

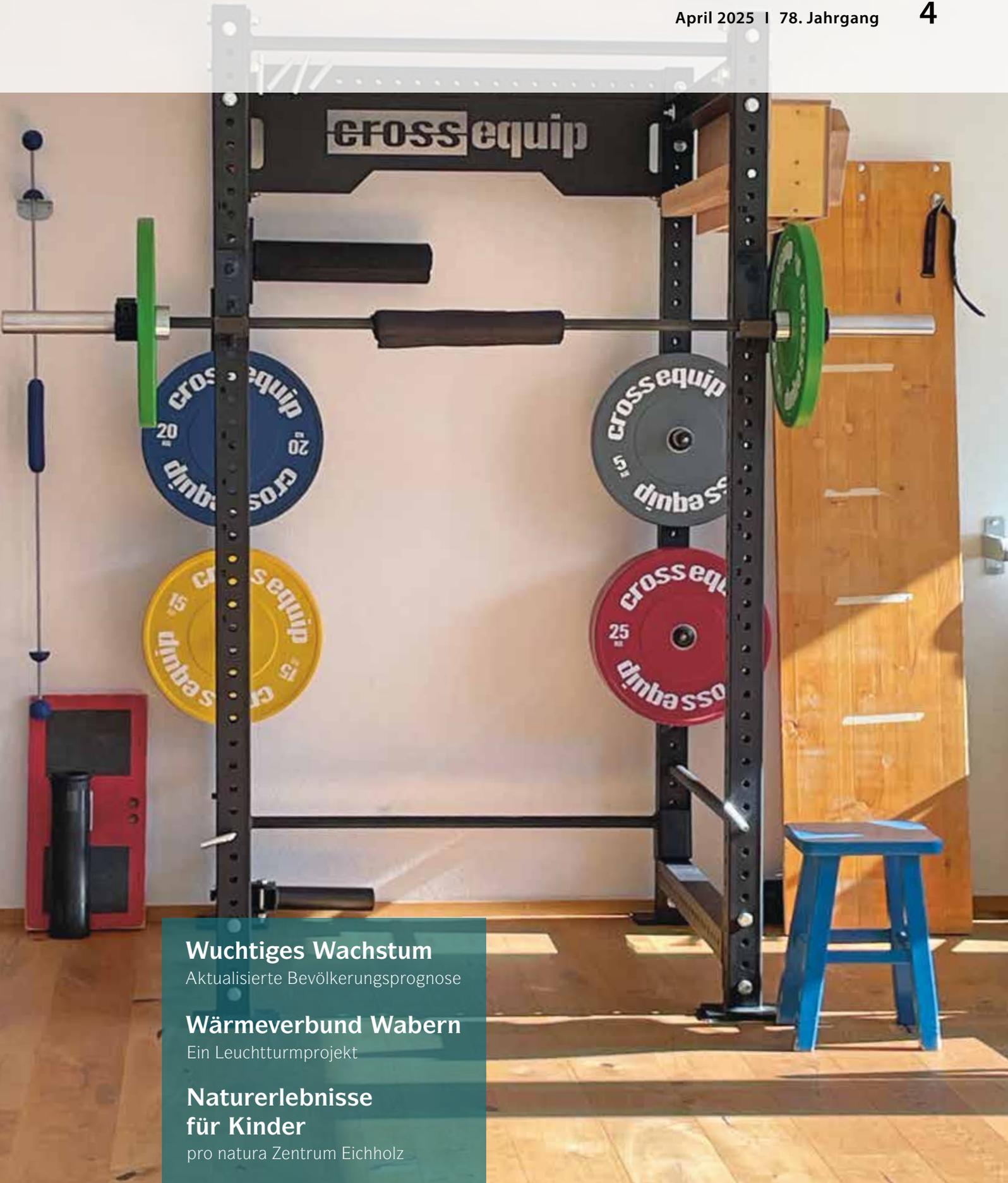


# WABERNSPIEGEL

DIE ZEITSCHRIFT FÜR WABERN UND SPIEGEL

April 2025 | 78. Jahrgang

4



## Wichtiges Wachstum

Aktualisierte Bevölkerungsprognose

## Wärmeverbund Wabern

Ein Leuchtturmprojekt

## Naturerlebnisse für Kinder

pro natura Zentrum Eichholz

ds' Ohrwürmli meint:

**...für massgeschneiderte Hörsysteme**



**...individuell für Sie, kosmetisch überzeugend und technisch zuverlässig!**

**SCHNEIDER HÖRBERATUNG**

beim Bahnhof Bern  
Schauplatzgasse 27  
Herr René Schneider  
Akustiker seit über 30 Jahren, erteilt gerne Auskunft unter 031 312 22 55



Mit Herz und Kompetenz für Sie da

Iris Beutler, Geschäftsführerin

**Bestattungsdienst BEUTLER**

031 961 30 20

Grünaustrasse 11, 3084 Wabern  
www.beutlerbestattungen.ch



**Ich bin für Sie da in Wabern und im Spiegel.**

Patrick Hohler, Versicherungs- und Vorsorgeberater  
T 031 978 40 28, patrick.hohler@mobiliar.ch

Generalagentur Bern-West  
Steven Geissbühler

Schwarzenburgstrasse 223  
3097 Liebefeld  
T 031 978 40 40  
bern-west@mobiliar.ch  
mobiliar.ch

**die Mobiliar**

**Wo wir sind, ist Farbe**



**B**

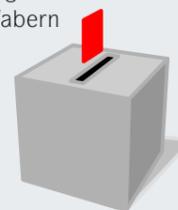
Malerarbeiten und Raumgestaltung  
Malerei Brückler | brueckler.ch

**HAUS GESUCHT**

**Pärchen sucht Haus zum Kauf:**  
Wabern und Umgebung, mind. 120 m<sup>2</sup>  
haus4us@gmx.net | 079 780 99 85



Alle Parteien, die Mitglied im Vereinskongress Wabern Spiegel sind, erhalten einen **Politrabatt ab 3 Buchungen** auf die bevorstehenden Wahlen.




**dropa GURTEN APOTHEKE**

Gurten Apotheke AG  
Eva-Maria Franz und Team  
Fachapothekerin FPH  
in Offizinpharmazie  
Seftigenstrasse 219  
3084 Wabern

www.gurtenapotheke.ch  
dropa.gurten@dropa.ch  
T 031 961 26 10  
F 031 961 33 21

Nutzen Sie unsere Fachkompetenz!

Öffnungszeiten:  
Montag – Freitag 8.00–12.15  
und 13.30–18.30 Uhr  
Samstag 8.00–16.00 Uhr

Massagen Fusspflege Kosmetik Shiatsu von Krankenkassen anerkannt

**Gesundheitspraxis Esther Horisberger**  
ärztl. dipl. Masseurin  
dipl. Shiatsu-Therapeutin E.S.I.

Chaumontweg 2  
3095 Spiegel bei Bern  
Telefon 031 971 60 15  
info@gesundheitspraxis-horisberger.ch  
www.gesundheitspraxis-horisberger.ch




**Ihr Partner für Wetter- und Sonnenschutzstoren.**

— seit 1932 —

**gerber storen ag**

Föhrenweg 72 | 3095 Spiegel b. Bern | T 031 971 22 92 | gerberstoren.ag.ch

**ELEKTRIKER WALTHER & FANKHAUSER**

Sit über 55 Jahr ä Kabulängi voruus

**Walther & Fankhauser AG**

www.wafa.ch 031 960 90 90 info@wafa.ch

**Bestattungsdienst**

Patrik Bärtschi Köniz  
Köniz-Wabern-Belp-Region

www.bestattungskoeriz.ch  
Kompetente Beratung  
Ihr Bestattungsunternehmen in der Region mit langjähriger Erfahrung

Tag und Nacht  
Tel: 031 974 00 60

## Editorial

Wie immer sind Sie nach der Lektüre des WabernSpiegel gut über unsere Region informiert. Die Berichterstattung über die Ortsteile Wabern und Spiegel findet ja häufig keinen Eingang in die Tageszeitungen. Zehnmal im Jahr berichten wir über Gegebenheiten und Angebote, die das Leben der Bewohnerinnen von Wabern und Spiegel bereichern. Als Beispiel: Leuchtturmangebote der Gemeinde Köniz, wie der ehrgeizige Wärmepumpenverbund, werden in Wabern gebaut. Eine Parksanierung oberhalb der Lerbermatt wird zum ökologischen Vorzeigobjekt.

Entsprechend ist dieser Lebensort beliebt: Kein Wunder, dass die Kurven der Wachstumsprognosen in die Höhe schnellen.

Und wer sind die Menschen, die hier arbeiten und bis ins hohe Alter den Wohnort nicht verlassen? Wie ticken sie? In unseren Porträts stellen wir sie in unseren Serien vor. In dieser Ausgabe stellen wir Therapeuten, einen Berufseinsteiger und einen aktiven Rentner vor. Und: Vergessen Sie bei der Lektüre nicht, einen Blick in die Agenda zu werfen!

Therese Jungen

## Vereinskongress Wabern Spiegel

Der WabernSpiegel ist das Mitteilungsblatt der Mitglieder des Vereinskongresses Wabern Spiegel. Der WabernSpiegel ist politisch und konfessionell unabhängig. Er wird 10-mal im Jahr in die Haushalte von Wabern, Gurtenbühl, Spiegel und Blinzern verteilt. Auflage: 6200 Ex.

### Leiste:

• Gurtenbühl-Leist • Spiegel-Leist • Wabern-Leist

### Vereine und Institutionen:

• Alters- und Pflegeheim Weyergut Bethanien • Bernau  
• Elterngruppe Wabern • Familiengarten-Verein Wabern  
• Familienclub Spiegel • FC Wabern • Feuerwehrverein Wabern  
• Freischützen Wabern • Heitere Fahne • IG-Kompost Köniz  
• juk – Jugendarbeit Köniz/Wabern • Könizer Bibliotheken  
• La gugg au vin • LeihBar Wabern • Ludothek Wabern  
• Musikgesellschaft Köniz-Wabern • Pfadi Falkenstein Köniz  
• Pfarrei St. Michael • Pro Natura Zentrum Eichholz  
• Ref. Kirche Wabern • Schule Morillon • Salome-Brunner-Stiftung: Sprachheilschule Wabern und Heilpädagogische Schule Wabern • Schachclub Köniz-Wabern • SPITEX Region Köniz • Sport- und Skiclub SSC Wabern • Singkreis Wabern  
• Spiegelbühne • Stiftung Bächtelen • Tennisclub Eichholz-Wabern • Turnverein Wabern • Verein Kinderheim Maiezyt Wabern • Verein Freizeit-Arbeit Wabern-Spiegel • Verein Spiegel-Blinzernplateau • Wasserfahrverein Freiheit Wabern-Bern • Wohn- und Pflegeheim Grünau AG

### Parteien aus dem Spiegel und Wabern:

• Die Mitte • FDP • Die Liberalen • SP • SVP • GLP • Grüne Köniz

## Inhalt



### Gesundheitsserie Fortsetzung

6

Diesmal Physios, Alternativmedizin usw.



### Neue Serie Berufseinsteiger

8

Wim Kleiber stellt sich vor



### Villa Lerbermatt

9

Was passiert im Park?



### Kulinarisches statt Turnen

12

Die Männerriege kocht



### Tanzen ab 50

14

Ü50-Partys im Chalet-Dachstock



### Biodiversitätsgärten

17

Offene Gartentüren

## Titelbild

Praxis Physio Form

Bild Therese Jungen

## Basis des Miteinander beruht auf 3 Säulen: Vertrauen, Eigenverantwortung, Lösungsorientiertheit

Was bringt einen gebürtigen Walliser mit eigenem Rebberg ins stadtnahe Wabern? Dies eine der Fragen an Waldemir Burgener (65).

Er wohnt heute in unmittelbarer Nachbarschaft zum ehemaligen Reihenhäus des Berner Urgesteins und Mundart-sängers Mani Matter. Seine Jugend hat Waldemir Burgener im Walliserdorf Visperterminen verbracht, was den unüberhörbaren, schönen Walliser Akzent erklärt. Nach der Mittelschule in Brig absolvierte er das Studium der Psychologie an der Uni Fribourg. Dabei nutzte er die Semesterferien regelmässig für Arbeitseinsätze im Spital, in der Erziehungsberatung, im Gefängnis und in der Flüchtlingsbetreuung. Anfang 90er-Jahre führte ihn der Beruf nach Bern, wo er die Leitung für die Bereiche Weiterbildung und Beschäftigung im Bereich Arbeitslosigkeit der Stadt übernahm. Ab 2001 bis zur Pensionierung war er zuständig für die Leitung der Personal- und Organisationsentwicklung im Eidgenössischen Departement für Wirtschaft, Bildung und Forschung (WBF).

Waldemir Burgener ist verheiratet und Vater zweier erwachsener Kinder. Obwohl erst seit Kurzem im «Ruhestand», stellt er bei Bedarf sein Fachwissen als Berater für Personalfragen weiterhin zur Verfügung. Daneben betreibt er als Hobbywinzer seinen eigenen Walliser Rebberg. Bei ihm zu Hause erfahre ich, wie er sich sein neues Leben im Pensionsalter vorstellt und dieses umsichtig organisiert.



Waldemir Burgener vor dem Bild, das ihn an den «Urknall im Universum» erinnert.

Psychiatrie, was mich stark geprägt hat. Dort habe ich die Faszination zur Psychologie entdeckt. Vor zehn Jahren habe ich mich auf dem Gebiet der «Hypnosystemischen Beratung» weitergebildet. Mittlerweile habe ich das Pensionsalter erreicht, betätige mich aber immer noch mit Begeisterung zu einem kleinen Prozentsatz als Coach und Berater. Seit meiner Jugend zieht sich ein Gedanke wie ein roter Faden durch mein Leben: Als Menschen sind wir eingebunden, sowohl untereinander wie auch in die Natur. Schon früh wurde ich beispielsweise von anderen als «Bäumjiloser» (übersetzt ins Hochdeutsch etwa: Bäumeversther) bezeichnet. Zudem bin ich der Überzeugung, dass die astrologischen Tierkreiszeichen ihren Einfluss auf uns Menschen haben, wobei die Zusammenhänge unklar sind. Beeindruckt hat mich vor Jahren eine Lektüre des Horoskops zusammen mit einem Freund. Ich erkannte darin die klare Aufforderung an mich, proaktiv zu handeln und auf die Menschen zuzugehen. Diese Botschaft gilt immer noch, es ist für mich eine Kernaufgabe.

Normalerweise macht man sich mit der Pensionierung vor Augen auch Gedanken über den Sinn des Lebens und die Bedeutung der eigenen Existenz. Denn der

Rückzug aus dem aktiven Berufsleben ist immer mit einem Bedeutungsverlust verbunden. So machte ich mir keine Illusionen hinsichtlich des Pensioniertenstatus. Es war mir klar, dass bereits nach einem halben Jahr Inaktivität niemand mehr nach mir verlangt. Auswirkungen hat das neue Leben zudem auf das private, häusliche Umfeld. Da meine Frau bereits seit drei Jahren pensioniert ist, mussten wir mit meinem Eintritt in den Ruhestand den eigenen Alltag im Haus neu strukturieren und absprechen. So beispielsweise die Nutzungszeiten des Arbeitsplatzes mit dem Computer. Jedes Hadern mit der neuen Situation liegt mir aber fern!

**Aktuell liest man viel zum Thema der Alterseinsamkeit. Ist dies deiner Ansicht nach ein echtes Problem, hat es mit der Altersarmut zu tun oder existiert es nur in den Medien?**

Personen im Pensionsalter können in Einzelfällen davon betroffen sein. In aller Regel hat dies aber wenig mit deren finanziellen Verhältnissen zu tun. Erhebungen haben gezeigt, dass die Altersarmut nur für ca. 15% der betreffenden Altersgruppe eine Rolle spielt. Dagegen haben 85 bis 90% keine Geldprobleme, welche zu einer Einschränkung im sozialen Leben führen können. Vielmehr stellt sich die Frage der Eigenverantwortung. Eine betroffene Person muss einen gewissen Leidensdruck verspüren, damit sie etwas an ihrer Situation verbessert. Sie muss merken, dass es an ihr ist, auf andere Menschen zuzugehen, proaktiv soziale Kontakte zu knüpfen und das soziale Umfeld zu pflegen. Beziehungen zu anderen beinhalten Investitionen, d.h. eine Eigenaktivität. Ein konkretes Beispiel von mir: Erst vor Kurzem habe ich vernommen, dass die Gemeinde Köniz aktuell Leute für die Altersbegleitung sucht. Momentan kann ich mir gut vorstellen, mich für diese Aufgabe bei der Gemeinde zu melden. Ich räume ein, dass es gegenwärtig in Wabern und Spiegel nur wenige Treffpunkte gibt, wo sich Menschengruppen in ungezwungener Atmosphäre treffen können. Leider hat das Migros-Café in Kleinwabern den Betrieb eingestellt und auch das Restaurant Bären, im Zentrum von Wabern, gibt es schon seit Jahren

nicht mehr. Zum Glück hat die Neueröffnung des Bächtelen-Bistros diesen Ausfall etwas kompensiert.

Im Zusammenhang mit dem Schritt in die Pensionierung habe ich mir schon früh Gedanken gemacht, was ich mit meinen erworbenen Fachkenntnissen anstellen könnte. Ein guter Kontakt zu meinem ehemaligen Chef, einem erfahrenen Personalchef, erwies sich als günstige Gelegenheit. Zusammen mit ihm und einem weiteren Juristen können wir heute für Interessierte ein Gesamtpaket an Beratungen anbieten, darunter namentlich Assessments, Einzelcoachings und Potenzialanalysen. Es handelt sich dabei um kleinere Mandate, welche uns übertragen wurden; übrigens ohne aktive Kundenwerbung. Diese Arbeiten geben mir schon eine recht gute Tagesstruktur. Schliesslich verlangt auch der Rebberg einiges ab, wenn etwa eine der Trockenmauern instand gestellt werden muss. Den 1500 m<sup>2</sup> grossen Rebberg meiner Eltern zusammen mit den zusätzlich erworbenen Parzellen will ich auf der Grundlage der Biodiversität bewirtschaften, das heisst, möglichst ohne Chemie, was bei dem feucht-warmen Wetter leider kaum möglich war. Die Parzellen umfassen mehrheitlich 60-jährige und ältere Reben. Selber produzieren wir, zusammen mit zwei Kollegen, rund 250 l Weisswein und 150 l Rotwein. Der Rest der Trauben geht an eine Genossenschaftskellerei.

Das Reisen in ferne Länder interessiert mich hingegen weniger. Es gibt doch so viele schöne Plätze in der Umgebung: der Sensegraben, der Gurten, die Rebberge, z.B. vom Mont Vully, der Jura etc. Es gibt so viel Schönes, und nur allzu häufig gehen wir blind daran vorbei.

**Seit 2024 bist du Präsident der Genossenschaft «Märitladen Wabern». In welche Richtung möchtest du wirken?**

Dieses Engagement kommt von meinem Interesse an Bio-Lebensmitteln und nachhaltiger Produktion. Ich schätze gesunde Lebensmittel und die gesunde Energie im Körper. Wahr ist auch, dass mir diese Produkte mehr schmecken als industriell Hergestelltes. In meiner ehrenamtlichen Funktion als Präsident bin ich namentlich für das Personelle und die Finanzen zuständig. Ich habe gesehen, dass während der Zeit der Corona-Pandemie der Verkauf von Bioprodukten in die Höhe schoss und sich der Umsatz verdoppelte. Mittlerweile hat sich alles wieder normalisiert



Die Grundsätze der Positive Leadership in Form einer Papierblume.

und für 2024 dürfte im Verkauf eine schwarze Null resultieren. Es ist mir wichtig, dass wir den Lieferanten, welche im optimalen Fall aus der Region stammen, faire Preise zahlen können. Neben den finanziellen Fragen lege ich grossen Wert auf hohe Kundenfreundlichkeit wie auch auf einen guten Umgang innerhalb des Teams. Orientierungshilfe ist mir dabei das Konzept der positiven Leadership (PERMA-Lead-Modell von Dr. M. Seligman; aktuell stark gefördert von Markus Ebner, einem Psychologen aus Österreich). Es umfasst fünf Säulen, welche Führungskräfte beachten und an ihre Teams weitergeben sollten, um die Zufriedenheit und die Arbeitsmotivation der Mitarbeitenden zu erhalten bzw. zu steigern...

Waldemir Burgener behändigt eine selbst konzipierte und erstellte Papierblume. Werden die fünf Blütenblätter aufgelegt, erblüht die Blume in den Blüten der fünf Grundprinzipien des PERMA-Lead (siehe Bild).

**Gibt es noch einen Ratschlag, den du gerne an die Leser und Leserinnen des WabernSpiegel weitergeben möchtest?**

Generell ist mir das Miteinander und der Direktkontakt zu den Menschen wichtig. Das Home-Office wie auch die übermässige Nutzung von Social Media sehe ich kritisch. Ich bedaure auch die Abnahme von «Leerzeiten», welche durch den Handy-Konsum wegfallen. Wenn Kinder ihre Eltern in einer Zeichnung festhalten sollen, werden diese heute mit einem steten Blick auf das Handy vor dem Gesicht gezeichnet. Diskussionen finden nur noch mit einem Laptop in Griffnähe statt, wobei jede Aussage mit Faktencheck im Internet überprüft wird. Dabei ist es doch schön, in Diskussionen einfach mal eine Behauptung aufzustellen! Vielleicht ergeben sich dadurch neue, kreative Ideen.

**Vielen Dank, Waldemir, für das offenerzige und interessante Gespräch!**

Text und Fotos Urs Fischli

## Gesundheitsserie im WabernSpiegel

### Gesundheitspraxen

**In Wabern und im Spiegel gibt es eine Vielfalt von Gesundheits- und Fitnessangeboten. Wer Physiotherapie benötigt, Yoga oder Pilates praktiziert oder sich auf einer Massageliege verwöhnen lassen möchte, muss nicht weit suchen. Der WabernSpiegel stellt in einer kleinen losen Serie die lokalen Wohlfühlorte vor.**

#### Unterschiedliche Therapieorte in Wabern und im Spiegel

Ob im Spiegel oder in Wabern, die Vielfalt der Therapieangebote ist gross. Beispielsweise finden Sie bei «Physio im Spiegel» verschiedene Therapien wie Spiraldynamik oder Beckenbodentherapie unter einem Dach. In Wabern gibt es spezialisierte Praxen, beispielsweise «Cranio-Wabern» für Osteopathie und Craniosacraltherapie, bei «TCM Wabern» traditionelle chinesische Medizin, ausserdem die «Praxis für Trauma- und Energiearbeit» oder die grosse Gruppenpraxis im Coop Zentrum, die auf Sportmedizin spezialisiert ist.

#### Hier stellen sich einige Therapeuten und Therapeutinnen mit Angebot in Wabern oder im Spiegel selber vor:

#### TCM Wabern Dr. Yufan Lin und Yu Zhong



**TCM WABERN**  
Praxis für traditionelle chinesische Medizin

Wer in der Schweiz krank ist und zum Arzt geht, wird oftmals gleich mit Medikamenten behandelt. Doch weshalb greifen wir auf Medikamente zu, wenn es auch natürliche Formen zur Heilung gibt? Eine Alternative bietet die Traditionelle Chinesische Medizin, TCM.

Dr. Yufan Lin ist in China geboren und hat sein Medizinstudium für TCM an der besten TCM-Universität in Peking 1994 abgeschlossen. In seiner TCM-Praxis bietet er Akupunktur, Tui-Na Massage, Heilkräutertherapie, Moxibustion und Schröpfen an.

Therapeutin Frau Yu Zhong ist eine erfahrene medizinische Assistentin in TCM mit

10 Jahren Berufserfahrung. Aufgrund ihrer Leidenschaft für die TCM hat sie durch eine systematische Kombination aus theoretischem Lernen und praktischer Erfahrung im Jahr 2024 das Zertifikat als TCM-Therapeutin erworben.

In China glaubt man, dass Mensch und Natur in einer Harmonie stehen. Unser Qi (Lebensenergie) läuft durch die Meridiane in unserem Körper, und wenn ein Ungleichgewicht herrscht und die Energie nicht fließen kann, entstehen Blockaden, die wiederum Schmerzen auslösen. Wenn Qi und Xue (Blut) ausgeschöpft sind, fühlt man sich schwach und lustlos oder man hat zu viel Feuchtigkeit im Körper und nimmt an Gewicht zu. Mit Hilfe von TCM bringen wir das Qi wieder zum Fließen, so werden die Selbstheilungskräfte im Körper aktiviert, Blockaden werden gelöst und Mangelzustände werden ausgeglichen. Die Behandlung mit TCM in der Praxis Wabern ist in der Behandlung unterschiedlicher Leiden erfolgreich.

Besuchen Sie unsere Webseite, um mehr zu erfahren.

Seftigenstrasse 226, Tel. 031 556 35 57  
www.tcm-wabern.ch

Foto: Yu Zhong

#### Physioform Wabern Jonas Meng



**PHYSIOFORM**

Physioform wird von Jonas Meng und Lalina Perret geführt. In Zusammenarbeit mit Markus Gribi (Physio Zentrum Wabern) und 7 weiteren Mitarbeiter\*innen sind wir eine Praxis, in der sich langjährige Erfahrung und aktuelles Wissen ideal ergänzen.

Bewegung und Sport sind unsere Leidenschaft. Die Physiotherapie und die Sportphysiotherapie sind unsere Kerngebiete. Dabei geht es uns um eine persönliche Be-

treuung, die neben kurzfristiger Linderung vor allem den langfristigen Heilungsprozess im Auge hat.

Unsere Therapie ist so individuell wie jeder einzelne Mensch. Ob jung, alt, sportlich oder untrainiert, wir schneiden ein Programm nach Mass. Dabei verlassen wir uns einerseits auf den aktuellen Stand des Wissens und unsere persönliche Erfahrung (Evidence-Based Medicine – EBM). Andererseits erachten wir es als essenziell, dass unsere Patienten und Patientinnen Selbstverantwortung übernehmen.

So sind wir erreichbar:  
info@physioform.ch, Tel. 031 961 54 40  
www.physioform.ch

Foto: Franziska Frutiger

#### Cranio-Wabern Qenan Sejdiu, Barbara Bähler



**cranio-wabern**  
THERAPIE

Sie haben Knie-, Rücken-, Beckenbodenbeschwerden oder Tinnitus? Wir schauen den ganzen Menschen an und nicht nur den Punkt der Beschwerden. Das Ganzheitliche ist unsere Grundhaltung und wir geben unser Bestes, um den ganzen Menschen in sein Gleichgewicht und die bestmögliche Gesundheit zu bringen. Um das auszudrücken, haben wir den Slogan «Der Weg zur Gesundheit» gewählt.

Wir, das sind Barbara Bähler, Osteopathin seit 2005, und Qenan Sejdiu, Craniosacraltherapeut seit 2017.

Patienten unserer Praxis sind Säuglinge, die nach der Geburt mit Kopfdeformationen, häufigem Weinen oder Erbrechen oder Entwicklungsschwierigkeiten kämpfen, Schulkinder mit Konzentrationsproblemen und junge, junggebliebene und ältere Menschen mit funktionellen Problemen. Das ist unsere Kompetenz: funktionelle Probleme zu lösen. Bei struktu-

rellen Problemen, wenn z.B. ein Knochen – eine Struktur – gebrochen ist, können wir als Osteopathen oder Craniosacraltherapeuten nicht viel helfen, da ist der Arzt die geeignete Anlaufstelle. Aber wenn keine Struktur kaputt ist, sondern etwas nicht funktioniert, ist es ein funktionelles Problem. Wir suchen nach dessen Ursachen und behandeln im ganzheitlichen Konzept die ursächliche Störung. Unsere Ausbildungen sind eidgenössisch anerkannt, ebenso bei den Zusatzversicherungen der Krankenkassen. Vertiefte Informationen über unsere Angebote finden Sie auf unserer Website.

Cranio-Wabern, Bächtelenweg 9,  
3084 Wabern, Tel. 031 530 12 25,  
M: 076 761 95 90, www.cranio-wabern.ch

Foto: Andrea Rufener

#### Physio im Spiegel bei Bern



Spiraldynamik®



Das sind wir: Barbara Kläy, Dominique Christ, Susanne Steiner Golder und Regula Moosmann. Wir alle sind dipl. Physiotherapeutinnen FH. Seit 2006 führen wir die kleine Praxis in Ihrer Nähe, in Spiegel bei Bern an der Bellevuestrasse 104. Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen. Mit unserer langjährigen Erfahrung können wir Ihre Beschwerden und Anliegen möglichst ganzheitlich erfassen und verschiedenste Therapiestrategien aufzeigen. Nebst allgemeiner Physiotherapie sind Neurorehabilitation, Manuelle Therapie, Spiraldynamik und Beckenbodentherapie unsere Spezialgebiete.

Die Spiraldynamik ist ein dreidimensionales, anatomisch-funktionell begründetes Bewegungs- und Therapiekonzept. Diesem evolutionsgeschichtlichen Bewegungsprinzip liegt eine nachvollziehbare Systematik von spiralig verschraubten Knochen, Gelenken, Muskeln und Faszien zugrunde, der «Bauplan Mensch». Daraus ergibt sich eine nachhaltige Therapie, welche sich auf die Ursachen Ihrer Beschwerden fokussiert (spiraldynamik.com).

Die Beckenbodentherapie wird bei uns im Rahmen der «Physio für Frauen» mit allen ihren Therapiemöglichkeiten angeboten. Unser ganzes Therapieangebot finden Sie auf unserer Webseite physio-im-spiegel.ch. Tel. 031 971 10 10, info@physio-im-spiegel.ch Bellevuestrasse 104, 3095 Spiegel bei Bern.

Foto: Florian Haas

#### Trauma- und Energiearbeit Ursula Hürlimann



Mit Leidenschaft praktiziere ich in eigener Praxis als ausgebildete Therapeutin die beiden Methoden Shiatsu und Somatic Experiencing® (SE). Bei meiner Arbeit ist mir sehr wichtig, Sie ganzheitlich wahrzunehmen und nicht nur Ihr Symptom! «Körper, Geist und Seele» wieder in Einklang zu bringen, ist und bleibt mein stetes Bestreben!

Shiatsu basiert auf dem uralten Wissen der TCM mit dem zentralen Konzept des Chi, der Lebenskraft, welche in den Meridianen durch unseren Körper fliesst.

SE ist eine psycho-physiologische Traumatherapieform, die auch die körperlichen Auswirkungen aufs Nervensystem berücksichtigt, die während überwältigender und bedrohlicher Ereignisse ablaufen. Die Ereignisse können wir nicht ungeschehen machen, mit behutsamer Körperarbeit aber dem Nervensystem helfen, aus Zuständen wie Erstarrung, Hilflosigkeit, Überforderung und innerer Erregung wieder zu Lebensmut und Lebensfreude zurückzufinden.

Neugierig geworden?  
trauma-und-energiearbeit.ch

Ursula Hürlimann, Funkstrasse 90, Wabern, Tel. 076 831 08 03

Foto: Therese Jungen

Zusammenstellung und Redaktion:  
Therese Jungen

## Vor einem speziellen Fussballsommer

### Women's EURO: Köniz kickt mit

Die Schweiz ist vom 2. bis 27. Juli Gastgeberin der UEFA Woman's EURO. Auch in Bern werden Spiele ausgetragen (3. Juli: Spanien–Portugal; 6. Juli: Schweiz–Island; 11. Juli: Italien–Spanien; 18. Juli: Viertelfinal). Im Schlosshof Köniz wird es während der EURO ein Public Viewing geben, veranstaltet durch Könizer Fussballvereine, den Kulturhof und die Gemeinde. Wir dürfen uns auf ein schönes Fussballfest freuen.

Frauenfussball ist allenthalben im Aufwind. Köniz bietet ein vielfältiges Sportangebot für Mädchen und Frauen, darunter auch das Frauenfussballteam des FC Wabern und das Team Schwarzwasser mit Mädchen- und Frauenteam aller Altersstufen (getragen von den Vereinen FC Sternenberg, SC Thörishaus und FC Schwarzenburg). Die Fussballvereine und die Gemeinde möchten sich künftig noch mehr für den Mädchen- und Frauenfussball engagieren. Entsprechende Massnahmen wie z.B. Trainerinnenausbildungen und Schnuppertrainings werden demnächst kommuniziert.

Offizieller Auftakt des Könizer Programms zur Women's EURO (www.koeniz.ch/womenseuro) ist das Meisterschaftsspiel Frauen 4. Liga FC Wabern – FC Sternenberg (Team Schwarzwasser) am Samstag, 5. April, 14 Uhr auf dem Sportplatz Lerbermatte: Beste Gelegenheit, die Fussballkünste der zwei Könizer Frauenmannschaften zu bewundern! pp



Könizer Schüler\*inenturnier: Am 4. Juni ist es wieder so weit. (Bild zVg)

### Viele Bildungswege führen zum Berufsziel

Seit letztem Sommer erscheinen im WabernSpiegel in einer lockeren Serie Porträts von Menschen aus unserem Einzugsgebiet, die vor Kurzem pensioniert wurden oder kurz davorstehen. Quasi als Gegenstück dazu hier ein Gespräch mit einem jungen Könizer, der gerade ins Berufsleben eingestiegen ist.

Sein Vorname tönt leicht niederländisch, aber Wim Kleiber ist ein waschechter Könizer, aufgewachsen zwischen Spiegel und Liebefeld und heute wohnhaft in Wabern. Wim hat letztes Jahr seinen Bachelor in Betriebsökonomie an der Berner Fachhochschule abgeschlossen und arbeitet seit Anfang 2025 als Hochschulpraktikant beim Bundesamt für Informatik und Telekommunikation (BIT) in Zollikofen.

**Wim, du bist in Köniz aufgewachsen, aber dein Vorname tönt irgendwie holländisch. Woher kommt das?**

Meine Eltern sind beide je zur Hälfte Schweizer\*in und Niederländer\*in. Kennengelernt haben sie sich in der Schweiz, aber miteinander sprechen sie in der Regel Holländisch.

**Kannst du uns etwas über deinen Werdegang bis zur Anstellung im BIT erzählen?**

Ich bin genau zwischen Liebefeld und Spiegel aufgewachsen. Den Kindergarten besuchte ich im Hessgut, die Schule im Spiegel. Ab der Quarta ging ich ins Gymnasium Lerbermatt. Nach der Matura habe ich an der Uni Bern ein Geografie-studium angefangen, aber nach einem Semester wieder abgebrochen. Eigentlich habe ich nie genau gewusst, was ich später machen wollte, das war manchmal etwas belastend.

**Du hast aber offensichtlich doch noch deinen Weg gefunden.**

Ja. Nach einem halben Jahr mit verschiedenen Zwischenjobs machte ich eine KV-Lehre am Insepsital. Das gefiel mir. Dank der abgeschlossenen Matura konnte ich die Lehre in zwei Jahren absolvieren. Anschliessend arbeitete ich weiter im Insepsital an der Notfallaufnahme. Hier hat mir aber irgendwann die Herausforderung gefehlt. Zurück an die Uni wollte ich nicht,



Wim Kleiber vor seinem Arbeitsplatz in Zollikofen.

da ich diese als zu unpersönlich erlebt hatte. Schliesslich entschied ich mich für ein Studium der Betriebsökonomie an der Berner Fachhochschule. Dieses Studium war stärker an der Praxis orientiert und wir hatten fixe Klassen, was auch engere persönliche Beziehungen unter den Studierenden mit sich brachte. Abgeschlossen habe ich im Fach «Sustainable Business» mit einer Arbeit über Food Waste in der Gastronomie.

**Heute arbeitest du als Hochschulpraktikant in den Human Resources. Wie ist es dazu gekommen?**

Das Modul Human Resources Management hat mir schon an der Fachhochschule gut gefallen. Im Schwerpunktfach PPP (Philosophie/Psychologie/Pädagogik) am Gymnasium und bei der Arbeit auf dem Notfall des Insepsitals waren die Menschen und der Umgang mit ihnen wichtig.

So kam es, dass ich mich nach dem Bachelorabschluss bewusst auf Jobs im Bereich Human Resources bewarb. Vom BIT habe ich dann die erste Zusage erhalten.

**Was machst du im BIT und wie gefällt es dir? Kannst du von deinem Lohn als Praktikant gut leben?**

Ich arbeite vor allem in der Rekrutierung als Recruiting Coordinator. Da wir in erster Linie IT-Spezialist\*innen rekrutieren, komme ich mit der IT in Kontakt, welche für mich noch Neuland ist. Neu ist für mich auch, in einem so grossen Team zu arbeiten. Aber es gefällt mir sehr gut, die Kolleg\*innen im Team sind alle sehr hilfsbereit. Allerdings ist die Arbeit als Recruiting Coordinator recht administrativ und mir fehlt etwas der Bezug zu den Finanzen, den ich in der Lehre und im Studium stärker hatte.

Der Lohn ist nicht sehr hoch, auch weil ich keinen Masterabschluss habe. Aber wenn man gut budgetiert, kann man davon leben.

**Wie geht es für dich weiter?**

Ganz genau weiss ich das noch nicht. Ich schaue mal, ob sich nach dem Praktikum im BIT etwas ergibt. Falls nicht, werde ich mich wohl auf HR-Stellen oder ein Trainee-programm, wie es zum Beispiel die Post anbietet, bewerben.

**Du bist jetzt am Anfang deines Berufslebens. Machst du dir schon Gedanken über Altersvorsorge und Pensionierung?**

Das ist noch sehr weit weg. Ich gehe davon aus, dass ich sicher länger arbeiten werde als bis 65. Altersvorsorge ist noch kaum ein Thema. Aber Einlagen in die dritte Säule sind sicher steuertechnisch sinnvoll.

**Und mit welchen Gefühlen schaust du auf die Zukunft unserer Gesellschaft?**

Die Medien malen aus meiner Sicht etwas schwarz. Ich glaube schon, dass die fortschreitende Digitalisierung auch zu Vereinsamung führen kann und dass die Gesellschaft zunehmend gespalten ist. Aber ich bin christlich aufgewachsen und mein Glaube gibt mir Zuversicht.

Text und Bild: Martin Feller

### Ökologische Aufwertung

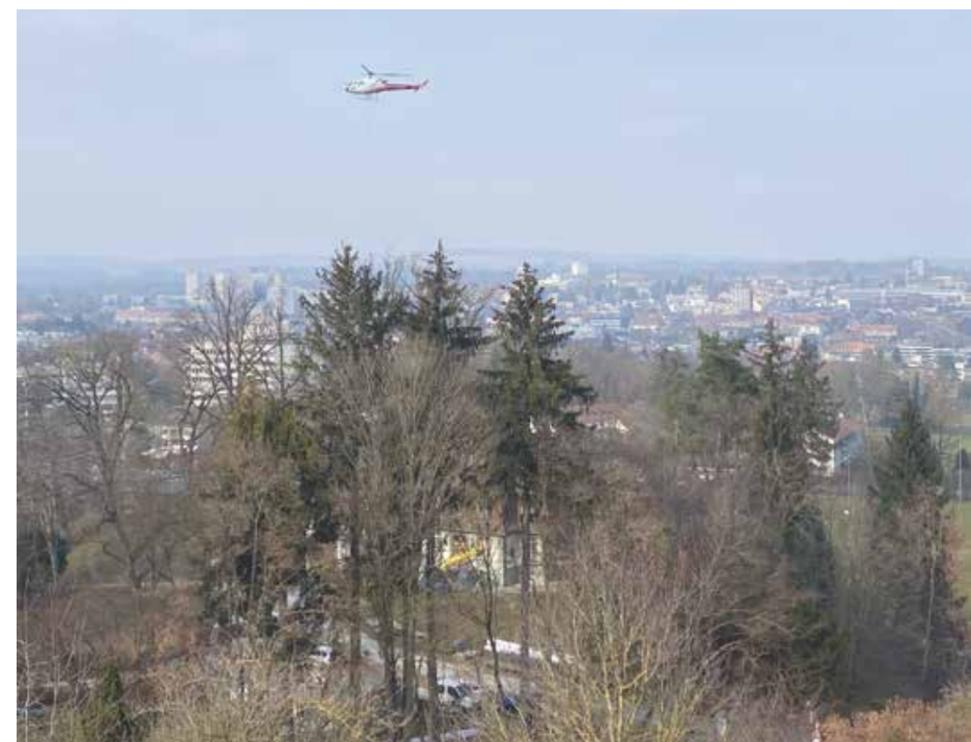
Rund um die Villa an der Lerbermattstrasse 34 herrscht seit Monaten intensive Bautätigkeit. Der WabernSpiegel hat sich von den zuständigen Landschaftsarchitekt\*innen über die Hintergründe informieren lassen.

Aus der Aussensicht der Nachbarn fing es an mit dem Abbruch eines Badeteichs sowie Rodungen und Baumfällungen in der Parkanlage. Später wurde an der Lerbermattstrasse ein grosser Kran aufgestellt und schliesslich erschien auch ein Helikopter, mit welchem Bäume in den Park geflogen wurden. Auf eine erste Anfrage beim Bauinspektorat Köniz erhielt der WabernSpiegel die Antwort, dass es sich um baubewilligungsfreie Sanierungs- und Unterhaltmassnahmen handle und aktuell kein Baugesuch vorliege.

**Notwendige Parksanierung**

Zusammen mit dem Gurtenbühl-Leist hat sich der WabernSpiegel von den federführenden Landschaftsarchitekt\*innen des Büros Maurus Schifferli die Innensicht des Projekts vorstellen lassen. Die obgenannten Arbeiten sind Teil einer grossen Sanierung und ökologischen Aufwertung des rund 25000m<sup>2</sup> grossen Parks rund um die Villa ob dem Gymnasium Lerbermatt. Als Erstes wurde das Areal von Neophyten und Brombeeren befreit, welche in den letzten 20 Jahren stark gewuchert hatten. Gleichzeitig mussten auch kranke und abgestorbene Bäume aus Sicherheitsgründen gefällt werden. «Der grosse Park ist schwierig zu bewirtschaften und wurde in den vergangenen zwei Jahrzehnten stark vernachlässigt.»

Mit Kran und Helikopter wurden anschliessend neue Bäume gepflanzt. Am Hang unter dem Wohngebäude entsteht eine Obstbaumanlage, welche gegenüber der bisherigen Wiese einen Mehrwert für Vögel, aber auch positive klimatische Auswirkungen auf das ganze Quartier bringen soll. Im oberen Bereich des Parks liegt der Fokus auf der Sicherung des steilen Hangs, welcher aufgrund von Quellen und schadhafte Wasserleitungen stark durchnässt ist. Die defekten Leitungen werden in enger Zusammenarbeit mit dem Kanton saniert. Für die Hangsicherung wird ein Mix aus Stauden und verschiedenen standort-



Helikopter über der Villa Lerbermattstrasse.

gerechten Gehölzen, beispielsweise Eichen, Ahorn, Mehlbeeren und Ähnliches, gepflanzt. Rund um die Villa werden zum Teil geschützte Eichen und Nussbäume gepflegt und wo nötig ersetzt.

**Unterhaltswege und neues Biotop**

Für die Zugänglichkeit mussten mehrere Baupisten angelegt werden. Diese werden nach Abschluss der Arbeiten zurückgebaut oder in gepflasterte Unterhaltswege umgewandelt. Dafür wurde inzwischen auch ein Baugesuch eingereicht. Ebenfalls Teil des Baugesuchs ist ein neuer Teich am tiefsten Punkt der Parkanlage. Dieser wird als Biotop und nicht mehr als Badeteich ausgestaltet. Gespiesen wird er aus dem im Hang vorhandenen Wasser, eine künstliche Wasserzufuhr ist nicht vorgesehen.

Parallel zu den Arbeiten im Park wird auch das Wohngebäude komplett saniert. Neben Fassaden- und Dachsanierung erhält es anstelle der alten Ölheizung eine neue Wärmepumpen-Heizung. Die dafür nötigen Bohrungen bis rund 300m Tiefe wurden bereits ausgeführt.

Als erstes Fazit können wir festhalten, dass es sich bei den aktuell stattfindenden Bauarbeiten nicht um einen Kahlschlag, sondern um eine ökologische Aufwertung des gesamten Areals handelt. Die Landschaftsarchitekt\*innen sind denn auch mit grosser Begeisterung an der Arbeit. «Wir haben Glück, dass wir einen solchen Bauherrn haben. Hier besteht das Potenzial, etwas Grosses zu machen.»

Der Bauherr und Eigentümer des Areals selbst legt grossen Wert auf Diskretion und will sich nicht zum Projekt äussern. Es ist auch nicht geplant, den Park der Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Den Vorschlag der Vertreter von Gurtenbühl-Leist und WabernSpiegel, allenfalls nach Abschluss der Arbeiten einen «Tag des offenen Parks» für die Nachbar\*innen zu veranstalten, hat das Projektteam entgegengenommen und wird ihn an den Bauherrn weiterleiten. Der WabernSpiegel wird auf jeden Fall über die weitere Entwicklung des Projekts informieren.

Text und Bild: Martin Feller

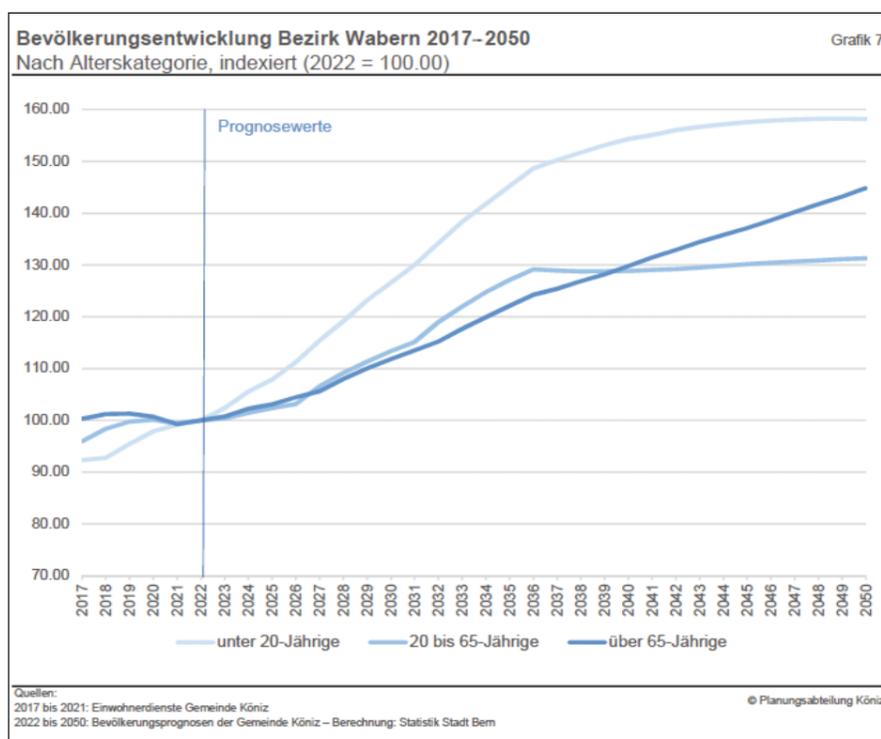
## Wichtiges Wachstum für Wabern erwartet

Vor wenigen Monaten präsentierte die Gemeinde Köniz aktualisierte Bevölkerungsprognosen, differenziert nach Statistikbezirken und Alter. Demzufolge wird die Bevölkerung im Zeitraum 2021–2050 von 42 800 auf ca. 51 000 wachsen. Knapp 40 Prozent dieses Wachstums (+ 3 200 Einwohner) dürften auf den Bezirk Wabern entfallen.

Die in Zusammenarbeit mit Statistik Stadt Bern berechneten Bevölkerungsprognosen sind eine Projektion der heutigen Bevölkerung in die Zukunft unter Annahme bestimmter Entwicklungen, u. a. was Geburten, Sterbefälle, Wanderungen und Neubautätigkeiten betrifft. Gemäss diesen Prognosen wird der Bezirk Wabern mit fast 39% weitaus am stärksten wachsen, gefolgt vom Wangental (+ 24,5%), Köniz (+ 18,4%) und Schliern (+ 12,4%). Der Bezirk Liebfeld-Spiegel wird hingegen nur um 5,7% zulegen, ähnlich wenig wie die Obere Gemeinde (+ 4,9%).

Basis der Prognosen bilden die Entwicklungen der Jahre 2017–2021 und die Wohnbaupotenziale in den einzelnen Statistikbezirken. Die Prognosen gehen davon aus, dass diese bis im Jahr 2050 voll ausgeschöpft werden. Die Belegungsdichte beim Wohnungsbestand und die Umsetzung des Verdichtungspotenzials im übrigen Siedlungsgebiet bleiben stabil.

Wabern zählte Ende 2020 gut 8 000 Einwohner. Ende 2024 waren es nur 30 Ein-



Gemäss Prognose wird die Anzahl unter 20-Jähriger in Wabern im Zeitraum 2022–2037, also innert 15 Jahren, um nicht weniger als 50 Prozent wachsen.

wohner mehr. Die Prognosen gehen von einem starken Wachstum bis 2030 (9 300 Einwohner) resp. bis 2035 (10 400 Einwohner) aus. In den nachfolgenden 15 Jahren bis 2050 wird hingegen Wabern gemäss Prognosen nur noch leicht zulegen – auf 11 200 Einwohner. Innert der kommenden sechs Jahre müsste

Wabern also um 1 200 Einwohner wachsen resp. innert elf Jahren um 2 300 Einwohner. Ist dies realistisch? Leise Zweifel dürften angebracht sein, nachdem die elf Hektar grosse Bauzonenreserve Morillonmatte immer noch nicht angetastet worden ist.

Pierre Pestalozzi



Baulandreserve Morillongut – Platz für gut 2 500 Einwohner. Zunächst muss aber die 34-jährige, auf Büronutzung ausgerichtete Überbauungsordnung angepasst werden.



Blick zurück: Neujahrstag beim Nesslerenholz – stimmungsvoller geht's kaum. (Bild pp)

Wärmeverbund Bern-Wabern kommt definitiv zustande

## Meilenstein der Energiewende in Wabern

Der Verwaltungsrat von ewb (Energie Wasser Bern) hat entschieden: Der Wärmeverbund Bern-Wabern wird realisiert. Der Baustart für die Produktionsanlagen ist im 2027 geplant – die erste Wärmelieferung dürfte Ende 2028 erfolgen.

Unter dem Titel «Leuchtturmprojekt in Wabern» berichteten wir im Herbst 2021 (s. WaSp 2021\_9) erstmals über das innovative Wärmeverbundprojekt Wabern-Bern. Dreieinhalb Jahre später steht definitiv fest: Das zukunftsweisende Projekt im Bereich der nachhaltigen Wärmeversorgung wird umgesetzt und wird dadurch einen wichtigen Beitrag zur Erreichung der klimapolitischen Ziele von Köniz und Bern leisten.

Realisiert wird das Vorhaben von ewb mit Unterstützung der zwei «Energistadt Gold»-Gemeinden – ein entsprechender Zusammenarbeitsvertrag wurde Anfang Jahr unterzeichnet. Die operative und finanzielle Verantwortung beim Bau des Wärmeverbunds trägt somit ewb.

### Leuchtturmprojekt mit innovativer Nutzung von Umweltwärme

Das Wärmeproduktionskonzept basiert auf Umweltwärme: Zur thermischen Nutzung verwendet wird das überschüssige Trinkwasser («Verwurfwasser») der Pumpenstation Schönau. Die Produktionsanlagen werden in der bestehenden Heiz-



Erste Vorarbeiten für den Wärmeverbund sind bereits im Tun: Leitungsverlegung im obersten Teil der Eichholzstrasse.

zentrale der Wohnüberbauung Morillon eingebaut, was nur dank einhelliger Unterstützung durch die vielen Dutzend Miteigentümer\*innen machbar ist. Das Verwurfwasser wird also künftig an die Bondelistrasse hochgepumpt, wo ihm die Wärme bis auf 5 °C entzogen wird.

Köniz hat sich ehrgeizige Klimaziele gesetzt: Bis 2045 will die Gemeinde das Netto-Null-Ziel für Treibhausgasemissionen auf ihrem Gebiet erreichen. Aktuell verursachen Öl- und Gasheizungen noch knapp 40 Prozent des CO<sub>2</sub>-Ausstosses in der Gemeinde. Mit dem neuen Verbund, der je rund zur Hälfte auf Berner und Könlizer Boden liegt, können zukünftig bis zu 5 000 Wohneinheiten mit Wärme versorgt

werden, die zu mindestens 80 Prozent erneuerbar ist. «Mit dem Wärmeverbund können sehr viele Öl- und Gasheizungen ersetzt werden. Ein Wärmeverbund ist in dicht bebauten Gebieten oft die einzige Lösung, um die Gebäude CO<sub>2</sub>-frei und wirtschaftlich mit erneuerbarer Energie zu heizen», betont Gemeinderat Hansueli Pestalozzi.

### Grosses Interesse am Anschluss an den Wärmeverbund

Bei den Liegenschaftsbesitzer\*innen im Wärmeverbund-Perimeter stösst das Projekt auf erfreulich starkes Interesse. Bereits sind Verträge über ein Drittel des geplanten Absatzes unterzeichnet. «Das grosse Interesse am Wärmeverbund Bern-Wabern freut uns sehr und zeigt, dass wir mit unserem eingeschlagenen Weg zur Energiewende die Nachfrage nach ökologischen Energielösungen abdecken», sagt ewb-CEO Cornelia Mellenberger.

Was passiert denn mit dem bestehenden Gasleitungsnetz in Wabern? Je mehr Haushalte aus der Gasversorgung aussteigen, desto teurer wird diese. Ziel der Gemeinde ist ein Aus des fossilen Gases bis 2045 – neue Gasheizungen sollten also nicht mehr geplant werden, auch wenn die Liegenschaft ausserhalb des Wärmeverbund-Perimeters liegt.

Text und Bild pp

### Nützlich

#### Notfall

Polizei-posten Köniz, 031 368 76 41  
Notruf Polizei 117 / Feuerwehr 118 / Sanität 144 / Vergiftung 145

#### Ärztlich-/Zahnärztlicher Notfalldienst

0900 57 67 47

#### SPITEX RegionKöniz

Landorfstrasse 21, Postfach, 3098 Köniz  
www.spitex-regionkoeniz.ch / 031 978 18 18

#### Private Spitexdienste

**Senevita Casa Bern**  
031 326 63 00  
www.senevitacasa.ch/bern

#### Qualis Vita AG

031 310 17 55 / www.qualis-vita.ch

#### Gemeinde Köniz

031 970 91 11 / www.koeniz.ch

#### Poststellen Wabern und Spiegel

0848 88 88 88

Mo–Fr 8 bis 12 Uhr / 14 bis 18 Uhr;  
Sa 8.30–12 Uhr

#### SBB-Tageskarten

Gemeindehaus Bläuacker, Landorfstrasse 1, 3098 Köniz,  
031 970 91 11  
Mo–Fr, 8–12 Uhr und 14–17 Uhr  
oder www.tageskarten.koeniz.ch

Echte Alternative zur Landfrauenküche

# Männerriege Wabern steigt in Gastronomie ein

Zum Märzbeginn zeigte sich die Männerriege Wabern mal von ganz anderer und dennoch nicht minder sportlicher, schweisstreibender Seite: Kochen, servieren, musizieren. Aufgetischt wurde ein köstliches 4-Gang-Menü im Restaurant Grosswabern, untermalt durch Victors All-Star-Jazzband.

Um nach all den Leckereien dem Vereinszweck (Bewegung/Fitness resp. anregendes Turnen mit Gymnastik und Spiel) Genüge zu tun, wurde das Publikum schliesslich noch zu einer Art Turnübung aufgefordert – nicht allen gelang dies gleich überzeugend... Die Bilder-Collage zeugt vom vergnüglichen Abend unter engagierter Mithilfe des Grosswabern-Teams.

Text und Bilder Pierre Pestalozzi





## Villa Bernau

### Jassrunde in der Bernau

**Mi 2. April, 17.00 Uhr**

Ab 17.00 Uhr wird in der Bernau gejasst, und zwar nahezu open end bis spät in den Abend.

### Kochclub Bernau

**Mi 2. April, 17.00 Uhr**

Kommen Sie und kochen Sie mit uns ein einfaches und leckeres Gericht, das wir gemeinsam geniessen. Anmeldung unter: kontakt@bernau.ch

#### Ablauf:

- Ab 17.00 Uhr: Aperitif und Besprechung des Menüs. Danach geht es los mit Schnippeln, Dünsten und Grillen.
- Ca. 19.00 Uhr: Gemeinsames Essen.
- **Hinweis:** Wenn Sie nur am Essen teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte auch unter kontakt@bernau.ch an. Das hilft uns bei der Planung und dem Einkauf.

### Musig im Dach

**So 6. April, 10.00 bis 15.00 Uhr**

Nirgends ist zusammen Musik machen so einfach wie im Dachstock Chalet Bernau. Alle bringen ihr Musikinstrument oder die Stimmbänder mit und, wer kann, einen kleinen Beitrag zum Häppchen-Buffer. Noten und Liedertexte liegen bereit. Und dann geht's los, in einen Sonntag voll Musik und Gesänge. Äbe, Musig im Dach. Mit Christoph Geissbühler.

Kollekte für Organisation und Raum.

### Ü50-Party – Tanzen im Dachstock Chalet Bernau

**So 13. April, 15.30 bis 19.00 Uhr**

Lust auf Musik, Tanzen, Schwatzen und Feiern? Dann bist du bei uns genau richtig. Geniesse die Zeit bei guter Musik und einer kleinen Bar.

Weitere Daten: So 18.5. + So 15.6., 15.00 bis 19.00 Uhr

### Café littéraire

**Do 24. April, 9.30 Uhr**

Wir sind eine Gruppe von lesefreudigen Frauen und treffen uns monatlich im Bistrot Bernau. Bei Tee und Kaffee besprechen wir ein Buch, das alle vorher gelesen ha-

ben. Wir besprechen das Buch: «**Bannmeilen**» von Anne Weber.

### Gaumentanz mit ethnic cooks

**Fr 25. April, 19.00 Uhr**

Lust auf eine kulinarische Weltreise? Ethnic cooks lädt zum Gaumentanz in die Villa Bernau. Preis: 31 Fr. (plus Getränke). Anmeldung: info@ethniccooks.ch oder SMS auf 079 350 93 88 (mit Angabe, wenn vegetarisch).



Spontane Gäste sind nach Rückfrage willkommen. Ethnic cooks ist ein nachhaltiges Sozialprojekt zur Förderung der Integration von Migrant\*innen. Mehr Infos unter www.ethniccooks.ch

oder beruflichen Umfeld (Mitarbeitende, Vorgesetzte, Kundinnen und Kunden) nützlich sein können. Lernen und üben Sie an diesem kompakten Tag direkt mit Ihrem eigenen Beispiel die Anwendung von kommunikativen Werkzeugen, um:

### Eltern-Kind-Treff draussen

**Mi 30. April, 14.30 Uhr**

Jeweils am letzten Mittwoch des Monats (oder vor den Schulferien) findet im Bernaupark der Eltern-Kind-Treff draussen statt, ein Schlangenbrot bräteln für alle die Lust haben.

### Parliamo Italiano

**Mi 30. April, 19.00 Uhr**

Bei Apéro und gemeinsamem Abendessen tun wir möglichst so, als seien wir immer noch in den Ferien, oder schon wieder – in Italien ist's noch lange schön. Der beste Weg, um unkompliziert und hemmungsfrei Italienisch zu sprechen. Keine Anmeldung, keine Kurskosten.



Erfahren Sie alles über unsere Aktivitäten und Veranstaltungen. Treten Sie unserer WhatsApp-Gruppe bei, um keine Neuigkeiten zu verpassen.

## WABRÄU

### WABRÄU Oster-Schoppen

**Gründonnerstag, 17. April, ab 16.00 Uhr**

Am Gründonnerstag steigt wieder der legendäre WABRÄU-Oster-Schoppen! Mit Osternestli-Suche für Klein und Gross, wilder Röllelibahn, Livemusik, unzähligen WABRÄU-Bier-Spezialitäten und Ilan, le Pêcheurs köstlichen Fischknusperli.

## Für alle. Gewaltfreie Kommunikation. Einführungsseminar



An diesem Seminar tag vermittele ich Ihnen jene Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg, die im privaten (Familie, Freunde, Ehrenamt, mit sich selbst)

oder beruflichen Umfeld (Mitarbeitende, Vorgesetzte, Kundinnen und Kunden) nützlich sein können. Lernen und üben Sie an diesem kompakten Tag direkt mit Ihrem eigenen Beispiel die Anwendung von kommunikativen Werkzeugen, um:

- Konflikte konstruktiv zu bearbeiten
- bewusst und zielführend zu sprechen und zuzuhören
- zwischenmenschliche Interaktionen motivierend zu gestalten
- einen Schritt weg von der Kultur der «Macht über» (Dominanz und Druck) zu jener der «Macht mit» (Kooperation und Wertschätzung) zu gehen
- Lösungen zu suchen, die für alle ein Gewinn sind

**Wann:** Mo 12. Mai, 9.00 bis 17.00 Uhr

**Wo:** Schulzimmer Pfarrei St. Michael, Eingang Pfarreizentrum, Gossetstrasse 8, 3084 Wabern

**Kosten:** Fr. 220.–

**Weitere Infos und Anmeldung:**

www.nbj-coaching.ch/veranstaltungen

## Mütter- und Väterberatung in der Villa Bernau

Die Mütter- und Väterberatung ist jeden Monat mehrmals in der Villa Bernau. Damit möglichst viele Eltern die kostenlose Beratung nutzen können, sind die Termine auf verschiedene Wochentage verteilt.

Mo 7. April, 14.00 – 16.00 Uhr

Fr 11. April, 09.00 – 12.00 Uhr

Di 22. April, 17.00 – 20.00 Uhr

Fr 25. April, 09.00 – 12.00 Uhr

Terminvereinbarung unter www.mvb-be.ch

## Heitere Fahne

### Heitere Pizzamittwoch

**Mi 2. + 23. April, 18.00 Uhr**

Der legendäre, vielleicht bitzeli chaotische Pizzabend auf der Heitere Terrasse oder in der heimeligen Beiz!

Das grandiose Geschmackserlebnis wird zubereitet und gebacken von unseren knusprigen Pizzaiolos und durch den Abend begleitet dich ein kunterbunt zusammengewürfeltes Serviceteam. Die heitere Gelegenheit, um gemeinsam mit der Familie oder den Freund\*innen den Abend gemütlich ausklingen zu lassen.

### Heitere Sonntagsbrunch

**So 6. April (nicht vegan)**

Der herzliche Sonntagsbrunch am Fusse des Gurtens für alle Sonntagskatzen, Knabberhörnchen und Wandervogel. Wir freuen uns auf vegetarische, verträgliche und herzerwärmende Leckereien von 10.30 bis 14.00 Uhr.

### Preise Sonntagsschmauserei

- Fr. 35.– Heitere Soli-Sonntagsbrunch für die Heitere Fahne
  - Fr. 30.– Heitere Sonntagsbrunch, damit wir unsere Kosten decken können
  - Fr. 25.– Heitere Sonntagsbrunch für diejenigen mit kleinem Budget
- Preise exkl. Getränke

### Mondyoga mit Belinda

**Mo 7. + 28. April, 18.30 Uhr**

Yoga ist zurück in der Heiteren Fahne! Komm in Verbindung mit deinem Körper und der Mondenergie. Die Mondyogapraxis nimmt dich mit durch die 12 Tierkreiszeichen – je nach Mondphase ist die Yogastunde ruhiger oder kräftiger. Egal ob Anfänger\*innen oder fortgeschrittene Yogis – alle sind herzlich willkommen zu diesen 75 Minuten der Selbstliebe.

Yoga auf Kollekte!

### Sans-Papiers Solilotto

**Mi 2. April**

- 17.00 Uhr Türöffnung
- 17.30 Uhr Kartenverkauf
- 18.00 Uhr Abendessen
- 18.30 Uhr Beginn Lotto

Die Zahlen fliegen wieder wild durch den grossen Saal! Das Solilotto für die Berner Beratungsstelle für Sans-Papiers ist zurück. Spielen, tolle Preise gewinnen, essen und trinken – eine Solidaritätsaktion für Sans-Papiers.

Die Berner Beratungsstelle für Sans-Papiers berät und informiert Menschen, die in der Schweiz leben, ohne eine Aufenthaltsbewilligung zu besitzen. Zudem leistet sie Sensibilisierungs- und Informationsarbeit in der Region Bern.

Du hast Lust auf Pizza? Dann reserviere unter [www.dieheiterfahne.ch](http://www.dieheiterfahne.ch)

### Plötzlich Tod Festival

**Fr 4. April bis So 6. April**

Ein Festival von Weiter Heiter & Heitere Fahne

Auf der Bühne, im Austausch mit Expert\*innen, beim Schmücken von Särgen und Tanz des Lebens: Inspiriert durch das



Zürcher «Hallo, Tod!»-Festival holt das Projekt Weiter Heiter in Kooperation mit der Heiteren Fahne das Thema Tod während eines Wochenendes in die Mitte des Lebens. Wer Lust hat, das Programm mitzugestalten, darf sich bei Weiter Heiter gerne melden: info@weiterheiter.ch

### Räuber\*innenrunde – Klimacafé

**Mi 23. April, 18.30 Uhr**

Die Krisen unserer Zeit sind vielfältig und komplex. Das ruft bei dir unangenehm belastende Gefühle und Gedanken hervor? Vielen Menschen geht es so. Doch der Alltag bietet meist wenig Raum, diese – häufig tabuisierten – Gefühle zu äussern und sich dabei sicher und gehört zu fühlen. Dafür gibt es das Klimacafé. Hier kannst du in einem moderierten, einladenden Kreis zum Ausdruck bringen, was dich rund um den Zustand der Erde bewegt und aufwühlt. Denn: Schmerzhaftes Gefühl oder Gedanken auszusprechen und Gehör zu finden, entlastet.

Im Gespräch bei Kaffee und Tee wird so auch eine stärkende Gemeinschaft erlebbar – aus der wir Hoffnung und Mut schöpfen können. Das Klimacafé dauert zwei Stunden und wird moderiert. Alle sind willkommen.

### «JENSEITS» – e Schwank i zwe Akte von Timmermann

Do 24., Fr 25., Sa 26. + So 27. April

**Do, Fr + Sa**

- 18.00 Uhr Abendessen
  - 20.00 Uhr Vorstellung
- So**
- 17.00 Uhr Show

Nach der erfolgreich in der Heiteren Fahne aufgeführten Trilogie «Der Blöffer» (2016/17), «Blöffers Hochzeit» (2020) + «Das Jubiläum» (2023) folgt nun der vierte Streich «Jenseits».

Ort der Handlung ist die «Station des anciens artistes». Die Bewohnenden sind



allesamt ehemalige Bühnen- und Filmgrößen. Es ist die Geschichte einer Gruppe alter Menschen, die vergessen wurde. Sie warten auf den Tod. Doch sie sind immer noch da. Sie streiten, sie singen und ringen gemeinsam um einen Ausweg. Schliesslich entscheiden sie sich für eine spektakuläre Reise in die Erlösung. «Jenseits» – Ein absurdes Volkstheater zum Mitschunkeln und Abschiednehmen. Halleluja.

## Frühlingsapéro: Unterhaltung für die Kinder – Entspannung für die Eltern

Am Samstag, 26. April, lädt die Elterngruppe Wabern alle Kinder mit ihren Erwachsenen zum Frühlingsapéro auf dem Schulareal Wandermatte ein. Der Anlass findet bei jedem Wetter statt und es ist keine Anmeldung nötig.



Von 12.00 bis 16.00 Uhr wird in der bunten Kinderdisco getanzt, ein Geschenk gebastelt und T-Shirts bedruckt (das T-Shirt bitte selber mitbringen). Für die Unterhaltung der Kinder ist also bestens gesorgt. Währenddessen können die Grossen beim Apéro Drinks geniessen und die Kleinen sich mit feinen Leckereien stärken. Wir freuen uns über viele freudige Gesichter. Weitere Infos zur Elterngruppe unter [facebook.com/ElterngruppeWabern/](https://facebook.com/ElterngruppeWabern/)

### Für Kuchenspenden:

elterngruppe.wabern@gmx.ch

**Engagement der Elterngruppe Wabern:** Die Elterngruppe unterstützt die Kindergärten, Basis-, Unter- und Mittelstufen der Schule Wabern. Aus dem Gewinn der durchgeführten Anlässe (Frühlingsapéro, Kinderfest und Güezi-Verkauf) ist ein jährlicher Zustupf für jede Klassenkasse möglich.



Liebe Musikbegeisterte

Die jährliche Vereinsversammlung – man kann es drehen, wie man will, es war nie mein Lieblingsanlass und wird es auch nicht werden. Für mich als Kassier ist dieser Anlass mit viel Aufwand verbunden: Jahresrechnung abschliessen, Belege bereitmachen, Revision durchführen und das Budget für das kommende Jahr erstellen. An der Versammlung selbst muss die Jahresrechnung präsentiert, Fragen beantwortet und das Budget vorgestellt werden. Es ist mir durchaus bewusst, dass die Vereinsversammlung trotzdem ein wichtiger Anlass ist. Denn neben finanziellen Belangen steht vor allem auch das Tätigkeitsprogramm im Fokus. Es ist wichtig, dass die Vereinsaktivitäten gemeinsam besprochen und festgelegt werden. Immerhin sind wir ein Verein und alle Mitglieder sollten sich mit dem identifizieren können, was wir machen. Diese Diskussionen sind teilweise hitzig, sie sind aber wichtig und gehören dazu.

Wenige Tage später fanden wir uns alle im Schloss Belp ein, um das neue Repertoire zu vertiefen. An diesem Intensiv-Probetag

geht es darum, in den jeweiligen Registern (z.B. alle Saxofone) die schwierigsten Takte der Stücke detailliert zu analysieren und zu proben. Jedes Instrument und jede Stimme hat andere schwierige Passagen, weshalb sich die Probenarbeit in Kleingruppen lohnt. Es ist immer auch sehr spannend, von einem Profi neue Tricks im Umgang mit dem Instrument zu lernen. Für uns Trompeter ist es jeweils einer der Tage, an welchen die Lippen am Abend durchaus wehtun.

Wenn die Tage wieder wärmer und länger werden, bedeutet dies auch, dass unsere traditionellen Frühlingskonzerte näher kommen. In diesem Jahr erwartet euch ein abwechslungsreiches Programm: von Filmmusik über Dixieland bis hin zu modernen Pop-Arrangements. Ich freue mich bereits jetzt sehr auf diese Konzerte. Wir spielen jeweils am:

- Samstag, 3. Mai, 20.00 Uhr, Aula OZK Köniz
- Sonntag, 4. Mai, 16.00 Uhr, Aaresaal Belp

Wenn wir noch ein bisschen weiter in die Zukunft blicken, gibt es einen weiteren Höhepunkt im laufenden Vereinsjahr: das 150-Jahr-Jubiläum der Musikgesellschaft Belp, mit welcher wir seit über zwei Jahren eine Spielgemeinschaft bilden. Deshalb feiern wir dieses Fest gemeinsam.

150 Jahre – eine schier unglaubliche Zahl. Im Rahmen der Vorbereitungsarbeiten für das Jubiläumsfest am 28. Juni 2025 konnte ich alte Dokumente bestaunen, so z.B. das Programm des ersten Bezirksmusikfestes des Amtsmusikverbands Seftigen von 1913 oder eine Police für die Vereinsversicherung vom Mai 1914 (der Jahresbeitrag damals: nicht einmal 10 Franken); wirklich spannende Unterlagen aus einer anderen Zeit. Ein solches Jubiläum ist ein Meilenstein, der nicht nur die Gegenwart, sondern auch unsere Vergangenheit in den Mittelpunkt rückt. Deshalb möchten wir diesen besonderen Moment mit all jenen teilen, die unsere – bis hin zum aktuellen Zusammenspiel mit der MG Belp – Geschichte mitgeprägt haben: mit euch! Wir freuen uns auf ein unvergessliches Jubiläumsfest.

Falls auch Du mit uns mitspielen möchtest und Lust hast, deine Passion zum Hobby zu machen, dann komm doch einfach unverbindlich vorbeischaun! Alle Infos findest du auf unserer Homepage ([www.mgkoeniz-wabern.ch](http://www.mgkoeniz-wabern.ch)). Wir Musikant\*innen der Musikgesellschaften Köniz-Wabern und Belp freuen uns auf neue Kolleg\*innen.

Mit musikalischen Grüssen

André Winkler  
Trompeter/Kassier

## Einsamkeit – die Herausforderung unserer Zeit

Villa Bernau, 16. April, 18.30 bis 19.30 Uhr

Öffentlicher Vortrag und Diskussion mit Prof. Dr. Udo Rauchfleisch  
Der Vortrag ist gratis.

Anschliessend – wer möchte – wird ein 3-Gang-Menü serviert für 28 Fr. um 19.30 Uhr, queer eat&meet. Bitte anmelden: [www.habqueerbern.ch](http://www.habqueerbern.ch)

Einsamkeit ist ein zentrales Thema geworden, das gerade in den letzten Jahren intensiv diskutiert wird. Ihre Ursachen sind unterschiedlich:

Einsamkeitsgefühle können individuell begründet sein, z.B. durch hohes Alter, Krankheit, Migration; oder auch zwischenmenschlich, etwa durch Trennung, Tod, fehlende Beziehungsnetze. Es gibt gesellschaftliche Ursachen, u.a. Anony-



mität, geringe Solidarität oder die Schere zwischen Arm und Reich, aber auch globale wie die Coronapandemie oder den Klimawandel. In diesem Sachbuch beschreibt der renommierte Psychoanalyti-

ker und Psychotherapeut Udo Rauchfleisch die Ursachen sowie die gesundheitlichen und sozialen Folgen von Einsamkeit und arbeitet anhand zahlreicher Beispiele die Möglichkeiten heraus, wie man mit Einsamkeitsgefühlen konstruktiv umgehen kann. Nicht zuletzt weist er darauf hin, welche gesellschaftlichen Strategien und politischen Aktivitäten notwendig sind, um Einsamkeit wirksam zu bekämpfen.

### Zum Autor

Dr. Udo Rauchfleisch, Professor em. für Klinische Psychologie an der Universität Basel, ist Psychoanalytiker und Psychotherapeut in eigener Praxis in Basel. Zu seinen Arbeitsschwerpunkten zählen die Themen Persönlichkeitsstörungen, psychosoziale Arbeit in Beratung, Therapie und Seelsorge, Geschlechtsidentitäten und sexuelle Orientierungen.



## Biodiversitätsoffensive Köniz: Ein bisschen Natur ist gut, mehr ist besser!

### Einblick in Köniz' Gärten und Auszeichnung von naturnahen Gärten in Wabern

Die Artenvielfalt ist unter Druck, auch in Köniz. Um dem Biodiversitätsverlust entgegenzuwirken und der Natur mehr Platz zu geben, finden in diesem Jahr zwei Förderprojekte auf Gemeindeboden statt. Zum einen organisiert das Umweltforum und der Ortsverein Köniz «Die Tage der offenen Gärten in Köniz» zum anderen startet die Gemeinde Köniz ein neues Pilotprojekt zur Auszeichnung naturnaher Gärten. Gärtnerinnen und Gärtner in Wabern (Postkreis 3084 Wabern) werden dazu eingeladen, ihr Bijou als «Biodiversitätsgarten» anzumelden und auszeichnen zu lassen.

### Zwei zentrale Veranstaltungen zum Anstoss der beiden Förderprojekte

Für die «Biodiversitätsgärten» erfolgt der Startschuss am 23. April um 19.30 Uhr im Dachstock des Chalet Bernau in Wabern. Hansueli Pestalozzi wird den versierten Naturgarten-Fachmann Andreas Augsburger begrüßen. Er beantwortet die Fragen: Wie kann ich meinen Garten mit einfachen Mitteln naturnah gestalten? Wie kann ich mit meinem Garten einen Beitrag zur Biodiversität leisten? Was braucht es alles für einen naturnahen Garten und was sind die Kriterien für eine Zertifizierung?

Zwei Tage später wird Hanspeter Latour die Zuhörer mit seiner Begeisterungsfähigkeit für die Natur anstecken. Dieser Anlass vom Ortsverein und Umweltforum zu den «Tagen der offenen Gärten in Köniz» wird in der Villa Morillon am 25. April um 19.00 Uhr angeboten. Wer seinen Garten für andere öffnen will, kann sich bis zum 31. Mai anmelden. Die offenen Gärten können an den zwei Besuchstagen, dem 14. und 15. Juni, besichtigt werden.

### So funktioniert die Teilnahme bei «Biodiversitätsgarten»

Die Anmeldung für den «Biodiversitätsgarten» erfolgt direkt beim Startschuss am 23. April oder noch bis am 15. Juni,



worauf ein Fachteam der Gemeinde den Garten anhand eines Kriterienkatalogs bewertet. Erfüllt der Garten genügend Kriterien, erhält er im Herbst als Auszeichnung die Biodiversitäts-Plakette und wird auf einem digitalen Gemeindeplan sichtbar gemacht. Zudem ist eine Austauschplattform geplant, wo sich die Heger und die Pflegerinnen von «Biodiversitätsgärten» periodisch austauschen können. Für das nächste Jahr ist eine Ausweitung des Pilotprojekts «Biodiversitätsgarten» auf das ganze Gemeindegebiet geplant.

Damit setzt sich die Gemeinde Köniz gemeinsam mit dem Umweltforum für mehr Biodiversität in Privatgärten ein – damit die Gärten zu Wohlfühlorten für Natur und Mensch werden.

### Links dazu:

- Anmeldung Tag der offenen Gärten (Umweltforum)
- Anmeldung «Biodiversitätsgarten»:
- [www.koeniz.ch/naturgarten](http://www.koeniz.ch/naturgarten)
- Biodiversitätskonzept

### Hintergrund Biodiversitätskonzept der Gemeinde Köniz

Die Gemeinde Köniz hat fünf Stossrichtungen für die Förderung der Biodiversität festgelegt, unter anderem die Förderung der Biodiversität auf gemeindeeigenen und auf privaten Flächen. Mit der neuen Auszeichnung «Biodiversitätsgarten» bietet sich nun die schöne Gelegenheit, bereits Geleistetes anzuerkennen und die Motivation zur naturnäheren Gartengestaltung im Privatraum anzuregen.

### Wichtige Daten Für «Biodiversitätsgarten»

- 23. April, 19.30 bis 21.30 Uhr Kick-Off-Anlass «Biodiversitätsgarten» im Dachstock der Villa Bernau, inkl. Vortrag von

Gastredner Andreas Augsburger von Faunaberna und Bächtelen, Fachmann Naturgarten

- 15. Juni Anmeldefrist Gartenauszeichnung
- Juli/August Besichtigung der Gärten durch das Fachteam
- Herbst Gartenauszeichnungen: Gartenbesitzer\*innen erhalten ihre Plakette.

### Wichtige Daten für «Tage der offenen Gärten in Köniz»

- Freitag, 25. April, 19.00 bis 21.00 Uhr in der Villa Morillon, Vortrag mit Apéro «Natur mit Latour» Biodiversität in Garten und Landschaft mit Hanspeter Latour (Anmeldung erwünscht unter [info@umweltforum-koeniz.ch](mailto:info@umweltforum-koeniz.ch))
- Anmeldeschluss 31. Mai
- Samstag, 14. Juni / Sonntag, 15. Juni, 10.00 bis 16.00 Uhr private & öffentliche Gärten in Köniz.



Infos unter: [www.koeniz.ch/naturgarten](http://www.koeniz.ch/naturgarten)



Plakette «Biodiversitätsgarten»

## Garten- und Garagenflohmarkt in Wabern

**Sa 3. Mai, 10.00 bis 16.00 Uhr**

Der beliebte und weit über die Quartiergrenze hinaus bekannte Garten- und Garagenflohmarkt in Wabern geht in die 15. Runde.

Wir freuen uns bereits auf die verschiedenen Trouvaillen, Kleider, Bücher, Spielsachen und vieles mehr, welche am Strassenrand, in Hauseingängen, Gärten und Garagen zum Verkauf angeboten werden. Am Samstag, 3. Mai, von 10.00 Uhr bis 16.00 Uhr lohnt sich ein Spaziergang durch Wabern zu Fuss oder noch besser per Velo bestimmt.

Machen Sie mit, organisieren Sie sich im Quartier, sagen Sie's weiter! Je mehr Haushalte mitmachen, desto farbiger und vielfältiger der Anlass.

**Wo:** Zu Hause in der Garage, im Garten oder auf dem Trottoir.

**Was:** Verkauf von Kleidern, Spielsachen, Möbeln, Küchenzeug – einfach alles, was nicht mehr gebraucht wird, viel oder wenig, alt oder neu, wertvoll oder wertlos, antik oder Ikea, ungeliebte Geschenke, Fehlkäufe, Kindersachen usw.



### Wie mitmachen?

1. Ausmisten
2. Anmelden + informieren auf [www.bernau.ch](http://www.bernau.ch), **Anmeldeschluss:** Mo 28. April
3. «Garten- und Garagenflohmarkt»-Erkennungsschild herunterladen und ausdrucken
4. Münzportemonnaie und/oder Twint vorbereiten
5. Flohmarktstand aufbauen
6. Achtung, fertig, los!

### Das übernimmt die Villa Bernau:

- Werbung mit dem bekannten «Garten- und Garagenflohmarkt»-Flyer
- Organisation und Koordination
- Ansprechperson bei Fragen

Übersichtsplan mit allen Verkaufsorten wird wöchentlich auf [www.bernau.ch](http://www.bernau.ch) aktualisiert, die finale Version ist ab 30. April aufgeschaltet und zum Ausdrucken bereit. Der Plan kann am Samstag, 3. Mai, ab 9.00 Uhr in der Bernau mitgenommen werden und ist auf Google maps per Handy einsehbar, Link auf [www.bernau.ch](http://www.bernau.ch)

Bernau: 9.00 bis 16.00 Uhr Infostand und offene Bernau-Bar mit Kaffee, Kuchen und anatolischem Buffet.

### Kontakt und Organisation:

Villa Bernau, Micheline Steiner  
[flohmarkt@bernau.ch](mailto:flohmarkt@bernau.ch) oder  
031 961 60 38

### Nachmittag 60+

**Di 15. April, 14.30 Uhr**

Pfarreizentrum St. Michael, Gossetstrasse 8, 3084 Wabern

#### «Was Geflüchteten hilft»

Elena Parashchuk hat kurz nach Beginn des Ukrainekrieges mit zwei Kolleginnen eine psychotherapeutische Praxis in der Pfarrei St. Michael aufgebaut.

Im Gespräch erzählt sie, mit welchen Anliegen die Menschen zu ihr kommen und was ihr Hoffnung gibt angesichts des Krieges in ihrem Heimatland.

Mykola Pososhko ist ein junges Talent auf der Geige und spielt mit seiner Mutter Hanna Pososhko (Klavier) ukrainische, klassische und Barockmusik.

### Lange Nacht der Kirchen

**Fr 23. Mai, 19.30 Uhr**

Pfarreizentrum St. Michael, Gossetstrasse 8, 3084 Wabern

Der **CHOR DER NATIONEN** – ein gemischter Chor mit Sängerinnen und Sängern aus vielen Nationen – verwöhnt uns mit seinen Liedern.

Sie sind der Überzeugung, dass gemeinsam Musik machen und singen die Muttersprache des Menschseins ist, unabhängig von der Herkunft, Kultur oder Religion. Lassen auch Sie sich überzeugen und geniessen Sie Musik und Klang aus aller Welt.

### Shibashi – Meditation in Bewegung

**Sa 24. Mai, 9.30 Uhr**

Pfarreizentrum St. Michael, Gossetstrasse 8, 3084 Wabern

Die Bewegungen entfalten sich aus einer meditativen Grundhaltung.

Das achtsame Üben löst seelische und körperliche Anspannung und hilft so, Abgespaltenes wieder in den Lebensfluss zurückzuführen. Wir praktizieren Stilles Shibashi (Basisform) und Fliessendes Shibashi. Beim Fliessenden Shibashi bewegen wir uns aus einer anderen Grunddynamik heraus durch die vertraute Form. Dies führt zu einer noch intensiveren Erfahrung von Fliessen und Leichtigkeit.

Poesie sowie Impulse aus der westlichen und östlichen Mystik unterstützen das innere und äussere Unterwegssein.



## Wechsel im AL-Team

**Am Schnuppertag vom 15. März wurde Liv Küng mit dem Pfadinamen «Juno» als neues Mitglied des Abteilungsleitungs-Teams den Falkenstein-Pfadi vorgestellt. Sie ist Nachfolgerin von Silvan Oertle / «Manati».**

Juno wohnt im Liebefeld und trat vor elf Jahren in die Gruppe «Gürbe» der Pfadi Patria ein und wechselte 2018 zur Pfadi Falkenstein. Seit fünf Jahren hat sie dort Leitungsfunktionen, bis 2024 bei der Pfadistufeneinheit Karuba und seither bei den Coras. Sie besuchte bisher drei Pfadileiter\*innen-Kurse. Juno hat bisher viele ganz unterschiedliche schöne Pfadi-Erlebnisse erfahren, als Pfadi und als Leiterin, ihr Win Highlight war das Jubiläumsfest im letzten Herbst. Die Zusammenarbeit in der Pfadigruppe und in der Pfadibewegung insgesamt beeindruckt Juno immer wieder: «Ich habe noch nirgends sonst so viel Teamgeist erlebt.»



AL-Team: Robbe, Felin, Diala, Juno

### Das aktuelle AL-Team

Alma Schöni / «Diala» (Liebefeld), Mia Gurtner / «Felin» (Bern, aufgewachsen in Mittelhäusern) und Lars Guggisberg «Robbe» (Liebefeld) bleiben als AL im Amt und bilden nun zusammen mit Juno die Abteilungsleitung.

### Ein grosses Merci an Manati!

Er ist in Wabern aufgewachsen. Am Schnuppertag vor 19 Jahren nahm er erstmals an einer Wolfsaktivität von Akela teil, 2010 trat er in die Pfadistufe über und erlebte im Kantonslager «Inoterra» im Berner Seeland einen besonderen Höhepunkt. Nach dem Pios-Jahr hatte er in den letzten zehn Jahren stets Leitungsaufga-

ben: Zuerst bei den Katiki-Wölfen und dann bei den Bibern. 2022 wählte ihn der Falkensteinrat auf Vorschlag des Leiter\*innen-Rates als Abteilungsleiter. Er besuchte bisher 7 Pfadi-Ausbildungskurse verbunden mit Jugend+Sport, speziell auch mit Wasseraktivitäten. Seine Kernaufgaben im AL-Team waren die Instandhaltung der Datenbank, die Planung und Durchführung der Schnuppertage und die Pfadi-Technik-Anlässe sowie die Zusammenarbeit mit den Heimvereinsverantwortlichen.

Falkenstein dankt Manati für seinen grossen Einsatz und freut sich, dass er sich weiterhin für die Pfadi engagiert: Er hilft im Neophyten-Support-Team mit und wird in Lagern die Leitenden in der Küche und bei Aktivitäten unterstützen. Zudem überlegt er sich eine Mitarbeit im Heimverein. Alles nach dem Grundsatz: Einmal Pfadi – immer Pfadi!



Manati

## Impressum

### Redaktion

Wabern Spiegel  
Seftigenstrasse 243, 3084 Wabern  
[wabernspiegel@bluewin.ch](mailto:wabernspiegel@bluewin.ch)  
Mi 10 bis 12 Uhr  
Tel. 031 961 85 39  
IBAN CH06 0900 0000 3077 21771 1

Martin Feller (mf), Urs Fischli (uf), Jean-Paul Gehrig (jpg), Higi Heilinger (hh), Anneke Heverhagen (ah), Therese Jungen (tj), Markus Keel (mk), Pierre Pestalozzi (pp), Jonathan Spirig (js);  
Agenda: Gabriele Roth

Sie können den Wabern Spiegel auch im Internet als PDF-Datei anschauen oder herunterladen: [www.wabern.ch](http://www.wabern.ch) / Agenda & Wabern Spiegel

### Herausgeber

Vereinskonvent Wabern Spiegel

### Jahresabo

Sie können den Wabern Spiegel auch abonnieren! 35 Fr. pro Jahr oder 78 Fr. für Jahrgangssponsoren, die publiziert werden: [wabernspiegel@bluewin.ch](mailto:wabernspiegel@bluewin.ch)

### Schreiben Sie uns

[wabernspiegel@bluewin.ch](mailto:wabernspiegel@bluewin.ch)  
Die Redaktion freut sich über Zuschriften aus der Leserschaft. Kürzungen oder das Einholen von Gegendarstellungen bleiben vorbehalten. Eingereichtes Material (Foto, Text, CD usw.) wird nicht retourniert.

### Erscheinungsdaten

Nr.	Schlüsse (Inserate/Redak.)	erscheint
05	Fr 04.04. / Fr 04.04.	Do 24.04.
06	Fr 09.05. / Mo 12.05.	Fr 30.05.
07/08	Fr 06.06. / Fr 06.06.	Do 26.06.
09	Fr 08.08. / Mo 11.08.	Do 28.08.

### Produktion

Scribentes Media  
Hohfuhren 223, 3123 Belp

### Druck

Ast + Fischer AG  
Seftigenstrasse 310  
3084 Wabern  
[www.ast-fischer.ch](http://www.ast-fischer.ch)

### Vertrieb

POST CH AG

### Inserateservice

Adveritas GmbH  
Claudine Fischer  
Postfach, 3123 Belp  
[claudine.fischer@adveritas.ch](mailto:claudine.fischer@adveritas.ch)  
Tel. 031 529 29 29



**Katholische Kirche Region Bern**  
Pfarrei St. Michael Wabern

### Frühlingskränzchen gestalten aus Naturmaterialien

**Mi 2. April, 18.00 bis 20.30 Uhr**

Pfarreizentrum St. Michael, Gossetstrasse 8, 3084 Wabern

Wir stellen aus Draht einen Grundkranz her und dekorieren diesen mit Naturmaterialien, Trockenblumen und Dekomaterial. Ganz nach eigenem Geschmack! Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

**Bitte mitbringen:** falls vorhanden Gartenschere, Heissleimpistole, Dekomaterial nach deinem Geschmack.

**Zur Verfügung stehen:** je ein Holzbrettli zum Kranz, Draht, Trockenblumen, zwei Heissleimpistolen.

**Kosten:** Fr 15.– für Holzbrettli, Draht, Trockenblumen, Anleitung.

**Anmelden bis 25. März** bei Franziska Wiedmer / 076 214 65 35  
[frawie@gmx.ch](mailto:frawie@gmx.ch)



## Vielfältige Naturerlebnisse an der Aare

### Das neue Programm des Pro Natura Zentrums Eichholz ist erschienen

Die Vögel zwitschern den Frühling schon von den Bäumen. Höchste Zeit also, sich wieder vermehrt draussen der Natur zu widmen. Dazu bietet das Pro Natura Zentrum Eichholz wiederum ein umfangreiches Programm an. Da können kleine Forscherinnen und Forscher den Biber entdecken (11. April) oder Frosch- und Molchfreunde an mehreren Tagen die Amphibien besser kennen lernen (7./8. und 16./17. April). Für naturinteressierte Kinder empfiehlt sich die Teilnahme an den Anlässen der Jugendgruppe, die am 30. April auf Pirsch geht, um das Vogelgezwitscher besser kennenzulernen. Und natürlich ist es wie jeden Monat im Rahmen des Naturlabors (23. April) möglich, die Wunderwelt der

Lebewesen in den Teichen zu entdecken. Alle Kinder-Anlässe sind im Ferienpass der Region Bern ([www.faeer.ch](http://www.faeer.ch)) aufgeschaltet, wo man sich auch anmelden kann.

Auch für Erwachsene ist einiges geplant: Der Kurs «Naturkost aus Feld, Wald und Wiese» (26. April) bringt ihnen die essbaren Wildpflanzen und deren Zubereitung näher und schliesst mit einem feinen Apéro ab. Wer gerne selber tatkräftig Hand anlegen möchte, kann am 5. April beim Arbeitseinsatz-Tag im Zentrum mitmachen.

Das übersichtliche Programm kann beim Zentrum bezogen ([eichholz@pronatura.ch](mailto:eichholz@pronatura.ch)) oder auf der Webseite [www.pronatura-eichholz.ch](http://www.pronatura-eichholz.ch) heruntergeladen werden.

Die Ausstellung ist ab dem 26. April geöffnet und zeigt, wegen des grossen Interesses, nochmals die Arbeit des Renaturierungsfonds des Kantons Bern durch faszinierende Bilder, Fotografien und Unterwasseraufnahmen. Dazu erfahren Sie mehr in der nächsten Ausgabe des WabernSpiegels.

### Angebote für Schulen

Auch für Schulen gibt es wieder ein breites Angebot an Führungen. Neben den klassischen Führungen zum Biber, zu den Amphibien oder den Kleinlebewesen im Teich gibt es auch Themen wie Aaresteine, Vögel, Insekten, Eichhörnchen und Tierspuren. Alle Schulen profitieren weiterhin von Vergünstigungen, wenn sie beim Verein Naturzentrum Eichholz ein Unterstützungsgesuch stellen.



Amphibien besser kennenlernen macht Freude!

## Reformierte Kirche Wabern

[www.kg-koeniz.ch](http://www.kg-koeniz.ch)  
[www.kwl-info.ch](http://www.kwl-info.ch)



### Die Osterfrage

Da sagt Jesus zu ihr: «Ich bin die Auferstehung und das Leben. Glaubst du das?»

Auf der Suche nach Inspiration für meine nun hier vorliegenden Zeilen zu Ostern treffe ich bei einem Altersheimbesuch zufällig auf einen mit einem Bibelvers versehenen Kalenderzettel (Joh. 11,25) und



folge der Spur ins Johannevangelium. Im 11. Kapitel finde ich eine detaillierte Aufzeichnung, ähnlich einem Drehbuch, mit Wortwechsell zwischen Jesus und zwei mit ihm befreundeten Schwestern.

Obwohl ich vom Wunder an Martas und Marias Bruder Lazarus gehört hatte, war mir nicht bewusst gewesen, wie zeitnah an Jesu eigenem Tod und Auferstehung sich dieses letzte Zeichen abspielt. Kurz vor dem unfassbaren Geschehen am Grab seines Freundes kann Jesus sich Zeit für persönliche Zwiegespräche mit Marta und Maria nehmen. Beim Lesen fällt mir auf, wie tief er sich dabei von den Emotionen der trauernden Frauen ergreifen lässt. Vor diesem Hintergrund wirkt die an Marta gerichtete, zumutende Frage auf einmal zutiefst menschlich, beinahe verletzlich.

Die Aussicht auf einen freien Ostersonntag bietet mir die Gelegenheit, mich wie Marta von dieser rätselhaften und persönlichen Frage berühren zu lassen und darauf zu reagieren. Unter der Linde am Rossackerweg 17 plane ich um 7.00 Uhr ein kleines Osterfeuer zu entfachen und einen Moment still zu werden. Ich will der Frage, was Ostern in meinem Leben bewegen könnte, an diesem Morgen Zeit und Raum geben. Dabei freue mich über alle, die sich mir dort oder anderswo anschliessen werden.

Tabea Tschirren, Sozialdiakonie

### Geschichtenkiste

**Mi 2. April, 15.00 bis 16.00 Uhr**, Kirchgemeindehaus, Kirchstrasse 210.

Geschichten zum Erleben und Entdecken Für Kinder von 4 bis 10 Jahren. Info/Anmeldung: Christine Hansen, [christine.hansen@kg-koeniz.ch](mailto:christine.hansen@kg-koeniz.ch)

### Handfigurenkurs. Eltern-Kind-Tage

**Mo 7. bis Do 10. April, 9.00–14.00 Uhr**, Kirchgemeindehaus, Kirchstrasse 210. Jedes Kind gestaltet eine Figur nach seiner Vorstellung. Kosten 45 Fr. (inkl. Mittagessen und Material). Info/Anmeldung: Salomé Vuilleumier, 031 978 32 64, [salome.vuilleumier@kg-koeniz.ch](mailto:salome.vuilleumier@kg-koeniz.ch)



Bild: Martha Weber

Nachmittag 60+ (ökumenisch) **Di 15. April, 14.00 Uhr**, Pfarrei St. Michael, Gossetstrasse 8. Am diesjährigen Nachmittag 60+ haben Menschen aus Wabern das Wort. In der Karwoche ist das die gebürtige Ukrainerin Elena Parashchuk. Sie hat kurz nach Beginn des Ukrainekriegs mit zwei Kolleginnen eine psychotherapeutische Praxis in der Pfarrei St. Michael aufgebaut. Im Gespräch erzählt sie, mit welchen Anliegen die Menschen in



ihre Praxis kommen und wie sie mit ihnen arbeitet. Wir gehen der Frage nach, wie es für sie ist, in der Schweiz zu leben, während in der Heimat Krieg ist, und was ihr im Alltag Kraft gibt. Für nonverbale Seelennahrung sorgen der junge Geiger Mykola Pososhko und seine Mutter Hanna Pososhko, die ihn am Klavier begleitet. Zum Ausklang gibt es ukrainisches Gebäck. Alle sind herzlich willkommen, ausdrücklich auch Interessierte 60+. Info/Anmeldung für den Fahrdienst (bis am Donnerstag vorher) bei Eva Schwegler, 031 978 32 73, [eva.schwegler@kg-koeniz.ch](mailto:eva.schwegler@kg-koeniz.ch)

Primarschulalter, die Lust haben auf spontanes Singen und kulturellen Austausch. Mit dabei sind Kinder vom Bundesasylzentrum und vom Kinderchor Singkreis Wabern. Und zur Stärkung gibt es zwischen Liedern und Spielen ein feines Zvieri. Info/Anmeldung: Christian Schmitt, [christian.schmitt@kg-koeniz.ch](mailto:christian.schmitt@kg-koeniz.ch)



### Ostergottesdienst mit Brunch

**So 20. April, 10.00 Uhr**, Ostergottesdienst mit Kinderprogramm und anschliessendem Brunch. Alle sind herzlich willkommen!

### Sing-/Spielnachmittag im Zieglertreff

**Mi 23. April, 14.30 bis 16.30 Uhr**, Zieglertreff beim Hostel 77. Gemeinsam Lieder singen ohne gemeinsame Sprache? Mit anderen spielen, obwohl wir kaum etwas mit Worten erklären können? Wie das geht, erlebt ihr am Sing- + Spielnachmittag im Zieglertreff beim ehemaligen Zieglerspital. Willkommen sind alle Kinder im



Bild: Kinderchor Singkreis Wabern

**Voranzeige: Gemeindeausflug**  
Voranzeige Mai-Ausflug (ökumenisch): Am **Freitag, 23. Mai**, fahren wir nach Solothurn und besichtigen die St.-Ursen-Kathedrale. Danach geht die Reise weiter nach Orpund zum ehemaligen Kloster Gottstatt. Auf gemütlichen Wegen bringt uns der Car dann zurück nach Wabern, Spiegel und Köniz. Infos und Anmeldung: Urs Eberle, [urs.eberle@kathbern.ch](mailto:urs.eberle@kathbern.ch), 031 960 14 60

### Voranzeige: Gemeindeausflug

Wort und Musik zur Passionszeit **Di 15. + Do 17. April, 18.00 Uhr**, ein halbstündiges Innehalten mit Orgelmusik und Passionstexten.

## Vernetzung in Wabern – Suchst du einen Babysitter, eine Babysitterin?

In Wabern wohnen viele Familien mit Kindern. Nicht jeder hat das Glück, Grosseltern und andere Bezugspersonen vor Ort zu haben, welche die Familie unterstützen und entlasten können.



Ein Babysitter oder eine Babysitterin bietet Eltern die Möglichkeit, sich für ein paar Stunden zu entspannen oder wichtige Aufgaben zu erledigen, während die Kinder in guten Händen sind. Und gibt den Eltern die Gelegenheit, ungestört Zeit miteinander zu verbringen. Denn Kinder sind glücklich, wenn es die Eltern sind.

Ein Babysitter oder eine Babysitterin kann sowohl für Eltern als auch für Kinder eine grosse Bereicherung sein. Eltern gewinnen mehr Freiheit und Entlastung, während Kinder durch die neue Bezugsperson und individuelle Betreuung gefördert werden. Wichtig ist, eine betreuende Person zu finden, der man vertraut und die zu den Bedürfnissen der Familie passt. Mit der richtigen Wahl steht einem harmo-

nischeren und stressfreieren Familienalltag nichts im Wege.

Nicht alle haben in ihrem direkten Umfeld am Babysitting interessierte Personen, zum Beispiel Schü-

ler\*innen. Hier bildet die Jugend-Job-Börse Köniz das passende Bindeglied. Es gibt eine gleichbleibend hohe Zahl von Jugendlichen, die eine sinnvolle Beschäftigung suchen, Erfahrungen sammeln oder schlichtweg ihr Taschengeld aufbessern möchten. So findet sich für die meisten Aufträge oft schnell eine passende Person.

Die Registrierung als Auftraggeber\*in ist einfach und kostenlos. Anschliessend können jederzeit alle Arten von Aufträgen und Jobs unkompliziert per E-Mail oder Telefon übermittelt werden. Dabei geht es nicht

nur um Kinderbetreuung, sondern um alle möglichen Aufgaben wie Gartenarbeit, Haushalts- oder Einkaufshilfe, Smartphone- oder Computerberatung, Aushilfe in Betrieb oder Büro und vieles andere mehr.

Ob einmalig, als Wochenplatz oder Ferienjob. Die Jugend-Job-Börse kennt die Jugendlichen, übernimmt die Vermittlung, die Auszahlung und die Versicherung. Die einzigen anfallenden Kosten sind die Stundensätze der geleisteten Einsätze.

Bist du zwischen 13 und 18 Jahre alt und interessierst dich für einen Sackgeld-Job? Du bist Elternteil und suchst eine Kinderbetreuung oder auch Unterstützung in Haushalt, Garten, Büro? Oder du hast weitere Fragen? Melde dich unverbindlich bei der Jugend-Job-Börse Köniz.

Kontakt/Infos: 031 970 94 87  
[norman.gattermann@koeniz.ch](mailto:norman.gattermann@koeniz.ch)  
[jugend-job-boerse@koeniz.ch](mailto:jugend-job-boerse@koeniz.ch)  
[www.jugend-job-boerse-bern.ch](http://www.jugend-job-boerse-bern.ch)

**RODER OPTIK AG**  
Bahnhofstr. 11 • 3123 Belp • Tel. 031 819 21 81  
www.roderoptik.ch



**Kinderbrille  
komplett  
ab Fr. 320.–**

**Abschiede  
gemeinsam gestalten.**

**EGLI  
BESTATTUNGEN**  
Bern und Region

Reto Zumstein  
Geschäftsleiter  
Bestatter mit eidg. FA

Christian Sulzer  
Bestatter mit eidg. FA

Ursula Rütli  
Bestatterin  
Trauerrednerin

Beat Burkhard  
Bestatter mit eidg. FA  
Thanatopraxie

Dominik Schnidrig  
Bestatter

24h-Telefon 031 333 88 00 Breitenrainplatz 42, 3014 Bern office@egli-ag.ch www.egli-ag.ch

**SIMON BERGER  
MOBEL  
RESTAURATION  
GURTENAREAL  
3084 WABERN  
031/961 80 00**

www.simon-berger.ch werkstatt@simon-berger.ch

**IHR PARTNER FÜR SOLAR- UND  
STEILDÄCHER**

**GROLL**

Blinzernfeldweg 9 | 3098 Köniz  
Telefon 031 508 12 55  
info@groll-gmbh.ch | www.groll-gmbh.ch

**RESTAURANT  
Blumenfeld**

**Montag bis Freitag 8 bis 23 Uhr  
Samstag und Sonntag 11 bis 21 Uhr**

Geniessen Sie in Ruhe bei uns  
**im Blumi Stübli oder Wintergarten**  
etwas aus der saisonalen Karte  
oder à la carte

Murtenstrasse 265, 3027 Bern  
**Telefon 031 994 16 00**  
Tram Nr. 8 bis Bethlehem Kirche  
info@blumenfeld.ch  
www.blumenfeld.ch

**VELUX®**

**FÜR VELUX-DACHFENSTER SIND WIR IHRE PROFS!**

- Neueinbau •Service und Reparaturen
- Fensterersatz •Sonnen- und Hitzeschutz

Rufen sie uns an!  
**Ihre VELUX-Nummer: 031 934 20 20**

**IMMO PROFIS GmbH**  
Handwerker - Dienstleistungen

Waldheimstr. 15 3072 Ostermundigen  
Tel: 031 934 20 20 www.immoprofis.ch

•SERVICESCHREINER •VELUX-PROFIS

**FDP  
Die Liberalen**

In den Könizer  
Gemeinderat

**Dominic Amacher**  
Bereit für Köniz

umsichtig | tatkräftig | liberal  
#GemeinderatKöniz25  
www.dominic-amacher.ch

**Durch Klarheit  
zur Lösung** Ihre Klarheit.  
Ihre Lösung.  
Meine Motivation.

Als betriebliche Mentorin, Kommunikationstrainerin  
und Coach begleite ich Sie auf dem Weg zu Ihrem Ziel.

**Ob privat oder für Organisationen.  
Ich unterstütze Sie mit Herz und Fachkompetenz.**

**23. JAN.**  
Tagesseminar  
**Gewaltfreie Kommunikation. Einführung**  
Kirchstr. 210, Wabern

**MONATLICH**  
Übungstreffen  
**The Work. Für alle.**  
Gossetstr. 8, Wabern

**29. MÄRZ**  
Tagesseminar  
**Gewaltfreie Kommunikation. Im Beruf.**  
Gossetstr. 8, Wabern

Kontaktieren Sie mich  
für ein Einzelgespräch  
oder buchen Sie  
einen Workshop.

**NBJ Nadia Biondini Jörg www.nbj-coaching.ch  
Coaching & Seminare**

**SCA** **The Work Network Schweiz**

**RAMSEIER  
BELP AG**  
Sanitär und Heizung

**EGGIMANN MZDIENST  
MAHLZEITDIENST**  
Hühnerhubelstrasse 64, 3123 Belp  
079 896 60 05, mz-dienst.ch

In den eigenen vier Wänden bleiben  
und doch nicht selber kochen?  
Wir bieten Ihnen diese bequeme und  
preisgünstige Lösung an.

Ines und Ralf Bartels-Bögli

**Bögli  
Bestattungen**  
GmbH

**Köniz und Wabern  
031 971 63 39**  
www.boegli-bestattungen.ch

**Das Familienunternehmen in dritter Generation**  
Seit vielen Jahrzehnten beraten wir und erledigen  
sämtliche Aufgaben im Todesfall kompetent und zuverlässig.  
Wir sind 365 Tage rund um die Uhr für Sie da.

**Qualität kann man streichen!**  
Wir freuen uns, von Ihnen zu hören.

**KP malt**  
Keiser+Piccioni GmbH Malerei - Gipserei  
Quellenweg 9 - 3084 Wabern - kp.malt.ch  
info@kp.malt.ch - 079 474 42 36 - 079 627 63 23

# Agenda

## Was in Wabern und im Spiegel läuft ...

Die aktuelle Agenda finden Sie auch auf [www.wabern.ch](http://www.wabern.ch) unter Agenda & Wabern Spiegel.

### April

Di 01 10.30	Lesekreis – «Was ist Zen?» (Seiten 57–63), Altes Pfarrhaus
Mi 02 15.00	Geschichtenkiste für Kinder von 4–10 Jahren, ref. Kirche
Mi 02 17.00	Jassrunde in der Bernau
Mi 02 17.00	Kochclub Bernau
Mi 02 17.00	Sans-Papiers Soillotto, Heitere Fahne
Mi 02 17.30	Stille Meditation für alle – eine Oase in der Hektik, ref. Kirche
Mi 02 18.00	Frühlingskränzchen gestalten aus Naturmaterialien, kath. Kirche
Mi 02 18.00	Heitere Pizzaabend (jeden Mittwoch), Heitere Fahne
Mi 02 19.00	Blackbox Religion/Philosophie, Altes Pfarrhaus
Do 03 12.15	Mittagstisch – gedeckter Tisch für alle, ref. Kirche
Do 03 18.30	Offene Nähwerkstatt für alle, Altes Pfarrhaus
Fr 04	Plötzlich Tod Festival, Heitere Fahne
Fr 04 17.00	Wabräu Fyrrabe-Bier, Brauerei Wabräu
Sa 05 14.00	Auftakt zur Women's EURO: Frauen 4. Liga: FC Wabern – FC Sternenberg (Team Schwarzwasser), Sportplatz Lerbermatt
So 06 10.00	Musig im Dach, Dachstock Chalet Bernau
So 06 10.30	Heitere Sonntagsbrunch (nicht vegan), Heitere Fahne
Mo 07 09.00	Handfigurenkurs – Kinder-Eltern-Tage (Mo–Do), ref. Kirche
Mo 07 18.30	Mondyoga mit Belinda, Heitere Fahne
Mi 09 14.00	Spielnachmittag, Altes Pfarrhaus
So 13 15.30	Ü50-Party – Tanzen im Dachstock Chalet Bernau
Di 15 14.30	Nachmittag 60+ – ökumenisch, kath. Kirche
Di 15 18.00	Wort und Musik in der Passionszeit, ref. Kirche
Mi 16 18.30	Einsamkeit – Herausforderung unserer Zeit Vortrag und Diskussion, Villa Bernau
Do 17 16.00	Wabräu Oster-Schoppe, Brauerei Wabräu
Do 17 18.00	Wort und Musik in der Passionszeit, ref. Kirche
Do 17 18.30	Offene Nähwerkstatt für alle, Altes Pfarrhaus
So 20 10.00	Ostergottesdienst mit Kinderprogramm und Brunch, ref. Kirche
Mi 23 14.30	Sing- und Spielnachmittag im Zieglertreff, Zieglertreff beim Hostel 77
Mi 23 17.30	Stille Meditation für alle – eine Oase in der Hektik, ref. Kirche
Mi 23 18.00	Heitere Pizzaabend, Heitere Fahne
Mi 23 18.30	Räuber*innenrunde – Klimacafé, Heitere Fahne
Mi 23 19.30	Kick-Off-Anlass «Biodiversität Garten», Dachstock Chalet Bernau
Do 24	«Jenseits» – Schwank in 2 Akten von Timmermahn, Heitere Fahne
Do 24 09.30	Café Littéraire, Bistro Villa Bernau
Fr 25 08.45	Frytig-Zmorge: Frühstück in geselliger Runde, ref. Kirche
Fr 25 19.00	Tage der offenen Gärten in Köniz
Fr 25 19.00	Gaumentanz mit Ethnic Cooks, Villa Bernau
Fr 25 19.00	Vortrag «Biodiversität in Garten und Landschaft» – Hanspeter Latour, Villa Morillon
Sa 26 12.00	Frühlingsapéro: Unterhaltung für die Kinder – Entspannung für die Eltern, Schulareal Wandermatte
Sa 26 18.00	Giele- und Modi-Club Wabern, Villa Bernau
Mo 28 18.30	Mondyoga mit Belinda, Heitere Fahne
Mi 30 14.30	Eltern-Kind-Treff – draussen, Villa Bernau
Mi 30 17.30	Stille Meditation für alle – eine Oase in der Hektik, ref. Kirche
Mi 30 19.00	Parliamo Italiano, Villa Bernau

## Regelmässig

**Ludothek**  
Chalet Bernau  
Di und Do 15.30–18 Uhr, Sa 10–12 Uhr  
Ferienöffnungszeiten: Do 15.30–18 Uhr  
An Samstagen vor Feiertagen und  
vor Schulferien geschlossen.

**Bibliothek Wabern**  
Schulhaus Morillon  
Di–Fr 15–18 Uhr  
Sa 10–13 Uhr  
Während der Schulferien: Di, Do und Sa

**Villa Bernau**  
Di 9–11 Uhr El-Ki-Treff  
Freier Zutritt, keine Anmeldung

**juk – Jugendarbeit Köniz**  
**Wabern: Atelier, Bandraum, Treff**  
Fr 14–18 Uhr und nach Absprache  
**Jugend-Job-Börse**  
Mi 14–18 Uhr und nach Vereinbarung  
**Info & Kontakt**  
norman.gattermann@koeniz.ch  
Telefon: 079 379 03 70

**Spiegel: Jugendtreff Pyramid**  
Fr 18–20.30 Uhr 5.–9. Klasse  
ab 20.30 Uhr 7.–9. Klasse  
**Info & Kontakt**  
lea.roth@koeniz.ch  
Telefon: 079 366 85 14

**Jungschar Terra Nova**  
Jeden 2. Samstag, 14–17 Uhr  
Start im Weyergut, Mohnstrasse 4  
Kontakt: Regina Blattner, Volta  
js.terranova@jemk.ch  
https://jsterranova.jemk.ch

**LeihBar Wabern**  
Mi 17–19.30 Uhr  
Sa 10–12.30 Uhr  
Gossetstrasse 8  
www.leihbar.ch

**Schachklub Köniz-Wabern**  
Jeden Mi 20 Uhr im Wabern-Stöckli  
Infos unter [skkw.clubdesk.com](http://skkw.clubdesk.com)

**Schulferien**  
Frühlingsferien (Ostern: 20.04.)  
Sa 05.04.–Mo 21.04.  
Sommerferien  
Sa 05.07.–So 10.08.

**Abfallkalender**  
Sperr- und Graugut: Mi  
Papier: Do 3. + 17. April  
Grünabfuhr: Mo 31. März + 14. April  
Schredder: Wabern: Mo 28. / Di 29.04.  
Spiegel: Mi 30.04. / Do 01.05.

# KMU-Verzeichnis



**Beat Bürgin Elektro AG**  
 Bellevuestrasse 52  
 3095 Spiegel  
 Tel. 031 972 87 00  
 info@buergin-elektro.ch  
 www.buergin-elektro.ch



**bill + künzi AG**  
 heizung + sanitär  
 Sportweg 56  
 3097 Liebefeld  
 Tel. 031 971 24 84  
 info@billkuenzi.ch



**Bögli Bestattungen GmbH**  
 Köniz und Wabern  
 031 971 63 39  
 www.boegli-bestattungen.ch



**Gerber Storen AG**  
 Föhrenweg 72  
 3095 Spiegel b. Bern  
 Tel. 031 971 22 92  
 Mobil 078 742 28 50  
 sn@gerberstorenag.ch



**Groll GmbH**  
 Blinzernfeldweg 9  
 3098 Köniz  
 Tel. 031 508 12 55  
 info@groll-gmbh.ch  
 www.groll-gmbh.ch



**Mössinger Immobilien AG**  
 Verkauf, Verwaltung,  
 Beratung, Schätzungen  
 Grenzweg 1, Postfach 108  
 3097 Liebefeld  
 Tel. 031 972 21 22  
 www.moessinger.ch  
 info@moessinger.ch



**Stiftung Bächtelen**  
 Ausbildung und Integration  
 Grünaustrasse 53  
 3084 Wabern  
 Tel. 031 963 66 66  
 www.baechtelen.ch



**WELOWERK AG**  
 Dorfstrasse 12  
 3084 Wabern  
 Tel. 031 961 13 73  
 mail@welowerk.ch  
 welowerk.ch



- Abgasanlagen
- Cheminéeöfen
- Speicheröfen
- Pelletöfen
- Wäscheabwürfe

**Zubesch Kamine AG**  
 Grünaustrasse 50  
 3084 Wabern  
 Telefon 031 978 20 10  
 info@zubesch.ch  
 www.zubesch.ch



**EGLI BESTATTUNGEN**  
 Bern und Region  
 Breitenrainplatz 42, 3014 Bern  
 24h-Telefon 031 333 88 00  
 office@egli-ag.ch  
 www.egli-ag.ch



**Simu dr Maler**  
 Malerei & Gipserei  
 Tel. 031 961 47 00  
 info@simudrmaler.ch  
 www.simudrmaler.ch



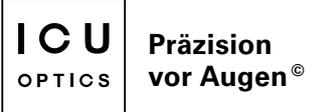
**Wyss Liegenschaften GmbH**  
 Persönliche und kompetente  
 Beratung  
 Dorfstrasse 1, 3084 Wabern  
 Telefon 031 534 00 14  
 www.wyssliegenschaften.ch



**Guggisberg Dachtechnik AG**  
 Seftigenstrasse 312  
 3084 Wabern  
 Tel. 031 960 16 16  
 info@guggisberg-bern.ch



**Simon Berger**  
 Möbel, Restauration  
 Gurtenareal  
 3084 Wabern  
 Tel. 031 961 80 00  
 werkstatt@simon-berger.ch  
 www.simon-berger.ch



**ICU OPTICS** Präzision vor Augen®  
**ICU OPTICS GmbH**  
 Seftigenstrasse 222  
 3084 Wabern  
 Telefon 031 961 10 31  
 www.icu-optics.com  
 Termine online möglich

**Auf dieser Seite könnte Ihr Eintrag stehen!**  
 Kleininserate mit Ihrem Logo.  
 Interessiert? Kontaktieren Sie uns!  
**ADVERTITAS**  
 digitale & klassische  
 Mediaplanung  
 Claudine Fischer  
 claudine.fischer@adveritas.ch  
 Tel. 031 529 29 29



Regie: Angelo Nef



vom 9. April bis 3. Mai 2025  
 Aula Spiegel

**AUFFÜHRUNGEN IN DER AULA SPIEGEL**

<b>Première:</b>		
Mittwoch, 9. April 2025	20.00 Uhr	
Freitag, 11. April 2025	20.00 Uhr	
Samstag, 12. April 2025	20.00 Uhr	
Mittwoch, 16. April 2025	20.00 Uhr	
Samstag, 19. April 2025	20.00 Uhr	
Ostermontag, 21. April 2025	17.00 Uhr	
Mittwoch, 23. April 2025	20.00 Uhr	
Freitag, 25. April 2025	20.00 Uhr	
Samstag, 26. April 2025	20.00 Uhr	
Mittwoch, 30. April 2025	20.00 Uhr	
Freitag, 2. Mai 2025	20.00 Uhr	
<b>Dernière</b>		
Samstag, 3. Mai 2025	20.00 Uhr	

Aufführungsrechte: L'auftritt  
 spiegelbuehne.ch  
 @spiegelbuehne




Regie: Angelo Nef



vom 9. April bis 3. Mai 2025  
 Aula Spiegel