



Enten-Pick am Egelsee: Brotkrümel auf der dünnen Eisfläche sind gefragt.

Bild: Alan Greiner

Editorial



Liebe
Egelseefreunde

Das Jahr, das war – war das Beste nicht. Und bald haben wir es schon fast hinter uns gebracht. Doch bevor wir

uns auf die Achsel klopfen, wäre ja noch die Frage im Raum, was war effektiv schlecht?

Da stösst man sehr bald auf «Kleinigkeiten». Für uns Hüttlibesucher am See war der Zugang oft mit dem Risiko eines Beinbruches behaftet, weil die Kanalgräben enorme Ausmasse hatten und im Halbdunkel unübersichtlich waren. Dann tauchten Hiobsbotschaften auf, der Burgernziel-Kreisel müsse sehr bald in eine Ampel-Landschaft umgebaut werden und das mega-sympathische, ovale Tramhäuschen mit Mustafa im Kiosk als vorbildlichem Betreiber müsse demnächst weichen. Und dann bildete sich die Stadtregierung ein, uns mit

folgender Nachricht (Bund, 8. Oktober 2010) eine tröstliche Freude zu bereiten. Die Nachricht lautete: «Die jahrelange Suche nach einem neuen Standort für den Entsorgungshof Egelsee geht einem Ende entgegen. Wir sind in Verhandlungen über einen Alternativstandort.» Donnerwetter, jetzt macht die Stadt Tempo Teufel, um unser Erholungsgebiet massiv zu verbessern! Wie heisst der schöne alte Berliner Spruch zur Mahnung: «Nachtigall, ick hör' dir trapsen...»

Bei uns nennt man so etwas Geflunker, konkret ist da gar nichts Greifbares vorhanden. Klagen wegen Lärm, Mehrverkehr und Gestank werden gar nicht ernst und schon gar nicht mit Vehemenz für Veränderung wahrgenommen. Dabei kümmert sich die Stadtregierung quälerisch um die Sorge, dass man nur noch im kommenden Winter, 2011, auf dem Bundesplatz eislaufen kann. Plötzlich müssen nämlich die Steuerzahler, statt wortbrüchige Sponsoren, für den eitlen Eistanz aufkommen.

Beten wir doch besser diesen Winter zu Petrus, er möge unser Egelseeli wochenlang gefrieren, damit unser natürliches

Kleinod im Hochwinter ohne Steuergelder erhalten bleibt und uns die Stadt ab 2012 nicht länger auf Eis legen kann.

Herzlich grüsst Sie: Rolf Mühlemann

Egelsee-Zeitung 2011

Erscheinungsdatum	Redaktionsschluss
Nr. 1 März	2. Februar
Nr. 2 Juni	3. Mai
Nr. 3 September	2. August
Nr. 4 Dezember	2. November

Impressum Nr. 4/2010

Dezember 2010, Jahrgang 23
Auflage: 10 800 Exemplare

Herausgeber:
Schosshalden-Ostring-Murifeld-Leist SOML
Muristr. 21A, Postfach 540, 3000 Bern 31

Redaktion:
Rolf Mühlemann, Tel. P 031 951 72 63
Kalchackerhof 10, 3047 Bremgarten
rmuehlemann@solnet.ch

Inserate, Layout und Druck:
Schenker Druck AG, Tel. 031 331 58 22
info@schenkerdruck.ch



Die ideale Wohnform für ältere Menschen oberhalb des Bärenparks nur wenige Schritte von der Bushaltestelle „Liebegg“ der Buslinie 12.

Besuchen Sie uns und lernen Sie die Pflegeresidenz

Seniorenvilla Grüneck

näher kennen. Wir zeigen Ihnen und Ihren Angehörigen gerne unverbindlich unser Haus!



- Pflegeresidenz mit viel Wärme!
- Garantiertes Wohn- und Betreuungsrecht, auch bei schwerer Pflegebedürftigkeit.
- Individuelle Appartementgrundrisse in verschiedenen Grössen in der stimmungsvollen Villa oder in der Pflegeresidenz ab 149 Franken pro Tag und Person inklusive Vollpension, Wohnungsreinigung und 24-Stunden-Notfallbetreuung.
- Die Betreuungs- und Pflegekosten richten sich nach der Pflegestufe.
- Wir sind auf der Pflegeheimliste des Kantons Bern. Dadurch leisten die Krankenversicherungen Beiträge an die Kosten.
- Freie Arztwahl.
- Ferienbetten bei Rekonvaleszenz nach Spitalaufenthalt, bei Abwesenheit von Familienangehörigen oder einfach zum Schnuppern.

Wir glauben an die Einzigartigkeit eines jeden Menschen. Deshalb pflegen und betreuen wir Sie nach Ihren individuellen Bedürfnissen. In der einfühlsamen Palliativpflege haben wir eine besondere Stärke entwickelt.

Rufen Sie uns an und lassen Sie sich unverbindlich beraten. Wir freuen uns auf Sie!

Seniorenvilla Grüneck

Daniela Messerli Affolter, Geschäftsführerin
Grüneckweg 14, 3006 Bern

Tel. 031 357 17 17, info@grueneck.ch, www.grueneck.ch

c'mon

Opel. Frisches Denken für bessere Autos.



Ihre Quartiergarage

- Über 40 Jahre offizieller Opel Händler
- Service / Reparaturen aller Marken
- Karrossierarbeiten
- Bediente Shell-Tankstelle
- Einstellhalle mit 40 Plätzen



Erwin Lack
Inhaber

Heinz Lack
Betriebsleiter

Ostring-Garage

Hans Lack AG
Freudenbergplatz
3006 Bern
Telefon 031 356 29 29

ostringgarage@gmx.ch
www.ostring-garage.ch

zazabu Kindertagesstätte
suchttherapiebärn

In einer von Achtsamkeit und Respekt geprägten Atmosphäre, mit einem besonders großen, kinderfreundlichen Garten, bieten wir insgesamt 12 Plätze für Familienexterne Betreuung an. Weitere Informationen (wie z.B. das pädagogische Konzept) können Sie unserer Website www.zazabu.ch entnehmen oder Sie rufen uns einfach an.



KINDERTAGESSTÄTTE ZAZABU

Muristrasse 28
3006 Bern
Tel. 031 352 29 91



Das Strada-Team wünscht Ihnen
Frohe Festtage
und bedankt sich für Ihre Treue!

Wir legen Wert auf eine frische Küche in gemütlichem Ambiente. Geniessen Sie dazu ausgesuchte Weine aus unserem Keller.

Bei einem Familienanlass im Dezember 2010 erhalten die Kinder von uns eine kleine Überraschung!

Öffnungszeiten während der Festtage:

24.12.10: 7–18 Uhr
25./26.12.10: geschlossen
31.12.10: 7–19 Uhr
1.1.11: 10–22.30 Uhr
2.1.11: geschlossen

Reservationen:
Anmeldung telefonisch oder über die E-Mail-Adresse.



Ristorante Pizzeria STRADA
Maqkaj Tefit
Giacomettistrasse 15
3006 Bern
Tel. +41 31 352 94 24
info@strada-bern.ch
www.strada-bern.ch

Aus dem Quartier

Öffentlicher Verkehr Bern-Ost/Neue Tramlinie in Bern Folge 2

Einer Kerngruppe mit etwa 15 VertreterInnen aus den Stadtteilen Bern-Ost und Bern-Breitenrain wurden die aktuellen Pläne für das Tramprojekt, Abschnitt Viktoriaplatz – Bahnunterführung SBB in Ostermundigen vorgestellt. Die Resonanzgruppe erhielt Gelegenheit, sich zu Varianten zu äussern und Anliegen aus dem Quartier einzubringen. Entscheide wurden keine gefällt. Auch über die generelle Linienführung wurde nicht mehr diskutiert, da diese in einer vorangegangenen Planungsphase festgelegt worden ist (vgl. Bericht im «Egelsee 2/2010»).

Weshalb diese Umstellung auf Trambetrieb?

Das System Verkehr ist dauernd in Bewegung. Dementsprechend sind Bund, Kanton und Gemeinden angehalten, dauernd zu überprüfen und zu analysieren, wo Engpässe entstehen, wo negative Folgen (Verkehrssicherheit, Lärm) für die Bevölkerung entstehen, wo ein Optimierungsprozess eingeleitet werden muss, um den Verkehr verträglicher zu gestalten und zu organisieren. In diesem Kontext hat der Bund vor wenigen Jahren beschlossen die Agglomerationen bei der Finanzierung von Verkehrsvorhaben zeitlich befristet zu unterstützen, mit dem Ziel die Siedlungs- und die Verkehrsentwicklung besser aufeinander abzustimmen und der Zersiedelung des Landes Einhalt zu gebieten. Getreu dem Motto «verringern – verlagern – verträglich gestalten» soll dabei ein möglichst grosser Anteil des motorisierten Privatverkehrs (MIV) verlagert werden auf die

Verkehrsarten «öffentlicher Verkehr» (öV), Veloverkehr und zu Fuss gehen. Modellberechnungen sagen für das Jahr 2030 eine Erhöhung des motorisierten Verkehrs von +16% und des öffentlichen Verkehrs von +42% voraus.

Die Beseitigung der Engpässe beim öV (S-Bahn, Bus, Tram) sind Voraussetzung, damit sich der angestrebte Verlagerungsprozess überhaupt einstellen kann. Dementsprechend ist der Ausbau des öV ein wichtiges Standbein des Berner «Agglomerationsprogrammes». In diesem Kontext ist die Umstellung der Linie 10, Köniz - Hauptbahnhof - Ostermundigen von Bus auf Tram zu sehen, mit der nicht nur der heute bestehende Engpass beseitigt werden kann, sondern eine Erhöhung der Transportkapazität für eine künftige Siedlungsentwicklung realisiert werden kann.

Soll die künftige Nachfrage nach Mobilität mit einem möglichst umwelt- und stadtverträglichen Angebot abgedeckt werden, ist ein Ausbau des öV unabdingbar. Wer den 10er-Bus benützt erlebt bereits heute, dass das Angebot trotz Dreiminutentakt mit der Nachfrage nicht Schritt halten kann, insbesondere wenn die Pendler unterwegs sind, läuft der Fahrplan aus dem Ruder: Die Busse laufen aufeinander auf, es entstehen Wartezeiten bei denen weit und breit kein Bus in Sicht ist, dafür kommen danach gleich mehrere Busse aufs mal.

Weshalb an der bestehenden Linienführung der Linie 10 festhalten?

Aus 23 denkbaren Varianten über eine Führung der Linie 10 hat sich die heu-

te bestehende Linienführung als die bezüglich technischer Machbarkeit, Nutzen, Kosten und Betrieb zweckmässigste und kundenfreundlichste Variante herausgestellt. Die Argumente, die zu dieser Erkenntnis geführt haben, gehen aus dem Bericht «Zweckmässigkeitsbeurteilung öffentlicher Verkehr Ostermundigen» hervor. Der Bericht schliesst mit der Empfehlung, es sei ein Projekt für eine neue Tramlinie Viktoriaplatz – Oberfeld auf der heutigen 10er Busstrecke auszuarbeiten.

Trotzdem wurden im Rahmen der jetzt geführten Diskussion denkbare abweichende Linienführungen von der Kerngruppe angesprochen, wie z.B. ab Rosengarten via Papiermühlestrasse – Guisanplatz – Mingerstrasse – Pulverweg oder ab Laubeggstrasse via Bolligenstrasse-Süd – Pulverweg. Die Teilnehmenden liessen sich dabei überzeugen, dass diese Varianten hinsichtlich Kundennähe, Fahrzeit, öV-Netzstruktur, Verträglichkeit mit dem übrigen Verkehr sowie Akzeptanz als überwiegend nachteilig zu beurteilen sind. Eine vertiefte Diskussion über die generelle Linienführung wurde jedoch im vorliegenden Rahmen nicht mehr geführt. Lange wurde dagegen über die Lage der Haltestellen diskutiert. Soll beispielsweise die Haltestelle Rosengarten am heutigen Ort belassen oder in den Mündungsbereich der Bolligenstrasse verlegt werden was zur Folge hätte, dass das Tram zwischen den Haltestellen Rosengarten und Galgenfeld statt auf der Ostermundigenstrasse auf einem parallel zur Strasse verlaufenden neuen Tras-

Spendenaktion

Liebe Leserinnen und Leser

In dieser Ausgabe des Egelsees finden Sie einen Einzahlungsschein. Unser Quartierleist SOML führt die Zeitung selbständig und ohne finanzielle Unterstützung der Stadt. Die redaktionelle Arbeit von unserer Seite wird seit je her ehrenamtlich getätigt. Die Inserate helfen mit, einen Teil der Kosten für den Druck und den Versand zu tragen. Der Egelsee erscheint in einer Auflage von 10800 Exemplaren und wird vier Mal jährlich an alle Haushalte im Quartier 3006 zugestellt. Um die dadurch anfallenden Kosten zu decken und das Weitererscheinen der seit vielen Jahren bestehenden Zeitung zu sichern, sind wir zusätzlich auf Zuwendungen angewiesen. Falls Ihnen die regelmässige Lektüre des «Egelsees» Freude bereitet und Sie sich mit dem Quartier verbunden fühlen, so können Sie hier mit einer Spende tatkräftig helfen. **Würden Sie gerne bei uns inserieren, so wenden Sie sich bitte direkt an den Redaktor Rolf Mühlemann oder an die Schenker Druck AG. Vielen Dank für Ihre Unterstützung!**

Der Vorstand

Jahresprogramm SOML 2010

18.12. Seeträff / Livekonzert ab 21.00

Seeträff: Hüttli von 13 bis 19 Uhr geöffnet. Das Hüttli ist sonst nur ab/an den angegebenen Zeiten geöffnet!

2011

25.2. Hauptversammlung, 19.30

2012

17.2. Hauptversammlung, 19.30

se der Länge nach durch die Wiese geführt werden müsste. Vor- und Nachteile, auch für Velofahrer, Anwohner und öV-Kunden wurden stets gegeneinander abgewogen. Im Ergebnis sprachen sich die Teilnehmenden bei allen Haltestellen mehrheitlich für Belassen der Haltepunkte am jetzigen Standort aus. Einzig bei der Haltestelle «Schosshaldenfriedhof» konnte die Mehrheit der Kerngruppe davon überzeugt werden, dass eine Verschiebung dieser Haltestelle zum westlichen Friedhofzugang bzw. zur Kreuzung Ostermundigenstrasse/Pulverweg/Friedhofweg überwiegende Vorteile hat (Alleeschutz, Verkehrsorganisation, Strassenerscheinungsbild etc.).

Schutz der Alleen

Der Schutz der Alleen wird respektiert. Es ist eine Vorgabe des Projekts, die Alleen mit der Tramlinie langfristig zu erhalten. Im Rahmen des Vorprojekts wurde intensiv nach Möglichkeiten gesucht, insbesondere im Abschnitt der Siedlung Baumgarten die Alleebäume erhalten zu können. Leider zeigte sich, dass es unrealistisch wäre, von der Annahme eines zeitweisen Erhalts auszugehen: Die Ostermundigenstrasse ist im be-

treffenden Abschnitt relativ schmal und der Wurzelbereich der Bäume reicht bis weit in den Strassenuntergrund hinein. Für den Bau des Tramtrasses müssen die Werkleitungen (Gas, Wasser, Kanalisation, Elektrizität, Festnetz) saniert, erneuert oder neu gruppiert werden, so dass sie ausserhalb des Schienenbereichs zu liegen kommen. Wegen dieser Leitungsarbeiten im Wurzelbereich, oder weil zwischen den Baumreihen zu wenig Platz vorhanden ist, müssen die Alleebäume neu gepflanzt werden. Dabei soll der Grünstreifen auf dem die Alleebäume stehen besser ausgebildet sein als dies heute der Fall ist, und ein Wurzeltrog im Untergrund soll dafür sorgen, dass die neuen Alleebäume künftig besser vor den Auswirkungen des Verkehrs geschützt werden können. Nach ca. 20 Jahren werden die Baumkronen der gesunder Jungbäume das Volumen der jetzigen Baumalleen wieder erlangt haben.

Wie geht es weiter?

Über den Finanzierungsanteil der Gemeinden werden die dafür zuständigen Organe in den jeweiligen Gemeinden die nötigen Beschlüsse fassen müssen.

Es kann deshalb davon ausgegangen werden, dass es in Bern, Köniz und Ostermundigen zu einer Volksbefragung kommt. Den Lead über das Projekt hat der Kanton. Er entscheidet, welche Variante zur Abstimmung öffentlichen Planaufgabe bzw. zur Abstimmung gebracht wird. Kanton und Bund zahlen den Löwenanteil am Projekt! Während der öffentlichen Planaufgabe besteht die Möglichkeit zur Erhebung einer Einsprache.

Bis Ende 2010 ist das Vorprojekt fertig erstellt. Es folgt eine «Anhörung» (Mitwirkung) durch den Kanton, bei der sich alle zum Projekt äussern können. Anschliessend wird das Projekt das Baubewilligungsverfahren durchlaufen und es muss die Finanzierung sichergestellt werden. Die Zusicherung des Bundes, sich an den Projektkosten zu beteiligen läuft Ende 2014 aus. Bis dahin müssen die Bauarbeiten angelaufen sein, sollen die Bundesmittel nicht verfallen. Im Jahr 2018 könnte die Umstellung auf Tram-betrieb Wirklichkeit werden.

November 2010

Oskar Balsiger, SOML-Vertreter in der Kommission Quav4

Zum Gedenken an Hermann «Mäni» Gauch

Am 5. Mai 2010 ist Hermann Gauch im Alter von 81 Jahren gestorben. Mit Mäni, wie er von seinen Freunden genannt wurde, oder Armando, wie er bei der Damenwelt bekannt war, verlieren der Schosshalden-Ostring-Murifeld-Leist und das Quartier einen ganz besonderen Menschen.

Wer regelmässig im Hüttli am Egelsee Gast war, hat seinen Humor, seine Lebensfreude und seine Gastfreundschaft gekannt und geschätzt. Die Leitung des Egelseehüttlis lag während vieler Jahre in seinen und Susannes tatkräftigen Händen. Getränkebestellungen, Ordnung im und rund ums Haus, kleinere Reparaturen und natürlich viele köstliche und kreative Zvieris und Zünis lagen in seiner Verantwortung. Auch die grösseren Feste wie 1. Augustfeier und Erbsuppenkongress konnten dank seiner minutiösen Vorbereitung jeweils reibungslos abgewickelt werden. Speziell das 130-Jahre-Jubiläum des SOML war dank seiner Initiative ein ganz besonderer und gelungener Anlass. Und immer war er da, sei es am Morgen früh und spät in der Nacht, stets mit einem offenen Ohr für die Sorgen und Nöte der freiwilligen Mitarbeiter und der Gäste. Auch in schwierigen Momenten behielt er stets die Nerven und konnte manch einen aufgebrachtten Gast beruhigen.

Nicht vergessen werden dürfen auch andere Talente von Mäni, z.B. das Tanzen. Wie leicht und locker schwebte er mit seiner Susanne über das Parket, ganz nach dem Motto «gelernt ist gelernt». Auch beim Jassen konnte ihm keiner so schnell etwas vormachen. Die Jassrunden am Samstagnachmittag hat er sehr genossen. Wir alle haben ihn als hilfsbereiten Freund, auch in schwierigen Momenten, gekannt und gerne gehabt. Wir wussten immer, dass wir auf ihn zählen konnten. Seinen und Susannes Rücktritt als Hüttlichefs haben wir mit grossem Bedauern und Dank für die vielen ehrenamtlich geleisteten Stunden am Egelsee entgegengenommen.



Doris Wiczorek, Franziska Schaer

KÖMMERLING
AFB
FENSTER
BERN

Fenster
 Türen
 Fensterläden

Affrini Fenster Bern
 Galgenfeldweg 11
 3006 Bern

T 031 332 84 10

www.fenster-bern.ch
 afb@fenster-bern.ch

Schöne neue
Fenster-
welt

Seit 1971 Fenster und Türen auf
 Mass aus eigener Produktion
 mit Kömmerling Systemtechnik.

Ihre Ferien und Reisen beginnen im Quartier!

ag traveltrend

Muristrasse 89, 3006 Bern

Tel. 031 350 15 15

info@agtraveltrend.ch

Seit
 20 Jahren
 im Quartier

Öffnungszeiten: Mo – Fr 09.00h – 18.00h

Sa 09.00h – 12.30h

Nebst Ferien und Reisen in der ganzen Welt auch
 Spezialist für Nordland- Ornithologie- & Kultur-Reisen



Jetzt sofort anrufen oder vorbeikommen!

Das ideale Geschenk

031 3711111
 sicher von Tür zu Tür

Gutscheinhefte à
 CHF 50.- und 100.-



Bären
Taxi AG
 Gratisanruf 0800 55 42 32

10% Rabatt

beim Kauf von Gutscheinheften im Wert
 von CHF 100.- (gültig bis 31. Dezember)
 Bestellen oder abholen – Tag und Nacht:
 Taxi- und Kleinbusbetrieb
 Weissenbühlweg 6, 3007 Bern
 031 371 11 11, www.baerentaxi.ch



Alles für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden!

Attraktive Geschenkideen!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch
 und wünschen Ihnen Frohe Festtage.

toppharm

Egghölzli Apotheke

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



RUDOLF EGLI AG
 BESTATTUNGSINSTITUT
 BREITENRAINPLATZ 42, 3014 BERN
 Tel. 031 333 88 00

Internet: www.egli-ag.ch
 E-Mail: office@egli-ag.ch

Bestattungsdienst
 Bern und Region

Internationale
 Überführungen



Schwierigkeiten beim Hören und Verstehen?

Fredy Schmid und
 Regula Reichen
 beraten Sie gerne!

a-plus
 Audio-Akustik

Spitalackerstrasse 63, 3013 Bern
 Telefon 031 348 20 35
 info@audio-akustik.ch, www.audio-akustik.ch



Neuer Bildband: «Zu meiner Zeit im Obstberg»

Im Rahmen der Herbst-Aktivitäten der Nachberegroupe Obstberg wurde Ende Oktober der Erinnerungs-Bildband «Obstberg-Bern» von der Quartierbewohnerin Priska Neil-Rüedi bei einer Vernissage im Atelier für Textilkunst Christa Seiler vorgestellt. Die Egelsee-Zeitung sprach mit der Künstlerin Priska Neil-Rüedi über ihr Werk.

Egelsee-Zeitung: Brachte diese Buch-Vernissage an der Bantigerstrasse 35 den erhofften Erfolg?

Priska Neil-Rüedi: Ja. Ich hätte das nicht gedacht. Es waren sehr, sehr viele interessierte Leute da. Weil ich auch an einer Musikschule arbeite, steuerten zwei Kolleginnen einen musikalischen Beitrag bei. Das war sehr schön.

Egelsee-Zeitung: Sie brachten das Buch ohne Verlag heraus?

Priska Neil-Rüedi: Die Kosten pro Band liegen etwa bei 120 Franken. Das ist recht viel, doch die Druckqualität (besonders jene der alten, wiederaufgefundenen oder gesammelten Schwarzweiss-Fotos) ist erstaunlich hoch.

Egelsee-Zeitung: Wir meinen, Liebhaberobjekte in geringer Anzahl haben vor allem einen anderen Stellenwert als vergängliche Bestseller.

Priska Neil-Rüedi: Das sehe ich auch so. Angefangen hat alles mit einem kleinen Büchlein, weil ich vor zwei Jahren

**«Ich brachte das
Buch allein und
ohne Verlag
heraus.»**



Das Café Obstberg von 1908 «lebt noch».



Eröffnungsfeier der Omnibuslinie «S» am 31.8.1934 bei der Mädchen-Sekundarschule in der Schosshalde.
(Bild: Sammlung Hans Ulrich Suter)

am Obstbergfest ein paar Föteli machte. Daraus entstand ein Geschenk-Bändchen. Und daraus kam das Gespräch auf die Vergangenheit des Obstberg-Quartiers, in dem ich aufgewachsen bin. Und plötzlich war ich auf der Suche nach Raritäten.

Egelsee-Zeitung: War es schwierig an die Bilder heran zu kommen?

Priska Neil-Rüedi: Anfänglich sehr zäh, aber bald einmal taten sich einzelne Quellen auf. Das Buch nahm mich ein Jahr lang in Anspruch. Und nun habe ich Band 2 vor Augen und mache (siehe

Kasten) eine Umfrage, welche Objekte mir besonders fehlen.

Egelsee-Zeitung: Grundsätzlich ist es ja so, dass man den Obstberg besser an den alten Häusern als an den vielen kleinen Händlern und Betrieben, die nicht mehr existieren, erkennen kann. Wenn man bedenkt, dass in den 50/60er Jahren des 20. Jahrhunderts der Obstberg sehr belebt war. Sie schreiben: «Vor allem an der Bantigerstrasse war ein geschäftiges Treiben wie auf einem Dorfplatz». Davon ist heute gar nichts mehr zu sehen, welches diese Charakterisierung verdienen würde.

Priska Neil-Rüedi: Ja, für den täglichen Bedarf gibt es heute lediglich nur noch die Bäckerei Röthlisberger & Roth. Wer hier nach Zeitdokumenten sucht, büdet sich keine leichte Aufgabe auf. Denn die Zeit schafft gegen uns. Also habe ich mir gesagt: «Jetzt oder gar nie mehr.»

Egelsee-Zeitung: Welche berufliche Laufbahn haben Sie eingeschlagen?

Priska Neil-Rüedi: Ich machte zunächst die Handelschule in Neuenburg und arbeite im Sekretariat einer Musikschule in Bolligen.

Egelsee-Zeitung: Hatten Sie den Traum einer grossen Auflage?

«Ich bin ein kultureller Selbstversorger»

Der in Bern, nahe dem Egelsee wohnende und lebende Künstler Walter Kretz (Jahrgang 1942), hat sich schon vor über 40 Jahren einen Namen als Plastiker und Bildhauer gemacht. Inzwischen strahlt sein grosses Werk und viele Schüler haben seinen Unterricht als Gewerbelehrer oder Hochschuldozent förmlich genossen.

Egelsee-Zeitung: In welcher Lebensphase haben Sie beschlossen, Künstler zu sein?

Walter Kretz: Das war kein euphorischer Entschluss. Vielmehr habe ich die Flucht ergriffen vor der Matur. Ich wollte von mir, aus dem Inneren heraus, etwas machen, über das ich entscheide ob es gut oder schlecht ist. Ich hatte es satt, fremdbestimmt zu sein. Ich wollte an keine Schule mehr. Man hat mir und einem Kollegen von mir empfohlen, einen namhaften Künstler aufzusuchen. So trafen wir auf Gustave Piguet.

Egelsee-Zeitung: Mit welchen Erwartungen?

Walter Kretz: Ich sah in dessen Atelier plötzlich Dinge, die ich mir als Gestalter auch zutraute. Wobei Monsieur Piguet eine respektable Art Hemingway-Figur war abgegeben hätte. Absolut beeindruckend. Die Weite seines Blickes hatte ich aber überschätzt.

Egelsee-Zeitung: Welche Fragen kamen nun auf?

Walter Kretz: Welche Sachen macht man nicht zum Beruf? Die Liebe? Als Erwerbszweig? Künstler muss man werden, wenn man so begabt ist, dass es schade um dich wäre, das nicht zu tun... Zu meinen Fähigkeiten: Ich war immer ein guter Zeichner. Ich bin ein bisschen



Der Skulpteur Walter Kretz und eine seiner grossformatigen Plastiken.



«Plötzlich sah ich Dinge, die ich mir auch zutraute.»

das Kuckucksei in dieser Gesellschaft und habe Freude daran, ohne dass ich mich mit dem Künstler an und für sich dermassen identifizieren muss. Vielleicht bin ich besser als mancher, der von sich glaubt, das Künstlertum sei seine Hauptidentität. Ich habe ein leicht distanzierendes Verhältnis zu dem, was ich mache.

Egelsee-Zeitung: Hatten Sie als kleiner Junge einen Traumberuf vor Augen?

Walter Kretz: Ich wollte eine krumme Tabakpfeife und hohe Schuhe haben, um mit einem Stift im Wald Bäume anzuzeichnen, genauer: zu markieren. Sie haben es erfasst: Förster war als kleiner Stöpsel mein Lebenstraum. Dabei habe ich mir Wanderungen im Tessin vorgestellt (er schmunzelt).

Egelsee-Zeitung: Hat Sie nicht das Musische besonders gereizt?

Walter Kretz: Natürlich gefiel mir die Musik, aber ich merkte sofort, dass ich motorisch nicht für Musik geeignet bin. Zudem bin ich irgendwie langsam. Ich war lange Zeit ein langsamer Leser und habe keine flinken Finger. Umso erstaunlicher für mich, dass mir das Zeichnen lag. Die Lehrer in der Schule prüften, ob ich nicht «abzeichne».

Egelsee-Zeitung: Wann bekamen Ihre Figuren auf dem Papier etwas Körperliches, Dreidimensionales? War zuerst



Säulen, einst im Schwellenmätteli, die später in die Schadau Thun kamen.

«Die Kunst geht zuerst vor dem Einschlafen im Kopf ab.»

«Förster wäre als Bub mein Traumberuf gewesen.»

immer das lineare Zeichnen da und das Körperliche kam mit dem zu gestalten- den Material erst den Ausdruck?

Walter Kretz: Ich habe mich immer durch die Figuren und Skulpturen hindurchgedacht. Ich fürchtete das Scheitern und setzte mich massiv mit Vorstellungskraft und räumlichen Denken ein. Ich bin kein zeichnender Bildhauer, sondern benütze meine Ideen für Notizen, Skizzen als Gedankenhilfen.

Egelsee-Zeitung: Wo oder wie beziehen Sie Ihre Einfälle?

Walter Kretz: Das geht im Kopf ab, meistens vor dem Einschlafen. Ich bilde Sätze im Halbschlaf. Ich bin nicht ein täglicher Schaffer. Wenn ich aber längere Zeit nichts Konkretes gemacht habe, sagte ich mir, umso grösser muss das Kommende sein und werden. Zusammen mit dem Unterrichten kam ich deshalb oft in Konflikt mit dem Realisieren meiner eigenen Vorstellungen.

Egelsee-Zeitung: Möchte man da immer gleich den Hebel ansetzen?

Walter Kretz: Nicht immer gleich und sofort. Wenn man vorher etwas Gutes und Überzeugendes gestaltet hat, möchte man es ruhen lassen und sich nicht rasch-

«Ich wollte eine krumme Tabakpfeife und hohe Schuhe haben ...»

möglichst zu übertreffen suchen. Das könnte ja auch schief gehen... Pausen, Abstand gewinnen, das sind wichtige Dinge. Doch ich habe manchmal Ansätze, die man zu Markenartikeln ausbauen könnte. Aber das liegt mir letztlich doch nicht.

Egelsee-Zeitung: Walter Kretz, der Kunstlehrer, Unterrichter, der Ausbildner. War da viel Überzeugung dahinter?

Walter Kretz: Oh ja. Ich habe mich in der Schule für Gestaltung förmlich aufge- drängt. Ich habe eben auch zwei Seelen in meiner Brust. Es reicht mir nicht, meine introvertierte Seite im Atelier auszule-



Kunst als Handwerk der höheren Stufe: Walter Kretz am Werk im Atelier.

«Ich bin gar nicht so geil aufs Verkaufen meiner Werke.»

ben. Trostlos ist für mich die Vorstellung, zweimal im Jahr eine Vernissage zu haben und erst dann unter die Leute oder in die Öffentlichkeit gehen zu dürfen. Ich liebe aber besonders die Zusammenarbeit. Ich liebte in der Schule aber auch die leitende Funktion. Und Improvisation war mir stets eine starke Hilfe. Improvisation ist die Kunst, den Zufall als Absicht erscheinen zu lassen...

Egelsee-Zeitung: Sie gehen als 1942er Jahrgang langsam den Siebziger entgegen. Müssen Sie Kräfte einteilen?

Walter Kretz: Unbedingt. Es gibt Erfolge, die sich nicht lohnen, Es ist schön, Akzeptanz zu finden, Aber ich suche sie nicht mit aufgesetzter Sonnenbrille in den Galerien. Und ich suche auch das private Glück nicht mit selbstgemachtem Druck. Ich kenne die biologische Uhr, muss diese aber nicht gegen eine junge Frau auswechseln. Meine Janine ist ohnehin Gold wert.

Egelsee-Zeitung: Hat man als Künstler materielle Ängste?

Walter Kretz: Ich bin gar nicht so geil aufs Verkaufen meiner Werke. Ich bin ein kultureller Selbstversorger.

Egelsee-Zeitung: Gibt es Phrasen, die Sie belächeln?



Walter Kretz: Ja, «Der Weg ist das Ziel». Es gibt bei mir noch andere Ziele, als die auf meiner Wanderlust.

Egelsee-Zeitung: Der unerfüllte Wunsch?

Walter Kretz: Ich würde mich gerne auf andere Kunstbereiche einlassen. Aber ich traue weder den sogenannten Künst- ten noch mir selber. Ich müsste eigentlich meine wieder zu belebenden Restbe- stände aktivieren.

*Text: Rolf Mühlemann
Bilder: zVg*

Zur Person

Walter Kretz, geboren 1942 in Steckborn/ TG, Mittelschule in Bern, 1962–1965 Steinbildhauerlehre bei Hans Brogni. Empfänger zahlreicher Stipendien und Kunstpreise. Ab 1969 verschiedenste Ausstellungen. Zwischenzeitlich viele Präsentationen seiner opulenten Werke im öffentlichen Raum. Ausgedehnte Lehrtätigkeit an der Schule für Gestaltung in Bern und Hochschuldozent an der HKB (Hochschule der Künste Bern). Dozent im Fach Plastisches Gestalten, 2004–2005 Vorbereitungskurs auf die höhere Fachprüfung GoldschmiedemeisterIn. Träger verschiedener nationaler Auszeichnungen.

Sein jüngstes Werk ist ein kleines Schau- und Klangspiel und war im Zentrum Paul Klee zu sehen und zu hören: «Mondschein und Rampenlicht», Klavierimprovisationen zu Bildern und Texten von Walter Kretz (Mai 2010).

kunstreich

Gerechtigkeitsgasse 76 · 3011 Bern
Mitteldorfstrasse 1 · 3072 Ostermundigen
Tel. 031 311 48 49 · Fax 031 311 48 40
info@kunstreich.ch · www.kunstreich.ch

Galerie · Einrahmung · Kunsthandel · Aufhängesysteme · Vergoldung
Restauration · Spiegel · Wechselrahmen

Gymnasium
Fortbildungsklassen

**campus
Muristalden**

Informations- veranstaltungen

An den folgenden Tagen führen wir am Gymnasium und
an den Fortbildungsklassen Infoabende durch:

Kleiner Informationsabend

- Montag, 17. Januar 2011, 20.00 Uhr, im Bistro

Eine Anmeldung ist nicht notwendig.
Wir freuen uns auf deinen/Ihren Besuch!
Bus Nr. 12 «Richtung Zentrum Paul Klee»
ab Bahnhof bis Haltestelle «Liebegg».

Campus Muristalden AG
Gymnasium, Fortbildungsklassen
Volksschule, H-I-K, Internat
Weiterbildung, gestalterisches Propädeutikum
Muristrasse 8, CH-3000 Bern 31
Tel 031 350 42 50, Fax 031 350 42 00
www.muristalden.ch

Die Gesundheitspraxis in Ihrer Nähe



Ortho-Bionomy® Reflexzonentherapie am Fuss

Ursula Merz-Budmiger
dipl. Pflegefachfrau
Balmerstrasse 10, 3006 Bern
Tel. 079 375 51 78
www.ortho-bionomy-bern.ch

Thomas Müller
Bestattungsdienst
Pietät und Würde



Eigerplatz 5, 3007 Bern
079 457 06 58
www.bestattungsdienst-mueller.ch

Vorsorge-Verträge, In- und Auslandtransporte, sämtl. Formalitäten
Unternehmen mit jahrelanger Erfahrung. Tag und Nacht

Wegleitung ...

... für die Anordnungen bei einem Todesfall

Ausgabe 2010/2011
(gültig für die Stadt Bern und Ostermundigen)

Die Wegleitung kann beim Bestattungsamt an der Predi-
gergasse 5, 1. Stock in Bern gratis abgeholt werden oder
gegen einen Unkostenbeitrag von Fr. 4.- (zum voraus in
Briefmarken) beim Verlag per Post bestellt werden.

Verlag:
Schenker Druck AG, Breitenrainstrasse 17, 3000 Bern 22




S P I T E X
Hilfe und Pflege zu Hause

Das beste Spital ist mein Zuhause

Dank dem **Nachtdienst** sind wir rund um die Uhr für Sie da.
SPITEX BERN, Telefon 031 388 50 50, www.spitex-bern.ch



KABINENBAHN HYSPA-BÄRENGRABEN

Die Kabinenbahn führte 1961 zur Hyspa über den Obstberg auf die Allmend.
(Sammlung Heinz Loosli)

Priska Neil-Rüedi: Es ist nichts vorgegeben. Ich gehe schrittweise vor und bestellte einfach mal 30 Exemplare. Ich dachte: Wenn ich 50 bestelle, hänge ich vielleicht mit bereits 5000 Franken im Minus. Aber ich legte eine Bestell-Liste auf und seither sind 70 Stück verkauft. Die Morgenröte wird sichtbar...

Egelsee-Zeitung: Um nochmals über den Obstberg zu resümieren: Das ist noch kein überaltertes Schlafquartier?

Priska Neil-Rüedi: Ich glaube, man lebt hier weniger anonym als in einer neuen Quartier-Überbauung. Die Jugend macht sich bemerkbar. Die Aktivitäten der «Nachbereguppe Obstberg» sind sehr bemerkenswert und vielfältig. Mitte November war der Obstbergler-Journalist Wale Däpp mit Lesungen Gast in der Bibliothek Laubegg. Und seit dem

«Ich tummelte mich oft auf dem Eis des Egelseelis.»

1. Advent wird bis am 23. Dezember jeden Abend irgendwo im Obstberg ein Fenster festlich dekoriert und beleuchtet. Spontan ist man da aufgerufen, ein Gläschen zu trinken oder an Guetzlis zu knabbern.

Egelsee-Zeitung: Und doch noch ein Blick zurück: War das gefrorene Egelseeli für Sie in den Jugendjahren auch ein wunderbarer Ort der Idylle und des Tummelns?

Priska Neil-Rüedi: Ja, natürlich. Man fürchtete immer, das Eis könnte nicht dick genug und tragfähig werden. Im

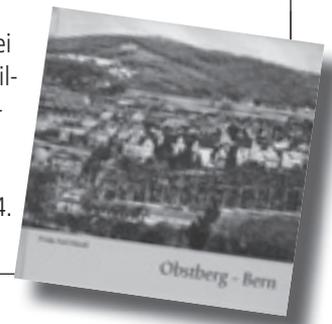


Die Metzgerei Rüedi ab 1921 an der Bantigerstrasse. (Hans Ulrich Suter)

Obstberg – Bern

Unter dem Titel «Obstberg – Bern» ist ein origineller Band erschienen. (72 Seiten, Fr. 120.–).

Zu beziehen bei Frau Priska Neil-Rüedi, Vennerweg 16, 3006 Bern, Telefon 031 351 96 84.



übrigen ging ich direkt am Seeli in den Kindergarten.

Egelsee-Zeitung: Frau Neil-Rüedi, am Ende Ihres Buches findet sich ein Gedicht gedanklich zum Thema «Zu meiner Zeit im Obstberg», verfasst von Ingrid Peter, Worb:

«Ja zu meiner Zeit»,
hört man die Leute oft sagen.
«Zu meiner Zeit war alles anders oder besser oder schwieriger, oder..oder...oder...»
Ja, was heisst denn das:
«Zu meiner Zeit»?
Meine Zeit war gestern und wird vielleicht morgen sein, aber ganz sicher heute.
HEUTE ist meine Zeit!

Priska Neil-Rüedi: Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

Frau Priska Neil-Rüedi benötigt für den 2. Bildband Fotos mit diesen Sujets:

- Bauernhaus Lüthi, Tavelweg
- Blumengeschäft Leuenberger, Bantigerstrasse 14b
- Radio Steiner, Bantigerstrasse 14b
- Mechanische Schreinerei Ernst Blaser, Bantigerstrasse 14c
- Konsumgenossenschaft, Bantigerstrasse 24
- Polstermöbel-Tapezierer Ernst von Niederhäusern, Bantigerstrasse 31
- Lebensmittel Sommer AG/Denner AG, Bantigerstrasse 32
- Bäckerei Konditorei Kurt Stettler, Bantigerstrasse 39
- Milchprodukte u. Kolonialwaren Ida Schneiter, ab 1961 Frieda Weber, Bantigerstrasse 41
- Herrencoiffeur Johann Büchi, Bantigerstrasse 45
- Sattler- und Tapezierer Jakob Weyer, Bantigerstrasse 47
- Merkur AG, vorher Post, Bantigerstrasse 47
- Kolonialwarenladen Leuenberger, Tavelweg 38
- Elektrogeschäft Hans Baur, Steigerweg 17
- Bäckerei Werner Heiniger, Steigerweg 21

Text: Rolf Mühlemann

PRIVATE SPITEX

für Pflege, Betreuung und Haushalt

Tag und Nacht – auch Sa/So,
von allen Krankenkassen anerkannt,
zuverlässig und mit festen Preisen.

**Hausbetreuungsdienst
für Stadt und Land AG**
Tel. 031 950 40 50
www.homecare.ch



Malergeschäft
Entreprise de peinture

die Malerin
Tania Suyasa-Emch
Gantrischstrasse 52
CH-3006 Bern
079 200 48 78
diemalerin@gmx.ch



Bantigerstrasse 29, 3006 Bern



031 352 47 08



Carola Thommen

Öffnungszeiten:

Mo – Fr	8.00 – 18.30 Uhr
Mi	8.00 – 21.00 Uhr
Sa	8.00 – 13.00 Uhr

NÄHER DRAN
MEHR DRIN
BESTENS GESTREUT
IHRE BEILAGE...

... im
Egelsee



Auskünfte erteilt:
Ursula Huber
info@schenkerdruck.ch
Tel. 031 331 58 22

LESER ANGEBOT

Exklusive
Neujahrskarten
mit Berner Sujets

Als Leser des «Egelsee» haben Sie die Möglichkeit bei uns am Schalter an der Breitenrainstr. 17, 3013 Bern, diese **Karten-Sets (10 Berner-Sujets), inkl. Couverts zum Preis von Fr. 15.–** zu kaufen. Kommen Sie doch vorbei!



Schenker druck ag

Breitenrainstrasse 17, 3000 Bern 22, Tel. 031 331 58 22

Beitrittserklärung

Ich/wir möchte/h dem Schosshalden-Ostring-Murifeld-Leist beitreten.

Der Jahresbeitrag beträgt für Einzelmitglieder Fr. 21.– und für Ehepaare Fr. 32.–.

Name

Vorname

Strasse

PLZ/Ort

Geburtsdatum

Datum, Unterschrift

Einsenden an:
Schosshalden-Ostring-Murifeld-Leist
Muristr. 21a, Postfach 540, 3000 Bern 31

Rätselseite

Gewinnerin des Preisrätsels ist Herr Franz Stalder, Schosshaldenstrasse 16, 3006 Bern. Wir gratulieren und wünschen viel Vergnügen beim Einlösen des Gutscheines.

Auch in dieser Ausgabe gibt es wieder einen Preis zu gewinnen. Wir vergeben wiederum einen Gutschein für Konsumationen in unserem Leistlokal am Egelsee im Wert von CHF 20.–. Der Gutschein kann entweder am Samstag oder während einem unserer Festanlässe eingelöst werden.

Senden Sie bis am 31. Dezember 2010 eines der ausgefüllten Rätsel ein, an Schosshalden-Ostring-Murifeld-Leist, Muristrasse 21a, Postfach 540, 3000 Bern 31. Bitte Absender nicht vergessen. Viel Glück!

Lösungen von der letzten Nummer:

Brückenrätsel:
Lange Rede kurzer Sinn

Sudoku:

8	2	3	7	1	4	6	5	9
7	9	6	2	3	5	8	1	4
5	4	1	9	8	6	2	7	3
9	6	4	1	5	2	7	3	8
1	5	7	3	9	8	4	2	6
3	8	2	6	4	7	1	9	5
6	3	9	4	7	1	5	8	2
4	1	5	8	2	3	9	6	7
2	7	8	5	6	9	3	4	1

Brückenrätsel:

Setzen Sie die Brückenwörter so ein, dass diese jeweils mit den Wörtern links / rechts einen sinnvollen Begriff ergeben. Wer alles richtig macht, erhält in der Mitte ein bekanntes Sprichwort.

Brückenwörter: Massen, Eil, Wort, Hass, Loki, Mohn, Gurt, Silber, Licht, Spiel, Mut, Lohn, Wurst, Talk, Geduld, Offen, Rund

SCHLAF	■	■	■	■	■	■	■	■	BAUER
EHREN	■	■	■	■	■	■	■	■	BRUCH
FERNSEH	■	■	■	■	■	■	■	■	SHOW
GEFAENGNIS	■	■	■	■	■	■	■	■	GANG
FREMDE	■	■	■	■	■	■	■	■	GEFUEHL
LÄNDER	■	■	■	■	■	■	■	■	PAUSE
REAL	■	■	■	■	■	■	■	■	NIVEAU
DAMPF	■	■	■	■	■	■	■	■	FUEHRER
LEDER	■	■	■	■	■	■	■	■	SCHNALLE
ARBEITER	■	■	■	■	■	■	■	■	STREIK
ANLEIHEN	■	■	■	■	■	■	■	■	MARKT
ENGELS	■	■	■	■	■	■	■	■	KRAFT
LANGZEIT	■	■	■	■	■	■	■	■	PROBE
ABWERTUNGS	■	■	■	■	■	■	■	■	LAUF
TAFEL	■	■	■	■	■	■	■	■	RAUB
GROSS	■	■	■	■	■	■	■	■	BEWEIS
LEBER	■	■	■	■	■	■	■	■	SCHMAUS

Sudoku:

In die leeren Felder können alle Zahlen von 1 bis 9 eingefüllt werden. Aber: In jeder Zeile, jeder Spalte und jedem 3x3-Quadrat müssen alle Zahlen von 1 bis 9 vorhanden sein – ohne dass eine Zahl fehlt oder sich wiederholt.

6		2				4		7
	4	7		9		2	5	
		1	7		2	6		
5								9
		6	9		4	5		
	1	8		2		9	3	
9		4				8		6

Lösungen von allen Rätseln in der nächsten Nummer.

Wir nehmen Ihre Anliegen persönlich!



winterthur

Finanzielle Sicherheit / **neu definiert**

Hauptagentur
Philipp Schüpbach
Egelgasse 74
3000 Bern 31
Fon +41(0)313 501 501
Fax +41(0)313 501 502
philipp.schuepbach@axa-winterthur.ch

www.axabern.ch



Witschi AG
Tel. 031 352 00 22
Fax 031 352 75 62

**Malerarbeiten
Renovationen**

Bürglenstrasse 66
3006 Bern

Vorstufe
Gestaltung
Offsetdruck
Digitaldruck
Reliefdruck
Heissfolien
Verlag



*W*ir bedanken uns
für die gute Zusammen-
arbeit und das entgegen-
gebrachte Vertrauen.

*W*ir wünschen Ihnen
viel Glück und Erfolg,
erholsame Feiertage
und einen guten Start
in das neue Jahr.

Breitenrainstrasse 17
3000 Bern 22
Tel. 031 331 58 22
info@schenkerdruck.ch
www.schenkerdruck.ch

GESUNDHEITSPRAXIS
GANZHEITLICHE KÖRPERBEHANDLUNG



POLARITY
FUSSREFLEX
MASSAGE
FOCUSING

Verena Reinhard Morgenthaler
Dipl. Pflegefachfrau AKP
Polaritytherapeutin, Focusingtrainerin
Praxis: Klaraweg 27, 3006 Bern
079 370 73 56

kursaal
bern

Festtage im Lichterglanz



- ◆ Vielseitiges Adverts-Programm
- ◆ Kulinarische Höhenflüge
und weihnachtliche Inspirationen
- ◆ Festliche Silvesternacht

Informationen & Reservationen:
www.kursaal-bern.ch
oder Telefon 031 339 50 40



KURSAAL BERN
Kornhausstrasse 3, CH-3000 Bern 25



Neue Öffnungszeiten ab 1. Januar 2011

Montag	geschlossen
Dienstag	08:30 - 12:00 13:30 - 18:30
Mittwoch-	08:30 - 12:00
Freitag	13:30 - 17:00
Samstag	08:30 - 12:00

Stoff- und Näh-Paradies

Myrte Bart

Bahnhofstrasse 10

3072 Ostermundigen

+41 (0)31 932 40 70

stoff@naehparadies.ch

www.naehparadies.ch

Spitex Plus

Ihre persönliche Spitex

- Von Krankenkassen anerkannt
- Pflege, Betreuung, Haushalt
- Flexibler Einsatz, 24h
- Konstantes Pflegeteam
- Erfüllung individueller Wünsche

Telefon 031 302 06 95

info@spitexplus.ch, www.spitexplus.ch

Obstberg Beck

Bäckerei - Konditorei



Schenken Sie sich auch eine neue Figur!

In meinem Beruf als Maurer bin ich körperlich tätig und es ist wichtig für mich, den ganzen Tag genug Energie zu haben.

Keinesfalls wollte ich noch einmal hungern und den frustrierenden Jojo-Effekt erleben, wie vor einiger Zeit, als ich zum Abnehmen Mahlzeiten mit Shakes ersetzte.

Durch Werbung bin ich auf ParaMediForm aufmerksam geworden und habe mich mit meiner Partnerin zu einem Informationsgespräch im Institut in Bern angemeldet.

Ich gebe zu, am Anfang war ich ein bisschen skeptisch. Ich konnte mir nicht vorstellen, dass es so einfach ist, die Ernährung umzustellen und mit genug und regelmässig essen mein Wunschgewicht zu erreichen.

Bald stellte ich aber fest, dass das wunderbar funktioniert. Die Kilos schmolzen dahin und ich fühlte mich wieder fit und vital.

Dank der professionellen und persönlichen Beratung und Unterstützung durch Frau Romy Monachon lernte ich ausserdem viel über mein persönliches Ernährungsprofil und über meine Gesundheit.

Und das Schöne am Ganzen ist, dass ich mir zwischendurch meine heissgeliebte Schwarzwäldertorte gönnen durfte und trotzdem abgenommen habe.

Ich weiss jetzt, dass diese Ernährungsumstellung für mich langfristig der richtige Weg ist, um mein Gewicht zu halten.

Mauro Greco



Mauro Greco, Maurer aus Schwarzenburg, hat 14,5 Kilos abgenommen

Verlieren Sie an Umfang – Gewinnen Sie an Selbstvertrauen!

Abnehmen heisst nicht nur Gewicht loswerden, sondern klar messbar an Umfang verlieren. Wir beraten und begleiten tagtäglich Menschen, die ihr Gewicht reduzieren und erfolgreich ihr Wohlfühlgewicht finden wollen. Melden Sie sich noch heute an und vereinbaren Sie mit uns ein kostenloses und unverbindliches Informationsgespräch.

**Wir freuen uns auf Ihren Anruf!
Tel. 031 311 88 11**



Romy Monachon
ParaMediForm Bern
Neuengasse 20
3011 Bern
bern@paramediform.ch
www.paramediform.ch

**Seit 18 Jahren
erfolgreich!**

**von Ärzten
empfohlen!**

ParaMediForm

Institut für Gesundheit und Wohlbefinden
www.paramediform.ch



Gasser + Bertschy Elektro AG
Steigerweg 17, 3006 Bern
Tel. 031 350 11 77
Fax. 031 350 11 66
www.gb-ag.ch

optik - bötschi

BRILLEN KONTAKTLINSEN

optik bötschi AG
Gerechtigkeitsgasse 65
3011 Bern

Telefon 031 311 20 40
Fax 031 311 34 90
optik.boetschi@bluewin.ch

Das Team Optik Bötschi AG wünscht Ihnen
Frohe Festtage und alles Gute für 2011!

Unser Geschäft ist während der Altjahrs-
woche vom 28.12. bis 31.12.2010 geöffnet.



Bei Abgabe dieses Bons
erhalten Sie

ein
**Weihnachts-
geschenk**

(solange Vorrat, pro Person 1 Bon einlösbar)



**FREUDENBERG
APOTHEKE**



**Frohe
Festtage
wünscht
Ihre**



**FREUDENBERG
APOTHEKE**



Mit Rundum-Service vor Ihrer Haustüre
Giacomettistrasse 15, 3006 Bern, Tel. 031 351 96 33