in der Matthäuskirche, Reichenbachstrasse 114, Bern

Wir singen Lieder aus dem rise up+

Wir freuen uns auf dich und auf Sie

**Béatrice Staubli und Andrea Fankhauser**



Katholische Kirche Region Bern  
Pfarrei Heiligkreuz Bremgarten



Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde  
Mattheus  
Bern und Bremgarten

## Gottesdienste Dezember

**Sonntag, 3. Dez. 09.30 Uhr**

**1. Advent**

Matthäuskirche Rossfeld

**Samstag, 9. Dezember, 17.00 Uhr**

**Ökumenische Waldweihnacht**

Treffpunkt bei der Matthäus-Kirche Rossfeld. Wir spazieren gemeinsam zum Reichenbachwald, tauchen ein in die Stille, begleitet von Kerzenschein. Unterwegs halten wir an verschiedenen Stationen und hören eine Geschichte. Wir singen Weihnachtslieder mit Unterstützung des Singkreises.

Nach einer schlichten Feier wärmen wir uns mit einem Tee oder Punsch. Zieht euch warm an und bringt eine eigene Tasse mit!  
Pfrn. Monika Britt und das Kinderfeierteam.

**Sonntag, 17. Dezember, 17.00 Uhr**

**Kinderweihnachtsfeier mit Theateraufführung**

Matthäuskirche Rossfeld

Wer noch im Projektchor mitsingen möchte, komme an die beiden Proben 4.12. und 14.12. um 18.00 in der Matthäuskirche.  
Pfrn. Monika Britt und Andrea Fankhauser (Organistin).

**Donnerstag, 21. Dezember, 19.00 Uhr**

**Jahreskreisfest zur längsten Nacht**

Kirche Bremgarten

**Sonntag, 24. Dezember, 22.00 Uhr**

**Heiligabend**

Matthäuskirche

**Montag, 25. Dezember, 09.30 Uhr**

**Weihnachten**

Kirche Bremgarten

Informationen zu Januar und Februar finden Sie auf:  
[www.matthaeus.refbern.ch](http://www.matthaeus.refbern.ch)

## Jahreskreisfest längste Nacht

**Donnerstag, 21. Dezember, 19.00 Uhr**

in der Kirche Bremgarten

Am 21. Dezember findet die Wintersonnwende statt. Die Sonnenkräfte beginnen mit der Wintersonnenwende wieder zu wachsen. Zurzeit der grössten Finsternis regen sich die zukünftigen Lebenskräfte. In einer meditativen Feier um die Weihnachtsspirale kommen wir zur Ruhe und spüren in unsere Mitten das Licht.

Als Abschluss stärken wir uns mit warmem Punch. Wer mag, darf sein Meditationskissen oder seine Matte mitbringen.  
Pfrn. Manuela Ott

**KUNST IN DER KIRCHE****Engel tanzen**

von Karin Kelm

Die Kunst des Nadelfilzens ist eine jahrhundertealte Technik, bei der (Schafs-)Wolle mit Hilfe von speziellen Filznadeln in Form gebracht wird. Die Ausstellung präsentiert die erstaunliche Transformation von flauschiger Wolle zu himmlischen Wesen. Jeder Engel, der hier gezeigt wird, ist das Ergebnis unzähliger Stunden präziser Arbeit und Hingabe.



Foto: ZVG

Ich habe mich schon immer für kreative Aktivitäten begeistert, und das Nadelfilzen hat meine Neugier geweckt. Diese Kunstform bietet so viele Möglichkeiten zur Gestaltung, und meine Experimentierfreude hat mich motiviert, verschiedene Figuren auszuprobieren.

Für mich ist das Nadelfilzen auch eine Möglichkeit, meine eigenen Ideen und Emotionen auszudrücken. Es ermöglicht mir, persönliche Geschichten und Gefühle in fühlbare Kunstwerke zu verwandeln. Die entspannende und repetitive Natur des Filzens hilft mir, Stress abzubauen und innere Ruhe zu finden. Das war für mich ein wichtiger Anreiz, Figuren und Objekte aus Nadelfilz zu kreieren.

**Vernissage: 01. Dezember 2023 um 09:30 Uhr**

Ausstellungsdauer

24. November 2023 bis 07. Januar 2024

Öffnungszeiten

08.00 Uhr bis 18.00 Uhr

**Finissage: 07. Januar um 09.30 Uhr**

Nadelfilzkünstlerin

Karin Kelm

Jupiterstrasse 3, Wohnung 1666, 3015 Bern

Idee/Kuratorin

Dorothea Walther, Bern

Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Matthäus Bern und Bremgarten

matthaeus@refbern.ch

dorothea.walther@kunsterei.com

**Abend Meditation****Donnerstag, 29. Februar um 19.00 Uhr**

in der Matthäuskirche

Innehalten und sich auf das Wesentliche ausrichten.

**Evang.-ref. Kirchgemeinde  
Matthäus Bern und Bremgarten****Adresse:** Reichenbachstrasse 2, 3004 Bern**Internet:** www.matthaeus.refbern.ch,**E-Mail:** vorname.name@refbern.ch**Pfarrpersonen:**

Monika Britt, 076 349 04 36, 031 309 00 16

Franziska Wilhelm 076 374 72 16, 031 301 41 03

Manuela Ott 076 370 03 64, 031 309 00 11

**Pikett-Telefon für Todesfälle:**

076 360 03 01

**Sozialarbeiterinnen:**

Eva Vogel, 076 409 70 94

Samara Minder, 076 819 98 36

Anja Rufener, 031 309 00 18

Antonia Jud, 031 301 81 17

Benjamin Hächler, 076 381 69 15

**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:**

Nicole Santschi, Evelyne Staufer, 031 300 70 20,

heiligkreuz.bremgarten@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

**Verantwortliche Religionsunterricht:**

1.-6. Klasse: Evelyne Staufer, 079 769 12 32, evelyne.staufer@kathbern.ch

7.-9. Klasse: Leo Salis, 031 910 44 04, leo.salis@kathbern.ch

**Hauswart:**

Frank Weibel, 031 300 70 26



Stadt Bern

## Die Stadt Bern sucht Sie – werden Sie PriMa!

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

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

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

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



## RAMPEVERCHOUF – JEDÄ FRITIG IR BRAUEREI FELSENAU



Mai bis September: 13:30 – 19:00

Oktober bis April: 13:30 – 18:00


# FELSENAU

Cargo-Bikes für Individuelle Einsatzzwecke –  
 ob als Autoersatz für Familien oder als  
 Transportvelo für gewerblichen Gebrauch.

City Cycles AG  
 Spitalackerstrasse 50  
 3013 Bern

031 333 87 33  
[www.citycycles.ch](http://www.citycycles.ch)





**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 SGS-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




Stadt Bern  
Direktion für Bildung  
Soziales und Sport



**Freund\*innen  
finden und Welten  
entdecken**

Es hat noch freie Plätze  
in der Kita Aaregg.



Mehr Infos:



Kontaktieren Sie uns:  
031 321 60 00, kita.buero@bern.ch

Der sympathische Kleinbetrieb in Ihrer Nähe

**KS**  
**KONRAD STUDER**

Elg. dipl. Installateur

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

**schweres**  
metall-möbelbau gmbh

«Individuelle Metallarbeiten,  
welche das Leben vielleicht  
eine Spur leichter machen»

Schloss Reichenbach/3052 Zollikofen  
T 031 911 96 00/info@schweres.ch  
www.schweres.ch



**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



**ROLF GERBER AG BERN**  
 seit 1955

ROLF GERBER AG BERN  
 BERCHTOLDSTRASSE 27 | CH-3012 BERN  
 TELEFON 031 302 76 76 | TELEFAX 031 302 74 62  
 INFO@ROLFGERBER.CH | ROLFGERBER.CH

**IHR BERNER ELEKTRIKER**

ELEKTRO-, TELEFON- UND EDV-INSTALLATIONEN




031 302 99 02  
**AAA BESTATTUNGEN**  
**SCHRAG GmbH**  
 Engehalbinsel-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**

**Komm und schau  
 unverbindlich rein!**

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

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



**Bigler & Cie. AG**  
**Holzbau Bern**

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

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



**Wir suchen  
Dich!**

Physiotherapeut:innen

**«Im Rossfeld verbessere ich die Unabhängigkeit und Lebensqualität unserer Klient:innen.»**

Florian Schmid, Dipl. Physiotherapeut

Sinnstiftende Therapie-Stellen:

- ✓ vielfältige Perspektiven
- ✓ attraktive Anstellungsbedingungen
- ✓ Teilzeit möglich, Kita im Haus



SCAN ME

**rossfeld**  
rossfeld.ch/jobs



**BEGLEITART**

BESTATTUNGEN  
TRAUERBEGLEITUNG  
ABSCHIEDSRITUALE



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



**LODER AG**

**Spenglerei ◦ Blitzschutz ◦ Bedachungen**

Felsenastrasse 17  
3004 Bern

Tel. 031 302 48 40  
Fax 031 302 73 22

loder@loderag.ch  
www.loderag.ch




**prissag**

PROFESSIONELLE  
PFLEGE ZU HAUSE

**PRIVATE SPITEX  
IN BREMGARTEN**

**031 300 40 60**



Überall für alle  
**SPITEX**  
Bern

# Flexibel & selbständig

## unterwegs als Pflegefachfrau

Vernetzt denken  
Mitentscheiden  
Verantwortung tragen

 **Bewerben & Durchstarten!**  
Bist du bereit?  
[jobs.spitex-bern.ch](http://jobs.spitex-bern.ch)

**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](mailto:office@konsibern.ch)

[www.konsibern.ch](http://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

## Lokales für lohnende Geschichten

Allerheiligen und allerhöchste Zeit, den versprochenen Text diesmal doch noch zu liefern, ein letztes Mal. Einen Blick in das Kraftwerk werfen – das fehlte noch auf der Arena-Wunschliste – hat sich leider nicht erfüllt. Dafür ein Blick zurück.

Die Arena ist vielfältig und nicht nur massgebend für das, was hier auf kleinstem Raum geschieht, von Yoga-kursen über Malen im Alter bis hin zu Jugendtreffs und vielen weiteren Angeboten. Die Arena beleuchtet immer auch die Menschen hinter den Geschichten – mit einem Redaktionsteam, das ehrenamtlich und mit grossem Einsatz diese Zeitung herausbringt. Eben dieses Team verlasse ich jetzt nach zehn Jahren, mit einem bereicherten und einem leuchtenden Auge.

Spontan denke ich an die vielen Redaktionssitzungen, zahlreichen Themen und dutzende Artikel und die Menschen, die ich getroffen habe. Housi, der Kartenmacher, die Wurmzüchter, der Lautsprecherbauer, die Frauen mit den Hühnern, die Bierbraumeister aus der Felsenau, das Treffen bei den Familiengärten im Thormeli, kulturelle Ereignisse von Lo Snag BAR bis zur Spinnerei, kulinarische Genüsse von Aplatì bis Zehendermätteli.

Wenn man heranzoomt, sieht man mehr, entdeckt Details und immer wieder inspirierende Geschichten. Spannendes, Kurioses, aber immer ehrlich lokal aus dem Mikrokosmos Engehalbinsel, innerhalb dieser bewaldeten Aareschlaufe. Eine willkommene Abwechslung zum endlosen Scrollen der täglichen News. Sich engagieren und ehrlich lokale Geschichten erzählen und teilen, lohnt sich.

DAVID LEHMANN

## Lieber David

Zehn Jahre warst du im Redaktionsteam – nun nutzt du «das Jubiläum», um einen Schlusstrich zu ziehen. Mindestens fünf Jahre hast du die Redaktion geleitet – was das bedeutet, habe ich erst realisiert, als ich das Amt von dir übernommen habe. An dieser Stelle ein riesiges Merci für deine Arbeit in all den Jahren. Wir werden nicht nur deine Artikel vermissen, sondern auch dich als Kollegen in den Sitzungen. Und wer weiss, vielleicht magst du ja mal als «freier Redaktor» einen Blick ins Kraftwerk oder in ein anderes «Halbinselwerk» werfen und hier darüber berichten...

DIE ARENA REDAKTION

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

Gabriela Feldmann, Alfredo Hess, 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  
März, April, Mai  
erscheint Ende Februar 2024.

**Redaktionsschluss:**

**1. Februar 2024**

Beiträge an: arena@leist-engehalbinsel.ch