

# WABERNSPIEGEL

DIE ZEITSCHRIFT FÜR WABERN UND SPIEGEL

Oktober 2024 | 77. Jahrgang 10

## Luchs, Fuchs, Reh & Co

Wildtier-Touren rund um Bern

## Wärmeverbund Bern-Wabern

Das ewb-Projekt kommt gut voran

## Schulraumerweiterung Morillon

Verzögerung wegen Einsprachen

# Bürgin Elektro



Beat Bürgin Elektro AG  
Bellevuestrasse 52  
info@buergin-elektro.ch

3095 Spiegel

Telefon 031 972 87 00  
www.buergin-elektro.ch

**Vertrauen verbindet**

# RESTAURANT *Blumenfeld*

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

Die Saison hat schon begonnen.  
**Herbstzeit ist Wildzeit.**  
Auch à la carte Gerichte erhältlich.  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

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



*Qualität*

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

**KP***malt*

Keiser+Piccioni GmbH Malerei · Gipserei  
Quellenweg 9 · 3084 Wabern · kpmalt.ch  
info@kpmalt.ch · 079 474 42 36 · 079 627 63 23

## Bögli Bestattungen

GmbH

Ines und Ralf Bartels-Bögli

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.

# köchli haustechnik ag

■ sanitär ■ bäder ■ heizung ■ solartechnik ■ service  
www.koechli-sanitaer.ch ☎ +41 31 981 30 92



■ bern ■ wabern



**BAD-PLANER**

## IDEA KÜCHEN und Bad



MASSKÜCHEN UND BÄDER FÜR JEDES BUDGET  
idea-kuechen.ch 031 963 60 60 | WABERN

Pappelblattroller  
lebt in Europa und Nordasien

**PEACE**  
ZWISCHEN MENSCH UND INSEKTEN

Alleine schaffen wir das nicht.  
Aber mit dir – willkommen bei  
greenpeace.ch **GREENPEACE**

**Bestattungsdienst**  
Patrik Bärtschi Köniz  
Köniz-Wabern-Belp-Region

www.bestattungskoeniz.ch Tel: 031 974 00 60  
Kompetente Beratung Tag und Nacht  
Ihr Bestattungsunternehmen in der Region mit langjähriger Erfahrung

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

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

Partner zum  
Spazieren gesucht?



Jetzt Kleininserat im WabernSpiegel schalten.



Sit über 55 Jahr ä Kabulängi voruus

## Walther & Fankhauser AG

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

## VELUX®

FÜR VELUX-DACHFENSTER SIND WIR IHRE PROFIS!

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

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

## IMMO PROFIS GmbH

Handwerker - Dienstleistungen

Waltheimstr. 15 3072 Ostermündigen  
Tel: 031 934 20 20 www.immoprofis.ch

• SERVICESCHREINER • VELUX-PROFIS

# Editorial

Liebe Leserinnen und Leser

Warten benötigt immer etwas Geduld, in dieser Ausgabe finden Sie Geschichten, in denen sich das Warten bezahlt macht.

In unserem Einzugsgebiet musste man lange warten, aber nun kommt er tatsächlich, der Wärmeverbund Bern Wabern. Die EWB als Projektträgerin und die Gemeinde Köniz haben soeben die Vereinbarung über das Projekt unterzeichnet.

Mit viel Geduld ausgestattet ist die Wildtierbeobachterin Marianne Bürki, sie ist mit dem Fernglas unterwegs und wartet auf Wildtiere wie Luchse, Wildkatzen und Bären. Begegnungen mit Rehen, Wildschweinen, Gämsen und Füchsen kann man auf ihren Wildtierbeobachtungstouren machen.

Nicht mehr warten muss man in Wabern, wenn man ein umfassendes Fitnessstraining absolvieren möchte, Ende September eröffnet CrossFit an der Grünaustrasse im Kolma Gebäude. Wer auch nicht mehr warten muss ist Alexandra Berchtold mit ihren Visionen für eine handyarme Kindheit: Im Augenblick taucht das Thema in allen Medien auf, sie reitet auf einer hochaktuellen Welle.

Wir wünschen Ihnen eine gute Lektüre

*Therese Jungen und das Redaktionsteam*

## Vereinskonvent 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 Weyerger Bethanien • Bernau
- Elterngruppe Wabern • Familiengarten-Verein Wabern
- Familienclub Spiegel • FC Wabern • Feuerwehrverein Wabern
- Frauenriege Wabern • Frauen St. Michael • Freischützen Wabern • Heitere Fahne • IG-Kompost Köniz • juk – Jugendarbeit Köniz/Wabern • Könizer Bibliotheken • La gugg au vin
- LeihBar Wabern • Ludothek Wabern • Michaels Chor 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 • Tertianum AG Residenz Chly Wabern • Turnverein Wabern • Verein Kinderheim Maiezyt Wabern • Verein Freizeit-Arbeit Wabern-Spiegel • Verein Spiegel-Blinzern-plateau • 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



### Wärmeverbund Bern-Wabern

4

Weg von fossilen Brennstoffen ist der Trend



### Der Luchs

6

Wildtier-Exkursionen vor den Toren Berns



### Apotheke Wabern

8

Kompetenzzentrum für Gesundheit



### Bildschirmzeit

9

Kinder länger in der realen Welt lassen



### Neues Fitnessangebot

10

Erreiche deine Fitnessziele mit dem neuen CrossFit-Angebot



### Heitere Fahne

15

Buntes Angebot im Oktober

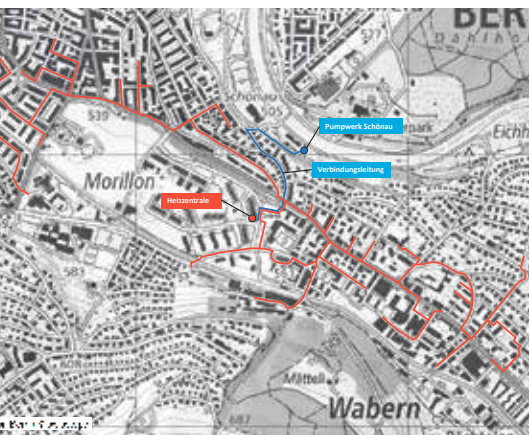
## Titelbild

Sperlingskauz

*Bild Marianne Bürki*

# Einen grossen Schritt weiter!

**Drei Jahre ist's her, dass der Wabern-Spiegel erstmals übers «Leuchtturmprojekt in Wabern» berichtete (WaSp 2021\_09), und ein Jahr danach folgte der Bericht «Wärmeverbund Bern-Wabern kommt voran» (WaSp 2022\_10). Kommt er wirklich voran, fragte man sich in Wabern, da lange Zeit nichts mehr von diesem ambitionösen Projekt zu hören war. Seit Kurzem ist nun bekannt: Doch, das innovative Wärmeverbundprojekt Bern-Wabern ist auf gutem Weg!**



Geplante Hauptleitungen des Wärmeverbunds Bern-Wabern. Q: ewb

In wenigen Jahren dürfte Wabern einen gewaltigen Dekarbonisierungs-Schub erleben, sprich Ersatz von Öl- und Erdgas-Heizungen durch eine zu mindestens 80% erneuerbare Wärmeversorgung. Dies allerdings nur in jenen Quartierteilen, die eine gewisse bauliche Dichte erreichen, und dort auch nur auf Basis der Freiwilligkeit – niemand wird zu einem Anschluss ans geplante Fernwärme-Leitungsnetz gezwungen werden. Dennoch ist zu erwarten, dass sehr viele der angepeilten Liegenschaften die Gunst der Stunde nutzen werden, da das Wärmeverbundprojekt nicht nur aus ökologischer Sicht besticht, sondern auch aus wirtschaftlicher Optik interessant zu sein verspricht.

### ewb (Energie Wasser Bern) als Projektträgerin

Mittlerweile ist geklärt, dass sich die Gemeinde Köniz nicht an der Trägerschaft des Wärmeverbundprojektes beteiligt und dass somit ewb alleinige Projektträgerin

gerin ist. Im Juni unterzeichneten der Gemeinderat Köniz und ewb eine Vereinbarung über die Eckpfeiler des Projektes. Die Zusammenarbeit der beiden Partner wird mit einem Kooperationsvertrag detailliert geregelt, der per Dezember 2024 unterzeichnet werden soll. Der definitive Realisierungsentscheid wird im 2025 gefällt werden.

Seitens ewb ist Simon Kissling für die Projektplanung zuständig. Nachfolgend seine Antworten auf die Fragen der WaSp-Redaktion.

### Wenn alles klappt: Erste Anschlüsse Ende 2028

*WaSp: Herr Kissling, können Sie bestätigen, dass das Wärmeverbundprojekt Bern-Wabern auf gutem Weg ist? In welcher Zeitspanne plant ewb die Inbetriebnahme der Fernwärmeversorgung in Wabern – in Etappen oder alles in einem Zug? Von wie hohen Baukosten geht ewb aus?*

Ein grosser erneuerbarer Wärmeverbund ist ein komplexes, interdisziplinäres Infrastrukturprojekt mit vielen Beteiligten. Entsprechend gross sind die Herausforderungen unterschiedlichster Art für die erfolgreiche Umsetzung. ewb arbeitet seit rund drei Jahren am Vorhaben, und die letzten offenen Punkte betreffend Machbarkeit werden voraussichtlich in den nächsten Monaten geklärt. Können nun auch noch die wichtigsten Kundinnen gewonnen werden, so ist der Wärmeverbund Bern-Wabern effektiv auf gutem Weg.

Sofern der Realisierungsentscheid gefällt werden kann, die weiteren Planungsarbeiten gut vorankommen und nicht Einsprachen in den Bewilligungsverfahren das Projekt verzögern, könnten erstmals Ende 2028 Liegenschaften mit Wärme ab dem Verbund versorgt werden. Der Aufbau des Verbundes erfolgt grundsätzlich in Etappen, da in einem Quartier die Fernwärmeleitungen nicht in allen Strassen gleichzeitig eingebaut werden können und die Bauarbeiten zeitintensiv sind. Gemäss aktueller Terminplanung dauert der Aufbau des Verbundes bis 2035. Die Investitionskosten für erneuerbare Wärmeversorgungen im Verbund sind beträchtlich und liegen für den Wärmeverbund Bern-Wabern im hohen zweistelligen Millionenbereich.

### Kontaktierung der Liegenschaftseigentümer\*innen

*WaSp: Offenbar stehen Sie bereits in Kontakt mit Eigentümer\*innen grösserer Liegenschaften – wie sind deren Reaktionen aufs Wärmeverbundprojekt? Wann werden Sie auch die übrigen Liegenschaftseigentümer\*innen respektive Anschlusskandidat\*innen kontaktieren?*

Grosskundinnen sind sehr wichtig für einen Wärmeverbund. Nur wenn diese für das Projekt gewonnen werden können, kann ein Wärmeverbund sinnvoll aufgebaut und betrieben werden. Darum ist ewb in Kontakt mit Eigentümerinnen von grossen Liegenschaften. Das Feedback der Grosskundinnen auf das Vorhaben ist grundsätzlich positiv, und das Interesse an erneuerbarer Wärme ist gross. Die anderen Liegenschaftseigentümerinnen innerhalb des geplanten Versorgungsperimeters werden voraussichtlich Ende Jahr kontaktiert.

*WaSp: Das dem Projekt zugrunde liegende Wärmeerzeugungskonzept – Wärmeentzug aus überschüssigem Trinkwasser im Wasserwerk Schönau – erscheint ja im Grunde genommen sehr simpel und gilt dennoch als Pionierleistung. Wurde dieses Konzept bisher wirklich noch nirgends angewandt? Bestehen denn noch gewisse technische Risiken beim Projekt?*

Die erneuerbare Wärme soll durch zwei sehr grosse Wärmepumpen produziert werden, die überschüssiges Trinkwasser als Umweltwärmequelle nutzen. Das Produktionskonzept basiert somit auf einer erprobten Technologie, die aber bis jetzt



Projektleiter Simon Kissling.

# Brennpunkt

bei grossen Wärmenetzen noch relativ selten eingesetzt wird. Für ewb wären es die ersten Wärmepumpen dieser Grössenordnung.

## Synergien mit Bauvorhaben Seftigenstrasse/Tramlinienverlängerung

*WaSp:* Beim Bau des Leitungsnetzes sollen Synergien mit Strassenbauprojekten genutzt werden, insbesondere auch mit den aktuellen Bauvorhaben Seftigenstrasse/Tramlinienverlängerung Kleinwabern. Wie geht ewb mit dem absehbaren Szenario um, dass die Projekte SEFT 1 und SEFT 2 aufgrund der vielen Einsprachen weitere Verzögerungen erfahren werden?

ewb ist zuversichtlich, dass die Strassen- und Trambauprojekte entlang der Seftigenstrasse im Rahmen der geplanten Termine umgesetzt werden können. Sollten sich die Projekte infolge der Einsprachen verzögern, würden in Wabern die geplanten Trassen entlang der Kirch-, Dorf- und Werkstrasse priorisiert.

*WaSp:* Was möchten Sie dem höchst spannenden Wärmeverbundprojekt Bern-Wabern als Schlusswort mit auf den Weg geben?

Wie eingangs erwähnt, sind erneuerbare Wärmeverbunde anspruchsvolle Infrastrukturprojekte mit vielen involvierten Stakeholdern. Nur dank der Unterstüt-

zung und der konstruktiven Mitwirkung aller Involvierten und Beteiligten kann ein solches Projekt erfolgreich umgesetzt werden. Ich möchte mich darum an dieser Stelle bei allen Projektpartnern, Behörden, Mitbauherren und insbesondere auch bei den Grosskundinnen für die bisherige Unterstützung bedanken.

## Klarer Trend: weg von Öl-, Erdgas-, Elektroheizungen

Ein Vergleich der Gebäudeheizungs-Typen in Wabern und im Spiegel Stand Mitte 2021 und Mitte 2024 zeigt eindrücklich den Trend hin zu CO<sub>2</sub>-ärmeren oder gar CO<sub>2</sub>-freien Heizungen: Innert nur drei Jahren ist die Anzahl Öl-/Erdgas-Heizungen um einen Fünftel gesunken – vorab zugunsten von Wärmepumpen, die um nicht weniger als 67% zugelegt haben.

Mit dem Wärmeverbundprojekt Bern-Wabern würde der Trend hin zu klimaschonendem Heizen noch deutlich beschleunigt: Zwar werden wohl etliche Ein- und Zweifamilienhäuser auch in zehn Jahren noch auf Heizöl oder Erdgas setzen; doch grössere Gebäudeeinheiten dürften grossmehrheitlich umsatteln – wenn nicht aus ökologischen, dann aus wirtschaftlichen Gründen.

Pierre Pestalozzi  
Bilder Adrian Moser



Anstelle der heutigen Gas-Heizzentrale im Eck Bondeli-/Funkstrasse ist die Heizzentrale für den Wärmeverbund Bern-Wabern geplant.

<b>Anzahl Gebäudeheizungen: Entwicklung August 2021 → August 2024</b>				
<b>(Q: Fachstelle Umwelt und Energie, Köniz)</b>				
	<b>3095 Spiegel</b>		<b>3084 Wabern</b>	
Elektro	48 → 31	(= 6% → 4%)	48 → 33	(= 4% → 3%)
Erdgas	104 → 93	(= 13% → 11%)	447 → 407	(= 37% → 34%)
Heizöl	455 → 358	(= 55% → 44%)	442 → 361	(= 36% → 30%)
Holzpellets	16 → 20	(= 2% → 2%)	104 → 112	(= 9% → 10%)
Holzschnitzel o. Stückholz	17 → 13	(= 2% → 2%)	20 → 20	(= 2% → 2%)
Wärmepumpe Erdsonde	137 → 210	(= 17% → 26%)	102 → 136	(= 8% → 11%)
Wärmepumpe Luft/Wasser	41 → 87	(= 5% → 11%)	48 → 114	(= 4% → 10%)
<i>Total Gebäudeheizungen</i>	<i>818 → 812</i>		<i>1213 → 1183</i>	
<i>hiervon Öl- o. Gasheizungen</i>	<i>559 → 451</i>		<i>(= 73% → 64%)</i>	

## Wildtiere in der Umgebung

# Unser heimlicher Nachbar – der Luchs

Marianne Bürki aus der Blinzern hat ein «wildes» Hobby. Sie bietet Wildtier-Exkursionen in der Umgebung an und trifft sich vor den Toren Berns gern mit Luchs, Fuchs, Wildschwein, Reh und gelegentlich sogar mit dem Wolf. Marianne Bürki arbeitet als Lehrerin und bringt ihr umfangreiches Wissen über Wildtiere auch in den Biologieunterricht ein. Der Autor traf sie für ein Interview im Juli.

### Wie bist du zu deinem Interesse an Wildtieren gekommen?

Schon als Kind war ich mit meinen Eltern und Geschwistern oft in der Natur unterwegs. Wir hatten immer ein Fernglas dabei und nahmen uns Zeit, Tiere zu beobachten. Meine Eltern schenken mir und meinen beiden Brüdern einmal zu Weihnachten Vogelstimmenkassetten, die wir Kinder uns immer wieder anhörten. Später habe ich an Exkursionen von BirdLife Bern – vormals Berner Ala – mitgemacht und so mein ornithologisches Wissen erweitert.

### Was hat dich dazu inspiriert, Fährtenlesen und Wildtierbeobachtungen anzubieten?

Mein Interesse an der Natur wuchs mit zunehmendem Wissen über Vögel, Wildtiere und Umwelt. Ich habe einen Feldornithologiekurs besucht und daraufhin ganz mutig einen Grundkurs Ornithologie für Er-



Marianne Bürki ist den wilden Tieren am Stadtrand auf der Spur.

wachsene im Herzen von Bern ins Leben gerufen; gespickt mit knackiger Theorie und mit vielen spannenden Exkursionen. Eine davon führt uns sogar ins Wallis. Dieser Grundkurs findet jeweils von Februar bis Juni statt und stösst erfreulicherweise auf grosses Interesse.

Die Stiftung KORA in Ittigen, die sich mit Raubtierökologie und Wildtiermanagement beschäftigt, hat mein Interesse an weiteren Wildtieren wie Luchs, Bär, Wildkatze und Wolf geweckt. Mithilfe von Wildkameras konnte ich einige dieser Tiere auf Fotos und in kurzen Filmen festhalten. Zurzeit habe ich etwa 20 Wildkameras im Einsatz.

### Kannst du uns von einer besonders bemerkenswerten Begegnung mit einem Luchs oder einem anderen Wildtier erzählen?

Zunächst war ich oft im Jura unterwegs, um Luchsbilder auf der Wildkamera zu bekommen und Spuren im Schnee zu entdecken. Ich hatte dort mehrere Wildkameras aufgestellt und häufig Spuren von Luchs oder Wildkatze gefunden. Einmal war ich mit meinem Patenkind unterwegs; es lag Neuschnee, und wir entdeckten frische Spuren. Bei der Auswertung der Kamera-Aufnahmen hatten wir Glück: Ein Luchs war klar und deutlich zu sehen. Während wir uns an dem Bild erfreuten, hörten wir

in der Ferne die Schreie eines Pinselohrs. Das war ein unvergesslicher Moment!

### Hast du bereits Luchse in der Gegend um Wabern gesichtet?

Einmal meinte ein Bekannter vom Jurasüdfuss, ich solle doch näher an meiner Wohngegend auf Entdeckungstour gehen, schliesslich zögen auch in der Region um Toffen/Riggisberg vereinzelt Luchse durch die Landschaft. Also begann ich nach der Arbeit spontan mit dem Fahrrad in den Wald zu fahren, um in meiner vermeintlich



Marianne Bürki mit Wildkamera.



Der Sperlingskauz, heimische Eule.



Seltene Sichtung eines Wolfs.

vertrauten Heimat Tiere zu beobachten. Ich wurde besser im Fährtenlesen und hatte bald 10 weitere Wildkameras an vielversprechenden Standorten aufgestellt. Diese Mühe wurde mit vielen guten Bildern von Luchsen und anderen Wildtieren belohnt. Da ich über eine App benachrichtigt werde, wenn z.B. ein Luchs vor die Kamera tritt, konnte ich auch spontan losfahren, um die Tiere live zu beobachten. Die Schreie während der Ranzzeit zu hören und die Tiere zu beobachten, ist einfach magisch! Begegnungen mit Rehen, Wildschweinen, Gämsen, Füchsen und diversen Eulenarten sind dabei keine Seltenheit.

## Was war das faszinierendste Erlebnis, das du bisher hattest?

Im Unterengadin habe ich einmal in unmittelbarer Nähe einen Bären im Gebüsch gehört. Die Geräusche im Dickicht waren unverkennbar, und ein leises Brummen

bestätigte mir seine Anwesenheit. Ein paar Tage später konnte seine Präsenz in jenem Gebiet auch von offizieller Seite bestätigt werden. Ich war damals allein unterwegs und hatte schon ein mulmiges Gefühl, so nah an einem Bären zu sein.

## Im Juni gab es den ersten Luchsnachwuchs seit 14 Jahren im Tierpark Dählhölzli. Was hältst du davon?

Es ist ein Glücksfall, dass die Tiere in Gefangenschaft Nachwuchs bekommen haben und sich das Luchspaar von Anfang an gut verstanden hat. Die Nachkommen dieses genetisch wertvollen Eurasischen Luchspaares sollen künftig ausgewildert werden. Deshalb werden die Jungtiere gut vor Besuchern geschützt, damit sie sich nicht an Menschen gewöhnen. Diese in der Schweiz stark gefährdete Art ist Teil eines internationalen Erhaltungszuchtprogramms, um eine gesunde und vielfältige Population zu bewahren.



Luchs in der Umgebung von Bern.



## Was können Teilnehmende bei deinen Wildtierbeobachtungstouren erwarten?

Meine Wildtier-Touren – private wie öffentliche – leite ich auf unkomplizierte und individuelle Art. Offenbar habe ich schon viele Teilnehmende mit meinen Spurensicherungen und tierischen Begegnungen begeistert und sensibilisiert. Auf einer gemütlichen Wanderung im Kanton Bern suchen und deuten wir gemeinsam Spuren von Wildtieren. Im Winter könnten wir sogar Fährten im Schnee entdecken – vielleicht auch die des Luchses? In der Dämmerung halten wir nach Wildtieren Ausschau, unterstützt durch eine Wärmebildkamera. Spannende Geschichten über die Tiere der Region begleiten uns dabei. Den Wald werden die Teilnehmenden danach mit neuen Augen sehen! Der genaue Treffpunkt wird kurz vorher bekannt gegeben. Ob wir einen Luchs entdecken, bleibt dem Glück überlassen – Spannung ist garantiert!

## Welche Botschaft möchtest du den Leserinnen und Lesern mit auf den Weg geben?

Besonders glücklich bin ich, wenn ich auf einer Exkursion den Teilnehmenden nicht nur allerlei Spuren von Luchs und anderen Wildtieren, sondern die Tiere selbst zeigen kann. Um diesem Glück auf die Sprünge zu helfen, nehme ich am liebsten jeweils nur eine Handvoll Interessierte mit. Freuen Sie sich auf ein paar Stunden Naturzeit – offline!

Möchten Sie Naturzeit verschenken? Auch das ist bei mir möglich!

Weitere Informationen/Anmeldung:  
[www.wildtier-touren.ch](http://www.wildtier-touren.ch)

Vielen Dank, Marianne, für das interessante und offene Gespräch.

Text: jpg

Bilder: Marianne Bürki

## Gurten-Apotheke und Droga-Drogerie

# Auch in Zukunft kompetent beraten

Seit mehr als 75 Jahren gibt es an der Seftigenstrasse 219 eine Apotheke. Und die Drogerie beim Coop ist auch schon gut dreissigjährig. Eva-Maria Franz, Inhaberin der Gurten-Apotheke, hat 2023 die Droga-Drogerie von der Familie Habegger übernommen. Ein wichtiges Ziel dabei ist, sicherzustellen, dass im Herzen von Wabern auch in Zukunft ein Kompetenzzentrum für Gesundheit und Wohlbefinden bestehen wird.

Das Marktumfeld hat sich auch bei den Apotheken und Drogerien in den letzten Jahren verändert. Die Zahl der Geschäftsstellen ist schweizweit rückläufig und insbesondere die Drogerien spüren den Konkurrenzdruck der Grossverteiler und der grossen deutschen Ketten. Zudem spürt die Branche auch den Fachkräftemangel. Wer in diesem Umfeld eine Zukunft haben will, setzt auf kompetente Beratung, geschultes Personal und auf die Bevölkerung abgestimmte Dienstleistungen.

### Übernahme als Chance

Eva-Maria Franz leitet die Gurten-Apotheke seit sechs Jahren. Vorher war sie lange in der Bahnhofapothekerin tätig. Sie fühlt sich in Wabern sehr wohl und es ist ihr zentrales Anliegen, den Menschen im Bereich Gesundheit auch in Zukunft ein umfassendes und überzeugendes Angebot zu bieten. Ihr Arbeitsort im Bahnhof Bern umfasste sowohl den Bereich Apotheke als auch Drogerie, was ihr immer sehr gefiel. Das Ehepaar Habegger betrieb lange Zeit zwei Drogerien, je eine in Wabern und in Rubigen. Sie entschieden sich, etwas kürzerzutreten, und verkauften deshalb die Drogerie in Wabern. Nach reiflichem Überlegen hat Frau Franz die Chance gepackt und die Drogerie übernommen. Franziska Habegger arbeitet weiterhin als Betriebsleiterin in der Drogerie.

### Vielfältiges Angebot sichern

Apotheke und Drogerie haben unterschiedliche Profile. Nur die Apotheken dürfen rezeptpflichtige Medikamente abgeben und ihr Fachpersonal unterliegt dem Medizinalberufegesetz. In der Drogerie sind alle frei verkäuflichen Medikamente erhältlich und ihr Fachpersonal hat



*Eva-Maria Franz, Inhaberin Gurten-Apotheke und Droga-Drogerie.*

sich unter anderem auf komplementärmedizinische Bereiche spezialisiert. Für Eva-Maria Franz ist es wichtig, auch in Zukunft in Wabern die ganze Vielfalt abzudecken. Dabei wird sie von einem grossen Team unterstützt. In der Apotheke arbeiten zurzeit 14 Mitarbeiterinnen, in der Drogerie sind es 8 Personen. Das Team besteht zurzeit nur aus Frauen. Vielen von uns ist nicht bewusst, wie breit das Angebot einer Apotheke ist. Medikamente abgeben und umfassend beraten ist sicher die Kernkompetenz. Um unser Gesundheitssystem zu entlasten, übernehmen Apotheken immer weitere Aufgaben, unter anderem Messungen machen, impfen, Kontrollen und Tests durchführen, akute Wundversorgungen sicherstellen oder Zecken entfernen. Zudem werden in der Gurten-Apotheke eigenständig Medikamente für Spitäler und Kund\*innen hergestellt. Zweimal pro Jahr ist die Gurten-Apotheke auch Notfallapotheke für die Region Bern.

### Von TopPharm zu Droga

Mit der Übernahme der Drogerie durch Eva-Maria Franz hat sich für die Kundinnen und Kunden der beiden Geschäfte vorerst nichts geändert. Doch im Hintergrund wurden erste Arbeiten bereits er-

folgreich umgesetzt, zum Beispiel die Angleichung der IT. Auch gibt es erste Mitarbeiterinnen, welche an beiden Orten arbeiten. Per 1. Oktober 2024 wechselt die Gurten-Apotheke die Franchising-Organisation. Sie tritt aus TopPharm aus und wird Mitglied bei Droga. Wichtig zu wissen ist, dass sowohl Drogerie als auch Apotheke weiterhin selbstständig und inhabergeführt sind.

Vorerst bleiben die beiden Geschäfte an ihren Standorten bestehen. Frau Franz plant mittelfristig eine Zusammenlegung. Einerseits braucht es in naher Zukunft bauliche Erneuerungen und andererseits können die Synergien dadurch wesentlich besser genutzt werden.

Im Gespräch mit dem WabernSpiegel wird rasch deutlich, mit wie viel Herzblut Eva-Maria Franz ihre Arbeit macht. Wichtig sind ihr sowohl eine gute Zusammenarbeit im Team als auch eine professionelle und kompetente Betreuung ihrer Kundinnen und Kunden. Sie fühlt sich in Wabern sehr wohl und ist überzeugt, mit der Übernahme der Drogerie für Wabern längerfristig etwas Nachhaltiges zu schaffen. Wir wünschen ihr und ihrem Team gutes Gelingen!

*Bild und Text: Markus Keel*



## Eine handyarme Kindheit

# Visionen einer Mutter

**Mitte August, «Rendez-vous am Mittag», Radio SRF: Thomas Minder, oberster Schulleiter der Schweiz, legt dar, wie und warum im heutigen Unterricht der breite Einsatz von elektronischen Geräten eingedämmt werden sollte und welchen Nutzen das den Schülerinnen und Schülern bringen würde. September, «Der Bund»: Dänische Psychologin kritisiert die Digitalisierung in Schweizer Schulen. Das Thema ist brandaktuell und mobilisiert auch Eltern. Eine Mutter aus dem Spiegel gründet eine Elterncommunity mit der Idee, Kindern eine handyarme Kindheit zu ermöglichen.**

Alexandra Berchtold, Mutter zweier Kinder im Primarschulalter, lancierte vor einigen Monaten ihr Projekt, bei dem es darum geht, Eltern für die Idee einer handyarmen Kindheit zu gewinnen. Sie gelangte an Tamedia, wo ihr Anliegen auf sehr offene Ohren stiess: Zu Schulbeginn wurde ihr Projekt in einem ganzseitigen Artikel im «Bund» und der «Berner Zeitung» vorgestellt.

Frau Berchtold erzählt im Gespräch mit dem WabernSpiegel über ihre Motivation und die Ziele.

### Worin besteht die Zielsetzung Ihres Engagements?

«Ich möchte eine Diskussion in Gang bringen – unter den Eltern, in den Schulen, in der Politik. Mir geht es nicht ums Belehren, sondern um einen Schulerschluss zwischen Eltern, damit Gleichgesinnte am gleichen Strick ziehen. Wir sind ja ein bisschen wie die Lemminge – für mich braucht es ein Innehalten.»

### Was war der entscheidende Moment, der Ihr Engagement befeuert hat?

«Ich habe gemerkt, dass Eltern ihren Kindern Telefone kaufen, weil andere Eltern

es tun. Wenn ich unterwegs bin, beginne ich immer mehr das Verhalten von Eltern am Handy zu beobachten. Im britischen «Guardian» habe ich von «Smartphone Free Childhood» gelesen, einer Gruppe, die sich des Themas annimmt. Für die Schweiz habe ich Anfang Juni eine Gruppe gestartet. Wir sind eine WhatsApp-Gruppe mit Website und Instagram-Account. Hier möchten wir Diskussionsräume schaffen, in welchen man sich gegenseitig unterstützen kann.»

### Was konkret ist die Vision dieser Gruppen?

«Kinder länger in der realen Welt lassen. Keine sozialen Medien bis 16. Kinder sollen draussen sein, ohne ständige Kontrolle der Eltern, dafür halten sie sich an Zeiten und an Abmachungen. Für all das benötigen sie kein Handy. Kinder benötigen keine Likes, sie sollen sich erst mal selber kennenlernen und im richtigen Leben Konflikte führen und auflösen.»

### Sollte man das Thema nicht Politikern übergeben, um auf diesem Weg weiterzukommen?

«Ja, durchaus, es gab schon lokale Vorstösse, z.B. in Basel wurde der Vorstoss «Telefonfreie Schule» abgelehnt. Erste Kontakte bestehen via SP in Köniz und GLP in der Stadt Bern. Diese Ideen bewirtschaften die kantonalen Gruppen. Die nationale Politik sollte meiner Auffassung nach den Tech-Konzernen Regulierungen vorschreiben, beispielsweise die obligatorische Überprüfung der Altersvorgaben.»

### Was können Eltern und Schulen ganz konkret leisten?

«Diskussionen führen, Verantwortung offline übergeben. Eltern könnten ein Festnetz installieren, welches die Kinder frei benutzen. Weg vom Tracking der eigenen Kinder, sondern Vertrauen zu ihnen haben. Fernsehgucken hat heute eine neue Funktion erhalten, als Familie kann man sich unterhalten lassen, das Gesehene diskutieren und ein gemeinsames Erlebnis schaffen.

Aufklärung der Eltern ja, allerdings sind Erziehungseinstellungen und Lebenseinstellungen von Familien ausgesprochen divers.



Medienerziehung in der Schule intensiv betreiben. Den Zeitblock der Schule handyfrei fürs Lernen nutzen. Die Schule Spiegel hat kürzlich in einem Elternbrief darauf hingewiesen, dass das Handy auf dem Schulareal nicht sichtbar sein darf und während der Unterrichtszeit abgegeben wird.»

### Welche nächsten Schritte werden Sie unternehmen?

«Über Elternräte Eltern ansprechen, in Schulen Arbeitsgruppen gründen. Lehrplankenntnisse aneignen: welche Medienkompetenzen sind vorgesehen? Konkrete Vorschläge auf Flyern verbreiten. Kontaktaufnahme mit namhaften Erziehungswissenschaftlerinnen und die Bewegung von unten her wachsen lassen.»

*Therese Jungen*



### Kontakt:

[hello@smartphonefreechildhood.ch](mailto:hello@smartphonefreechildhood.ch)

### Website:

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

### Instagram:

[smartphonefreechildhood.swiss](https://www.instagram.com/smartphonefreechildhood.swiss)

### QR Code zur Community



## CrossFit Wabern

# Functional Training am Hausberg von Bern

Ende September wird Wabern um ein neues spannendes Fitnessangebot reicher: CrossFit Wabern an der Grünaustrasse 22 versteht sich als «umfassende Einrichtung für Gesundheit und Wohlbefinden». Der WabernSpiegel sprach vor der Eröffnung mit den beiden Inhabern und Trainern, Fabio Büschlen und Viktor Hüsser.

### Gemeinschaft für langfristige Gesundheit

«Unser Ziel ist es, für die Bevölkerung von Wabern und Umgebung eine Gemeinschaft aufzubauen, in der Menschen ihre physische und mentale Gesundheit verbessern können. Wir bieten nicht nur Fitnesskurse an, sondern geben unseren Mitgliedern Werkzeuge an die Hand, um langfristige Gesundheit zu erreichen», erklären die beiden CrossFit-Coaches Fabio Büschlen und Viktor Hüsser. Ein wichtiger Schritt wurde bereits getan: CrossFit Wabern hat das Qualitätslabel «Qualitop» erhalten – das heisst, dass Zusatzversicherungen von gewissen Krankenkassen Beiträge an die Fitness-Abonnementskosten leisten.

Die Community von CrossFit Wabern trainiert auf 640 Quadratmetern Fläche, verteilt auf zwei Räume im Erdgeschoss des dreistöckigen Kolma-Gebäudes. Beide Trainingsbereiche sind mit hochwertigen Geräten für funktionelles Training ausgestattet. In einem Raum bieten die Coaches betreute Workouts an, während im anderen Raum die Möglichkeit besteht, individuell nach eigenem Trainingsplan zu trainieren. «Es ist uns wichtig, dass die Mitglieder die Techniken zuerst in der Gruppe erlernen, um sie später sicher und effektiv allein umsetzen zu können», betont Fabio.



Die hochwertigen Trainingsgeräte werden kurz vor der Eröffnung schon mal auf Herz und Nieren geprüft. Bild zvg



Zwölf Jahre Coaching-Erfahrung auf einem Bild (v.l.n.r.): Viktor Hüsser (33) und Fabio Büschlen (31) haben vor, in Wabern eine gesunde und aktive Gemeinschaft zu fördern.

Bild zvg

### Fitnessziele gemeinsam erreichen

Das Konzept von CrossFit Wabern basiert auf sozialer Interaktion und Gemeinschaft. «Unser Angebot richtet sich an alle, die Wert auf eine unterstützende Gemeinschaft legen. Jeder ist willkommen, unabhängig von Geschlecht, Alter oder Fitnesslevel – vom Anfänger bis zum erfahrenen Athleten», erläutert Fabio. Viktor fügt hinzu: «Wir fördern nicht nur die körperliche Fitness, sondern auch mentale Stärke und emotionales Wohlbefinden. Die sozialen Interaktionen in unseren Klassen mit durchschnittlich 10 Teilnehmern sind ein wesentlicher Bestandteil unseres Trainings.»

Ein weiterer Vorteil ist die Flexibilität: Mitglieder können die angebotenen Trainingsprogramme im Voraus über eine App einsehen und sich dafür anmelden. Die Instrukturen sorgen dann dafür, dass alle Übungen sicher und korrekt ausgeführt werden.

### Funktionelle Bewegungen im Fokus

CrossFit Wabern legt den Schwerpunkt auf funktionelles Training, das auf die Verbesserung der Bewegungsqualität im Alltag abzielt. Dazu Viktor: «Unser Fokus liegt nicht auf ästhetischer Selbstdarstellung oder reinem Muskelaufbau, sondern auf funktionellen Bewegungen, die Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit fördern. Bei uns

gibt es keine Spiegel oder Selfiesticks – es geht darum, den Körper auf sinnvolle Weise zu trainieren.»

Higi Heilinger

### Geschichte von CrossFit

CrossFit wurde 1995 in Santa Cruz, Kalifornien, gegründet und hat sich seitdem rasant verbreitet. Im Jahr 2009 gab es weltweit bereits rund 2000 CrossFit-Boxen. Heute sind es mehr als 15000 CrossFit-Boxen, die unter strengen Auflagen bezüglich Sicherheit und Qualität betrieben werden.

### Tag der offenen Tür

Am 28. September lädt CrossFit Wabern von 9.00 bis 18.00 Uhr die Bevölkerung ein, die Räumlichkeiten und die Trainer kennenzulernen. Anmeldungen für ein Probetraining sind ab sofort unverbindlich möglich unter: <https://www.crossfitwabern.ch/>

### Öffnungszeiten

Mo, Mi, Fr jeweils 8.00–20.00 Uhr  
Di, Do jeweils 6.00–20.00 Uhr  
Sa 8.15–12.30 Uhr  
Sonntag geschlossen

### Urs Fischli erweitert das Redaktionsteam

**Vor einem halben Jahr in Rente gegangen, fühlt sich Urs Fischli wohl in seiner neuen Rolle als aktiver «Pensionist» und hat sich die Frage gestellt, ob es anderen ebenso geht. Für den WabernSpiegel sucht er interessante Geschichten über Menschen im Übergang vom Erwerbsleben in die Zeit nach der Pensionierung. In der letzten Nummer ist sein erstes Porträt über alt Regierungsstatthalter Christoph Lerch erschienen.**

Urs Fischli bringt journalistische Erfahrung mit, denn er hat als Werkstudent zwischen 1988 und 1995 für verschiedene Zeitungen als Gerichtsberichtersteller geschrieben. Ausserdem protokollierte der angehende Jurist und Fürsprecher Gerichtsverhandlungen, wo das Gesagte 1:1 aufgeschrieben werden musste – mit Schreibmaschine. Urs Fischli arbeitete später als Rechtsanwalt im Staatssekretariat für Migration und wirkte als juristischer Berater und als Spezialist für Einbürgerungsfragen in parlamentarischen Kommissionen. In der Gemeinde Köniz war er zudem während mehrerer Jahre Mitglied der Einbürgerungskommission.



#### Und wie gestaltet er seine eigene neu erhaltene Freizeit?

Urs Fischli reagiert auf diese Frage mit Begeisterung: «Ich habe den Übergang nicht aktiv gemanagt, sondern sehe mit Offenheit und Neugierde eine Türe aufgehen und lande in einem interessanten Bereich. Das Leben mit dieser Zeitsouveränität genieße ich richtig. Ich kann das Hamsterrad des Geldverdienens verlassen und neugierig fragen: Was brauche ich, was ist mir wichtig, was macht Sinn?»

Sich aktiv mit staatspolitischen Fragen zu befassen, das hat der Jurist hinter sich ge-

lassen, Politik interessiert ihn nach wie vor, aber das Engagement im politisch-öffentlichen Leben überlässt er gerne seiner Familie.

Ihm, der als Student jede körperliche Anstrengung vermied, ist körperliche Betätigung in den letzten Jahren wichtiger geworden, er spürt, wie ihn Bewegung in Balance und Zufriedenheit bringt.

Täglich ist Urs Fischli unterwegs in verschiedenen Sportarten, die er allerdings nicht kompetitiv bestreitet, Spiel und Spass stehen im Zentrum. Nebst Wanderungen und Jogging, wo er auch gerne mal alleine unterwegs ist, spielt der mittlerweile sportliche Jungrentner Pétanque, Badminton und Tischtennis in Gruppen: «Das sind Milieus, welche unterschiedlich ticken, was besonders spannend ist.»

Seit einem Jahr ist er Mitglied beim Collegium 60 plus, einem Verein für aktive Menschen im Alter. Dort bietet er Tischtennis- und Pétanquekurse an, Sportarten, in denen man auch im Alter auf hohem Niveau spielen kann. Und neu schreibt er für den WabernSpiegel.

*Bild und Text Therese Jungen*

### Uferböschung im Eichholz: Kleinere Nachbesserungen nötig

Die gross angelegte Ufersanierung Eichholz/Dählhölzli liegt mittlerweile gut anderthalb Jahre zurück – die neue Vegetation spriesst schon reichlich. Doch nicht durchwegs: An einzelnen Stellen entlang des Campingplatzes musste der obere Böschungsbereich bereits nachgebessert werden, um einen Anriss des Uferwegs zu verhindern.

Der andauernd hohe Wasserstand des zurückliegenden Sommers hat nun auch im Uferabschnitt entlang des ProNatura-Schutzgebiets (oberhalb Eichholzstrand) zu lokalen Erosionserscheinungen im oberen Böschungsbereich geführt, weil der Bewuchs noch nicht stark genug ver-



wurzelt war, wie Silvia Hunkeler vom Kantonalen Tiefbauamt auf Anfrage mitteilt. Der Uferverbau an sich sei aber so weit intakt. Noch diesen Herbst werde man zur Böschung-Stabilisierung einige zusätzliche Lebendfaschinen (Weidenbündel) einbauen.

*pp*

## Schulraumerweiterung Morillon verzögert sich

**Seit längerem kündigen Bauprofile den geplanten Neubau an: gegen die Kirchstrasse hin 2 und entlang Sprengerweg 3 Stockwerke hoch.**

Am 23. August 2024 endete die Einsprachefrist zum Baugesuch für den Schulhausneubau, der zusätzlichen Raum für Unter- und Mittelstufe sowie eine grosse Turnhalle bereitstellen soll. Zu diesem Baugesuch wurde – wie voraussehbar (vgl. WaSp 2023\_11) – aus der Nachbarschaft Sprengerweg eine Sammeleinsprache eingereicht. Sie folgt auf die bereits eingegangenen Einsprachen zu den Gesuchen «geringfügige Anpassung der Überbauungsordnung (UeO) Morillongut» und «Baugesuch Sportplätze auf der Parzelle 9691».

Die daraus resultierenden Verzögerungen im Bewilligungsverfahren führen zu einer weiteren Verschiebung des Schulhausneubaus: Anlässlich der Bekanntgabe des Siegerprojekts im Herbst 2022 war noch ein Bauabschluss per Au-



gust 2025 anvisiert worden. Bei der Volksabstimmung vergangenen November wurde ein Baubeginn des Erweiterungsbaus im Februar 2025 und dessen Inbetriebnahme im August 2026 kommuniziert. Nun kündigt die Website der Gemeinde Köniz den Bezug des Neubaus «voraussichtlich im August 2027» an – sofern eine Einigung mit der Sprengerweg-Anwohnerschaft erzielt werden kann.

pp

## Bauliche Verdichtung



Wo zuunterst an der Eichholzstrasse (Nr. 102) vis-à-vis Tennisplatz zuvor ein Einfamilienhaus stand, ist kürzlich der Neubau bezogen worden – ein 6-Familien-Haus.



Lindenweg 56/58: In die acht zusätzlichen Wohnungen nach Aufstockung der Wohnbauten auf dem METAS-Areal sind auch zahlreiche Kinder eingezogen – Wabern übt nach wie vor grosse Anziehungskraft gerade auch auf Familien aus.

pp

## Leserzuschrift

### Kahlschlag am Giessenweg

Schockiert und fassungslos mussten wir heute einer radikalen Baumfällungs-Aktion in der Nachbarschaft zusehen: Der grosse, verwilderte Garten mit altem Baumbestand auf dem Grundstück Giessenweg 36 glich innerhalb von Stunden einer Wüste.

Kann das erlaubt sein? Um diese Jahreszeit (Brutsaison noch nicht abgeschlossen) einen kleinen Wald dem Erdboden gleichzumachen? Und warum tut man das? Wir reiben uns die Augen und können nicht glauben, dass dies so genehmigt wurde.

Andrea Schmitz





## Villa Bernau

### Jassrunde in der Bernau

**Mi 2. Oktober, 17.00 Uhr**

Ab 17.00 Uhr wird in der Bernau gejasst, und zwar nahezu open end bis spät in den Abend. Ausnahmsweise Getränke und einen Snack selber mitnehmen. Anmeldung nicht nötig, später dazustossen geht auch.



### Open-Jam-Session

**Fr 11. Oktober, 17.00 bis 22.00 Uhr**



**Was:** Spontanes Improvisieren mit Groove-Charakter, meist tanzbar. Mischpult, kleines Drum, Mics, Fender Rhodes/Keyboard, Verstärker und PA vorhanden. Instrumente und Kabel/Effekte bitte mitbringen. Interaktive Visuals für Schattentanz/Performance.

**Wer:** Wer ein Instrument spielt, Amateur bis Profi, wer gerne singt, tanzt, filmt, mitmischts oder einfach dem Treiben zunächst mal zuschaut.

**Anforderung** für spontane Jams: zuhören, akzeptieren, mitspielen, Eigenes dazugeben. Dabei sein.

**Unkostenbeitrag, Fr. 10.– bis Fr. 15.–**

### Musig im Dach

**So 13. Oktober, 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-Büffet. 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

### Bernau-Dreigang

**Mi 16. Oktober, 18.30 Uhr**

Jeweils am dritten Mittwoch im Monat lädt Nurten zu einem gemütlichen Dreigänger ins Bistro Bernau.

### Café littéraire

**Do 17. Oktober, 9.30 bis 11.30 Uhr**

Wir sind eine Gruppe von lesefreudigen Frauen und treffen uns monatlich im Bistro Bernau. Bei Tee und Kaffee besprechen wir ein Buch, das alle vorher gelesen haben. Wir besprechen das Buch: «Das ungeschminkte Leben» von Maryse Condé.

### Eritreisches Abendessen

**Fr 18. Oktober, ab 19.00 Uhr**



Mihreteab Asmelash und Alem Medhin laden die Gäste zum eritreischen Abendessen. Das Buffet umfasst Gerichte mit und ohne Fleisch. Und selbstverständlich fehlt das typische Injera-Fladenbrot nicht, mit welchem die Speisen auch gegessen werden. Eine Reservation ist nicht nötig. Preis Fr. 20.– pro Person (plus Getränke).

### Parkputztag

**Sa 19. Oktober, 9.00 bis 12.00 Uhr**

Einmal im Jahr schenken wir dem Bernaupark eine Extraportion Zuwendung. Am Parkputztag lichten wir zusammen Hecken, zeigen dem Unkraut nochmals den Meister und fegen das Laub von Wegen und Rasen. Dabei werden wir begleitet von Gärtner André Gut, der sich im Auftrag der Gemeinde das ganze Jahr um den Bernaupark kümmert. Start ist um 9.00 Uhr, um 12.00 Uhr schliessen wir mit einem gemeinsamen Mittagessen. Anmeldung gerne bis Dienstag, 15. Oktober, an kontakt@bernau.ch

### Kinderflohmi und Kleidertausch

**So 20. Oktober, ab 10.00 bis 17.00 Uhr**



Kinderflohmi im Bernaupark (bei schlechtem Wetter im Chalet). Die Kinder bringen eine Decke für den Stand und ihre gut erhaltenen Spielsachen zum Verkaufen mit. Standgebühr Fr. 2.–, Anmeldung an micheline.steiner@bernau.ch. Der Flohmi geht bis 17.00 Uhr.

### Workshop zu Alltagsunfällen bei Baby und Kleinkind

**Mo 21. Oktober, 9.30 bis 11.00 Uhr**

Vorbeugen und richtig helfen. In unseren Gruppenangeboten werden Sie für gefährliche Situationen sensibilisiert. Wir sagen Ihnen, wie Sie Unfälle vorbeugen können. Auch wertvolle Informationen zu Erste-Hilfe-Massnahmen und die Grenzen der Selbstbehandlung werden thematisiert. Durch die praktischen Übungen gewinnen Sie Sicherheit.

### Richtig indisch kochen

**Mi 23. Oktober, 15.00 bis 20.00 Uhr**

Taucht ein in das vielseitige, aromatische und duftende Reich der indischen Küche! Bei unserem Kochkurs lernt ihr die indischen Gewürze kennen, und wir kochen zusammen ein indisches vegetarisches Menü, Streetfood, Dessert und natürlich Chai.

Mit Gurdeepak Singh und Steffi Ahuja

Preis: Fr. 130.– pro Person

Anmeldung: info@aroga.ch

Im Dachstock Chalet Bernau

### Gaumentanz mit Ethnic Cooks

**Fr 25. Oktober, 19.00 Uhr**



Lust auf eine kulinarische Weltreise? Ethnic Cooks lädt zum Gaumentanz in die Villa Bernau.

Preis: Fr. 31.– (plus Getränke)

Anmeldung: info@ethniccooks.ch oder SMS auf 079 350 93 88 (mit Angabe, wenn vegetarisch) Spontane Gäste sind nach Rückfrage willkommen.

# Was – Wann – Wo

Ethnic cooks ist ein nachhaltiges Sozialprojekt zur Förderung der Integration von Migrant\*innen. Mehr Infos unter <https://www.ethniccooks.ch>.

## Eltern-Kind-Treff draussen Mi 30. Oktober, 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.

## Märchen mit Martin

Mi 30. Oktober, 15.30 bis 16.30 Uhr

Es geht wieder weiter mit Martin und seinen Märli-Stunden. Erstmals am Mitt-



woch, 30. Oktober, Martin erzählt «Wassili» und «Dornröschen». Dazu zeigt er Bilder von Anastassija Archipowa aus «Die schönsten Märchen der Brüder Grimm (Thienemann-Esslinger-Verlag 1998). Das Bistro Bernau ist offen und bietet Kaffee, Tee und Kuchen.

## Parliamo Italiano

Mi 30. Oktober, 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 es noch lange schön. Der beste Weg, um unkompliziert und hemmungsfrei Italienisch zu sprechen. Keine Anmeldung, keine Kurskosten.

## Indisch kochen

Sa 2. November, 15.00 bis 20.00 Uhr

Taucht ein in das vielseitige, aromatische und duftende Reich der indischen Küche! Bei unserem Kochkurs lernt ihr die indischen Gewürze kennen, und wir kochen zusammen ein indisches vegetarisches Menü, Streetfood, Dessert und natürlich Chai.



Mit Gurdeepak Singh und Steffi Ahuja  
Preis: Fr. 130.– pro Person  
Anmeldung: [info@aroga.ch](mailto:info@aroga.ch)  
Im Dachstock Chalet Bernau

## Kinderflohmi und Kleidertausch in der Villa Bernau

Am Sonntag, 20. Oktober, findet in der Villa Bernau ein Kinderflohmarkt und ein Kleidertausch statt.

Die Motivation hinter diesem Anlass ist, einen Treffpunkt für Begegnung aller Generationen zu schaffen und ein Zeichen gegen übermässigen Konsum zu setzen. Der Kinderflohmi findet bei schönem Wetter im Bernaupark, bei schlechtem Wetter im Chalet statt, von 14.00 bis 17.00 Uhr. Es ist ein Flohmi von Kindern für Kinder. Die Kinder können eine Decke und ihre gut erhaltenen Spielsachen mitbringen, welche sie verkaufen möchten. Standgebühr Fr. 2.–, Anmeldung bis 15. Oktober an [micheline.steiner@bernau.ch](mailto:micheline.steiner@bernau.ch).

Der Kleidertausch findet von 10.00 bis 17.00 Uhr in der Villa Bernau statt. Dabei bringen die Teilnehmer\*innen ihre aussortierte Kleidung mit und tauschen sie gegen neue Lieblingsteile. Alle Menschen jeden Alters sind herzlich willkommen. Kinderkleider werden nicht getauscht.



Schnapp dir fünf Kleidungsstücke, Schuhpaare oder Accessoires, welche dir nicht mehr gefallen oder du nicht mehr trägst. Komm vorbei und tausche sie ein. Die Teilnahme ist kostenlos. Wir freuen uns über Kollekte zur Deckung der Unkosten. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Übrig Bleibendes spenden wir an Institutionen und Menschen, die es brauchen können.



Wir freuen uns auf einen gemütlichen Funday Sunday mit Kinderflohmi, Kleidertausch, Musik, Cüpli und Snacks. Das Bistro bietet von 10.30 Uhr bis 13.00 Uhr einen Brunch an, mit Anmeldung an [bistrobernau@gmail.com](mailto:bistrobernau@gmail.com). Am Nachmittag gibt's Kaffee und Kuchen. Mit diesem Anlass wollen wir Nachhaltigkeit zelebrieren und zeigen, dass Kleidung Wertschätzung verdient – genau wie die Menschen, die sie herstellen. Alle Infos auch auf der Homepage [www.bernau.ch](http://www.bernau.ch)

*Silvana aus dem Quartier und Micheline aus der Bernau*

# Was – Wann – Wo

## Heitere Fahne

### Heitere Pizzamittwoch

Mi 16., 23. +

30. Oktober, 18.00 Uhr

Der legendäre, vielleicht bizzele chaotische Pizzaabend 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 13. + 20. Oktober

Der herzliche Sonntagsbrunch am Fusse des Gurtens für alle Sonntagskatzen, Knabberhörnchen und Wandervögel. 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

### Veganer Sonntagsbrunch

So, 27. Oktober

### Mondyoga mit Belinda

Mo 14., 21. + 28. Oktober, 17.30 Uhr



Yoga ist zurück in der Heitere 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!

### Oh, Sister Night mit Parker Leftlover, Chacho & Belia Winnewisser

Fr 11. Oktober

- 18.00 Uhr Abendessen
- 20.00 Uhr Konzerte mit anschliessendem DJ-Set

Die zweite Ausgabe der legendären «Oh, Sister Night» in der Heitere Fahne. Dieses Mal präsentiert das Berner Label-Kollektiv zwei seiner Acts aus der Romandie: das Synth-Wave-Duo Parker Leftlover aus Vevey und die umtriebige Soundkünstlerin Chacho aus Lausanne. «La séduction, la nostalgie, la solitude et surtout, l'amour, l'amour, l'amour», wie Radio Vostok treffend zusammenfasste. Anschliessend legt Belia Winnewisser auf.



Wir nehmen immer wieder Abschied von Menschen. Von Menschen, die sterben. In der Erzähl-Runde reden Sie mit anderen Menschen darüber. Manchmal ist es schwer, darüber zu reden. Dann können Humor und Lachen helfen. Daher wird ein Clown in der Erzähl-Runde mit dabei sein. Lass dich überraschen! Moderation: Bettina Heiniger  
Humorvolle Interaktionen: Marcel Briand  
Du möchtest davor oder danach noch eine Pizza essen? Dann reserviere.

### Taste of Home Festival – Wir kochen eritreisch

Mi 18. Oktober, 18.00 Uhr Essen



Beim Taste of Home Festival in Bern, organisiert vom UNHCR, kochen geflüchtete Menschen aus aller Welt mit erfahrenen Köch\*innen Gerichte aus ihren Heimatländern für alle, die gerne Neues probieren. In der Heitere Küche zaubern Domi und Abdallah zusammen mit Yrgaalem authentische eritreische Köstlichkeiten.

### Heitere Residenz mit To Athena

Fr 18. Oktober

- 18.00 Uhr Essen
- 20.00 Uhr Show

To Athena verbindet introspektiven Kammerpop auf Schweizerdeutsch mit cineastischem Pop in Englisch. Ihre Musik bewegt sich zwischen Fragilität und Stärke, inspiriert von Künstlern wie Kate Bush und Bon Iver. 2020 veröffentlichte sie ihr Debütalbum «Aquatic Ballet», gefolgt von «The Movie» 2023. To Athena gewann den Swiss Music Award 2023 und begeistert live im Quartett oder mit ihrem Orchester. Du möchtest vorher essen? Dann reserviere bitte.

### Räuber\*innenrunde mit Bern Treit

Mi 23. Oktober, 19.00 Uhr

Erzähl-Runde inklusiv – für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung

### «FALLING IN LIFE» von und mit dem STURZBALLETT

Mi 25. Oktober

- 18.00 Uhr Essen
- 20.00 Uhr Show



Das Ballett-Training wird zur Metapher für die Suche nach dem Sinn des Lebens: Im Tanzstudio rauchen die Köpfe, und die Körper wirbeln umher. Was soll geschehen zwischen den ersten Schritten und dem letzten Sprung? Wie meistern wir den Spagat des Lebens und die Pirouetten des Hamsterrades? Und wie gehen wir mit Brüchen und Stürzen um? In einer verbissenen Suche nach tiefgründigen Inhalten wird der Ballettsaal zum Spiegellabyrinth. Gescheiterte Träume entpuppen sich als Stolperfallen des Glücks. Und die ehrgeizige Choreografie der Liebe lässt die Gruppe durch ungeahnte Höhen und Tiefen taumeln. Macht es euch bequem und stürzt mit dem STURZBALLETT in eine neue Komfortzone!

**Ticketpreise: Fr. 15.–, Fr. 25.–, Fr. 35.–**

## Glücksgefühle am Gurten

Die 42. Austragung der gurtenCLASSIC vom 27. Oktober zieht auch in diesem Jahr Ausdauersportler\*innen von nah und fern an – und sie begeistert.



Die gurtenCLASSIC gehört fix in den Berner Sportkalender. Bereits die 42. Austragung steht an. Die Multisportveranstaltung lädt Läuferinnen und Läufer wie Radsport-Begeisterte von nah und fern zum Mittun. Der Berner Hausberg lockt: als Herausforderung mit seinen Höhenme-

tern, mit seinem sportlichen Reiz, seiner Aussicht – gerade in dieser Zeit oft mit Sonnenschein und Fernblick über die Nebeldecke.

Einen exzellenten Ruf hat der Klassiker deshalb. Gegen 2000 Sportlerinnen und Sportler werden erwartet. Gerade bei Wetterglück ist die einzigartige Stimmung garantiert – egal ob nach der 40-km-Velofahrt, dem 9- oder 15-km-Lauf oder bei den Kinder- und Familienläufen.

### Zugeschnitten auf Jung und Alt

Die gurtenCLASSIC ist reich an Attraktivem für jegliche Alters- und Leistungsgruppen. Mit den innovativen Machern und der Nähe zu den Bedürfnissen der Aktiven fließen immer wieder Neuigkeiten mit ein. In diesem Jahr sind dies das neu lancierte Verfolgungsrennen von Mädchen und Knaben bei den U12 und U14 – mit Sicherheit ein Spektakel. Nach dem letztjährigen Erfolg erneut Hochstimmung garantiert das Familienrennen FAMIGROS RUN & Win.

Aus organisatorischen Gründen ist das Velorennen auf 350 Teilnehmende beschränkt. Es lohnt sich also, sich frühzeitig anzumelden. Beim Warm-up der Erwachsenen-Kategorien sorgen Vertreterinnen von running athletic dafür, dass beim Startschuss die Muskulatur von allen auf Betriebstemperatur gebracht ist. Und aus ökologischer Sicht von Gewicht: Im Startgeld ist die kostenlose An- und Rückreise



mit dem öV vom Wohnort nach Wabern und zurück inbegriffen. Anmeldungen sind bis am 25. Oktober, 24 Uhr, über [gurtenclassic.ch](http://gurtenclassic.ch) oder [datasport.com](http://datasport.com) möglich, oder direkt am Renntag vor Ort.

Jörg Greb  
Bilder Alpha Foto

## Heidi Maria Glössner liest die Bibel



Heidi Maria Glössner ist die Berner Grande Dame des Schauspiels. Spätestens durch ihre regelmäßigen Auftritte im Schweizer Tatort und durch ihre beeindruckende Darstellung der Lisi Bigler im

Schweizer Film «Die Herbstzeitlosen» ist sie einem grossen Publikum bekannt. Es gibt aber auch noch eine andere Seite von Heidi Glössner. Durch ihre Ziehmutter wurde sie katholisch sozialisiert: «In meiner Familie hatte ich Vorbilder für echten, gelebten Glauben. Heute bin ich dankbar für das Grundvertrauen, das sie mir gegeben haben.»

Die Nähe zu den einzigartigen Geschichten, die das Alte Testament erzählt, ist nach wie vor ungebrochen und hat viele Schriftsteller\*innen und Künstler\*innen inspiriert. Gemeinsam mit dem Musiker

Wieslaw Pipczynski hat Heidi Maria Glössner einen berührenden Abend mit ihren Geschichten aus der Bibel kreiert, der erstmals anlässlich des Jubiläums in drei verschiedenen Pfarreien des Pastoralraums präsentiert wird.

**Sonntag, 3. November**, 17.00 Uhr, Pfarrei St. Michael (Wabern)  
Der Eintritt ist frei.

Katholische Kirche Region Bern, Pastoralraum, Mittelstrasse 6a, 3012 Bern,  
E-Mail: [sekretariat.hdb@kathbern.ch](mailto:sekretariat.hdb@kathbern.ch),  
Telefon: 031 300 33 65



## Alltagsunfälle beim Baby und Kleinkind: vorbeugen und richtig helfen – Teilnahme ohne Kind

In Zusammenarbeit mit der Mütter- und Väterberatung bietet die Villa Bernau am 21. Oktober von 9.30 bis 11.00 Uhr einen Workshop an zum Thema Alltagsunfälle beim Baby und Kleinkind.

Im Alltag mit kleinen Kindern gibt es viele gefährliche Situationen. Wir besprechen,

wie altersabhängige Gefahren erkannt und minimiert werden können. Sollte doch einmal etwas passieren, lernen Sie in diesem Gruppenangebot, wie Sie bei kleineren Unfällen selber helfen und wo Sie sich bei grösseren Zwischenfällen melden können.

Die Teilnahme ist kostenlos, Teilnahme ohne Kind, es gibt eine Kinderbetreuung im Nebenraum.

Anmeldung:  
[micheline.steiner@bernau.ch](mailto:micheline.steiner@bernau.ch)



## Kinderwaren-Börse

**Samstag, 19. Oktober 2024,  
9.30 bis 11.30 Uhr**

**Wo:** Kirchgemeindehaus Spiegel

**Was:**

- moderne, einwandfreie, saisongerechte Kleider bis Grösse 176 (respektive S)
- Babykleider und -zubehör
- div. Schuhe/Sportschuhe
- Winterartikel/div. Sportartikel
- Spielsachen, Bücher, DVDs, CDs, Spielkonsolen etc.

**Annahme Freitag, 18. Oktober, 13.30 bis 16.30 Uhr,** pro Familie **maximal 30 Artikel**

**Grundgebühr:**

Fr. 2.– pro 10 Artikel (max. Fr. 5.–)

**Annahmeterminen:**

Begrenzte Anzahl (VM/NM); Reservation per E-Mail bis 14. Oktober möglich

**Keine Haftung** bei Diebstahl oder Beschädigung

**Keine Kinderwagen,** Pinnwand für Fotos/Inserate

**Kauf nur gegen Barzahlung**  
**Rückgabe Montag, 21. Oktober, 15.00 bis 16.30 Uhr. 80 Prozent** des Verkaufserlöses werden ausbezahlt.

Über nicht abgeholte Waren/Verkaufserlöse wird verfügt.

**Kontakt: kinderboerse-spiegel@gmx.ch**  
**Nächste Börse 29. März 2025**



## 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.

Fr 11. Oktober, 9.00 bis 12.00 Uhr

Mo 21. Oktober, 14.00 bis 17.00 Uhr

Di 22. Oktober, 18.00 bis 20.00 Uhr

Fr 25. Oktober, 9.00 bis 12.00 Uhr

Terminvereinbarung unter [www.mvb-be.ch](http://www.mvb-be.ch)

## «Schönheit im Menschen» im Weyergut Bethanien

**Mittwoch, 16. Oktober 2024,  
14.30 Uhr, Mohnstrasse 4, Wabern**

«Wahre Schönheit kommt von innen», weiss der Volksmund. Schönheit hat viel zu tun mit Würde und Selbstfürsorge. Zum Abschluss unserer Reihe zum Thema Schönheit lehnen wir uns zurück und verwöhnen unsere Sinne mit Handmassage oder Fussbad, ätherischen Ölen und Musik. Gastgeberin ist Mariel Bieri vom Weyergut Bethanien zusammen mit ihrem Team. Dauer ca. 1½ Stunden, danach Zvieri im gediegenen Fenstersaal. Maximal 12 Teilnehmende, Kollekte fürs Zvieri. Anmeldung bis 7. Oktober bei Gerd Hotz (031 960 14 64, [gerd.hotz@kathbern.ch](mailto:gerd.hotz@kathbern.ch)).

## Herbstliche Aktivitäten im Pro Natura Zentrum Eichholz

Kürzere Tage und kühlere Nächte künden ruhigere Zeiten im Eichholz an. Die Gummiböötli auf der Aare sind fast alle verschwunden, und nur noch hartgesottene Schwimmer tauchen in die kühle Aare ein. Doch hinter dem Zaun beim Uferweg ist noch immer viel los. Die zahlreichen Tierarten in der Naturoase des Pro Natura Zentrums Eichholz sind wieder vermehrt zu sehen und emsig mit den Vorbereitungen für den Winter beschäftigt. Zum Beispiel die Eichhörnchen, die durchs Geäst turnen und auf der Suche nach Haselnüssen von Ast zu Ast springen.

Wer mehr über sie erfahren will, kann das Eichhörnchen-Theater «Der Blaue Kuckuck und das Eichhörnchen» besuchen und im Anschluss daran an der Führung



*Im Herbst sind die Eichhörnchen im Eichholz besonders aktiv und zudem Thema am Theater-Nachmittag*

*Eichhörnchen © Lorenz Heer*

teilnehmen. Im kleinen, aber heimeligen Theaterwagen begleiten wir die Familie Eichhörnchen durch aufregende Momente vom Frühling bis zum Herbst und lernen dabei allerlei über ihren Alltag. Danach geht es auf die Führung, wo wir einiges über die Wohnung und das Futter der Waldakrobaten erfahren und das Fell streicheln können. Der Anlass findet am Mittwoch, 30. Oktober, an drei Vorstellungen statt, Beginn jeweils 13.45, 14.45 und 15.45 Uhr. Es lohnt sich, rasch zu reservieren, da pro Vorstellung nur wenige Plätze vorhanden sind.

Wer lieber handwerklich unterwegs ist, kann sich für den Kurs «Feriensteine schleifen» am 13. Oktober um 13.00 Uhr anmelden. Hier werden Lieblingssteine, die von Wanderungen oder Ferien am Meer zurückgebracht wurden, von Hand geschliffen und poliert und so zu wahren Schmuckstücken verwandelt.

Für Kinder von 6–11 Jahren bietet die neue Pro Natura Jugendgruppe viele spannende Naturerlebnisse. Einmal pro Monat am Mittwoch treffen sich die Kinder für einen Entdeckungsnachmittag in der Natur des Reservats Eichholz. Am 16. Oktober, 14.00 Uhr, sind sie als Tierdetektive auf Spurensuche und versuchen anhand von Haaren, Federn, Frassspuren

oder Fussabdrücken herauszufinden, wer da nachts im Eichholz unterwegs ist. Weitere Kinder sind herzlich willkommen.

Für Erwachsene, die sich gerne für die Natur einsetzen, wird am 26. Oktober der Pflegeeinsatz organisiert, an dem im Reservat und im Biengarten viel Arbeit zur Förderung der Biodiversität verrichtet wird. Für Lehrpersonen wiederum gibt es am Mittwoch, 23. Oktober, um 13.30 Uhr den Fortbildungskurs «Unterricht am Wasser – Ideen für die Praxis», an dem verschiedene Ideen für den Unterricht an Teichen oder Fließgewässern vermittelt wird. Und für alle, die sich an wunderbaren Aufnahmen aus den renaturierten Gewässern im Kanton Bern erfreuen, sei auch noch die Ausstellung «Läbigs Bärner Wasser» erwähnt, die mit Malereien von Alex Zürcher, spektakulären Drohnenaufnahmen von Martin Mägli und stimmungsvollen Unterwasseraufnahmen von Michel Roggo aufwartet. Die Ausstellung ist noch bis am 27. Oktober jeweils mittwochs, samstags und sonntags von 13.30–17.30 Uhr geöffnet. Gleichzeitig kann auch die Naturoase besucht werden, die immer wieder spezielle Begegnungen mit Tieren und Pflanzen bereithält. Für weitere Informationen und Anmeldungen kann man sich an [eichholz@pronatura.ch](mailto:eichholz@pronatura.ch) wenden.

# Vereine



## Yavari und Fenris

**So heissen die neuen Einheiten der Wolfs- und Pfadistufe, welche noch vor dem Jubiläumsfest «75 Jahre Pfadi Falkenstein» vom 14. September gegründet wurden.**

Der Mitgliederzuwachs der letzten Jahre machte diese Eröffnungen nötig, weil die beiden koedukativen Gruppen Siorax und Kognoi zu gross waren. Auch wenn heute die Pfadieinheiten von mehrköpfigen Teams geleitet werden, entsprechen zu grosse Gruppen nicht den Pfadigrundsätzen: Bereits 1920 schrieb Pfadigründer Robert Baden-Powell (BiPi) in seinem Buch «Aids to Scoutmastership», weshalb ein Trupp nie grösser als 32 sein sollte: Seine persönlichen Erfahrungen erlaubten ihm nicht, mehr als 16 Jungen individuell zu fördern, da er jedoch annehme, dass er die Hälfte der Fähigkeiten des erfahrenen Leiters besitze, billige er ihm 32 Buben zu. Für die damalige Zeit war das revolutionär, wenn man bedenkt, dass es noch nach 1950 in Köniz einzelne Schulklassen mit über 50 Kindern gab, die von einer einzigen Lehrperson unterrichtet wurden. Bei Falkenstein wurden die Wolfsmeuten stets von Teams geleitet, die Pfadieinheiten seit über 60 Jahren.

### Gründung von Yavari

Die neun Mädchen und elf Buben wussten vor dem Gründungsweekend vom 31. August/1. September die Namen der Rudel (Gruppen) und Meute (Einheit) noch nicht. Zu dieser Enthüllung begaben sie sich mit den sieben Leitenden ins Papiliorama in



Kerzers. Dort galt es, die verschiedensten Tiere zu beobachten und drei Rätsel zu lösen. Die Namen der Schmetterlingsgattungen Paphia, Inachis und Morpho waren die gesuchten Wörter. Wozu das alles? Erst nach der Rückkehr nach Köniz erfuhren die Wölfe, dass dies die Namen der neuen Rudel sind. Nach der Gründungszeremonie erhielten sie eine Flaschenpost von einem Kapitän mit der Bitte, ihm zu helfen, den ausgetrockneten Fluss wieder zum Fliesen zu bringen, was gelang. Der Kapitän nannte den Namen des Flusses: «Yavari». Dieses Wort bedeutet in der Quechua-Sprache «freundlich» oder «hilfsbereit». So heisst nun auch die fünfte Falkensteiner Wolfsmeute.

### Gründung von Fenris

Eine Woche später wurde der neue Stamm mit 18 Pfadi gegründet, für den ein fünf-



köpfiges Leitungsteam zuständig ist. Auch hier mussten die Namen im Laufe des Weekends schrittweise mit mehreren Aufgaben im Rahmen einer Geschichte herausgefunden werden: Der Fenriswolf ist in der nordischen Mythologie das erste Kind des Gottes Loki und der Riesin Angrboda. Die drei Fähnli (Gruppen) der neuen Einheit erhalten die Namen der drei Geschwister von Fenris: Sleipnir (das schnellste aller Pferde), Narfi (Riese) und Vali (guter Schütze).

### Gründung der Pios 2024/25



Nach der Pfadistufe treten die Jugendlichen für ein Jahr zu den Pios über. Das bedeutet viel Freiraum, aber auch die Verantwortung, diesen selber zu gestalten. Weil sich die Pios dieser Herausforderung stellen und dabei viel lernen, lautet der Wahlspruch der Pios «Zäme wyter». Nach einem Jahr werden erfahrungsgemäss mehrere Pios Leitungsaufgaben in anderen Stufen übernehmen. Am ersten Septemberwochenende fand in Guggisberg das erste Weekend des neuen Pios-Trupps mit einigen Höhepunkten statt: leuchtende Gründung auf dem Guggershörnli, zwischendurch ein Bad im Hotpot und das Auswendiglernen des eigenen Rap-Songs.

## Time to say goodbye

Liebe Kundinnen, liebe Kunden

Nach über 26 Jahren als Geschäftsführerin freue ich mich, das Sonnenstudio Wabern (Ergo-Sunline GmbH) ab 1. Oktober in neue, jüngere und tatkräftige Hände übergeben zu dürfen.

Die Zeit ist nun reif, kürzerzutreten und meine Pensionierung anzugehen.

Bei meinen Kundinnen und Kunden möchte ich mich von Herzen für ihre langjährige Treue zum Sonnenstudio Wabern bedanken!

Meinem Nachfolger und meiner Nachfolgerin wünsche ich genauso schöne und spannende Begegnungen, wie ich sie über all die Jahre hatte!

Euch allen wünsche ich nur das Beste für die Zukunft.

*Text und Bild: Heidi Finger*



*Pascal und Marianne Künzi (neue Inhaber), Heidi Finger (ehemalige Inhaberin, Mitte)*

## Sommerfest in der Bächtelen

Die Mitglieder des Wabern-Leists haben am 27. August 2024, einem herrlichen Spätsommerabend, das jährliche Sommerfest in der Bächtelen genossen.



Angefangen wurde mit einer fruchtigen, alkoholfreien Erdbeer-Melonen-Bowle, dann waren verschiedene Salate, Ofenkartoffeln, Gemüse, Würste, Steaks (auch Käse) im Angebot. Dazu gab es diverse Getränke mit und ohne Alkohol. Abgerundet wurde das kulinarische Angebot mit Kuchen und Kaffee.

Es war ein sehr gelungener Mitgliederanlass, welcher auch genug Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch, Kennenlernen und Plaudern bot.

Die Kosten des Anlasses wurden vollumfänglich durch den Wabern-Leist übernommen.

Werden Sie Mitglied beim Wabern-Leist, dann sind Sie nächstes Jahr auch dabei, wie auch an allen anderen Anlässen z.B. Hereinspaziert, Fondueabend, Mitgliederversammlung etc.

Anmeldungen am besten unter <https://wabern-leist.ch/mitglied-werden/>



### \*\*Familie sucht Haus / Wohnung in Wabern / Köniz\*\*

Wir sind eine junge Familie mit Wurzeln in Norwegen und Bern und suchen ein Haus oder Wohnung ab 5 Zimmern in Wabern oder Köniz zum Kauf. Wir freuen uns sehr über Hinweise und Angebote.

Kontakt:  
Familie Servan, [weberservan@gmail.com](mailto:weberservan@gmail.com)  
Telefon 079 692 13 49

Geschichts- und Archäologie-Enthusiast sucht Unterstützung für Studium. Weitere Informationen finden Sie unter folgendem Link:

<https://gofund.me/9b265483>

Oder alternativ:

[www.gofundme.com](http://www.gofundme.com) / Ausbildungsvorhaben (Geschichte und Archäologie)

Vielen Dank im Voraus für Ihre Unterstützung.

Tiersitter  
gesucht?



Jetzt Kleininserat im WabernSpiegel schalten.

## 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), Higi Heilingler (hh),  
Therese Jungen (tj), Markus Keel (mk),  
Pierre Pestalozzi (pp), Jonathan Spirig (js),  
Jean-Paul Gehrig (jpg), Urs Fischli (uf),  
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 77 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.	Redaktionsschluss	erscheint
11/24	Di 15.10.	Do 31.10.
12/24	Di 12.11.	Do 28.11.
1/2/25	Di 12.12.	Do 09.01.
03/25	Di 07.02.	Do 27.02.

### Produktion

Scribentes Media  
Hohfuhren 223, 3123 Belp

### Druck

CH Media Print AG  
5000 Aarau

### Vertrieb

Vertrieb Scribentes Media  
[info@scribentesmedia.ch](mailto:info@scribentesmedia.ch)  
Tel. 031 529 39 38

### Inserateservice

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

# Vereine

## 40 Jahre Wabere-Louf – und es läuft weiter

**Über 500 kleine und grosse Laufbegeisterte in Wabern sind sich einig: Der traditionelle Wabere-Louf ist jeweils ein Highlight des Sommers. Im August 2024 wurde die Jubiläumsausgabe für einen Stabwechsel im OK genutzt.**

Wer in diesen Wochen an der Wandermatte vorbeikommt oder durch das kinderreiche Quartier Wabern geht, dem/der stehen die vielen dunkelblauen T-Shirts mit der grossen farbigen 40 ins Auge, die von den Kindern stolz getragen werden.

An der 40. Durchführung des Wabere-Loufs wurden alle Läufer\*innen mit einem Finisher-T-Shirt belohnt. Wer es trägt, erinnert sich immer wieder aufs Neue an die kribbelnde Spannung kurz vor dem Startsignal im Pappelweg, an die Euphorie auf den ersten Metern, die ermunternden Zurufe der Zuschauer\*innen entlang der Laufstrecke, vielleicht an das Seitenstechen, die anstrengende letzte Steigung an der Gossetstrasse, die Erleichterung beim Zieleinlauf, die Medaille, das erfrischende Getränk, die Freude bei der Siegerehrung, den Genuss des Hotdogs, an das stolze Gefühl, es geschafft zu haben.



Der Wabere-Louf ist auch ein Ereignis für unzählige Waberer\*innen, die die Laufschuhe nicht selbst schnüren. Das kulinarische Angebot, das sommerliche Wetter und die fröhliche Stimmung lockten Hunderte Besucher\*innen ins Festgelände und liessen sie bis tief in die Nacht hinein feiern.

### 40 Ballone, um Danke zu sagen



Vielen ist dieser Event ans Herz gewachsen. Ein grosses Dankeschön geht an das OK, das lange Jahre dafür gesorgt hat, dass der Wabere-Louf stattfinden und diese Bedeutung erlangen konnte. Danke dem OK-Präsidenten Oliver Sieber sowie Christian Beldner, Peter Burch, Benjamin Dancet, Pascal Hayoz, Christoph Isaak, Tinu Keller, Daniel Messerli, Dani Schär und Marc Zimmermann. Für ihr fantastisches Engagement haben auch sie sich die Jubiläumsmedaille mehr als verdient. Als Dank an das OK liess die Jugendriege beim Eindunkeln 40 farbige Ballone mit Wünschen und Erinnerungen an den Wabere-Louf in die Luft steigen; sie trugen den Ruhm des Wabere-Loufs bis in den Kanton Zürich.

Künftig will eine neu zusammengesetzte Crew den Lauf organisieren. Die neuen OK-Mitglieder liessen sich im letzten halben Jahr zeigen, was alles hinter der Organisation des Anlasses steckt. Zum Glück



gibt es ein paar bisherige OK-Mitglieder, die weiter aktiv bleiben oder im Hintergrund weiterhin Unterstützung bieten werden. Ihre Erfahrung ist unverzichtbar.

### Ohne Helfer\*innen und Sponsoren läuft nichts

Ebenso unverzichtbar sind die über 100 Helfer\*innen aus dem Umfeld des Turnvereins und aus der Bevölkerung von Wabern. Ob als Streckenposten, als Helferin bei der Startnummerausgabe, als Fahrer des Besenwagens, als Kuchenbäckerinnen oder am Racletteofen, auch sie haben mit Ausdauer, manchmal auch notwendigen Sprints und vor allem mit viel Begeisterung dazu beigetragen, dass der 40. Wabere-Louf in schöner Erinnerung bleiben wird. Ein herzliches Dankeschön an all die tatkräftig anpackenden Personen. Ein grosser Dank geht auch an die Sponsoren – viele davon Waberer Betriebe –, die den Anlass mit ihren grosszügigen Beiträgen erst möglich machen.

Nach dem Lauf ist vor dem Lauf. Die Organisation und das Training für die 41. Durchführung laufen bereits wieder an: Am 22. August 2025 heisst es am Pappelweg wieder: Achtung, fertig, los. Wir zählen und freuen uns auf Euch.

*OK Wabere-Louf*



## Pfarrei St. Michael

Am 16. Oktober ist um 14.30 Uhr ein ökumenischer Seniorennachmittag im Weyergut zum Jahresthema Schönheit – bitte beachten sie den Artikel auf der Seite der ref. Kirchgemeinde Wabern.

Am Samstag, 19. Oktober, ist die dritte Pilgerwanderung von Köniz über den Gurten nach Wabern. Die Seligpreisungen der Bergpredigt sind Thema dieses Tages. Start um 10.30 Uhr bei der kath. Kirche



St. Josef, Stapfenstrasse 25, Köniz. Um 17.00 Uhr feiern wir in Wabern einen gemeinsamen Gottesdienst, anschliessend sind alle zum Raclette eingeladen.

Anmeldung bis Montag, 14. Oktober 2024.

ute.knirim@kathbern.ch, 031 970 05 73, Kath. Pfarramt St. Josef, Ute Knirim, Stapfenstrasse 25, 3098 Köniz

Am Samstag, 2. November, findet im kath. Pfarrzentrum St. Michael von 9.30 Uhr bis 14.00 Uhr ein Workshop zum Thema Zukunft kath. Seelsorgeraum statt. Menschen, die mitdenken und mitgestalten wollen, sind herzlich dazu eingeladen. Im Anschluss lädt die Pfarrei St. Michael zum Apéro ein.

## Reformierte Kirche Wabern

www.kg-koeniz.ch  
www.kwl-info.ch



Bild: Janice Baumann

### Sebastian Stalder stellt sich vor

Ich heisse Sebastian Stalder und wurde auf den 1. Oktober als neuer Pfarrer in den Kirchenkreis Wabern gewählt. Meine Frau und ich wohnen bereits seit etwas mehr als sechs Jahren in Kleinwabern, und so war die Freude umso grösser, als die Wahl auf mich fiel. Angestellt bin ich zu 90 %, und mein Büro befindet sich an der Waldblickstrasse 26 in Wabern. Meine Freizeit verbringe ich gerne an und in der Aare. Ein paarmal im Jahr bin ich im Wankdorf anzutreffen, wo ich Gelb-Schwarz anfeuere, und in den Ferien zieht es meine Frau und mich oft in den hohen Norden nach Norwegen. In Wabern bin ich viel mit meinem E-Bike unterwegs. Gefragt nach meiner Theologie möchte ich mit einem Zitat von Pierre Stutz antworten: «Den Weg zur Quelle finden jene, die selber den ersten Schritt wagen, die einander beim Namen rufen und gemeinsam aufbrechen – ihr Urvertrauen wird wachsen. Den Weg zur Quelle finden jene, die ihre Gefühle nicht mehr unterdrücken, die mit andern lachen und weinen – ihre Lebenskraft wird Hoffnung verbreiten. Feiert das Leben, schwimmt mit euren Kindern gegen den Strom der Gleichgültigkeit, tanzt, feiert, erzählt einander Hoffnungsgeschichten und erahnt im Puls des Lebens Gott, die Quelle allen Lebens.» Hat dieser kurze Artikel mehr Fragen ausgelöst, als er beantwortet hat? Schön, melden Sie sich ungeniert. Gerne lerne ich Sie kennen.

*Herzlich, Ihr (zweiter) Pfarrer  
von Wabern, Sebastian Stalder*

### Geschichtenkiste



Bild: Jonas Hansen

**Mi 16. + 30. Oktober, 15.00 bis 16.00 Uhr**, Reformierte Kirche, Kirchstrasse 208. Für Kinder von 4 bis 10 Jahren. Gespannt auf Geschichten? Umrahmt mit Musik und Kreativität.

Anmeldung: Christine Hansen, Katechetin, christine.hansen@kg-koeniz.ch

### Märli-Strickcafé



Bild: Teresa Ward, iStock

Wann ist uns das gemeinsame Handarbeiten abhandengekommen? Früher taten sie sich zusammen, die Spinnerinnen mit ihren Spinnrädern; es wurde erzählt und berichtet. Warum nicht an solche Traditionen anknüpfen? Das Märli-Strickcafé ist eine Gelegenheit, mit der Lismete oder dem Flicksachenberg zusammensitzen und alten Geschichten zu lauschen. Sophia Berger ist eine ausgewiesene Märchenerzählerin mit grossem Lebenserfahrungsschatz und ebenso grossem Geschichtenfundus. Wer sich fürs Nähen interessiert, kann bei der Gelegenheit einen Blick in die Nähwerkstatt werfen. Dort hilft Barbara Jutzi mit viel Know-how und Geduld beim Realisieren von Näh-Vorhaben.

**Do 17. Oktober, 18.30 Uhr**, Cheminéezimmer im Alten Pfarrhaus, Waldblickstrasse 26. Info: Eva Schwegler, Sozialdiakonin, 031 978 32 73, eva.schwegler@kg-koeniz.ch

### Was ist was, Erntedank für Kinder

Weisst du eigentlich, was das Erntedankfest ist? Und warum es früher ein so wichtiges Fest war? Wir hören eine Geschichte, basteln, singen und backen. Für Kinder von 4 bis 13 Jahren.

**Fr 18. Oktober, 14.00 bis 17.30 Uhr**, Kirchgemeindehaus, Kirchstrasse 210, Wabern. Anmeldung erwünscht: Salomé Vuilleumier, 031 978 32 64, salome.vuilleumier@kg-koeniz.ch

**Konzert: Romantik aus Ost und West**  
**Am Fr 25. Oktober, 19.30 Uhr, und So 27. Oktober, 17.00 Uhr**, führt der Singkreis Wabern sein Konzertprogramm «Romantik aus Ost und West» in der Reformierten Kirche Wabern auf. Seit Januar probt der Singkreis intensiv unter der kundigen Leitung von Valentin Dreifuss, feilt an den Feinheiten der Stücke und fiebert den beiden Aufführungen entgegen: Mit Charles Gounods Messe g-Moll sowie Antonín Dvořáks Messe D-Dur für Soli, Chor und Orgel hat der Singkreis zwei Werke der Hochromantik einstudiert, die fast gleichzeitig entstanden, jedoch in einem ganz anderen Stil komponiert wurden. Bei Dvořák fließen unter anderem von tschechischer Volksmusik inspirierte Elemente ein, während Gounod sich vom gregorianischen Stil leiten liess. Durch die Gegenüberstellung entsteht ein interessanter Kontrast. Als Zwischenstück wird Charles Gounods Pater Noster in G-Dur vom Solistenensemble interpretiert.



Als Solistinnen und Solisten wirken mit: Tabea Bürki, Sopran, Sandra Rohrbach, Alt, Luigi Chiamonte, Tenor, Arion Rudari, Bass, Lee Stalder, Orgel. Tickets sind für Fr. 42.– unter eventfrog.ch/singkreiswabern oder eine Stunde vor Vorstellungsbeginn an der Abendkasse erhältlich.

### Oasezyt

Wir starten mit kurzen Achtsamkeitsübungen und einem spielerischen Austausch in den Abend. Danach wirst du zu Übungen angeleitet, wie du mit Hilfe deines Atems und christlicher Meditation kleine Ruhe-Oasen in deinen Alltag integrieren kannst. Für junge und alte Menschen von 16 bis 100 Jahren.

**Fr 25. Oktober, 17.30 bis 19.30 Uhr**, Reformierte Kirche.

Anmeldung: Salomé Vuilleumier, salome.vuilleumier@kg-koeniz.ch, 031 978 32 64. Kosten: Kollekte.



Das Zuhause für pflege- und betreuungsbedürftige betagte Menschen in Wabern

### Wir sind bereits in das erste Haus der neuen Grünau eingezogen!



Das Leben in der Grünau geht während der Bauzeit wie gewohnt weiter. Wir bieten Ihnen auch in dieser Zeit ein wohnliches Zuhause an. Die Pflege und Betreuung gewährleisten wir zu jeder Zeit. Der Zugang zu unserem schönen Garten ist immer offen. Eintritte ins Heim sind jederzeit möglich.

Melden Sie sich für eine Heimbesichtigung an.  
Tel. 031 963 71 71  
info@gruenau-wph.ch

Wohn- und Pflegeheim Grünau AG | Seftigenstrasse 307 | 3084 Wabern | www.gruenau-wph.ch

**EGGIMANN MZ DIENST**  
**MAHLZEITENDIENST**  
 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.

**Hier könnte Ihre Anzeige publiziert werden.**

Ich unterstütze Sie dabei:  
 031 529 29 36  
 claudine.fischer@adveritas.ch

**ADVERTITAS**  
 digitale & klassische  
 Mediaplanung

**CARITAS** Bern  
 Berne



**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

*Massagen  
 Fusspflege  
 Kosmetik  
 Shiatsu*  
 von Krankenkassen anerkannt

**Kaiser Holzbau**

Das Fachgeschäft aus der Region

Gebäudehülle – Dachfenster  
 Zimmerei – Innenausbau  
 Umbauten – Renovationen

Postfach 3123 Belp 031 964 10 88  
 www.kaiser-holzbau.ch Kaiser-Holzbau@bluewin.ch

Abschiede gestalten.  
 In unseren Räumlichkeiten für private Trauerfeiern und Aufbahrungen.



**EGLI BESTATTUNGEN**  
 Bern und Region

Breitenrainplatz 42, 3014 Bern  
 24h: 031 333 88 00 egli-ag.ch

**Danke, dass es Sie gibt.**

Caritas Bern hilft armutsbetroffenen Familien und benachteiligten Menschen im Kanton Bern. Ihre Unterstützung – Spende oder Legat – ist wertvoll. Herzlichen Dank!

  
 Spendenkonto 30-24794-2  
 CH21 0900 0000 3002 4794 2  
 www.caritas-bern.ch



**Entdecken Sie die Naturoase im Eichholz!**



Unser Programm finden Sie unter  
 www.pronatura-eichholz.ch

ein Gespräch,  
 bei dem mich jemand ernst nimmt

**Tel 143**  
 Die Dargebotene Hand

wir sind da  
 rund um die Uhr

# Agenda

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

(Die Veranstaltungen finden Sie auch auf [www.wabern.ch](http://www.wabern.ch) unter Agenda&Aktuelles)

### Oktober

- Mi 2. 17.00 Jassrunde in der Bernau  
Do 3. 12.00 Mittagstisch – gedeckter Tisch für alle, Ref. Kirche  
Do 3. 18.30 Offene Nähwerkstatt für alle, Ref. Kirche  
Fr 4. 17.00 Wabräu Oktoberschoppe (jeden Freitag), Brauerei Wabräu  
Mi 9. 14.00 Spielnachmittag, Jassen, Spiele und Zvieri für alle, Ref. Kirche  
Mi 9. 17.30 Stille Meditation für alle – eine Oase in der Hektik, Ref. Kirche  
Fr 11. 17.00 Open-Jam-Session, Dachstock Chalet Bernau  
Fr 11. 18.00 Oh, Sister Night mit Parker Leftlover, Chacho & Belia Winnewisser, Heitere Fahne  
So 13. 10.00 Musig im Dach, Dachstock Chalet Bernau  
So 13. 10.30 Heitere Sonntagsbrunch, Heitere Fahne  
So 13. 13.00 Feriensteine schleifen, Pro Natura Zentrum Eichholz  
Mo 14. 17.30 Mondyoga mit Belinda, Heitere Fahne  
Di 15. 10.30 Lesekreis – «Würfelt Gott?» (Seiten 187–200), Ref. Kirche  
Mi 16. 14.00 Tierdetektive im Eichholz, Pro Natura Zentrum, Jugendgruppe  
Mi 16. 14.30 Ökum. Seniorennachmittag im Weyergut zum Thema Schönheit, Kath. Kirche  
Mi 16. 15.00 Geschichtenkiste für Kinder von 4–10 Jahren, Ref. Kirche  
Mi 16. 18.00 Heitere Pizzaabend, Heitere Fahne  
Mi 16. 18.30 Bernau-Dreigang, Bistro Bernau  
Do 17. 9.30 Café littéraire, Buch: Das ungeschminkte Leben von Marise Condé, Bistro Bernau  
Do 17. 16.00 Kinderchor Singkreis Wabern – Proben, Ref. Kirche  
Do 17. 18.30 Märli-Strickcafé, Altes Pfarrhaus  
Fr 18. 14.00 WAS ist WAS – Erntedank für Kinder, Ref. Kirche  
Fr 18. 18.00 Taste of Home Festival – wir kochen eritreisch, Heitere Fahne  
Fr 18. 18.00 Heitere Residenz mit To Athena, Heitere Fahne  
Fr 18. 19.00 Eritreisches Abendessen mit Buffet, Villa Bernau  
Sa 19. 9.30 Kinderwaren-Börse, Kirchengemeindehaus Spiegel  
Sa 19. 10.30 Pilgerwanderung, Kath. Kirche  
Sa 19. 9.00 Bernau – Parkputztag mit Suppenessen, Bernau  
So 20. 10.00 Kleidertausch (ab 10 Uhr) und Kinder-Flohmi (ab 14 Uhr), Bernau  
Mo 21. 9.30 mvb-be.ch Workshop – Alltagsunfälle beim Baby/Kleinkind, Bernau  
Di 22. 14.30 Gschichtestund, Schulhaus Morillon, Bibliothek  
Mi 23. 13.30 Unterricht am Wasser, Lehrerfortbildung, Pro Natura Zentrum  
Mi 23. 15.00 Richtig indisch kochen, Dachstock Chalet Bernau  
Mi 23. 15.30 Märchen mit Martin, Villa Bernau  
Mi 23. 19.00 Räuber\*innenrunde mit Bern Treit, Ref. Kirche  
Fr 25. 8.45 Frytig-Zmorge: Frühstück in geselliger Runde, Ref. Kirche  
Fr 25. 17.30 Oasezyt – dich sammeln und zu innerer Ruhe kommen, Ref. Kirche  
Fr 25. 18.00 «Falling in Life» von und mit dem Sturzballett, Heitere Fahne  
Fr 25. 19.00 Gaumentanz mit Ethnic Cooks, Villa Bernau  
Fr 25. 19.30 Konzert Singkreis Wabern «Romantik aus Ost und West», Ref. Kirche  
Fr 25. 20.00 RIDE-IN – Chicks & Roosters, Ride-In  
Sa 26. 9.00 Freiwilliger Arbeitseinsatz, Pro Natura Zentrum Eichholz  
So 27. 17.00 Konzert Singkreis Wabern «Romantik aus Ost und West», Ref. Kirche  
Di 29. 10.30 Lesekreis – «Würfelt Gott?» (Seiten 201–212), Altes Pfarrhaus  
Mi 30. 13.45 13.45/14.45/15.45 Uhr Eichhörnchen-Theater, Pro Natura Zentrum Eichholz  
Mi 30. 14.30 Eltern-Kind-Treff – draussen, Bernau Park  
Mi 30. 15.30 Märchen mit Martin, Villa Bernau  
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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](http://www.leihbar.ch)

### Schachklub Köniz-Wabern

Jeden Mi 20 Uhr im Wabern-Stöckli  
Infos unter [www.skkw.ch](http://www.skkw.ch)

### Schulferien

Herbstferien  
Sa 21.09. – So 13.10.  
Winterferien  
Sa 21.12. – So 05.01.2025  
Sportferien  
Sa 15.02. – So 23.02.2025  
Frühlingsferien (Ostern 20.04.2025)  
Sa 05.04. – Mo 21.04.2025

### Abfallkalender

Sperr- und Graugut: Wabern Fr, Spiegel Do  
Papier: Mi 30. Oktober + 27. November  
Grünabfuhr: Mo 30. September + 14. Oktober  
Metall: Mo 2. Dezember  
Schredder: Wabern 7./8. Oktober  
Spiegel, 9./10. Oktober



Ihr Partner für Wetter- und Sonnenschutzstoren.

— seit 1932 —  
**gerber storen ag**

Föhrenweg 72 | 3095 Spiegel b. Bern | T 031 971 22 92 | [gerberstorenag.ch](http://gerberstorenag.ch)

Ihr Spezialist für  
Reparaturen und  
Handel der Marken  
**Volkswagen,  
Audi, SEAT  
und ŠKODA**



**Steinbach-Garage AG**  
Steinbachstrasse 39  
3123 Belp  
Telefon 031 819 36 36

**RODER OPTIK AG**

Bahnhofstr. 11 • 3123 Belp • Tel. 031 819 21 81

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



IHR PARTNER FÜR SOLAR- UND  
STEILDÄCHER

**GROLL**

Blinzernfeldweg 9 | 3098 Köniz

Telefon 031 508 12 55

[info@groll-gmbh.ch](mailto:info@groll-gmbh.ch) | [www.groll-gmbh.ch](http://www.groll-gmbh.ch)



*Mit Herz  
und Kompetenz  
für Sie da*

Iris Beutler,  
Geschäftsführerin



**Bestattungsdienst  
BEUTLER**

031 961 30 20

Grünaustrasse 11, 3084 Wabern  
[www.beutlerbestattungen.ch](http://www.beutlerbestattungen.ch)



**IHR REGIONALER MAHLZEITENDIENST  
FEIN – HEISS – ZUHAUSE**

Kühlewilstrasse 2, 3086 Englisberg

[info@atable-mzd.ch](mailto:info@atable-mzd.ch) / 031 960 33 39

[www.atable-mzd.ch](http://www.atable-mzd.ch)

**Quali  
Abdichtungen  
GmbH**

Flachdach | Isolation  
Service | Absturzsicherung

**Amadou Doumbouya –  
Ihr Spezialist in Wabern**

[www.qualiabdichtungen.ch](http://www.qualiabdichtungen.ch) | 079 394 43 85

**42.gurten**  
CLASSIC  
27. Oktober 2024



Classicalauf 15 Km  
Kurzlauf 9 Km  
Bergwalking 10 Km  
Rennvelo-Rundfahrt 40 Km  
FAMIGROS RUN & WIN/ Kinderläufe  
[www.gurtenclassic.ch](http://www.gurtenclassic.ch)



**pamix**

**West Coast Swing**

Der verspielte Paartanz aus Amerika

**Tanzen zu zweit - befreit**

Paartanzen einfach nun kreativ

**Dance Along**

Einfache Schrittfolgen mit Spass vertanzen und  
damit Hirn und Körper trainieren.

**Tanzspielplatz** Wir spielen mit Bewegung  
und Berührung, dem Vis-à-vis, der Musik und  
dem Raum. Begegne dem Tanz und dir selber.



**W A B EW EGER**

**Pilates**

Körper und Geist im Gleichgewicht

**Fit mit Musik**

Das einfache Körpertraining - mit Freude  
schwitzen!

**Dancing Kids**

Für 7-9 Jährige, Ausgehend von Geschichten,  
Materialien und Alltagssituationen spielerisch  
und kreativ tanzen.

**Aktuelle Kurse**  
Einstieg jederzeit möglich

Pamela Battanta **pamix.ch**

**down — stairs**

[down-stairs.ch](http://down-stairs.ch) Maygutstr. 20a, 3084 Wabern

Information und  
Anmeldung

Regine Berger **wabeweger.ch**

