



SOML-Präsident Patrick Sutter mit Tochter Sara beim «Schlöferle» auf dem Seeli.

Bild: Mathias Wyssenbach

Editorial



Liebe
Egelseefreunde

Bei Drucklegung dieser Ausgabe ist es draussen alles andere als Frühling. Der geliebte Muntermacher lässt sich

bitten. Eigenartig. Petrus hat sich seit dem Spätherbst mit Schnee und Eis verbündet. Und kreierte den «Kühlschrank CH». Die Kälte sollte «unsere Chance» sein, und sie war es auch. Das Eis war dick wie ein mehrstöckiger Hamburger. Bloss härter und bissfest. Am 11. Januar 2009 konnte wieder einmal die Eisbahn Egelsee geöffnet werden. Welche Arbeit, aber auch welche Freude! Begeisterung herrschte, aber sie war nur von kurzer Dauer. Nach vier Tagen machte es keinen Sinn mehr, im Hüttli einen Jagertee kochen zu wollen. Ein Wärmeeinbruch machte alle Hoffnungen zunichte. Dennoch war es für uns ein Erfolg. Eine Zahl gefällig? Am Eröffnungstag tummelten

sich 1850 (in Worten: Tausendachthundertfünfzig) Personen auf dem gefrorenen See. Die Stimmung war wunderbar und so ganz anders als jene auf der Kunsteisbahn auf dem Bundesplatz... Nostalgiker finden in diesem Heft eine aktuelle Doppelseite mit Bildern, die Mathias Wyssenbach on Ice «geschossen» hat.

Aussergewöhnlich war für uns das Interesse der Medien an der Entwicklung am Seeli. Die Tagespresse brachte im Vorfeld des Openings fast tägliche Bulletins. «Eismeister» Patrick Sutter wurde laufend konsultiert. Und wann jemals war das Egelseeli Thema in der Hauptausgabe der Tagesschau von SF 1? Ich traute meinen Augen kaum, zum Start war es soweit.

Wir sind in einem neuen Jahr. Ein bisschen neu ist auch unser Vorstand geworden. Hüttli-Chefin Romi Sutter war längere Zeit die einzige Frau im Vorstand, nun hat der SOML eine zweite Frau gewählt, die sich angeboten hat. Ihr Name: Sonja Huser. Das belebt die Männerriege. Neu ist auch, dass Patrick Sutter die Geschicke des Leistes künftig allein als Präsident führt. Mathias Wyssenbach

will sich als Co-Präsident zurückziehen, jedoch für den Jugend-Seeträff (Konzerte am Samstagabend) weiter zur Verfügung stehen.

Herzlich grüsst Sie: Rolf Mühlemann

Egelsee-Zeitung 2009

Erscheinungsdatum **Redaktionsschluss**

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

Impressum Nr. 1/2009

März 2009, Jahrgang 22
Auflage: 10 800 Exemplare

Herausgeber:
Schosshalden-Ostring-Murifeld-Leist SOML
Muristr. 21 A, 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 Bärengrabens 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

Jahresbericht 2008

Der Leist schaut auf ein ruhiges und in geordneten Bahnen verlaufenes Vereinsjahr zurück. Grundsätzlich kann auf eine wenig veränderte Situation gegenüber Ende 2007 hingewiesen werden. Leider kann sich nicht mancher Leist in der Stadt Bern solch guter Verhältnisse rühmen. Die Zeiten für ehrenamtliche und freiwillige Dienste sind schwer geworden. Daher freuen wir uns ganz besonders, wenn die Unterstützung für und der Zulauf zu unserem Leist noch lange weiter bestehen. Dies wäre jedoch nicht möglich ohne ein paar starke Pferde, die am Vereins-Wagen ziehen.

MITGLIEDERBESTAND

Per Ende 2007 zählte der SOML 624 Personen als Mitglieder, einschliesslich Vorstand sowie Ehren- und Freimitglieder. Im Vereinsjahr 2008 stehen 34 Eintritte 25 Austritten gegenüber. Im letzten Jahr haben wir leider vom Tod folgender Mitglieder erfahren: André Meyer, Moritz Rüfenacht, Ernst Ahorn-Zimmermann, Ernst Bischoff, Rita Müllhaupt, Walter Schindler, Marie-Theres Inäbnit-Haas und Konrad Wolf. Es resultiert ein Mitgliederbestand von 625 per Ende 2008.

TÄTIGKEITEN DES VORSTANDES

Der Vorstand hat sich an vier Sitzungen zur Führung der Geschäfte des Vereins versammelt. Das Jahresprogramm konnte wie vorgesehen umgesetzt werden. Der Vorstand absolvierte das jährliche Kontrollessen in der Spysi, welche zunehmend mit finanziellen Sorgen kämpft. Von den Trägerleuten wurde daher beschlossen, den Beitrag an die Spysi für die Saison 08/09 auf Fr. 1000.– zu erhöhen. Im 2008 wurden in Zusammenarbeit mit der Quartiervertretung 4 und dem Nachbar Kirchenfeld-Brunnadern-Leist zwei Neuzuzügerbegrüssungen im Auftrag der Stadt Bern durchgeführt. Auf Ende des Vereinsjahres treten der Co-Präsident Mathias Wyssenbach und Urs Streit aus dem Vorstand zurück. Für Ihren langjährigen Einsatz und die stete Hilfsbereitschaft ist unser Leist sehr froh und dankbar.

ANLÄSSE

Alle Anlässe konnten wie vorgesehen durchgeführt werden. In der Egelseezeitung wurde jeweils darüber berichtet. Leider wurden die Anlässe im September durch schlechtes Wetter getrübt. Ansonsten konnten wir jeweils eine erfreuliche Zahl von Gästen an den traditionellen Anlässen begrüßen. Leider konnte auch im letzten Jahr die für den Leist wichtige Eisbahn auf dem Egelsee nicht eröffnet werden. Am Neujahr schmolz die gerade dick genug

gewordene Eisschicht schnell dahin. Auf Grund der grossen Nachfrage wurde der Racletteabend im Januar 2009 mit gleichem Erfolg nochmals durchgeführt. Das Helferessen zum Dank für den tollen Einsatz im 2008 findet im Januar 2009 statt. Wir danken allen Lieferanten, Sponsoren und Gönnern für Ihre Unterstützung im letzten Jahr und ganz besonders den Spendern auf den Aufruf in unserer Zeitung.

VERSCHIEDENES

Unsere Zeitung erfreut sich dank einer tollen Redaktion und interessanter Interviews grosser Beliebtheit im Quartier und sogar darüber hinaus. Durch die steigenden Energiepreise fallen die Kosten für den Betrieb im Hüttli immer höher an. Auch stets zunehmende Gebühren und öffentliche Abgaben für dies und das lasten auf unserer Rechnung. Dem steht jedoch ein guter Jahresumsatz im Hüttli gegenüber. Bei einer Einbruchserie im Sommer entstanden unerfreulicher Weise einige versicherte Schäden. So musste der Glaskeramik-Herd vollständig ersetzt werden. Nach einer Verstärkung der Fensterläden blieben die Untaten zum Glück aus.

Allen Helfern und guten Geistern im SOML sei herzlich gedankt für ihre starken Einsätze im 2008!

*Das Co-Präsidium:
Patrick Sutter, Mathias Wyssenbach*



7. Brocante Murifeld

Sa/So, 2./3. Mai 2009, ab 9 Uhr.
Möbel, Geschirr, Nippes, Stoffe,
Geschenke, Bücher, Sportartikel.
Murifeldweg 66 bis 68, 3006 Bern.
Auskünfte: Romy Lehmann
Tel. 031 352 93 77.

Jahresprogramm SOML 2009

- 21.3. Seeträff/Livekonzert ab 21 Uhr
 - 18.4. Seeträff/Livekonzert ab 21 Uhr
 - 23.4. Neumitgliederapéro 18.30 Uhr
 - 03.5. Frühlingsfest/Familienbrunch ab 10 Uhr
 - 16.5. Seeträff/Livekonzert ab 21 Uhr
 - 11.6. Metallharmonie 20 Uhr
Promenadenkonzert
 - 21.6. Ökumenischer Gottesdienst am See 10.45 Uhr
 - 27.6. Fischessen Angelfischerverein ab 11 Uhr
 - 04.7. Seeträff/Livekonzert ab 21 Uhr
- 05.7 – 31.7. Sommerpause**
- 01.8. Nationalfeier/Grillparty ab 16 Uhr
Kinderumzug/Feuerwerk
 - 22.8. Fest 100 Jahre Angelfischerverein Bern
 - 05.9. Erbsuppenkongress ab 11 Uhr
 - 12./13.9. swiss minisail
 - 19.9. Seeträff/Livekonzert ab 21 Uhr
 - 17.10. Seeträff/Livekonzert ab 21 Uhr
 - 14.11. Raclette-Abend ab 18 Uhr
 - 21.11. Seeträff/Livekonzert ab 21 Uhr
 - 05.12. Chlousenfeier mit Besuch Samichlous um 16 Uhr
 - 19. 12. Seeträff/Livekonzert ab 21 Uhr
 - 31. 12. Silvester (Hüttli ab 18 Uhr geöffnet)

Seeträff: Hüttli jeweils bis 19 Uhr geöffnet.

2010

26.2. Hauptversammlung, 19.30

2011

25.2. Hauptversammlung, 19.30

Sitzungen der Quartiergestaltungs- kommission 2009/10

16.6., 26.10.2009; 18.1.2010
Auskunft: 079 270 38 15.
Die Sitzungen finden im Leistlokal statt.
Interessierte Quartierbewohner sind herzlich zu den Sitzungen eingeladen.

Willst du musizieren und gleichzeitig unvergessliche Lagertage erleben?

Vom **4. bis 8. April 09** kannst du dies und vieles mehr im **musikalischen Erlebnislager** der Knabenmusik Bern erleben. Zudem kannst du an der **Lenk** viele neue Schlag- und Blasinstrumente kennen lernen.

Du solltest abenteuerlustig und nicht älter als 12-jährig sein, musst jedoch noch nicht zwingend ein Instrument spielen können.

Die Lagerkosten betragen CHF 270.- alles inklusive. Wir freuen uns auf dich!

Melde dich noch heute an:
www.kmbern.ch oder
079 767 52 00



Cartoon: Kurt Goetz

Bisch drby?



Die Gesundheitspraxis in Ihrer Nähe!

Reflexzonen-therapie am Fuss und Ortho-Bionomy®



Mit meiner langjährigen, therapeutischen Erfahrung begleite ich Sie gerne auf dem Weg zu Ihrem Wohlbefinden.

Überzeugen Sie sich selber und vereinbaren Sie einen Termin.

**Ursula Merz-Budmiger, dipl. Pflegefachfrau,
Balmerstrasse 10, 3006 Bern, Tel. 079 375 51 78**

Hier könnte Ihr Inserat stehen!

Ergreifen Sie die Möglichkeit für ihre Firma, ihr Unternehmen zu werben und inserieren Sie in der Egelsee-Zeitung!

1 x Erscheinen: Fr. 150.- (exkl. MWST)	Wiederholungsrabatt! 2 x 5% · 3 x 7,5% · 4 x 10%
---	---

Schenker druck ag Breitenrainstrasse 17 · 3000 Bern 22
Telefon 031 331 58 22 · Fax 031 332 42 00 · info@schenkerdruck.ch

Die **Aktionsgruppe Stoffe + Energie** organisiert zusammen mit *bermmobil*, der Abfallentsorgung und dem Quartiertreff Punto in Bern den

10. Berner Bring- und Holtag

Auch dieses Jahr mit viel Spielzeug!



HLDUCH

Sie geben Gegenstände ab (**gratis**) und/oder Sie holen, soviel Sie tragen können (**CHF 7.-**).

Samstag, 25. April 2009 9.00 – 15.00
Tramdepot Burgernziel

Ein Tip: lassen Sie Ihr Auto zu Hause, die Verkehrsverhältnisse auf dem Areal sind prekär. Nehmen Sie stattdessen das Tram 3 oder 5 bis Haltestelle Brunnadenstrasse oder verwenden Sie einen Leiterwagen.

Wichtige Spielregeln:

- Bringen Sie nur tragbare Gegenstände; keine grossen Möbel, Polstergruppen und Matratzen. Auch gesunde Zimmerpflanzen werden gerne entgegengenommen.
- Geben Sie ihre Gegenstände nur dem offiziellen Personal ab.
- Die Gegenstände müssen brauchbar und funktionstüchtig sein; keine giftigen Produkte, keine Kühlschränke, keine Skis und Snowboards.
- Zutritt zum Gelände: 7.- CHF, Ermässigung für Kinder und Familien
- **Händler und Profiteure sind unerwünscht.**

Zusammenarbeit mit GUMP- & DRAHTESEL :: Arbeit mit Perspektiven

Aktionsgruppe Stoffe+Energie, Ensingerstr. 8, 3006 Bern, Telefon 031 352 68 30, nplus@mac.com



Raritäten... Bücher... Geschirr... Kleider... PC... Geräte...

... und ab 18.00: Zehnersprung-Party im PUNTO

Leist-Aktivitäten

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

11. JUNI 2009, 20 UHR

Promenadenkonzert der Metallharmonie Bern

Das Leistlokal ist ab 19 Uhr geöffnet. Das «Hüttli-Team» erwartet Sie mit Rauchwurstli und Brot, diversen Glacespezialitäten sowie mit einer reichhaltigen Getränkekarte.



23. APRIL 2009, 18.30 UHR

Neumitglieder-Apéro

Nach den bisherigen guten Erfahrungen möchten wir auch dieses Jahr die Neumitglieder zu einem Apéro einladen. Das Hüttli-Team am romantischen Seeli ist für Sie bereit. Herzlich willkommen!



21. JUNI 2009, 10.45 UHR

Ökumenischer Gottesdienst

Der Gottesdienst wird vom Chor der Heilsarmee unterstützt. Anschliessend lädt die Kirchgemeinde zum Apéro ein. Wir freuen uns, Sie zahlreich begrüssen zu dürfen.



3. MAI 2009, AB 10 UHR

Frühlingsfest Familienbrunch

Das «Hüttli-Team» erwartet Sie mit einem reichhaltigen Frühstück und zum gemütlichen Beisammensein.



Leist-News

Veränderungen im Vorstand

Seit der Hauptversammlung des Schosshalden-Ostring-Murifeld-Leistes (SOML) vom 20. Februar 2009 hat der Vorstand, nach dem Rücktritt von Mathias Wyssenbach und Urs Streit, zwei neue Mitglieder. Sie gaben über sich der Egelsee-Zeitung Auskunft.

NEU IM VORSTAND:

SONJA HUSER

Im August werden es drei Jahre sein, in denen Sonja Huser (58) viel Hilfsbereitschaft für den SOML aufbringt. Den Egelsee kennt sie von Kindsbeinen an und wohnt heute an der Bürglenstrasse. Sie freundete sich eines Tages mit Romi und Anna-Marie im Leist-Hüttli an. «Die beiden fragten, ob ich im Team mitmachen



möchte», erklärt Sonja. Die Antwort: «Ich habe mir das gut überlegt und kam zum Schluss, dass ich das sehr gerne machen würde. Das gibt mir viel Zufriedenheit und Abwechslung.» Sonja ist nämlich zu 80 Prozent berufstätig beim Straf- und Massnahmenvollzug beim Bundesamt für Justiz. 2009 feiert sie notabene das 30-Jahr-Jubiläum!

NEU IM VORSTAND:

THOMAS MÜLLER

Er ist aufgefallen beim Schaben des Käses am Raclette-Abend in Diensten des Hüttli-Teams: Thomas Müller (39). «Ich kenne diesen Leist eigentlich durch das langjährige Mitglied Sonja Thierstein», berichtet Thomas. Weil er von sich sagt: «Ich bin ein Macher-Typ», hat er auch gleich seine Hilfe im Leist angeboten und hat sich bestens eingefügt. Von Beruf ist Thomas Müller Bestattungs-Unternehmer: «Ich übe den Beruf seit elf Jahren



mit Leib und Seele aus, aber ich helfe und organisiere auch gerne woanders.» Seit drei Jahren ist Thomas Müller selbständiger Unternehmer mit vier Firmen-Standorten im Raum Bern. Bitte keine falschen Schlüsse ziehen: Thomas ist kein Finsterling und hat einen feinen Humor.

Text: Rolf Mühlemann
Bilder: Florian Eng



Stadt Bern
Direktion für Bildung
Soziales und Sport

Alters- und Versicherungsamt

Geschichten und Gesichter des Alters



Referate und Gespräche zu 4 spannenden
Themen • Info-Märit hinter dem Kornhaus

Eintritt frei • Programm-Bestellung:
Tel. 031 321 63 11 oder ava@bern.ch



Städtisches Altersforum
Dienstag, 12. Mai 2009
9–16.30 Uhr
Kornhausforum Bern



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

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



**Alles für Ihre Gesundheit
und Ihr Wohlbefinden!**

**Mit Fachwissen und Herz
sind wir immer für Sie da!**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

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

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



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



Gasser + Bertschy Elektro AG

Elektro-, Telefon-, EDV-Installationen

Steigerweg 17 ● 3006 Bern
Telefon 031 350 11 77
www.gb-ag.ch ● info@gb-ag.ch

Jahresbericht QGK 2008

Die QGK beschäftigte sich im vergangenen Jahr vor allem mit den folgenden Themen:

Der Verlauf der Sanierung des Egelsees wurde von der QGK weiter kritisch beobachtet.

Im Rahmen der Quartierplanung wurden über die Quartiervertretung «Quav4» die Anliegen des Quartiers beim Stadtplanungsamt deponiert. Zu erwähnen sind insbesondere:

- Eine direkte Fussgängerverbindung vom Obstberg zum Rosengarten.
- Die Aufrechterhaltung der Buslinie 12 Länggasse – «Zentrum Paul Klee» als Durchmesserlinie .
- Die Schaffung einer frei zugänglichen Grünanlage mit Spielplatz für das Burgfeldquartier.
- Die Umwandlung von Strassen im Burgfeld zu Begegnungszonen.
- Die Empfehlung zwischen dem Thunplatz und dem Burgernziel eine Umge-

staltung des Strassenraumes analog von Wabern zu prüfen.

- Auf der Bolligenallee soll ein Velostreifen installiert werden.
- Für die Bewohner entlang der Laubeggstrasse sowie entlang des Schermenweges für die Berna-Genossenschaft sollen Lärmschutzmassnahmen vorgesehen werden.
- Im ganzen Stadtteil sind zu wenig Kinderbetreuungsstätten vorhanden, Angebot soll ausgedehnt werden.
- Die Stadt Bern soll sich für höhere Kapazitäten auf den S-Bahnstrecken einsetzen, um dadurch eine Entlastung auf den Strassen zu erreichen.
- Das langjährige Mitglied Christoph Müller ist unter Angabe gesundheitlicher Gründe aus der QGK ausgetreten. Der Vorsitzende bedankt sich bei Christoph Müller herzlich für das grosse Engagement über die lange Zeit hinweg und wünscht im viel Elan für alles was er nun anpacken will.

Der Vorsitzende bedankt sich bei den Leistmitgliedern für das erwiesene Vertrauen und möchte bei dieser Gelegenheit einmal mehr aufrufen, bei der Arbeitsgruppe mitzuarbeiten. Es wäre sehr erfreulich, wenn sich insbesondere auch wieder jüngere Leute und Gewerbevertreter zur Mitarbeit entschliessen könnten, in der QGK mitzuwirken.

Bern, 12. Januar 09
Melchior Dodel



«Geschichten und Gesichter des Alters»: Das 5. Städtische Altersforum am 12. Mai 2009 im Kornhausforum

Wie jedes zweite Jahr findet im Kornhaus ein Altersforum statt, mit Referaten, Gesprächen, Informationen und Unterhaltung zum Thema Alter. Das Altersforum richtet sich an interessierte Senioren und Seniorinnen. Unter dem diesjährigen Motto «Geschichten und Gesichter des Alters» will es Wissen weitergeben, zum Denken anregen und Diskussionen ermöglichen. An einem «Infomärkt» werden verschiedene Dienstleistungen und Angebote vorgestellt.

Auch dieses Jahr konnten wieder interessante Persönlichkeiten als Referentinnen und Referenten gewonnen werden: Gemeinderätin Edith Olibet, Vorsteherin der Direktion für Bildung, Soziales und Sport, eröffnet die Tagung. Der Schrift-

steller Pedro Lenz sorgt für einen poetisch-literarischen Einstieg, gefolgt von Professor François Höpflinger, welcher über das Alter(n) aus soziologischer Sicht berichtet. In vier parallelen Veranstaltungen werden in Referaten und Podiumsdiskussionen mit Fachleuten sowie Betroffenen die Themen «Zeit im Alter», «Migration und Alter», «Daheim im Heim» sowie «Angehörige betreuen» vertieft.

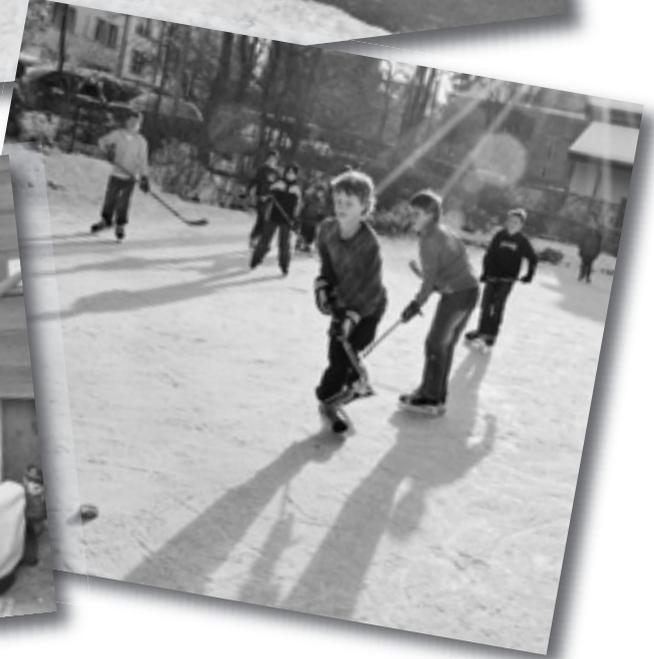
Das Forum ist gratis und findet am 12. Mai 2009 zwischen 9.00 – 17.00 Uhr statt. Mehr als 300 Besucher und Besucherinnen werden erwartet; Anmeldung ist keine erforderlich. Am Morgen werden Gipfeli und Kaffee gratis serviert; am Mittag besteht die Möglichkeit, sich preiswert zu verpflegen. Hinter dem Kornhaus findet der so genannte Info-

märkt statt. Engagierte Organisationen stellen ihre Angebote vor und stehen für Fragen und Gespräche zur Verfügung. Ein besonderes Highlight am Nachmittag ist der Auftritt von Kindergärten, die gemeinsam mit Seniorinnen und Senioren alte Volkslieder singen.

Das Altersforum wird vom Alters- und Versicherungsamt der Stadt Bern initiiert und zusammen mit engagierten Senioren und Seniorinnen und allen grösseren Altersorganisationen der Stadt Bern vorbereitet und organisiert. Es hat zum Ziel die Auseinandersetzung der Bevölkerung mit Fragen rund um das Alter werden zu fördern. Das Programm kann unter der Nummer 031 321 63 11 oder per E-Mail (ava@bern.ch) bestellt werden.

Egelsee Schlittschuh-Saison 11. bis 14.1.2009





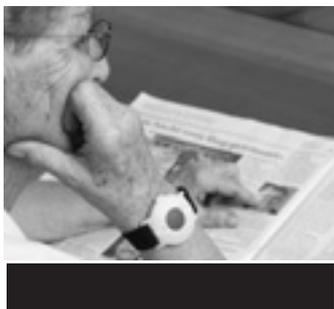
Bilder: Mathias Wyssenbach



Sie lieben es. Wir versichern es.

Die Nummer 1 unter den Motorfahrzeug-Versicherern.

AXA Winterthur, Hauptagentur Philipp Schüpbach, Egelgasse 74, 3000 Bern 31, Telefon 031 350 15 01
 Fax 031 350 15 02, philipp.schuepbach@axa-winterthur.ch, www.bern-ostring.winteam.ch



**Sicherheit
 rund um die Uhr
 Rotkreuz-
 Notrufsystem**

031 384 02 00
 notruf@srk-bern.ch

**Thomas Müller
 Bestattungsdienst**
 Pietät und Würde



Eigerstrasse 19, 3007 Bern

079 457 06 58

www.bestattungsdienst-mueller.ch

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



-vielseitiges, knuspriges Brotsortiment
 welches wir täglich frisch
 für Sie backen

-feinstes, auserlesenes
 Wienerkonfekt ...mmhh....

oder
 geniessen Sie in unserem

Tea - Room Rödi

die abwechslungsreichen Tagesmenues,
 welche liebevoll für Sie zubereitet werden.

...“gluschtig ?“...

C+M.Roth & U.Röthlisberger
 Bantigerstrasse 25 / 27 3006 Bern
 Bäckerei Tel. 031/ 352 42 32
 Tea-Room Tel. 031/ 352 03 84

**Ihre Ferien und
 Reisen beginnen
 im Quartier!**



Ostring 42, 3000 Bern 31
 Tel. **031 351 51 15**, Fax 031 352 06 70
 ostring@swissonline.ch

Öffnungszeiten:
 Mo - Fr 09.00h - 12.00h, 13.30h - 18.30h

ag traveltrend

Muristrasse 89, 3006 Bern
 Tel. **031 350 15 15**, Fax 031 351 26 61
 info@agtraveltrend.ch
 Öffnungszeiten:
 Mo-Fr 09.00h - 18.00h
 Sa 09.00h - 13.30h

Der
 Skandinavien
 Spezialist



Jetzt sofort anrufen oder vorbeikommen!

«Jede Frau ist eine Göttin»

Die in der Nähe des Egelsees aufgewachsene Pamela Guggenheim (47) war bis vor zehn Jahren bei Radio extraBern und bei TeleBärn ein Begriff. Dann begann sie ein neues und anderes Berufsleben. Heute ist sie ausgebildete Therapeutin und brachte ihr erstes Buch heraus. Titel: «Ich, die Göttin».

Egelsee-Zeitung: Pamela Guggenheim: Wir sitzen uns hier nicht am Seeli gegenüber, sondern an einem ruhigen Nachmittag im gemütlichen Bistro Café des Pyrénées am Kornhausplatz in Bern. Warum?

Pamela Guggenheim: Warum auch nicht? Das Leistlokal am Seeli ist nur am Samstagnachmittag oder für spezielle Veranstaltungen geöffnet. Ich bin ab und zu dort. Ich habe eine starke Neigung zum Egelsee: Wir wohnten jahrelang am Friedhofweg in der Oberen Schosshalde. Dort bin ich aufgewachsen.

Egelsee-Zeitung: Sogar am Vorsilvester und am Raclette-Abend waren Sie Gast im Hüttli am See. Wo immer Sie auch sind, Sie haben etwas zu erzählen. In diesem Fall geht es darum, dass Sie Ihr erstes Buch veröffentlicht haben. Man kennt Sie primär aus den Medien. Dort haben Sie doch einiges bewegt?

Pamela Guggenheim: Ich war ab 1988 Moderatorin, Redaktorin und Ausbildnerin, u.a. bei Radio extraBern (Capital FM),

«Als ich 1988 bei Radio und TV begann, waren das andere Metiers.»



Aufmerksam und kritisch hört sich Pamela die Interviewfragen an.



Egelsee-Redaktor Rolf Mühlemann beim Gespräch mit Autorin Pamela Guggenheim über ihr kürzlich erschienenes Buch «Ich, die Göttin».

Radio Emme AG, TeleBärn AG, dort als Gesprächsleiterin mit einer eigenen Talk-Sendung. Ich fand das anno dazumal tolle Jobs und habe dabei viel gelernt.

Egelsee-Zeitung: Da hat sich seither wohl manches geändert?

Pamela Guggenheim: Als ich begann, waren das andere Metiers. Man legte sel-

«Ferien, Turnen und Pausen waren meine Lieblingsfächer.»

ber die Platten auf, machte eigens die Redaktion, konnte die Programme und Gesprächsgäste frei wählen. Heute ist das langweiliger geworden, alles ist vorgegeben und der Computer macht die Hauptarbeit.

Egelsee-Zeitung: Und der möglichen Fernsehkarriere haben Sie nicht nachgetrauert?

Pamela Guggenheim: Ich war sehr froh, Fernsehen bei TeleBärn machen zu dürfen, um zu merken, dass es das wohl nicht sein kann. Ich fand es schade, dass das persönliche Erscheinungsbild, das Aussehen, das Kosmetische, die Frisur und die Kleidung immer wichtiger wurden als das Inhaltliche. Im Jahr 1998 beschloss ich, einen andern Weg zu gehen.

Egelsee-Zeitung: Jetzt nähern wir uns im Gespräch Ihrem Buch?

Pamela Guggenheim: Noch nicht. Zunächst hatte ich damals, durch meine



WITSCHI AG
031 352 00 22

Malerarbeiten
Renovationen
Ablaugebetrieb
Bürglenstrasse 66
3006 Bern

Topmodische Stoffe Riesenauswahl Mercerie – Reissverschlüsse – Nähkurse



Stoff - und Näh - Paradies

Bahnhofstr. 10, 3072 Ostermundigen
Tel. 031 932 40 70, Myrte Bart



031 371 11 11

Gratisnummer 0800 55 42 32

*Taxi- und Kleinbusbetrieb
Grosstaxi für 6 Personen zum Normaltarif
Gruppenreisen in Kleinbussen bis 16 Personen
Verlangen Sie eine Offerte!*

www.baerentaxi.ch

Patronat Naturhistorisches Museum Bern

www.pilzverein-ostermundigen.ch



PILZ-BESTIMMUNGS-KURS 2009

Beginn 20. April, Ende 12. Oktober

45 Lektionen: 8 Abende 19.30–21.30 Uhr
4 Exkursionen, Kochkurs und Mittagessen.

Kursort: Naturhistorisches Museum Bern

Preis: Fr. 438.– inkl. Pilzbestimmungsbuch und Kurs-
Dokumentation. Jugendliche Fr. 238.–.

Auskünfte und Anmeldungen:

Werner Zimmermann, Feld 6, 3045 Meikirch
Telefon 031 829 41 04, pvokurse@gmail.com

c'mon



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



Einladung für Frauen und Männer 65+

zum Gruppenkurs: «Älter werden – gesund und selbständig bleiben»

Datum: Mittwoch, den 13. Mai 2009

Ort: Calvinhaus, Marienstrasse 8, Bern

Zeit: 14.00 bis 17.15 Uhr

Im ersten Teil werden folgende Fachreferate gehalten:

- Bewegung (dipl. Physiotherapeutin)
Sturzprävention
- Ernährung (dipl. Ernährungsberaterin HF)
- Soziales (dipl. Sozialarbeiterin)

Im zweiten Teil findet eine Vertiefung in Gruppen statt.

Es besteht die Möglichkeit den Fachreferent:innen
Fragen zu stellen.

*Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung bitte jeweils
14 Tage vor Kursbeginn: Tel. 031 359 03 03 oder
per Mail an anna.hirsbrunner@be.pro-senectute.ch*

«Man muss seine eigenen Stärken und Stolpersteine erkennen.»

Tochter Sabrina, Kontakte zu einer Kinesiologin. Dadurch ging ich in Workshops und las Bücher. Dann machte ich eine vierjährige, therapeutische Ausbildung im Zentrum für Psychosynthese in Bern. Dabei lernte ich sehr viel über Selbsterfahrung.

Egelsee-Zeitung: Was ist dabei heraus gekommen?

Pamela Guggenheim: Vor allem der Kernsatz: «Das allergrösste Geschenk an Dich selbst, bist Du selbst.» Es geht darum, sich und seine Fähigkeiten zu entdecken. Sage Dir: «Gestalte Dein Leben so, wie es Dir gefällt. Denn wie Dein Leben weitergeht, das bestimmst Du!»

Egelsee-Zeitung: So ist für Sie auch die Weiterbildung in psychologischer Astrologie mit Diplomabschluss im Jahr 2008 nicht ausgeblieben. Was herrschen dort für Denkansätze?

Pamela Guggenheim: Es geht nicht darum, wie bei Elisabeth Teissier oder generell den Autoren von Horoskopern, sagen zu können, was morgen oder übermorgen passiert. Die psychologische Astrologie geht davon aus, dass der

«Im Grunde genommen ist doch jede Frau eine Göttin ...»



Ein Lächeln fehlt oft nicht: Pamela sieht nicht alles absolut todernst.

Mensch im Mittelpunkt steht, seinen eigenen Willen hat und nicht bedingungslos seinem Schicksal ausgeliefert ist. Man muss seine eigenen Stärken und Stolpersteine erkennen.

Egelsee-Zeitung: Diese Erkenntnisse geben Sie nun beruflich weiter?

Pamela Guggenheim: Ja, vielleicht im Sinne eines Coaches. Besser gefällt mir der Begriff Guide - Menschen führen und begleiten. In meiner Praxis biete ich Einzelsitzungen und Kurse an.

Egelsee-Zeitung: Sind Sie eigentlich enorm lernwillig?

Pamela Guggenheim: Die Schule war für mich eher ein Horror. Ferien, Turnen und Pausen waren meine Lieblingsfächer. Ich bekam Freude am Lernen erst in den späteren Ausbildungen.

«Es geht im Buch vor allem um das Ich im Menschen.»

Egelsee-Zeitung: Arbeitswillig hingegen sind Sie sehr! Pamelas erstes Buch ist kürzlich erschienen. Der Titel: «Ich, die Göttin». Klingt nicht gerade bescheiden?

Pamela Guggenheim: Ich habe mir mit diesem Buch einen Kindheitstraum erfüllt. Viele Ansätze blieben vorher in der Schublade stecken, aber plötzlich «lief» es. Und nach einiger Zeit war das Projekt fertig und druckreif.

Egelsee-Zeitung: Wie lautete das ursprüngliche Konzept?

Pamela Guggenheim: Ich hatte im Kopf zwölf Frauen. Diese weiblichen Wesen begegnen der Protagonistin als unterschiedliche Göttinnen und nehmen sie mit, jede in ein anderes Land. Dort wird die Protagonistin mit der Geschichte des Frauseins konfrontiert und erlebt so die Begegnung mit dem eigenen Ich. Zu den bekannteren mythologischen Göttinnen in diesem Roman zählen sicher Artemis und Athene, Aphrodite und Selene, Demeter und Lakshmi. Das Buch entstand – mit kleineren Unterbrüchen – aus einem Guss und umfasst 485 Seiten.

Egelsee-Zeitung: Wurde Ihnen wegen des Titels Arroganz vorgeworfen?



Nicht ohne Stolz verweist Pamela auf ihr 485-Seiten-Romanwerk.

Pamela Guggenheim: Zuerst hiess das Buch «Die Schwesternschaft». Das gefiel dem Verlag nicht. Meinem Umfeld auch nicht. Weil es vor allem um das Ich im Menschen geht, entschied ich mich für: «Ich, die Göttin». Darüber hat sich bisher niemand beklagt. Das Buch spricht primär Frauen an. Im Grunde genommen ist doch jede Frau eine Göttin...

*Interview: Rolf Mühlemann
Bilder: Josef Krenn*

Pamela Anna Guggenheim

Geboren am 22. Januar 1962. Tochter von Ursula und Thomas Guggenheim, Seit 1983 Mutter (Tochter Sabrina) und inzwischen auch Grossmutter. Wohnhaft in Bern machte Pamela lokale Medienkarriere u.a. bei Radio etraBern und beim Lokalfernsehen TeleBärn. 1998 wandte sich Pamela von den elektronischen Medien ab, bildete sich in psychologischen Bereichen aus, hat eine eigene Praxis und schrieb ihr erstes Buch, den Roman: «Ich, die Göttin», erschienen im Hierophant-Verlag. Nun folgt dazu ein Übungs- und Meditationsbuch. Am Sonntag, 22. März 2009, 17 Uhr, veranstaltet Pamela eine Buchvernissage mit Lesung. Ort: Galerie Doktorhaus, Thunstrasse 7, 3672 Oberdiessbach.
Anmeldung/Infos:
Tel./Fax 031 311 70 71
pamelannag@yahoo.de
www.energievoll.ch

Rätselseite

Gewinner des Preisrätsels ist Herr Jiri Pochobradski, Frikartweg 8A, 3006 Bern. Wir gratulieren und wünschen viel Vergnügen beim Einlösen der Gutscheine.

Auch in dieser Ausgabe gibt es wieder ein Pizzaessen für zwei Personen (ohne Getränke) im Restaurant Pizzeria Presto im Burgernziel zu gewinnen.

Senden Sie bis am 31. März 2009 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:

Es ist nicht alles Gold was glänzt.

Sudoku:

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

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: Ring, Egel, Ritter, Winter, Tabak, Wagen, Mond, Lohn, Milch, Wort, Bar, Brief, Morgen, Wein, Regen, Art, Wasser, Vogel

SCHNUPF								PFLANZE
ÜBER								ROT
NACH								SCHAFT
HEU								RAD
LAND								BOGEN
FAMILIEN								TRÄGER
LIEBES								PAPIER
TIER								DECO
VOLL								FLASCHE
MÄRCHEN								MANTEL
SING								NEST
RAUB								SAAL
WEIH								WERK
TAGES								AUSFALL
EHREN								WAHL
BLUT								SEE
PORT								KELLER
OSTER								LICHT

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.

Lösungen von allen Rätseln in der nächsten Nummer.

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

Coco Chanel:

«Lebenskunst ist die Kunst des richtigen Weglassens»



Gabrielle «Coco» Chanel, 1883–1971
berühmte französische Modemacherin

Sie erhalten bei uns das Wissen um die entscheidenden Zusammenhänge. Mehr Lebensfreude – weniger Kilos. **Machen Sie den ersten Schritt. Rufen Sie an.**

ParaMediForm Bern
Romy Monachon
Neuengasse 20
3011 Bern

Tel. 031 311 88 11
bern@paramediform.ch



Daniel Kuli
aus Laufenlingen
hat 20 kg
abgenommen

Maria Isabel
Perez aus Bern
hat 22 kg
abgenommen



Institut für Gesundheit und Wohlbefinden
www.paramediform.ch

individuelle Beratung
mit normalen Lebensmitteln
über 15 Jahre erfolgreich

**DIMITRI
SCAPA**

kunstreich

Galerie, Einrahmungen, Kunsthandel
Gerechtigkeitsgasse 76 CH-3011 Bern
Tel. 031 311 48 49 Fax 031 311 48 40
info@kunstreich.ch www.kunstreich.ch

Die Ausstellung dauert
bis zum 29. März 2009



DIMITRI

SCAPA

Öffnungszeiten Galerie
Mo bis Fr 9 – 18.30 Uhr,
Sa 9 – 16 Uhr

Kosmetikstudio Diana

Diana Peter

Kosmetikerin mit Diplom der KFB
Mitglied SFK Schweizer Fachverband für Kosmetik
Mülinenstrasse 37, 3006 Bern, Telefon 031 351 22 02

Diverse Gesichtspflegen
Haarentfernung
Wimpern – und Brauenfärbung
Make – up, Massage

Med Beauty Produkte
Kosmetik nach Dr. med H. Gerny
Bei mir erhältlich.

Vorstufe
Gestaltung
Offsetdruck
Digitaldruck
Reliefdruck
Heissfolien
Verlag

Schenkerdruck AG

Keiner zu klein
unser Kunde zu sein!



Briefpapiere . Visitenkarten
Kuverts . Korrespondenzkarten
Flyer . Mailings . Garnituren
Plakate . Broschüren . Ordner
Mappen . Kalender . Bücher
Postkarten . Kataloge
Tischsets . Schreibblöcke
und vieles mehr...

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

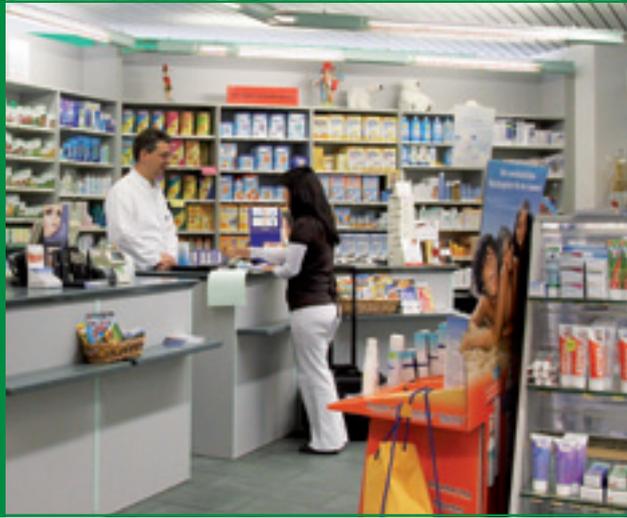
HERZOG

**baut auf
baut um
baut an**

Zimmerei Bau Schreinerei Tel. 031 330 40 70 www.herzogbau.ch

**Der Rundum-
Service vor
Ihrer
Haustüre...**

**...damit Sie
rundum gesund
bleiben!**



Öffnungszeiten:

Mo – Do 8.00 – 19.00 Uhr
Freitag 8.00 – 20.00 Uhr
Samstag 8.00 – 17.00 Uhr

**Freudenberg Apotheke
Bern-Ostring
Tel. 031 351 96 33**



**FREUDENBERG
APOTHEKE**

**So klar, so bunt, so scharf –
Sehen, wie nie zuvor.**

Machen Sie jetzt den Test und erleben Sie den Unterschied mit der i.Scription-Korrektur von Carl Zeiss Vision – unverbindlich und kostenlos.



Test durchführen und staunen!



Ohne i.Scription-Gläser.



Deutlich mehr Kontrast mit i.Scription-Gläsern.

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

PRESTO PIZZA

Ristorante Pizzeria Presto

Muristrasse 51, 3006 Bern, Tel. 031 351 72 72

Mittagsaktion!

*Wir offerieren Ihnen Businesslunch
zu Aktions-Preisen!*

Jeden Mittag:

Menu, plus Salat, plus Getränk 0,33 dl (alkoholfrei) Fr. 15.50

Pizza nach Wahl, plus Getränk 0,33 dl (alkoholfrei) Fr. 13.00

*Hauslieferdienst gratis
Keine Mindestbestellung!*

Öffnungszeiten:

Mo bis Fr, 8 bis 23.30 Uhr

Sa, 17 bis 23.30 Uhr; So, 10 bis 22 Uhr

BON
*1 Kaffee
gratis*



Morgens:
Kaffee und Gipfeli Fr. 4.–
Nachmittags:
Kaffee + Dessert Fr. 5.–

BON *ab 2 Pizzen
oder 2 Menüs
Fr. 5.–*



Gültig nur am Abend.
Mit anderen Aktionen
nicht kumulierbar!