UF EM SPRUNG

Ausgabe 78 • September - Dezember 2022

GRAUE PANTHER BERN
GEMEINSAM STATT EINSAM

Editorial

Liebe Sprung-Leserinnen und -Leser

Ich kann es noch kaum fassen: Jetzt liegt also meine erste Ausgabe des «Sprungs» vor!

Ich habe mich mit grossem Respekt, aber auch mit grosser Freude an diese neue Aufgabe gemacht und beides hat sich in den letzten Wochen bestätigt: Es ist keine leichte Aufgabe, in die Fussstapfen von Ursula Hürzeler zu treten. Aber - wie herrlich ist es, wieder eine Zeitschrift gestalten zu können!

In dieser ersten Ausgabe werden euch vor allem zwei Änderungen auffallen: Um die Auffindbarkeit von Beiträgen zu erleichtern, habe ich die Ausschreibungen aller Rubriken **vor** und die Beiträge **nach** dem Rollkalender angeordnet. Zusätzlich wurden die Kalendereinträge mit der Seitenzahl der jeweiligen Beschreibung versehen.

Ich habe auch die Rubriken um eine gekürzt, indem ich «Lernen & Staunen» in die Rubrik «Reisen & Entdecken» integrierte, da beide Rubriken ähnliche Inhalte aufweisen.

Was mich in den letzten Wochen vor allem überraschte und begeisterte, ist die Bereitschaft aller Panther, mir zu helfen, mich zu beraten. Nicht nur mein unermüdlich beistehender Redaktionskollege Daniel Megert, auch alle, die mir Beiträge, Fotos, Ausschreibungen, Anzeigen und Ratschläge lieferten – euch allen herzlichen Dank für eure Unterstützung!

Ich hoffe, dass euch unser gemeinsames «Baby» gefällt, und wünsche euch viel Spass beim Lesen!

Herzlichst,
Carola Androwski

Titelbild: Herbst am Simplon – Foto von Margrit Berger
Rückseite: Herbst im Engadin – Foto von Ursula Hürzeler

Besuch beim Schellenursli im Unterengadin 32

Spielen & Gestalten

Mändig-Plousch-Jass und Spielen 24

Boule spielen 25

Strickhöck 25

Wandern & Bummeln

Doubswanderung von St. Ursanne nach Soubey ***8

Zollbrück-Langnau, entlang der Flüsse Emme und Ilfis * 7

Über den historischen Stockalperweg vom Simplonpass nach Simplon Dorf **+ 6

Über den Forellenpfad zur Tulpenschau nach Morges 38

Acht Jahre Winterwoche mit Richard 36

Essen & Trinken

Sonntags-Mittagessen 21

Vier Schweizer AutorInnen stellen ihre Werke vor 26

Ein Panther-Jahr geht zu Ende... 22

Hören & Mitreden

Patrouille Suisse et Escargots à la minute 52

Projekt Belia: Wie geht's weiter? 55

Kommen & Gehen

Gedenken an eine «Jahrhundertfrau» 51

Neueintritte 50

Todesfälle 50

Spenden 50

Bei den Fabelwesen des Bruno Weber 42

Schauen & Geniessen

Äs isch so wyt: Ciné-Zyt! 28

Über den Dächern von Nizza 29

Giulias Verschwinden 29

Reisen & Entdecken

4-tägige Reise in die Auvergne 15

Die Ausgrabungen von St. Michael, Meiringen 44

2-tägige Carfahrt nach Stresa 46

GA-Ausflug Seefahrt 18

Vitromusée Romont 16

Besuch im Paul Scherrer Institut 48

Der Marktplatz kommt! 56

Die Herbstzeitlosen 28

Vorstand

Impressum 59

Wanderprogramm September - Dezember 2022

Niederscherli – Sensematt/Thörishaus*

Mittwoch, 07. September 2022

Wanderung	Anfangs Februar musste diese Wanderung wetterbedingt abgesagt werden. Vom Bahnhof Niederscherli wandern wir zuerst auf Hartbelag an einem Bauernhof vorbei – mit grandioser Aussicht Richtung Ulmiz / Gurten – und gelangen zur ehemaligen Grabenmühle. Weiter geht's auf bequemen Wanderwegen Richtung Sensematt und schon bald treffen wir zum Schlusseinkehr im Restaurant Sternen in Thörishaus ein.
Besammlung	**12.50h** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Wanderzeit	2h, auf 75 m / ab 110 m
Verpflegung	Getränke für unterwegs / Schlusseinkehr
Kosten	Organisationsbeitrag Fr. 5.– Billetts selber lösen
Fahrplan	Hinfahrt: 13.06 Bern ab, 13.24 Niederscherli an Rückfahrt: 16.23 Thörishaus Dorf ab, 16.40 Bern an
Ausrüstung	Sonnen- / Regenschutz, Wanderschuhe
Anmeldung	Montag, 05.09., telefonisch 09.00-11.00h bei Jean-Jacques Schultheiss
Organisation	Jean-Jacques Schultheiss Telefon 079 969 36 45 Stv. Dorothea Trachsel

Simplon Pass – Simplon Dorf **+

Mittwoch, 14. September 2022

Wanderung	Nach dem Startkaffee machen wir uns auf den Weg… abwärts. Der schmale Pfad des historischen Stockalperweges ist oft etwas steinig und man muss aufpassen. Es hat nur wenige Stellen, die steiler sind (z. B. beim Engiloch). Manchmal ist der Wanderweg nahe der Strasse und daher etwas lärmig. Aber es ist eine grossartige Wanderung.
Besammlung	**07.50h** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Wanderzeit	3,5h, auf 87m, ab 602m
Verpflegung	Picknick, ev. Zeit für Einkehr in der Bäckerei in Simplon Dorf
Kosten	Organisationsbeitrag CHF 5.– Kollektiv-Bahnbillett bei Halbtax-Abo
Fahrplan	Hinfahrt: Bern ab 08.07 – Brig an 09.11 / ab 09.18 – Simplon Pass 09.56 Rückfahrt: Simplon Dorf, Post ab 16.34 – Brig an 17.31 / ab 17.48 – Bern an 18.54
Ausrüstung	Stöcke empfohlen
Anmeldung	Montag, 12.09., telefonisch 09.00-11.00h bei Yolande Burnod
Organisation	Yolande Burnod, Telefon 031 853 11 71 (079 793 55 02 Notfall) Stv. Rita Grimbühler, Telefon 031 991 18 67

Zollbrück – Langnau, entlang der Flüsse Emme und Ifis *

Mittwoch, 28. September 2022

Wanderung	Auf flachen, guten Wegen wandern wir gemütlich den beiden Flüssen entlang Richtung Langnau
Besammlung	**12.05h** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Wanderzeit	2h, flach
Verpflegung	Getränke für unterwegs aus dem Rucksack, Zvieri in Langnau
Kosten	Organisationsbeitrag Fr. 5.– Kollektiv-Bahnbillet bei Halbtax-Abo Konsumation Zvieri
Fahrplan	Hinfahrt Bern ab 12.20, Ankunft in Zollbrück 13.10 Rückfahrt Langnau ab 16.54, Bern an 17.26
Ausrüstung	Wanderausrüstung der Witterung angepasst.
Anmeldung	Montag, 26.09., telefonisch 09.00-11.00h bei Yolanda Zahler
Organisation	Yolanda Zahler Telefon 079 567 85 67 Stv. Daniela Tognali

Melchnau – Madiswil (nachmittags) *+

Mittwoch, 12. Oktober 2022

Wanderung	Eine angenehme Wanderung im Wald und am Waldrand entlang. Nur am Anfang ein sehr kurzes steileres Stück. Aussicht auf sanfte, bewaldete Hügel, Bauernhöfe und Felder.
Besammlung	**12.50h** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Wanderzeit	2h, auf 117m, ab 160m
Verpflegung	Zvieri im Gasthof Bären, Madiswil
Kosten	Organisationsbeitrag Fr. 5.– Individuelle Konsumation Kollektiv-Bahnbillett bei Halbtax-Abo
Fahrplan	Hinfahrt: Bern ab 13.07, Langenthal an 13.40, ab 13.55, Melchnau, Rotwald an 14.03 Rückfahrt: Madiswil ab 17.26, Langenthal an 17.38, ab 17.48 Bern an 18.21
Ausrüstung	Stöcke wer will
Anmeldung	Montag, 10.10., telefonisch 09.00-11.00h bei Yolande Burnod
Organisation	Yolande Burnod Telefon 031 853 11 71 (079 793 55 02 Notfall) Stv. Dorothea Trachsel Telefon 031 371 91 42 (079 837 25 78 Notfall)

Über den Amselberg zum Bärenpark **+

Mittwoch, 19. Oktober 2022

Wanderung	Dentenberg – Gümligenberg – Amselberg – Harnischberg – Ostermundigenberg – Obstberg. Von der RBS Station Boll-Utzigen durchqueren wir das Tal der Worble. Dann geht es bergauf auf den Amselberg. Da sind wir bereits auf dem höchsten Punkt dieser Wanderung. Wir überqueren den Amselberg und steigen ab durch das Stampfloch zum Schützenhaus im Gümligental. Am Rand des Ostermundigenbergs und am Schosshaldenwald entlang geht es via Schönberg zum Bärenpark.
Besammlung	**08.45h** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Wanderzeit	3h30, 10 Km, auf 296 m, ab 340 m
Verpflegung	Kaffee-Gipfel in Boll, Rest- Pizzeria Rössli, Mittag: Picknick beim Schützenhaus im Gümligental, Schlusstrunk wer will in Bern, Bärenpark
Kosten	Billet selber lösen, Organisationsbeitrag Fr. 5.-
Fahrplan	Hinfahrt: 09.00 Bern RBS ab mit S7 09.18 Boll-Utzigen an Ankunft in Bern Bärenpark ca 15h
Ausrüstung	Wanderschuhe und Stöcke, der Jahreszeit und Witterung angepasste Kleidung
Anmeldung	Montag 17.10., 09.00-11.00h bei Arnold Diemi
Organisation	Arnold Diemi 079 246 87 12 Stv. Jean-Jacques Schultheiss

Doubswanderung von St. Ursanne nach Soubey ***

Mittwoch, 26. Oktober 2022

Wanderung	Nach der Besichtigung des historischen Städtchens St. Ursanne wandern wir in einem abwechlungsreichen Auf und Ab beidseits des Doubsufers nach Soubey: Damit beschliessen wir den 4-teiligen Wanderzyklus bis zum Lac des Brenets.
Besammlung	**07.55h** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Wanderzeit	4h10, auf 340 m, ab 400 m.
Verpflegung	aus dem Rucksack
Kosten	Organisationsbeitrag Fr. 5.— Kollektiv-Bahnbillet bei Halbtax-Abo
Fahrplan	Hinfahrt Bern ab 08.12, Rückfahrt Soubey ab 16.58 h, Bern an 19.18 h
Ausrüstung	Wanderstöcke, Regenschutz, dem Wetter entsprechende warme Kleidung (am Doubs kann es frisch sein)
Anmeldung	Montag 24.10., 09.00-11.00h, bei Heinz Schweizer
Organisation	Heinz Schweizer 079 788 10 58 Stv. Daniel Megert 079 427 50 84

Tiermatten – Oey ***

Mittwoch, 02. November 2022

Wanderung	Der angenehme Diemtigtaler Talwanderweg verläuft stets leicht bergab. Den Gewässern Filderich und Chirel entlang wandern wir durch Wälder und Wiesen. Wer mag, beschliesst den Tag mit einem Nachtessen im Restaurant Hirschen in Oey.
Besammlung	**10.50h** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Wanderzeit	4h, auf 124 m / ab 613 m
Verpflegung	Mittagessen: Picknick im Zug Nachtessen: Restaurant Hirschen, Oey (fakultativ)
Kosten	Kollektiv-Billet bei Halbtax Nachtessen im Restaurant (fakultativ) Organisationsbeitrag Fr. 5.-
Fahrplan	Hinfahrt Bern ab 11.04, Ankunft in Tiermatten 12.24 Rückfahrt Oey ab 20.33, Ankunft in Bern 21.24 (mit Nachtessen) Rückfahrt 18.09 Oey ab, Ankunft in Bern 18.54 (ohne Nachtessen)
Ausrüstung	Der Witterung angepasst, Stöcke.
Anmeldung	Montag, 31.09., 09.00-11.00 Uhr bei Sylvia Den
Organisation	Sylvia Den 079 757 32 06 Stv. Ruedi Hösli 079 667 78 22

Aarwangen-Murgenthal **

Mittwoch, 09. November 2022

Wanderung	Nach dem Startkaffee wandern wir Richtung Aare, deren Lauf wir einem Naturweg entlang begleiten. Ein leichtes Auf und Ab, zwischendurch wieder auf einem breiteren Waldweg. Im November sind die grünen Blätter wohl gefallen, sodass wir eine gute Aussicht auf die Aare haben. In Wynau können wir einen Blick in die wunderschön ausgemalte Kirche werfen (13. Jahrhundert).
Besammlung	**8.15h** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Wanderzeit	2h30, auf 88m, ab 109m
Verpflegung	Startkaffee, Mittagessen in der Pizzeria Holzbrücke, Murgenthal (oder Picknick)
Kosten	Individuelle Konsumation Kollektivbillett bei Halbtax-Abo Organisationsbeitrag Fr. 5.-
Fahrplan	Hinfahrt: Bern ab 08.38 (Gl. 50) – Langenthal an 09.10 / ab 09.22 Aarwangen an 09.28 Rückfahrt: Murgenthal ab 15.07 – Langenthal an 15.15 / ab 15.18 – Bern an 15.53
Ausrüstung	Wer will, kann Stöcke mitnehmen.
Anmeldung	Montag 07.11., 09.00-11.00h bei Yolande Burnod
Organisation	Yolande Burnod, Telefon 031 853 11 71 | 079 793 55 02 (nur Notfall) Stv. Yolanda Zahler, Telefon 031 352 07 03 | 079 567 85 67 (nur Notfall)

Kleine Jurahöhenwanderung **+

Mittwoch, 16. November 2022

Wanderung	Oberhalb von Les-Ponts-de Martel (bekannt wegen grossem Hochmoor und Torfabbau) wandern wir auf einfachen, breiten Wegen zwischen Le Locle und dem Tal von La Sagne in Richtung La Chaux-de-Fonds, bis Grand-Sommartel. Dort können wir ein Mittagessen geniessen. Danach ziehen wir weiter bis zur Haltestelle Les Coeudres
Besammlung	**07.40h** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Wanderzeit	3h, (auch kürzere Variante möglich)
Verpflegung	Morgenkaffee in Les Ponts-de-Martel, Mittagessen in der Auberge du Grand-Sommartel
Kosten	Organisationsbeitrag Fr. 5.— Bahnbillett (Kollektiv), Konsumationen
Fahrplan	Hinfahrt: Bern ab 7.53 Les-Ponts-de-Martel an 9.27 Rückfahrt: Les Coeudres ab 15.38 Bern an 17.07
Ausrüstung	Der Jahreszeit und Witterung angepasste Wanderausrüstung
Anmeldung	Montag, 14. 11., 9.00-11.00h bei Dorothea Trachsel
Organisation	Dorothea Trachsel 031 371 91 42 Stv. Jean-Pierre Kägi, 076 756 08 81

Bummelgruppe 3. Trimester 2022

Mittwoch, 21. September	**Toffen – Kaufdorf** 13.20h Bern Bahnhof Treffpunkt Bummel ca. 1h; Zvierihalt: Restaurant Bahnhof Kaufdorf
Mittwoch, 05. Oktober	**Bremgartenwald – Innere Enge** 13.45h Treffpunkt Postbahnhof Bern Bummel ca. 1h; Zvierihalt: Pavillon Innere Enge
Mittwoch, 23. November	**Gümligen Siloah – Allmendingen** 13.45h Treffpunkt Loebegge Bummel ca. 1h; Zvierihalt: Ristretto Allmendingen
Mittwoch, 07. Dezember	**Abschlussfeier der Wanderer und Bummler in Laupen** 11.00h Bern Bahnhof Treffpunkt Bummel ca. 45 min; Gemeinsames Mittagessen im Restaurant Bären in Laupen
Achtung neu!	**Anmeldungen immer am vorangehenden Montag 13.00 – 15.00h bei Ursula Däppen, Telefon 031 931 60 49 | 078 653 44 28 (nur Notfall).** **Programmänderungen vorbehalten, Kleider und Schuhe der Jahreszeit anpassen.**

Abschlusswanderung und Höck der Wanderer und Bummler nach Laupen

Mittwoch, 07. Dezember 2022

Wanderung	Die Einstern-Wandergruppe wird immer der Sense entlang von Neuenegg nach Laupen wandern, wo sie die Zweistern-Wanderer und Bummler treffen wird. Wanderzeit: 1,5h, alles flach. Die Zweistern-Wandergruppe wandert von Düdingen über Balbertswil zur Staumauer des Schiffenensee und dann der Saane entlang nach Laupen. 4h, 11.3 km, auf 152 m, ab 258 m. Die Bummelgruppe unternimmt eine Kurzwanderung von einer 45 min. in Laupen.
Besammlung	Treffpunkt Bahnhof Bern für alle: **Einstern** 10.00h **Zweistern** 07:30h **Bummelgruppe** 11.00h
Verpflegung	Getränke für unterwegs aus dem Rucksack, ca. 13.00h gemeinsames Mittagsessen im Gasthof Bären in Laupen
Kosten	Alle lösen ihr Billett selber / kein Gruppenbillett Bern-Düdingen Halbtax ca. Fr. 6.- Bern – Laupen und Laupen-Bern Halbtax je ca Fr. 6.- Organisationsbeitrag Fr. 5.- für alle
Fahrplan	**Einstern:** Hinfahrt: 10.20 S 2 Bern ab auf Gleis 2A, 10.43 Neuenegg an **Zweistern**: Hinfahrt: 07:45 S 1 Bern ab auf Gleis 2E-H, 08:10 Düdingen an **Bummelgruppe Hinfahrt:** 11.20 S 2 Bern ab auf Gleis 2 A, 11.50 Laupen an
Ausrüstung	Warme Kleidung, Stöcke und Gleitschutz je nach Wetterlage empfohlen.
Anmeldung	Einstern: Montag 05.12., telefonisch 09 – 11h bei Jean-Jacques Schultheiss Zweistern: Montag 05.12., telefonisch 09 – 11h bei Arnold Diemi Bummelgruppe: Montag 5.12., telefonisch 13 – 15h bei Ursula Däppen Bei schlechtem Wetter treffen wir uns um 13h im Restaurant Bären in Laupen zum gemeinsamen Mittagessen. Allfällige Abmeldungen bitte sofort mitteilen.
Organisation	Einstern: Jean-Jacques Schultheiss, 079 969 36 45 Zweistern: Arnold Diemi 079 246 87 12 Bummelgruppe: Ursula Däppen, 031 931 60 49 | 078 653 44 28 (nur Notfall)

Wanderungen
Programm September - Dezember 2022
Achtung! Datumsänderungen

07.09.	Niederscherli - Thörishaus *
14.09.	Simplon Pass - Simplon Dorf **+
28.09.	Zollbrück - Langnau *
12.10.	Melchnau - Madiswil *+
19.10.	Amselberg –Bärenpark **+
26.10.	St. Ursanne - Soubey ***
02.11.	Tiermatten - Oey ***
09.11.	Aarwangen - Murgenthal **
16.11.	Kleine Jurahöhenwanderung **+
07.12.	Jahresabschlusswanderung Laupen

TIXI die Freiwilligen

Unterwegs als TIXI-Fahrer*In

Vereinsmitglieder des TIXI-Teams gestalten ihre Einsätze ganz nach ihrer Verfügbarkeit. Als routinierte Fahrer*In chauffieren Sie Ihre Mitmenschen im PW oder Kleinbus. Tretten Sie dem TIXI-Verein bei und helfen Sie mit die eingeschränkte Mobilität Ihrer Mitmenschen zu verbessern.

BETAX ist unterwegs für Menschen, die dauerhaft oder vorübergehend in ihrer Mobilität eingeschränkt sind. Rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr. Überall in der Schweiz und in Europa.

Kontakt
info@tixibern.ch
031 990 30 80 (Mo-Fr 09-12 & 14-17 Uhr)
www.betax.ch BETAX

Hinweise für die Anmeldungen

Änderungen der Wanderrouten oder Termine (Schlechtwetter usw.) bleiben vorbehalten.

Anmeldung und Auskunft ob Kollektivbillett oder Einzelbillett für Libero-Zonen:

1- bis 3-Stern	Montag von 9 – 11h an die jeweilige Wanderleitung (wenn nicht anders vermerkt). Auskunft über Durchführung gemäss Wetterprognose von Montagmorgen um 8h. Bitte angeben, ob Halbtaxabonnement oder Generalabonnement vorhanden.
Organisationsbeitrag	Ganz- und halbtägige Wanderungen Fr. 5.-, Bummelgruppe halber Tag gratis, ganzer Tag Fr. 5.-.

Schwierigkeitsgrad und Anforderungen

(Zeitangaben sind effektive Wanderzeiten)

Bummel	leichte Spaziergänge von ca. 1 Stunde, kleine Höhendifferenzen
1-Stern	leicht, bis maximal 2 Stunden, bequeme und einfache Wanderwege
2-Stern	leicht bis mittel, bis 3 Stunden, mit moderaten Höhendifferenzen; oft unebene, im Winter schneebedeckte, Wege. Gute Kondition erforderlich
2-Stern-plus	mittel, bis ungefähr 3½ Stunden, mit Auf- und Abstiegen bis ungefähr 250 Höhenmeter, auch einfache Bergwege, Sommer und Winter. Gute Kondition und Trittsicherheit
3-Stern	mittel bis anspruchsvoll, über 3½ Stunden. Grössere Höhendifferenzen mit längeren Auf- und Abstiegen, auch alpines Gelände, Sommer und Winter. Wandererfahrung, gute Kondition und Trittsicherheit

Versicherungsfragen

Die Teilnehmenden sorgen selbst für ihren Versicherungsschutz. Der Verein Graue Panther Bern haftet anlässlich der von ihm organisierten Veranstaltungen, Ausflüge und Wanderungen usw. weder für Personen-, Sach-, noch Vermögensschäden. Den Mitgliedern und Teilnehmenden an Aktivitäten der GPB wird deshalb empfohlen, einen ausreichenden Versicherungsschutz sicherzustellen (Unfall-, Reise-, Annullationskostenversicherung usw.). **Tipp:** Immer mehr Krankenkassen schliessen Reise-Annullierungskosten in die Krankenversicherung mit ein.

Ferienaufenthalte und Probewohnen möglich.

Willkommen zu Hause!

So vielseitig wie das Leben ist, so individuell ist auch das Älterwerden. Ein schönes Zuhause zu haben und sich wohlzufühlen, bedeutet für jeden etwas anderes. Deshalb bietet die Senevita für jedes Bedürfnis das passende Angebot im Betreuten Wohnen und in der Langzeitpflege. Wir stehen für attraktives Wohnen, individuelle Dienstleistungen und eine ausgezeichnete Gastronomie.

Ihre Hausarbeit können Sie getrost uns überlassen. Geniessen Sie stattdessen unser vielseitiges Freizeitangebot: Mit einer bunten Palette an Veranstaltungen und Aktivitäten bringen wir Kultur, Bewegung und Kulinarik in Ihren Alltag.

Finden Sie Ihr neues Zuhause im Grossraum Bern unter: www.senevita.ch

Senevita AG
Hauptsitz, Worbstrasse 46, Postfach 345, 3074 Muri b. Bern
Telefon +41 31 960 99 99, kontakt@senevita.ch, www.senevita.ch

ORPEA GROUP

senevita
Näher am Menschen

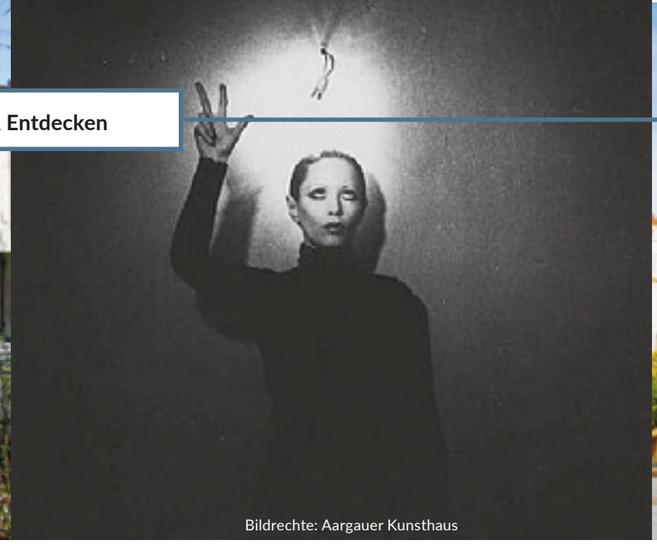
Bildrechte: Adobe Stock

Führung durch das Berner Staatsarchiv

Donnerstag, 1. September 2022

Das Staatsarchiv des Kantons Bern sammelt, erschliesst und verwahrt seit 1798 das archivarische Kulturgut des Kantons und sorgt für dessen Fortbestand. Bevor das Staatsarchiv 1939/40 an den Falkenplatz verlegt wurde, war es seit Beginn des 15. Jh. in den Gewölben des Berner Rathauses untergebracht. Dauer der Führung: 1,5 Std., Sitzgelegenheit nur während der Einführung.
Teilnehmerzahl: 20 Personen

Treffpunkt	**9.50,** Bern, Falkenplatz 4, Eingang Staatsarchiv
Hinfahrt	Bus Nr. 20 ab Bahnhof Bern Richtung Länggasse, Haltestelle Universität
Verpflegung	Mittagessen Casa d'Italia, Bühlstrasse 57, Tagesmenü Fr. 16.50 oder à la Carte
Kosten	Organisationsbeitrag Fr. 5.—
Anmeldung	Mittwoch 25.08. telefonisch 09:00-11:00 bei Susanne Blaser, oder online www.grauepantherbern.ch
Abmeldung	bis Dienstag, 30. August
Organisation	Susanne Blaser, 031 352 26 37 / 079 374 71 12



Bildrechte: Aargauer Kunsthaus

Besuch der Ausstellung im Aargauer Kunsthaus

Freitag, 9. September 2022

Das Aargauer Kunsthaus zählt zu den wichtigsten Kunstmuseen der Schweiz. Die Ausstellung EINE FRAU IST EINE FRAU IST EINE FRAU schafft Verbindungslinien zwischen den Generationen. Durch die Kunstschaffenden Miriam Cahn, Dorothy Iannone, Manon, Meret Oppenheim und Ilse Weber wird das feministische Erbe der Sammlung in den Fokus gerückt. Dauer der Führung 1 Std.
Teilnehmerzahl: 25 Personen

Treffpunkt	**13.15** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Hinfahrt	13.36 Bern ab, 14.29 Aarau an, 10 Min. zu Fuss oder Bus zum Museum
Rückfahrt	17.46 Aarau ab, 18.24 Bern an
Verpflegung	Zvieri vor der Führung im Museumscafé auf eigene Kosten.
Kosten	Org.beitrag Fr. 5.—, Halbtax koll. Fr. 24.—, Museumspass und Raiffeisen gültig, Eintritt Fr. 10.—, Führung Fr. 15.—
Anmeldung	Bis Donnerstag 01.09. schriftlich bei Bruna Gennari, Sägeweg 13, 3123 Belp oder online www.grauepantherbern.ch
Abmeldung	bis Montag, 5. September
Organisation	Bruna Gennari, 031 301 73 33 / 078 683 15 65 (nur Notfall)

Bildrechte: Adobe Stock

4-tägige Carfahrt nach Clermont-Ferrand, Auvergne

Donnerstag, 15. – Sonntag, 18. September 22

Zweimal der Epidemie zum Opfer gefallen und hier ein neuer Anfang: Die Fahrt wurde schon im letzten Sprung publiziert und es haben sich zahlreiche PantherInnen angemeldet, doch es bleiben ein paar Zimmer übrig!
Hin- und Rückfahrt mit interessanten Stopps in Vonnas und Pérouges. Führung durch die Stadt Clermont- Ferrand, Besuch des Puy de Dome (1500m). Geführter Tagesausflug nach Issoire und St. Nectaire. Besuch von zwei sehr schönen romanischen Kirchen.

Kosten	inklusive aller Leistungen ausser 2x Mittagessen und Getränke: Pro Person im Doppelzimmer Fr. 820.—. Zuschlag Einzelzimmer Fr. 90.—
Anmeldung	Bitte fordere das Detailprogramm ab sofort telefonisch an bei Marianne Mantel: 077 472 03 50 oder E-Mail: mariannemantel@bluewin.ch
Organisation	Marianne Mantel

Bildrechte: Cente Dürrenmatt

Besuch im Centre Dürrenmatt Neuchâtel

Freitag, 23. September 2022

Der Architekt Mario Botta hat das ehemalige Wohnhaus Dürrenmatts in ein modernes «Museum» verwandelt. Das Centre beherbergt das Schaffen Dürrenmatts als Schriftsteller mit seinen Büchern und Texten, sowie Bildern und Zeichnungen. Ein Muss ist ein Blick in die «Sixtinische Kapelle», der von Dürrenmatt original ausgemalten Gästetoilette.

Treffpunkt	**09:40,** Bern, **B**ahnhof, Treffpunkt
Hinfahrt	09:53 Bern ab / 10:27 Neuenburg an, weiter zum Centre mit Bus 109, (dann ca. 10 Min. zu Fuss)
Rückfahrt	15:32 Neuchâtel ab, 16:07 Bern an
Verpflegung	Mittagessen: in Neuenburg Café Restaurant Chinois Mei Jing mit Seeterrasse. Mittagsmenu Fr. 16.50 oder à la carte bis Fr. 30.—
Kosten	Organisationsbeitrag Fr. 5.—, SBB mit Halbtax kollektiv Fr. 16.—, Führung Fr. 12.-, Eintritt AHV Fr. 5.—, Raiffeisen & Museumspass gültig
Anmeldung	Montag, 12.09.; telefonisch 09:00 –11:00 bei Ursula Torres, oder online www.grauepantherbern.ch
Abmeldung	bis Dienstag, 20. September
Organisation	Ursula Torres 031 941 03 89

Quelle: dieschweizerschloesser.ch

Vitromusée in Romont

Mittwoch, 5. Oktober 2022

Im savoyischen Flügel des mittelalterlichen Schlosses befindet sich das Museum für Glasmalerei und Glaskunst. Das Vitromusée beherbergt eine wichtige Sammlung von Glasfenstern, Gläsern und Hinterglasmalerei von der Antike bis zur Gegenwart. In der Stiftskirche (Collegiale) werden wir nach dem Essen ebenfalls Glasfenster-Arbeiten aus dem Mittelalter und dem 19 Jh. bewundern.
Max. 20 Teilnehmende.

Treffpunkt	**08.40** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Hinfahrt	09.04 Bern ab, 09.57 Romont Post an
Rückfahrt	15.34 Romont Post ab, 16.51 Bern an
Verpflegung	Restaurant St. George: Menü vegetarisch Fr. 16.—, Fleischmenü Fr. 17.— oder Lion d'Or: (indisch) pauschal Fr. 19.50, Buffet
Kosten	Organisationsbeitrag Fr. 5.—, SBB mit Halbtax koll. Fr. 18.—, Eintritt AHV Fr. 12.—, Raiffeisen & Museumspass gültig, Führung Fr. 12.—
Anmeldung	Montag 03.10. telefonisch von 09:00 –11:00 bei Züsi Widmer oder online www.grauepantherbern.ch
Abmeldung	bis Montag, 3. Oktober
Organisation	Züsi Widmer 031 351 30 13 | 078 620 03 06 (nur Notfall)

Bildrechte: Paraplegikerzentrum

Forum Besucherzentrum der Paraplegiker

Dienstag, 11. Oktober 2022

Um das Paraplegiker-Zentrum in Nottwil zu entlasten, wurde das ParaForum mit seinen 400 m2 Ausstellungsfläche und 30 Fachthemen aus dem Bereich der ganzheitlichen Rehabilitation eröffnet. Die Alltagsbewältigung wird durch eine fiktive Wohngemeinschaft von je 2 Hemi-und Tetraplegikern eindrücklich erlebbar gemacht.
Dauer: Einführender Film und eine 1 ½ stündige Führung durch die Klinik, 13h - ca. 15h.

Treffpunkt	**09.45** Bern Bahnhof, Treffpunkt
Hinfahrt	10.00 Bern ab, 10.52 Nottwil an
Rückfahrt	17.02 Nottwil ab, 18.00 Bern an
Verpflegung	Ab 11.30 im internen Selbstbedienungsrestaurant, Zvieri selbständig im Gelände.
Kosten	Organisationsbeitrag Fr. 5.—, SBB mit Halbtax kollektiv Fr. 27.—; Führung kostenlos, freiwillige Spende erwünscht
Anmeldung	Montag 05.09., telefonisch 09:00 –11:00 bei Ina-Brigitte Plickert oder via www.grauepantherbern.ch
Abmeldung	bis Dienstag, 27. September (Anrufbeantworter)
Organisation	Ina-Brigitte Plickert 031 372 22 05 | 079 810 76 18 (nur Notfall)

© Haus der Religionen

Die Aleviten im Haus der Religionen

Donnerstag, 3. November 2022

Im Haus praktizieren acht verschiedene Religionsvertreter, die uns an ihren speziellen Ritualen teilhaben lassen. Nach einer Kurzführung durchs Haus (45 Minuten) werden wir die Glaubenslehre der Aleviten kennen lernen, bei denen Musik und Tanz eine tragende Rolle spielen.
Beim Betreten der religiösen Räumlichkeiten müssen die Schuhe ausgezogen werden.
Auch für Rollator und Rollstuhl geeignet.

Treffpunkt	**13.20** Eingang Europaplatz 1
Anfahrt	Vom Bahnhof mit Tram 7 (Bümpliz) oder 8 (Brünnen) bis Europaplatz.
Dauer	Führung 1 ¾ h
Verpflegung	Zvieri im hauseigenen Tearoom
Anmeldung	Montag 12.09., telefonisch 09:00 –11:00 bei Ina-Brigitte Plickert oder via www.grauepantherbern.ch
Abmeldung	bis Mittwoch, 19. Oktober (Anrufbeantworter)
Kosten	Organisationsbeitrag Fr. 5.—, Führung Fr. 24.—
Organisation	Ina-Brigitte Plickert | 031 372 22 05 | 079 810 76 18 (nur Notfall)

Bildrechte: Planetarium SIRIUS

Sternwarte Planetarium SIRIUS, Schwanden

Freitag, 25. November 2022

In Schwanden oberhalb Sigriswil über 1000m befindet sich das Astronomie Zentrum SIRIUS. Ein 360° Multimediakino bietet Einblick in die Geschichte der Astronomie. Der Sternenprojektor macht die von blossem Auge rund um die Erde erkennbaren Sterne in der mächtigen Kuppel sichtbar. Lass dich überraschen von der Schönheit des Kosmos!
Zuvor geniessen wir ein Mittagessen im Landgasthof Rothorn in Schwanden.

Treffpunkt	**11.50** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Hinfahrt	12.07 Bern ab, 13.02 Schwanden Dorf an
Rückfahrt	16.48 Schwanden Schulhaus ab - 17.25 Bern an
Verpflegung	Mittagessen Restaurant Rothorn Schwanden: Informationen zum Menü bei Anmeldung.
Kosten	Organisationsbeitrag Fr. 5.—, Kollektiv-Ticket ½ Tax Fr. 15.— Vorführung Multimedia Fr. 15.—
Anmeldung	Donnerstag 10.11., telefonisch 09:00 – 11:00 bei Züsi Widmer oder www.grauepantherbern.ch
Abmeldung	bis Montag, 21. November
Organisation	Züsi Widmer, 031 351 30 13 | 078 620 03 06 (nur Notfall)

GA-Ausflug Vierwaldstättersee – Brunnen

Dienstag, 20. September 2022

Wir fahren im Zug nach Luzern und weiter mit dem Schiff in ca. 2 Std. nach Brunnen. Das Dorf liegt eingebettet zwischen Urmiberg und Stoos-Fronalpstock und vis-à-vis von Rütli und Schillerstein, mitten in der Heimat von Willhelm Tell. Schöner Ausblick auf die Mythen. In einem der ältesten Gasthäuser von Brunnen, dem Ochsen, werden wir zum Mittagessen erwartet. Es wurde 1740 gebaut.

Treffpunkt	**07.45** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Programm	Bern ab 08.04, Olten an 08.30 / ab 08.49, 09.30 Luzern an / ab mit dem Schiff 10.12, Brunnen an 12.09 / ab 16.07 mit dem Zug, Luzern an 16.53 / ab 17.00, Bern an 18.00. Bei schlechtem Wetter Abfahrt in Brunnen 1 Stunde früher möglich
Verpflegung	Mittagessen im Gasthof Ochsen Menü Rot Grüner Salat 7.50, Poulet im Chörbli (Hausspezialität) 21.90 Menü Blau Grüner Salat 7.50, Eglifilet im Bierteig mit Tartarsauce und Salzkartoffeln 27.– Menü Grün Buntgemischter Salat mit Hüttenkäse 18.– Dessert à la carte
Kosten	Mittagessen, Organisationsbeitrag Fr. 5.–
Anmeldung	Freitag 16.September, telefonisch 09.00 – 11.00 bei Ursula Rausser oder via www.grauepantherbern.ch
Abmeldung	Jederzeit bei Ursula Rausser
Organisation	Ursula Rausser 079 247 19 20

GA-Ausflug nach Grüningen ZH

Donnerstag 20. Oktober 2022

Wir entdecken das vom Ortsbild her interessante «Stedtli» Grüningen ZH. Heidi Schuler-Alder wird uns auf Verschiedenes aufmerksam machen.
Im Gasthof Hirschen wird uns ein feines Mittagsmenu serviert.
Das Menu wird bei Anmeldung bekannt gegeben.
Maximal 20 Personen

Treffpunkt	**08.45** Bern, Bahnhof, Treffpunkt
Programm	Hinfahrt: Bern ab 09.02, Zürich an 09.58 /ab 10.09 – Wetzikon ZH an 10.30 / ab 10.49, Grüningen, Stedtli an 11.00 Rückfahrt: Grüningen, Stedtli ab 14.28 – Wetzikon, Bahnhof (Süd) an 14.38, ab 15.00 - Zürich HB an 15.20 / ab 15.32, Bern an 16.28
Verpflegung	Mittagessen im Restaurant Hirschen, Stedtligass 16, 8627 Grüningen ZH (oder Picknick, wer möchte)
Kosten	Individuelle Konsumation und Organisationszuschlag Fr. 5.–
Anmeldung	17. Oktober, telefonisch 09:00 –11:00 bei Yolande Burnod, oder via Website www.grauepantherbern.ch
Abmeldung	Abmeldung bis 19. Oktober bei Yolande Burnod
Organisation	Yolande Burnod 031 853 11 71 | 079 793 55 02 (nur Notfall)

Bildrechte: Adobe Stock

Adventsfeier 2022

Montag, 05. Dezember 2022

Wir möchten dich herzlich zu unserer Adventsfeier einladen. Wenn wir uns treffen, wird bereits wieder ein Jahr mit vielen Ereignissen und Erfahrungen zu Ende gehen.
Wir wünschen allen einen schönen und besinnlichen Adventsnachmittag im altvertrauten Kreis.

Anschliessend an die Feier wird ein kleiner Imbiss serviert.

Zeit, Ort	15.15 Uhr im Restaurant Egghölzli, Weltpoststr. 16, Bern **Türöffnung um 14.30 Uhr**
Anreise	Tram Nr. 8 Richtung Saali, bis Haltestelle Egghölzli
Kosten	Keine
Verpflegung	Alkoholfreies Getränk und Käsekuchen
Anmeldung	**bis Freitag, 25. November** schriftlich an Jolanda Felber, Sinfonieweg 30, 3308 Grafenried oder elektronisch auf unserer Website www.grauepantherbern.ch
Abmeldung	Bis Freitag 2. Dezember an Jolanda Felber
Organisation	Jolanda Felber, 031 767 90 89 Organisationsteam: Jolanda Felber, Susanne Sommer, Züsi Widmer

Bildrechte: Adobe Stock

Mittagessen am Sonntag

Schon ist das letzte Trimester des Jahres angebrochen. Alle, die Spass haben an gutem Essen und gemütlichem Beisammensein, sind herzlich willkommen in unseren beliebten Restaurants:

Datum	Sonntag, 25. September	Sonntag, 16. Oktober	Sonntag, 13. November	Sonntag, 11. Dezember
Zeit, Ort	12.00 Uhr Restaurant Del Gusto Moserstrasse 14b, Bern	12.00 Uhr Restaurant Rössli Staatstrasse 125, Säriswil	12.00 Uhr Restaurant Da Vinci Spitalgasse 2, Bern	12.00 Uhr, Restaurant Jäger Murtenstrasse 221, Bern
Anfahrt	Individuell, Tram 9, Richtung Wankdorf Bahnhof, bis Haltstelle Viktoriaplatz	Individuell , Postauto 102, 11.04 Uhr, Bern ab, 11.25 Uhr, Säriswil Dorf an	Individuell, alle Trams, Haltstelle Bärenplatz	Individuell, Postauto 101, 11.40 Uhr Richtung Hinterkappelen (Schlossmatt) bis Haltstelle Untermattweg
Kosten	Auf eigene Rechnung.			
Anmeldung	**Bis Donnerstag eintreffend, 22.September, 13. Oktober, 10. November, 8. Dezember** via website: www.grauepantherbern.ch oder per Telefon **Angaben:** (Alle) Name/n, Vorname/n, Adresse, Tel-Nr., Total teilnehmender Personen			
Abmeldung	Bis zum jeweiligen **Freitagmittag**			
Organisation	Kurt Mischler 079 651 85 00 (auch sms)			

Jahresschlussessen der grauen Panther

Mittwoch 28. Dezember 2022

Letztes Jahr erhielt dieses Suure Mocke-Ässe einen erstaunlich guten Zuspruch! Wir verbrachten ein paar fröhliche Stunden in guter Gesellschaft und deshalb wollen wir diese Tradition gerne weiterführen. Wir bleiben wieder in der Stadt Bern und haben erneut im Restaurant Schmiedstube hinter dem Kornhaus reserviert. Traditionsgemäss bestellen wir wieder den «Suure Mocke» mit Kartoffelstock! Wer lieber vegetarisch essen will, kann auch à la carte essen. Wir freuen uns riesig auf eure erneute Teilnahme! Auf ein fröhliches Wiedersehen in der Schmiedstube!

Zeit, Ort	**12:15** Restaurant Schmiedstube, Schmiedeplatz, Bern
Anreise	Mit dem Tram oder Bus bis Zytologge, kurzer Fussweg zum Restaurant
Menu	Menu rot: Salat oder Suppe (nach Wahl), Suure Mocke mit Gemüse + Kartoffelstock CHF 36.– (ev. Preiserhöhung) Menu grün: à la carte
Anmeldung	**Bis Montag, 19. Dezember telefonisch oder schriftlich an Marianne Mantel, Kursaalstrasse 9, 3013 Bern oder online auf unserer Website www.grauepantherbern.ch**
Abmeldung	ohne Kostenfolge bis Donnerstag, 22. Dezember 2022
Organisation	Marianne Mantel 031 331 96 25 | 077 472 03 50

Domicil
GUT BEGLEITET IM ALTER

Wohnen à la carte:
Unsere modernen Wohnungen in einem Domicil Alterszentrum liegen zentral und bieten Sicherheit und Komfort. Sie führen bei uns ein selbstständiges und unabhängiges Leben in einer sicheren Umgebung mit 24-h-Notruf und Bereitschaftsdienst. Zur Erleichterung Ihres Alltags können Sie unterstützende Dienstleistungen aus unserem à-la-carte-Angebot nutzen wie beispielsweise Mittagessen oder Wohnungsreinigung.

Gerne beraten wir Sie persönlich zu unseren Angeboten und Dienstleistungen.

Domicil
Infocenter
031 307 20 65

domicilbern.ch

Regelmässige Anlässe

Mäntig-Plousch-Jass und Spielen

Treffpunkt Restaurant EGGHÖLZLI, Weltpoststr. 16, Bern
Tram Nr. 8 Richtung Saali oder Tram Nr. 6 Richtung Worb, bis Haltestelle Egghölzli

Bitte Kalender konsultieren: in der Regel am letzten Montag im Monat.
Mo 26. September, Mo 17. Oktober, Mo 31. Oktober, Mo 14. November, Mo 28. November, Mo 19. Dezember

Beginn: 14 Uhr
Es hat sich eingebürgert, dass sich einige Panther vorher um 12 Uhr zum Mittagessen treffen.

Wir freuen uns auf fröhliche, gesellige Nachmittage, denn auf spielerische Art wird sowohl beim Jassen als auch beim Spielen das Gedächtnis trainiert. Du findest die Daten im Trimesterprogramm (Kalender). Wir spielen Skip-Bo, 6 nimmt!, Rummikub, Scrabble, Triominos, Qwirkle, sowie auch neue Spiele: z.B. Qwixx oder L.A.M.A.

Damit es wirklich ein Plousch für alle Anwesenden wird, werden nicht nur die gewohnt gleichen vier Spieler einen Schieber machen, sondern z. B. bei 2-3 Spielern: der Aufgelegte, bei 3 Spielern: der Bieter, bei 5 oder mehr Spielern: der Molotow oder der Coiffeur-Jass. Somit sollten alle neuen Spieler/innen auch zum Zuge kommen.

Restaurant Egghölzli — nach Angaben des Personals (in der Regel im Raum rechts um die Ecke (nach der Garderobe)

Anmeldung für Jasser und Spieler sowie vorheriges Mittagessen (freiwillig) am Spieltag, 09.00-11.00 bei Peter Simmen,

Organisation Mäntig-Plousch-Jass: Susanna Zimmermann 031 331 37 61

Organisation Spielen: Peter Simmen 031 302 19 46

Strickhöck

Die Organisatorin konnte beim Redaktionsschluss dieses Sprungs (Juni) nicht beurteilen, ob der Höck weitergeführt wird oder nicht.

Seit längerer Zeit wird die bei Einführung und an der letzten GV genannte **Mindestzahl von 5 TeilnehmerInnen** nicht mehr erreicht. Daher wird der Strickhöck ab September vielleicht aufgelöst.

Die Website wird aufdatiert.

Daten	jeweils provisorisch donnerstags, 08.09.2022; 13.10.2022; 10.11.2022; 15.12.2022
Zeit, Ort	14.00 Uhr im Restaurant Egghölzli, Weltpoststrasse 16, Treffpunkt am langen Tisch; bis ca. 16.30 Uhr.
Kosten	Keine; (nur Konsumation)
Organisation	Christiane Bokor | 031 331 12 46

Charles HIRSCHI

Charles Hirschi
Ihr Immobilien-Profi und
Experte für Wohnen im Alter

Sie wollen...

- Eine Liegenschaft verkaufen
- Ihr Haus bewerten lassen
- Antworten und Tipps zum Thema Wohnen im Alter
- Ein Alterswohnprojekt realisieren

Haben Sie Fragen zu diesen Themen?
Kontaktieren sie mich.

Robinsonweg 16, 3006 Bern
Telefon 031 952 77 75, Mobile 079 300 73 33
info@charleshirschi.ch, www.charleshirschi.ch

Abschluss-Boule

Montag, 12. September 2022

Letztes Spiel des Jahres: Wenn wir nach dem Spiel noch Zeit und Lust haben zu einem Apéro, treffen wir uns im Quartier in einem Restaurant nach Absprache (Reservierung bei Spielbeginn).

Zeit, Ort	16:30 Uhr bis ca. 18.30 Uhr, Bern, Platanenhof der Unitobler,
Anfahrt	Bus Nr. 20 (Richtung. Länggasse) bis Haltestelle Unitobler, 100 m zu Fuss in die Muesmattstrasse
Kosten	Boulespiel gratis; Konsumation im Restaurant zu Lasten der Teilnehmenden
Organisation	Andreas Anliker 079 683 08 22

Literatur Lesungen

Eigentlich beabsichtigte ich überhaupt nicht, diese Berner- Literaturreihe auf die Beine zu stellen. Aber da fragte mich Wale Däpp, lange Zeit mein Nachbar, ob er uns sein neues Buch vorstellen dürfe...
Und Franziska Manz-Ott sprach in der Lesegruppe vom Buch über ihre Sibirienreisen...
Voilà, so begann das.....

Dienstag 13. September
Walter Däpp

Walter Däpp, der ehemalige «Bund»-Journalist und Radio-SRF-Morgengeschichtenautor, erzählt uns ernste und heitere berndeutsche Geschichten aus seinem neuen Buch:
«So alt wie hütt bin i no nie gsi» – Kurzgeschichten für Ältere, die auch mal jünger waren, und für Jüngere, die auch mal älter werden. Es ist der Versuch, die «Jahrringe des Lebens» als natürliche, prägende Charakterlinien zu sehen und allen neuen «Falte, Furche u Runzele» – im Gesicht und anderswo – nicht nur stirnrunzelnd, sondern auch augenzwinkernd zu begegnen.
Franz Hohler schreibt dazu unter anderem: «Walter Däpp ist so etwas wie ein literarischer Fotograf. Er hat ein Auge für die Älteren, zu denen er selber gehört, seine Bilder halten das Tempo unserer Zeit einen Augenblick lang auf – Momentaufnahmen, zum Nachdenken und Weiterspinnen anregend.»

Freitag, 28. Oktober
Karoline Arn

Karoline Arn ist in Münchenbuchsee geboren, wo sie auch heute lebt. Sie studierte Geschichte und Philosophie, arbeitet als Redaktorin am Radio SRF, als Autorin diverser Bücher und als Filmemacherin. Die Entourage von Madame de Meuron-von Tscharner schildert die Geschichte der Grande Dame. Die Beziehungen und Spuren von unterschiedlichsten Menschen zeigen, wie oft E. de M. den Ausbruch gewagt hat, um gesellschaftliche Strukturen zu durchbrechen.
Begegnungen mit Zeitzeugen und deren Nachkommen sowie unveröffentlichte Briefe bringen uns Mme. de M. näher. Eine Künstlerin erfährt als einzige, dass die junge Elisabeth nicht unter ihrem Vater, sondern unter ihrer Mutter gelitten hat – und weshalb sie dieses Geheimnis ihr Leben lang hütete. Diese und viele weitere Begebenheiten ihrer Entourage zeichnen ein differenziertes Persönlichkeitsbild und beleuchten die Legenden.

Lesungen	Mittwoch, 13.09.; Freitag 28.10.; Montag 14.11., Freitag, 02.12.2022
Zeit	ab 16.45 Apéro, **17.30 Beginn der Lesung**
Ort	Veranstaltungsraum im Domicil Mon Bijou, Mattenhofstrasse 4, Bern
Anfahrt	Tram Nr. 9 (Richtung Wabern) oder Bus Nr. 10 (Richtung Köniz) bis Haltestelle Monbijou
Kosten	**Fr. 10.- (davon Fr. 5.- für Organisation);** **Anschliessend fakultatives Nachtessen im ital. Restaurant «Atlantico», Belpstrasse**
Anmeldung	**nein**
Organisation	Züsi Widmer 031 351 30 13 | 078 620 03 06

Montag, 14. November
Franziska Manz – Ott

Franziska Manz-Ott ist 1949 in Bern aufgewachsen und heute wieder hier wohnhaft. Beruflich ein Leben lang im Bereich Erziehung und Bildung tätig, heute mit dem Hüten von Enkeln und Freiwilligenarbeit beschäftigt.
«Meine Sibiriengeschichte» erzählt von Reisen und Begegnungen in Sibirien, von Nowosibirsk zum Altai gebirge, vom Baikalsee bis Wladiwostok.
«1998 reiste ich, weil ich es versprochen hatte, zum ersten Mal nach Sibirien und verlor dort mein Herz an Landschaft und Menschen. Danach organisierte ich mit Gruppen viele Jahre Reisen dorthin, auch allein mit meinen russischen Freunden und Freundinnen.»
Während des Lockdowns entstand ein kleines Erinnerungs-Buch.

Freitag, 02. Dezember
Kornelia Lüdorff

Kornelia Lüdorff absolvierte ihre Ausbildung an der Westfälischen Schauspielschule Bochum. Sie spielte an vielen namhaften deutschen Theatern. Seit 2015 lebt und arbeitet sie in Bern sowie u.a. in Zürich, Bozen, Bregenz. Mit ihrem Solostück «Anna Politkowskaja - eine nicht umerziehbare Frau» ist sie seit 2017 schweizweit auf Tour.
Das Buch «Tschernobyl. Eine Chronik der Zukunft» von Swetlana Alexijewitsch, 1997 erschienen, ist bis heute in Belarus verboten. Es gehört zu den wichtigsten Dokumenten der Nobelpreisträgerin zur Atomkatastrophe von 1986
In der Nacht vom 26. April 1986 ist Wassili Ignatenko unter den ersten Feuerwehrmännern vor Ort. Wenige Kilometer entfernt wartet seine Frau Ljudmila auf seine Rückkehr. Doch die Männer werden isoliert, in ein Krankenhaus nach Moskau ausgeflogen. Ljudmila lässt sich weder von Soldaten noch von Ärztinnen und Ärzten verjagen, denn sie will bei ihrem Mann sein. Ihre Liebe lässt ihr keine andere Wahl.

Äs isch so wyt: Ciné-Zyt!

NOMEN EST OMEN! Zum Herbstbeginn starten wir mit dem Film „Die Herbstzeitlosen“: Aufblühen von unternehmungslustigen Frauen, so lila und strahlend wie die spätblühende und als giftig geltende Herbstzeitlose! Eine Parabel von den Veränderungen in der Schweiz, nicht als Bedrohung, sondern als Chance. Im November bringt uns ein Hitchcock-Streifen zum Staunen, Schmunzeln und Schwitzen an die französische Riviera und im Dezember zieht uns eine liebenswerte Komödie über das Alter, die Jugend und vieles mehr in den Bann.

Wer nach Nervenkitzel und Mitzittern etwas Entspannung sucht, findet im Restaurant Atlantico bei Pasta, Pizza und geselligem Gedankenaustausch den geeigneten Ort. – Das Ciné Soir-Trio lädt euch ein zum Mitmachen, freut sich über euer Kommen und wünscht euch heute schon viel Spass und gute Unterhaltung. Bis bald!

Montag, 24. Oktober
Die Herbstzeitlosen
Regie: Bettina Oberli. Mit Stephanie Glaser, Heidi Maria Glössner uvm.
(90 Min.)

Kurzfassung zum Film:
Die 80-jährige Martha hat ihr ganzes Leben in Trub verbracht. Witwe geworden, geht sie auch nicht mehr zum Sonntagsjass. Als Schneiderin hat sie immer noch den unerfüllten Jugendtraum: eine eigene kleine Boutique! Allen Widerständen zum Trotz, und mit Hilfe von Freundinnen, scheint der Traum wahr zu werden…! – Mehr gibt’s nicht zu verraten; einfach dabeisein und mitfiebern!

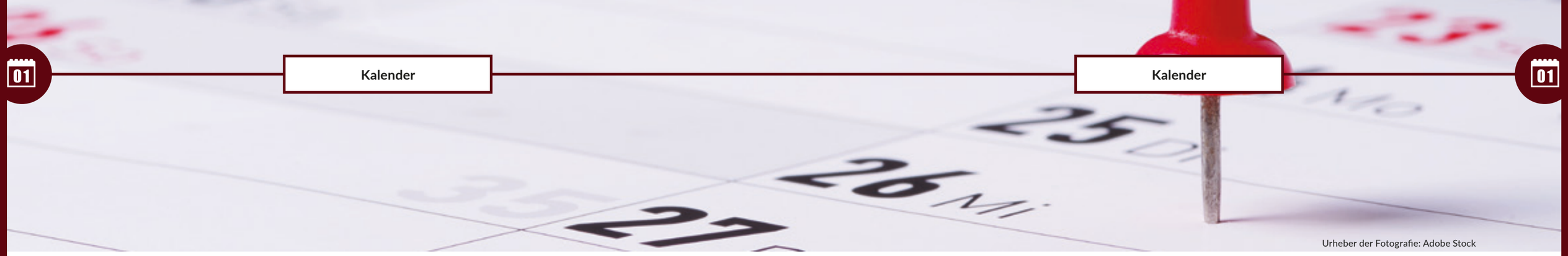
Spieldaten	Montag, 24. Oktober, Montag, 21. November und Montag, 12. Dezember 2022
Zeit	ab 16.45 Uhr kleiner Barbetrieb, **17.30 Uhr Filmstart** (Änderungen vorbehalten)
Ort	Veranstaltungsraum im Domicil Mon Bijou, Mattenhofstrasse 4, Bern
Anfahrt	Tram Nr. 9 (Richtung Wabern) oder Bus Nr. 10 (Richtung Köniz) bis Haltestelle Monbijou
Kosten	**Filmvorführung gratis**. Organisationsbeitrag CHF 5. Konsumation Bar auf eigene Kosten
Anmeldung	**erforderlich** am jeweiligen Tag: telefonisch zwischen 9-11 Uhr bei Trudi Kummer, Tel. 031 371 19 24
Organisation	Margrit Berger, Trudi Kummer und Ruedi Hösli, Telefon 031 901 15 76 (M. Berger)

Montag, 21. November
Über den Dächern von Nizza
Hitchcock-Thriller mit Cary Grant und Grace Kelly
(110 Min.)

Ein Juwelendieb treibt an der französischen Riviera sein Unwesen. John Robie, genannt die Katze (Cary Grant), vor dem Zweiten Weltkrieg Juwelendieb und später Held der Résistance, wird verdächtigt, da der Dieb Johns Methode anwendet. Um sich selbst zu entlasten, macht er Jagd auf den wahren Dieb, trifft dabei auf Mrs. Stevens, Millionärin, und deren verwöhnte Tochter Francie, die mit John eine Liebesnacht verbringt. Und ausgerechnet Mrs Stevens wird ebenfalls bestohlen. Während Francie John misstraut und ihm das Leben schwer macht, glaubt die Mutter an seine Ehrlichkeit. – Wie wird der echte Dieb gefasst? Die Lösung zeigt der humorvoll-spannende Streifen mit spritzigen Dialogen und wunderbarer Landschaft!

Montag, 12. Dezember
Giulias Verschwinden
Drehbuch: Martin Suter. Mit Bruno Ganz, Corinna Harfouch uvm.
(90 Min.)

Geburtstag feiern? Nein!, sagt sich die 50-jährige Giulia und lässt die Gruppe Mittfünfziger, Alter weggeschminkt, bereits dem Alkohol zugetan und redselig, auf die Jubilarin warten. Im Bus unterwegs, und hellhörig auf das Stichwort einer älteren Dame «wir sind ja sowieso unsichtbar», bricht Giulia auf zu einer spontanen Frustshoppingtour, wo sie auf einen Fremden trifft, der ihr den Hof macht …
Auch zwei Teenager shoppen, klauen für ihren Schwarm Turnschuhe... Leonie, in einer Altersresidenz, sabotiert ihren 80. Geburtstag... Ein wunderbares Märchen, das das Altern zugleich ernst und heiter nimmt.



Urheber der Fotografie: Adobe Stock

Kalender 01

September 2022

Do.	01.09.	Besuch des Staatsarchivs halbtags (Susanne Blaser)	S. 14
Mi.	07.09.	Wanderung Niederscherli –Thörishaus* Jean-Jacques Schultheiss)	S. 6
Do.	08.09.	Eventuell Strickhöck, ab 14h im Restaurant Egghölzli (Christiane Bokor)	S. 25
Fr.	09.09.	Besuch/Führung Kunsthaus Aarau, halbtags (Bruna Gennari)	S. 14
Mo.	12.09.	Boule-Spiel ab 16.30h im Platanenhof Unitobler Bern (Andreas Anliker)	S. 25
Di.	13.09.	Lesung Walter Däpp im Domicil Monbijou (Züsi Wiedmer)	S. 26
Mi.	14.09.	Wanderung Simplonpass–Simplon Dorf**+ (Yolande Burnod)	S. 6
Do.	15.09.	4-tägige Carfahrt nach Clermont-Ferrand bis Sonntag 18. September (M. Mantel)	S. 15
Di..	20.09.	GA-Ausflug Seefahrt (Vierwaldstättersee)	S. 18
Mi.	21.09.	Bummel Toffen – Kaufdorf (Ursula Däppen, Krystyna Akrman)	S. 10
Fr.	23.09.	Besuch Centre Dürrenmatt, Neuchâtel, ganztags (Ursula Torres	S. 15
So.	25.09.	Mittagessen am Sonntag, ab 12.00h, Rest. Del Gusto (Kurt Mischler)	S. 21
Mo.	26.09.	Mäntig Plousch-Jass/Spielen ab 14h, im Restaurant Egghölzli (Susanna Zimmermann, Peter Simmen)	S. 24
Mi.	28.09.	Wanderung Zollbrück – Langnau* (Yolanda Zahler)	S. 7

Oktober 2022

Mi.	05.10.	Besuch Vitromusée Romont, ganzer Tag (Züsi Widmer)	S. 16
		Bummel Bremgartenwald-Innere Enge (U. Däppen, K. Akrman)	S. 10
Di.	11.10.	Besuch Paraplegiker Zentrum Nottwil ganztags (Ina-Brigitte Plickert)	S. 17
Mi.	12.10.	Wanderung Melchnau – Madiswil*+ (Yolande Burnod)	S. 7
Do.	13.10.	Eventuell Strickhöck ab 14h im Restaurant Egghölzli (Christiane Bokor)	S. 25
So.	16.10.	Mittagessen am Sonntag, ab 12h Rest. Rössli, Säriswil (Kurt Mischler)	S. 21
Mo.	17.10.	Mäntig Plousch-Jassen/Spielen ab 14h, im Restaurant Egghölzli (Susanna Zimmermann, Peter Simmen)	S. 24
Mi.	19.10.	Wanderung Amselberg – Bärenpark**+ (Arnold Diemi)	S. 8
Do.	20.10	GA-Ausflug Grüningen ZH (Yolande Burnod)	S. 19
Mo.	24.10.	Ciné Soir im Domicil «Die Herbstzeitlosen» (M. Berger, T. Kummer, R. Hösli)	S. 28
Mi.	26.10.	Wanderung St. Ursanne – Soubey*** (Heinz Schweizer)	S. 8
Fr.	28.10.	Lesung im Domicil Monbijou: Karoline Arn, Mme. de Meuron (Züsi Widmer)	S. 26
Mo.	31.10.	Mäntig Plousch-Jassen/Spielen ab 14h, im Restaurant Egghölzli (Susanna Zimmermann, Peter Simmen)	S. 24

November 2022

Mi.	02.11.	Wanderung Tiermatten – Oey *** (Ruedi Hösli)	S. 9
Do.	03.11.	Besuch/Führung Haus der Religionen, Bern halbtags (Ina-Brigitte Plickert)	S. 16
Mi.	09.11.	Wanderung Aarwangen – Murgenthal ** (Yolande Burnod)	S. 9
Do..	10.11.	Eventuell Strickhöck ab 14h im Restaurant Egghölzli (Christiane Bokor)	S. 25
So.	13.11.	Mittagessen am Sonntag, ab 12h Restaurant Da Vinci (Kurt Mischler)	S. 21
Mo.	14.11.	Mäntig Plousch-Jassen/Spielen ab 14h, im Restaurant Egghölzli (S. Zimmermann, P. Simmen)	S. 24
Mi.	16.11.	Lesung im Domicil Monbijou, Franziska Manz-Ott, Sibirienreisen (Züsi Widmer)	S. 27
		Kleine Jurahöhenwanderung **+ (Dorothea Trachsel)	S. 10
Mo.	21.11.	Ciné Soir im Domicil, «Über den Dächern von Nizza» (M. Berger, T. Kummer, R. Hösli)	S. 29
Mi.	23.11.	Bummel Gümligen/Siloah – Allmendingen (Ursula Däppen, Krystyna Akrman)	S. 10
Fr.	25.11..	Besuch Sternwarte/Planetarium Schwanden b. Sigriswil ganztags (Züsi Widmer)	S. 17
Mo	28.11.	Mäntig Plousch-Jassen/Spielen ab 14h, im Restaurant Egghölzli (Susanne Zimmermann, Peter Simmen)	S. 24

Dezember 2022

Fr.	02.12.	Lesung im Domicil, Kornelia Lüdorff: «Tschernobyl my love» (Züsi Widmer)	S. 27
Mo.	05.12.	Adventsfeier im Restaurant Egghölzli Türöffnung 14.30h, Beginn 15.15h (Jolanda Felber, Züsi Widmer, Susanne Sommer)	S. 20
Mi.	07.12.	Abschlusswanderung und Höck der Wanderer und Bummler nach Laupen (Jean-Jacques Schultheiss, Arnold Diemi) (Ursula Däppen, Krystyna Akrman)	S. 11
So.	11.12.	Mittagessen am Sonntag, ab 12h Restaurant Jäger (Kurt Mischler)	S. 21
Mo.	12.12.	Ciné Soir im Domicil, «Giulias Verschwinden» (M. Berger, T. Kummer, R. Hösli)	S. 29
Do.	15.12.	Eventuell Strickhöck ab 14h im Restaurant Egghölzli (Christiane Bokor)	S. 25
Mo.	19.12.	Mäntig Plousch-Jassen/Spielen ab 14h, im Restaurant Egghölzli, (Susanne Zimmermann, Peter Simmen)	S. 24
Mi.	28.12.	Jahresschluss-Essen, 11.30h im Restaurant Schmiedstube (Marianne Mantel)	S. 22

Kleine Orientierungshilfe

- Essen & Trinken
- Kommen & Gehen
- Wandern & Bummeln
- Schauen & Geniessen
- Reisen & Entdecken
- Hören & Mitreden
- Spielen & Gestalten
- mit Anmeldung

Wandern & Bummeln

Besuch beim Schellenursli im Unterengadin

Bericht von Margrit Berger
Fotos von Margrit Berger, Ursula Hürzeler und Arnold Diemi

Bei sommerlichem Wetter trat am 6. Juni eine erwartungsfreudige Panthergruppe von 33 Erlebnishungrigen die Reise ins Unterengadin an. Der erste Tag war nicht nur Reisetag, sondern auch gleich Wandertag! In S-chanf hiess es umsteigen auf den knallgelben Nationalpark-Express zum Ausgangspunkt für die erste Wanderung im Val Trupchun, genannt Wildarena der Alpen, reich an Rothirschen, Steinböcken, Gämsen, Adler, Bartgeier… Doch diese blieben unseren Argusaugen verborgen. Zu bewundern gab's die eindrückliche Gesteinsfaltung und die alpine Flora.

Nach zügigem Zimmerbezug im familiären und traditionsreichen Hotel Baer & Post hiess es: Willkommensapéro bei untergehender Sonne! An diesem täglichen geselligen Apérotreff erfuhren wir das Programm des kommenden Tages Ja, das mündliche Programm tönte noch vielseitiger und spektakulärer als das schriftliche; und brachte für alle Stern-Kategorien Überraschungen und viele Highlights! Hier ein paar Rosinen vom Erlebten herausgepickt :

Eine Postautofahrt durchs zerklüftete Val Müstair und Besuch des berühmten Klosters St. Johann, UNESCO Welterbe, in Münstair. Stilles Wandern im Regen durch üppige Blumenwiesen. Per Sesselbahn auf Motta Naluns, wo die Sicht auf die Engadiner Dolomiten und die artenreiche Bergflora atemberaubend war. Auf einer Höhe von 2100 müM lag das Unterengadin uns zu Füssen. Flusswanderungen entlang des Inn und ein geführter Rundgang im geschichtsträchtigen Poschiavo begeisterten ebenso. Wer die Fahrt durchs wilde, enge S-charl-Tal mit der Wanderung durch den höchstgelegenen Arvenwald Europas Revue passieren lässt, träumt noch lange davon. Der Schlusspunkt unserer Wanderwoche führte ins Dorf des berühmten Schellenursli, nach Guarda, auch bekannt durch die typische Architektur und die mit der traditionellen Sgraffiti-Technik verzierten Häuser. Ein würdiger Abschluss dieser einmaligen Engadiner Wandertage!

And last but not least: Ein ganz grosses DANKESCHÖN dem Organisationsteam Sylvia Den, Ruedi Hösli und Heinz Schweizer. Ihr habt das echt toll gemacht! BRAVO!

Selbstverständlich auch ein herzliches MERCI an Micheline Bryde und Conradin Conzetti, die zur Programmbereicherung beitrugen sowie an Arnold Diemi, der auf den vielen Wanderung stets die Schlussverantwortung mit Bravour trug.

Winter-Wander-Woche in Pontresina mit Hindernissen…

Bericht Margrit Berger, Trudi Kummer, Hans Steiger, Carola Androwski
Fotos von Margrit Berger, Ursula Hürzeler

Ein wenig enttäuschend war sie, unsere Winterwanderwoche – und ungewöhnlich und manchmal beunruhigend – aber schön war sie trotzdem.

Um es kurz zu machen: Der berühmte blaue Himmel des Engadins mit seiner strahlenden Sonne über glitzerndem Schnee kleidete sich genau an dem Tag, als 24 unternehmungslustige Panther in Pontresina eintrafen, in Sepiagewölk – und blieb so bis zum Abreisetag. Wer nun glaubt, dass die sorgsam von Richard Lindegger und Yolande Burnod ausgearbeiteten Wander- und Skifahrpläne ins Wasser fielen, irrt. Es braucht schon mehr, um uns Panther aus der Ruhe zu bringen.

Sicher, die Bedingungen waren schwierig. Die Sonne wurde vom Saharasand verdeckt, der Schnee war gelb und streckenweise vereist und drei unserer lieben Panther lagen ab dem zweiten Reisetag in ihren Zimmern mit Corona. Aber – schreibt Trudi Kummer über ihren Ausflug: «Ein beissender Wind weht uns entgegen, wir montieren alle Schichten, auch Kappen und Kapuzen und ziehen los, längs auf dem Silvaplanersee. Es hat etwas befriedigend Abenteuerliches gegen die Kraft des Windes zu wandern. Allerdings der immer gelber werdende Himmel und die dick- gelbe Wolke, die sind real: Saharastaub!»

Während die einen mit Eis und Wind kämpften, machten andere auf dem Muottas Muragl die Bekanntschaft der berühmten «Maloja-Schlange», die innerhalb von Minuten alles mit einer dicken weissen Nebelschicht überzog.

Aber das Muottas Muragl hatte auch andere Seiten für uns in petto: Margrit Berger berichtet von einem herrlich entspannten Tag, der zwar nicht mit strahlender Sonne, aber dafür mit sepiafarbener Wärme aufwarten konnte. «Bevor die Wolken aufziehen, schweifen unsere Blicke in Richtung Piz Muragl und Piz Languard, bis hinab zu den Seen des Oberengadins. Die Mehrzahl gönnt sich in weichen Fellsesseln eine Pause, geniesst Kaffee und Aussicht. Doch die gut präparierten Winterwege rufen nach Wanderern.»

Ein besonderes Highlight war auch die Wanderung – durch eine Fast-Sonne – von Bever nach Spinas, der Bahnstation mit Restaurant – ohne Häuser oder Dorf. Wir werden hervorragend verköstigt und anschliessend in der Pferdekutsche von der sympathischen Kutscherin aus den italienischen Marche zurückkutschiert nach Bever.

Auch die vierköpfige Skigruppe bestehend aus Ursula Hürzeler, Richard, Günther Kräuter und Hans Steiger liess es sich gut gehen. Sie wedelten über die – leider gelblichen – Hänge von Corvatsch und Corviglia. Hans Steiger berichtet: «Wir stärken uns auf der Terrasse bevor wir mit den Skiern zum Lej da la Pesch hinunterfahren wo wir auch den Mittagshalt machen. Wir geniessen die schönen Abfahrten Fuorcla Grischa, Glüna, Plateau Nair, San Murezzan und landen am Schluss wieder bei der Signalbahn.

Leider schlug das Covid-Virus seine Fänge in unsere Gruppe und verbannte Marianne Mantel auf ihr Zimmer – am nächsten Tag gefolgt von Yolande, was Richard zu doppelten organisatorischen Anstrengungen verpflichtete. Glücklicherweise fand er Ersatz in Sonia Joss, die sich – mit dem Beistand von Krystyna Akrman – als hervorragende Wanderleiterin erwies. Auch Ursula Hürzeler ging auf diese Weise der Skigruppe verloren und vier weitere Panther reisten frühzeitig ab, da sie sich nicht gut fühlten und die Gruppe schützen wollten. Dem Hotel Rosatsch sei ein Kränzlein gewunden für die aufmerksame, liebe- und humorvolle Umsorgung der «Verbannten».

Und wie verbrachten wir die Abende? Margrit schildert: «Nach Dorfrundgang oder Entspannung im Schwimmbad sowie Apéro und Abendessen freut sich Richard, den Spielabend zu eröffnen. Uns zuliebe ist er sogar zum Geldwäscher geworden…; fürs «Zwänzgerli»-Spiel hat er sämtliche Münzen inklusive Spielkarten «gewaschen», also coronafrei! Da macht das Spielen und Gewinnen doppelt Spass!»

Wie man sieht: Eine Winter-Wander-Woche der besonderen Art. Richard, Yolande und vor allem Sonia – herzlichen Dank für eure umsichtige, heitere und ruhige Art, mit der ihr uns durch die Sahara-Covid-Woche geführt habt!

Acht Jahre Winterwoche mit Richard

Bericht von Carola Androwski;
Fotos zur Verfügung gestellt von Richard

«Im Frühsommer 2014 stelle ich an einer Vorstandssitzung die Frage, warum eigentlich keine Winterferien auf dem Programm stünden. Präsident Ruedi Hösli darauf: ‹Gute Idee, mach doch gleich!›»

Fällt Richard Lindeggers Lachen ein wenig wehmütig aus? Nachzufühlen wäre es ihm ja – nach acht Jahren, in denen er so viel Herzblut, Schweiss und Verhandlungsgeschick in die Organisation der Winter-Wander-Woche legte.

Und wie viel hat er dabei für uns Panther bewirkt! Konkurrenzlos günstige Hotelpreise von Sils-Maria über Arosa nach Pontresina, ausgelassene Abende in der Hotelbar, sorgsam ausgesuchte Skipisten – am Anfang sogar mit dem Südtiroler Guide Wolfi! – Pferdeschlittenfahrten…

Dass der Abschluss seiner Tour Guide-Kariere unter Corona stand, fällt wohl unter die sub-optimalen Erinnerungen. Auch wenn es selbst hier Heiteres gab, wie seine «Geldwäschereien» in Pontresina und das Jahr 2020, in dem die Koffer ohne Reisende ankamen. Richards Dank gilt vor allem dem Hotel Rosatsch, das den Panthern freundlich und kulant die Stange hielt während der Pandemie und uns auch dieses Jahr liebevoll umsorgte.

Damit bleibt den Winter-Panthern nur noch, Richard herzlich für seine liebevolle Fürsorge und die herrlichen Ferien zu danken!

Frühlingswanderung entlang der Areuse

Bericht von Daniel Megert
Fotos von Arnold Diemi

Sichtlich überrascht von der Anzahl (31!) Panther fuhr die illustre Wanderschar mit dem Zug via Neuchâtel nach Boudry.

Ruedi teilte die Wanderer per Augenmass in zwei Gruppen mit einem 10 Minuten Startslot ein. Meine Gruppe - die «Intellektuellen» - nutzten die Möglichkeit, dank der Stadtplan- und Denkmalpflegefachfrau Heidi Schuler-Adler, unterwegs an Insiderinformationen über die verdichtete Bauweise der Städte zu gelangen. In Boudry kamen wir unter anderem am Geburtshaus von Jean-Paul Marat vorbei. Sylvia erklärte uns staunenden Panthern seine Rolle in der französischen Revolution des 18. Jahrhunderts.

Weiterwandernd ergänzten die Sinneseindrücke der flusslandschaftliche Uferweg und natürlich die wunderbar spriessende Frühlingsvegetation. Bei der Mittagsrast in einem am Fluss gelegenen Weiler konnten wir einem Quak-Konzert der Sonderklasse lauschen. Ein pubertierender Zaungast erklärte unserem Trudi was da genau vor sich gehe: «Ils font l'amour et il grimpe sur le dos de la femelle» wusste er fachmännisch zu berichten und brachte so unsere Lehrerin zum Schmunzeln. Dafür hätte er in der Schule einen glatten «Sexer» erhalten.

Müde und zufrieden machten wir uns in Boudry per Tram, Bus und Zug auf den Weg zurück nach Bern.

Ich möchte meiner Bewunderung Ausdruck verleihen ob der Leistung der reiferen 1 Sterne-Fraktion: 10 km der Areuse entlang muss man erst mal schaffen!

Mein Dank gilt der tollen Organisation und Fürsorge von Sylvia Den und Ruedi Hösli - wobei ich sicher im Namen aller Teilnehmenden spreche.

Sentier de la Truite: St. Prex – Morges

Bericht von Sylvia Den
Fotos von Daniel Megert, Ester Ullmann und Arnold Diemi

«Vorsichtig formuliert, geht es ab jetzt tendenziell abwärts»

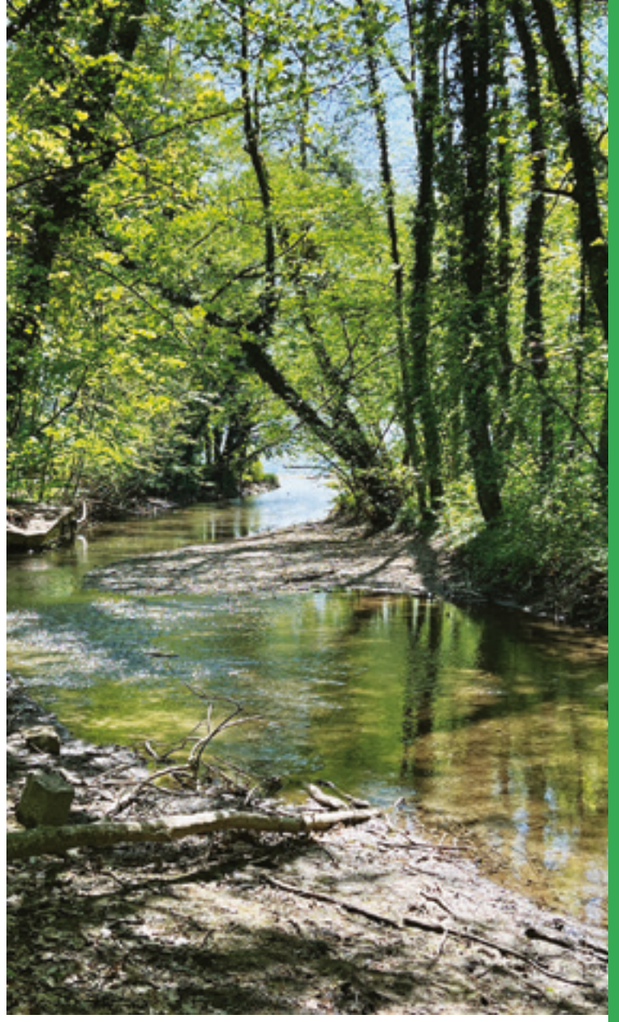
Nach einem tristen Regentag und unsicherem Wetterbericht herrscht heute «grand beau». Am Treffpunkt empfängt uns Arnold gut gelaunt als unübersehbarer Leuchtturm mit neon-oranger Mütze. Er entführt uns in die Gegend von Morges am Lac Léman, eine Gegend, die ihm wohlbekannt und besonders lieb ist. Daniel als Co-Leiter steigt in Freiburg zu.

Auf der Fahrt in Richtung Genfersee sitzen alle Kennerinnen der Strecke auf der linken Zugseite, um die magische Aussicht nach dem Tunnel von Chexbres nicht zu verpassen. Der Blick auf die zauberhaften Weinberge – ein UNESCO-Weltkulturerbe – entlockt sogar den abgebrühtesten PantherInnen bewundernde Ahs und Ohs.

Café und Croissants au beurre geniessen wir in St. Prex. Das mittelalterliche Dorf entpuppt sich als Juwel. Entlang der Hauptgasse gibt es viele Zeugen der Vergangenheit wie prächtige Brunnen, aufwändig gestalteten Wasserspeier in Form von Drachen und anderen Ungeheuern und kunstvole schmiedeeiserne Schilder. Einige bestaunen die Kunstwerke aus Schokolade in der lokalen Chocolaterie. In der Auslage gibt es sogar Schoko-Handtaschen. Ein Schleckermaul bekommt als Überraschung ein «Pain au chocolat» zugesteckt und geniesst jeden Bissen.

Nach einer knappen Stunde Steigung haben wir den Forellenpfad erreicht, ein Lehrpfad über das Leben der Forellen, über die Fischerei und über frühere Seestädte. Auf die Frage, ob es noch lange aufwärts gehe meint Arnold verschmitzt: «Vorsichtig formuliert, geht es ab jetzt tendenziell abwärts.» Was das bedeutet, merken wir bald: Im Naturschutzgebiet wandern, über einen mäandrierenden Waldweg – mehrmals tüchtig auf- und dann wieder abwärts. Der abwechslungsreiche Pfad führt uns über Brücken und Tunnel. Wir 22 PantherInnen freuen uns über den Frühlingswald mit seinem satten Grün, lauschen den verschiedenen Vogelstimmen, entdecken Jungforellen.

Eine knappe halbe Stunde vor Morges erreichen wir den Lac Léman. Am Ufer sitzend verspeisen wir unsere Picknicks, geniessen die Sonne und schauen in die schier endlose Weite des Sees. Es ist etwas dunstig, so dass wir das andere Ufer nicht klar erkennen können und uns am Meer wähnen. Der Strand ist voll von unzähligen kleinen Muscheln. Wir rätseln, ob es die berüchtigte Quaggamuschel ist, die ursprünglich aus dem Gebiet des Schwarzen Meeres stammt und sich rasant vermehrt. Am Strand riecht es streng nach Fisch. Zwei Skelette von kapitalen Hechten machen uns



mächtig Eindruck. Angesichts dieser Riesenviecher hat niemand Lust, im See zu baden. Das Boot eines Berufsfischers liegt gleich neben uns. Ein Kormoran sitzt träge auf einem abgestorbenen Baum. Vielleicht gibt ihm der Fischer jeweils etwas von seinem Fang ab.

Wir spazieren weiter, durch den Port du Plaisance zum Château de Morges. Im Parc de l'Indépendance, mitten im Tulpenfest, endet der offizielle Teil der Wanderung. Unglaubliche 120 000 Tulpen in allen Formen und Farben gibt es hier zu sehen. Es ist eine Pracht!

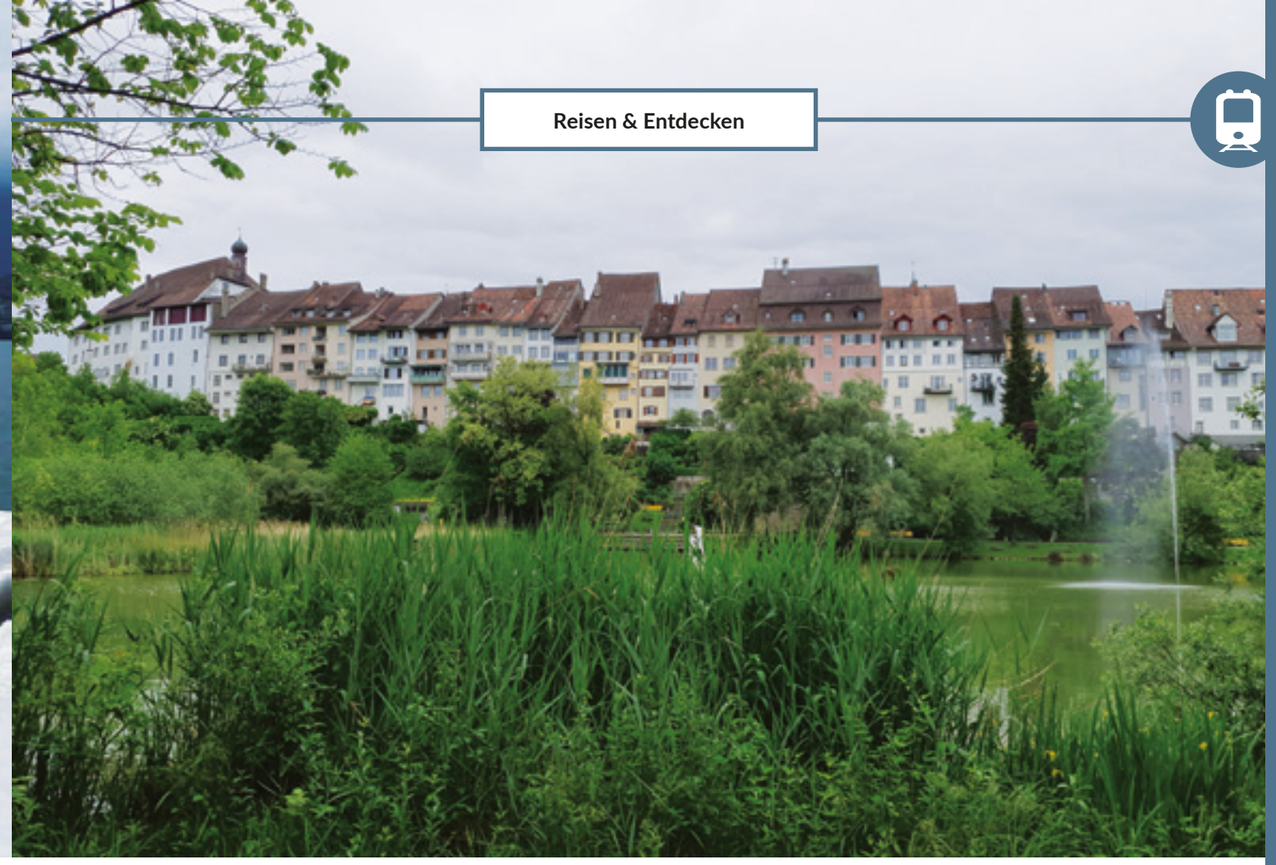
Arnold entlässt uns, um uns nach unseren Vorlieben zu erfreuen. Die einen steuern den nächsten Glacestand an, andere fotografieren, was die Linse hergibt, einige ergattern einen Platz in einer Beiz und erfrischen sich mit einem Glas Rosé, bevor sie auf der Heimreise im Zug diesen wunderschönen Tag noch einmal Revue passieren lassen. Danke Arnold und Daniel für dieses tolle Erlebnis.

Thuner See statt Kleiner Scheidegg

Bericht von Sylvia Den
Fotos von Margrit Berger und Verena Singeisen

Die geplante Wanderung vom Männlichen zur Kleinen Scheidegg mit Aussicht auf Eiger, Mönch und Jungfrau musste gestrichen werden. Immer noch versperren Schneefelder den Weg.
Einmal mehr zeigten sich ganze 24 wanderlustige Panther flexibel und meldeten sich an für das Ersatzprogramm: Eine Fahrt mit der Blümlisalp nach Sundlauenen mit anschliessender Wanderung nach Interlaken.

Aber oha lätz: Kurz vor Sundlauenen ging heftiger Gewitterregen nieder. Für viele war es allzu verlockend, in der Blüemlere am Trockenen sitzen zu bleiben. Nur gerade 7 Unerschrockene wagten den Sprung ins Nass. Bei nachlassendem Regen wanderten sie in ihren bunten Regenmonturen dem Uferweg entlang. Sie wurden von einer sympathischen Passantin begleitet, die sich vielleicht bald als neues Mitglied anmelden wird. – Es war einmal mehr ein Tag voller Überraschungen.



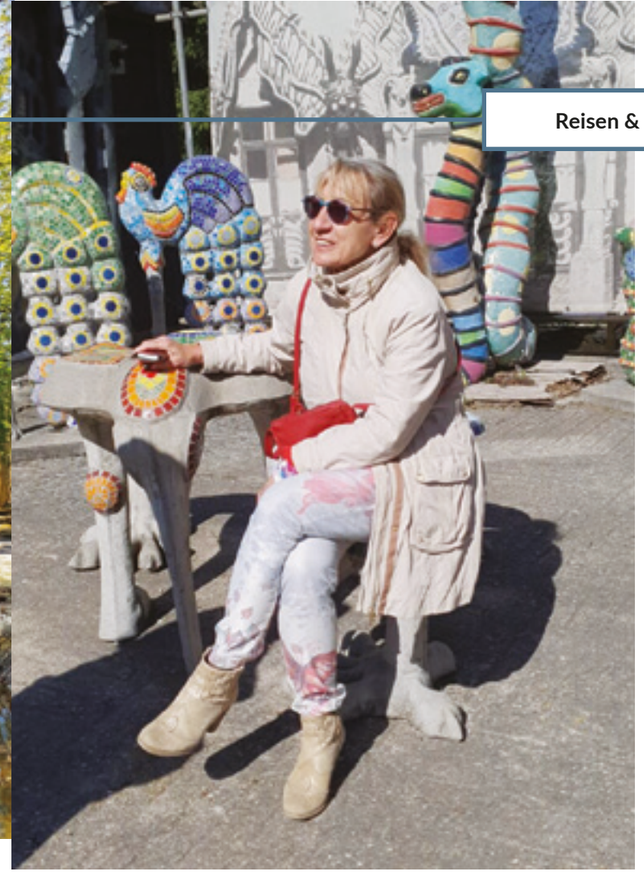
GA-Ausflug nach Wil

Bericht von Ruth Aegler
Fotos von Yolande Burnod

Wil gilt als eines der besterhaltenen Altstädtli der Ostschweiz. So verwundert es nicht, dass der Schweizer Heimatschutz es 1977 bereits für den Wakkerpreis nominierte. Der Preis ist mit 20 000 CHF dotiert. Henry Louis Wakker, Sohn eines holländischen Uhrmachers in Genf, liebte die Schweiz und stellte dem Heimatschutz ein Legat zur freien Verfügung, um moderne Städte zu animieren, ihre Altstadt zu unterhalten und zu schützen.

Vom Bahnhof ging unsere Gruppe schnurstracks durch die belebte Vorstadt zum Restaurant am Fuss des Altstadthügels, wo das Mittagessen auf uns wartete. Anschliessend ein kleiner Verdauungsbummel um den naheliegenden Stadtweier, von wo sich uns ein freier Blick hinauf zum alten Stadtkern auftat. Mit ein wenig «Schnaufen» hatten wir bald die Höhendifferenz geschafft und standen im Zentrum des grossen Marktplatzes, der von stattlichen Bürgerhäusern gesäumt wird. Stein und Riegelbauten in weiss und grau, Laubengänge, herausragend Rathaus und «Hof zu Wil», wo die Fürst-Äbte ihr Amt ausübten. Eine friedliche Mittagsstille um uns herum, kaum ein Auto noch Bewohner unterwegs.

Dir liebe Heidi ein sehr herzliches Danke von uns allen für den wunderschönen Tag, den Du für uns als neue GA-Reiseleiterin mit Bravour geleitet hast.



Reisen & Entdecken

Genussfahrt zu den Fabelwesen

Bericht Trudi Kummer
Fotos von Yolande Burnod und Margrit Berger

Für jede von uns zwei komfortable Sitze im Dysli-Car! Der Chauffeur Markus Kaspar weist uns freudig auf blühende Birnbäume hin, zeigt uns viel Wissenswertes. Seine Botschaft ist: «Tüend gnüüsse!»

In der Schaukäserei Affoltern gibt's Kaffee und am Hallwilersee Mittagessen mit Panorama-Sicht.

Dann auf durchs Vogeltor mit Bewegungsmelder zur Hirschallee mit Leuchtgeweihen! Unsere Führerin erklärt, dass der Künstler Bruno Weber (1931-2011) gerne auf Funktionskunst setzte, also dürfen wir die hochbeinigen, langen Flügelhundskulpturen dem Teich entlang als schmale Brücke benutzen. Die Partykatze enthält einen Kühlschrank, ein grüngelber Gnom mit warziger Haut birgt ein Alphorn in sich. Ehemalige Klappstühle tragen als Lehnen kunstvolle Gesichter aus Beton: Löwe, Chinese, Pan, Der Zornige… Der Park ist eine Wunderwelt!

Ursprung des Ganzen ist das fantastische Atelier-Wohnhaus, ein Gesamtkunstwerk mit Reliefs, Fabelfiguren, Türmchen und viel Glas. Hier lebt Mariann Weber. Das Mosaiklabyrinth im Esszimmer hat sie selbst gestaltet und insgesamt ihren Mann durchs Lebenswerk begleitet. Sie leitet unsere Bewunderung sofort mit leichter Geste zu Bruno in den Himmel hinauf...

Liebe Marianne Mantel, wir danken dir herzlich für den fantasievollen Tag und dem Chauffeur fürs ruhige Reisen.

Ausgrabungen in der mittelalterlichen Kirche St. Michael in Meiringen

Bericht von Jean-Pierre Kägi
Fotos: Züsi Widmer

Am 6. Mai wurde eine interessierte Gruppe von Panthern von der SBB ins Berner Oberland befördert, um die Ausgrabungen in der mittelalterlichen Kirche in Meiringen zu besuchen.

Der Frühling war angekommen. Riesige Lachen von Blütenstaub schwammen auf dem Thuner- und dem Brienzersee. In Meiringen angekommen, ging es zuerst in ein feines italienisches Bistro zum Mittagessen. Nachdem wir unseren Hunger gestillt hatten, führte uns Züsi zu unserem Reiseziel.
Unter sachkundiger Führung von Frau Zumbrunn erfuhren wir viel Wissenswertes zur Kirche und den Ausgrabungen:
Dass der 45m hohe Kirchturm,der zweithöchste nach dem Berner Münsterturm im Kanton Bern sein soll, überraschte uns alle!
Die heutige Kirche wurde in mehreren Etappen auf Grundmauern zuvor erbauter Kirchen erstellt.

Die erste Kirche entstand aufgrund letzter Erkenntnisse bereits im 9. Jahrhundert.
Überreste der alten Bauwerke sind heute grösstenteils freigelegt und für Besucher zugänglich.
Eindrücklich erklärte uns Frau Zumbrunn auch die mehrmaligen Zerstörungen der Gotteshäuser durch Murgänge, welche die Gebäude mit angeschwemmtem Schutt füllten und mit grossem Aufwand wieder freigelegt wurden.
In der Kirche ist eine Markierung erkennbar, die zeigt, dass die Kirche bis zu diesem Strich mit Geschiebe der Murgänge gefüllt wurde. Es waren über 3000 Kubikmeter! Das Ausschaufeln dauerte bloss 14 Tage!Beeindruckt von unserem interessanten Ausflug in vergangene Zeiten fuhren wir anschliessend zufrieden wieder heim.

Herzlichen Dank an Züsi Widmer, die uns diesen interessanten Ausflug organisierte.

Stresa und die Borromäischen Inseln

Bericht von Daniela Tognali
Fotos von Margrit Berger

Gespannt warten 23 müde Panther frühmorgens am 15. Mai um 6h45 auf der Schützenmatte auf den Dyslicar. Dann geht es los Richtung Martigny. Nach der Begrüssung unseres Chauffeurs, Markus Kasper, geht es zügig über die Autobahn via Fribourg-Montreux zum Kaffeehalt nach Montreux.

Die Sonne scheint und auch die Stimmung ist fröhlich und erwartungsvoll. In der Ferne erheben sich die Freiburgeralpen, die Sicht ist grandios. Lac de Gruyère…Lac Léman… Wunderbar strahlen uns die Dents du Midi entgegen.

Gestärkt durch Kaffee und Gipfeli fahren wir der Rhône entlang, mit Sicht auf die vielen Weinberge, durchs Wallis bis zum Simplonpass. Die Strasse steigt ziemlich steil an und rechts von uns werden die Talschluchten immer tiefer. Über eine hohe eindrückliche Brücke gelangen wir auf die andere Talseite und erreichen die Passhöhe auf 2002m Höhe. Ein weiteres «Naturwunder» ist die tiefe Gondoschlucht mit grossen, vom Wasser polierten, Felsbrocken.

Wieder im Tal geht's auf der Autobahn Richtung Domodossola und weiter zum idyllischen Lago d'Orta (Lombardei) und zum Städtchen Orta San Giulio. Nach dem Mittagessen haben wir noch etwas Zeit, um uns im kleinen Ort umzuschauen bevor es wieder zu unserem Bus zurückgeht und weiter nach Stresa (Piemont) wo wir nach einer schönen Fahrt um den 1490m hohen Mattarone bei unserem Hotel Bristol, direkt an der Seepromenade gelegen, ankommen.

Am nächsten Tag ist ein Ausflug auf die Borromäischen Inseln (Isola Bella und Isola dei Pescatori) vorgesehen. Unsere Reiseführerin trifft uns vor dem Hotel und führt uns zur Schiffanlegestelle. Ein Privatboot fährt uns zuerst auf die Isola Bella, wo wir den Palazzo Borromeo mit seinen 20 Sälen besuchen. Wir durchqueren riesige Räume, pompös ausgestattet, darunter der Thronsaal, der Wappensaal und die Bildergalerie mit über 130 Gemälden (zum grössten Teil Kopien). Sehr beeindruckend sind die 6 Grotten, die aus vielen kleinen, farbigen Steinen, zusammengesetzt wurden. Der Bau dieses Palastes dauerte 70 Jahre.

Weiter geht's in den weitläufigen Garten mit dem «Teatro Massimo» als imposantem Monument. Zuoberst thront das Einhorn als Symbol der Familie Borromeo. Die vielen Blumen (Magnolien, Kamelien, Azaleen), Büsche und Bäume sind genau so beeindruckend. Ein becircendes Parfum liegt in der Luft, und stellt man sich unter einen Zitronenbaum wird man von dessen Duft eingehüllt.

Wir fahren mit dem Privatboot weiter zur Isola dei Pescatori, zu einem Mittagessen bevor die Rückreise beginnt. Dem Lago Maggiore entlang, durchs Valle Leventina zum Gotthardtunnel, durch den Seelisbergtunnel und via Luzern nach Bern.

An Marianne Mantel und Dysli Reisen herzlichen Dank, dass sie für uns diese schöne und interessante Reise zusammen gestellt haben.

Führung durchs Paul Scherrer Institut - nicht nur für Männer

Bericht von Yolanda Zahler
Fotos von Züsi Widmer

Tatsächlich sind von den 19 Teilnehmenden an diesem Tag 6 Männer dabei – schon bald ein Rekord bei den Panthern.

In der Ausschreibung zu diesem Anlass erfahren wir, dass es sich bei diesem Institut um ein Forschungszentrum handelt, d. h. wir dürfen eine anspruchsvolle Führung erwarten – ich bin gespannt, wieviel ich von den Erläuterungen verstehen werde.

Vorerst kurz zu Paul Scherrer, welcher dem Institut seinen Namen gab. Er wurde 1890 in St.Gallen geboren. 1908 immatrikulierte er sich an der ETH in Zürich und studierte dort Mathematik und Physik. Nach Studienaufenthalten an den Universitäten in Königsberg und Göttingen wurde er bereits mit 30 Jahren zum Professor für Experimentalphysik an der ETH in Zürich ernannt. Neben verschiedenen Forschungsgebieten wirkte er in verschiedenen Gremien mit zur Verbreitung der Kernenergie in der Schweiz, 1954 an der Gründung des CERN, ein Jahr später bei der Reaktor AG, zum Studium von Bau und Betrieb von Kernspaltungsanlagen in Würenlingen. Massgeblich trug er zum hohen Niveau der schweizerischen Hochschulforschung bei.

Wir werden freundlich empfangen am PSI und dürfen uns im Infozentrum an verschiedenen Stationen einen kleinen Einblick verschaffen in Forschungsgebiete und bekommen einen Überblick über die beeindruckende Grösse des Geländes mit all den verschiedenen Gebäuden, beidseits der unteren Aare, geteilt in PSI Ost und PSI West.

Nach dem stärkenden Mittagessen im Betriebsrestaurant (unsere Hirnzellen werden im weiteren Programm bestimmt gefordert werden), erhalten wir 3D-Brillen zur Präsentation des Betriebes.

Herr Dr. Lukas Keller, wissenschaftlicher Abteilungsleiter am Institut, erläutert uns die Präsentation und beantwortet unsere anfangs noch zögerlich gestellten Fragen. Die Forschungsgebiete und die Zusammenarbeit des Institutes sind vielfältig. Der Forschungsbetrieb untersteht dem Departement für Wirtschaft, Bildung und Forschung (WBF), unter Bundesrat Guy Parmelin. Die Zahlen zum Betrieb sind beeindruckend, sei es nur die Anzahl an Mitarbeitenden von 2100 Personen oder dem Budget von 280 MCHF vom Bund und weiteren 110 MCHF an Drittmitteln.

Nach der Präsentation im Infozentrum erhalten wir Anschauung im PSI West («ännet» der Aare) und besuchen dort das Gebäude mit der Synchrotron Lichtquelle. In diesem, auch architektonisch beeindruckenden, riesigen Rundbau in Holzkonstruktion, steigen wir auf die runde Betonkonstruktion mit dem Beschleuniger drin (siehe Bild in der Ausschreibung) und ich frage mich, wie es wohl hier unter uns aussieht – ich kann es mir nicht vorstellen, es soll eine Geschwindigkeit bis fast Lichtgeschwindigkeit hier drinnen entstehen.

Dies könne nur absolut erschütterungsfrei geschehen, weshalb der Bau auf einem speziellen Fundament stehen muss.
Wir erhalten Erläuterungen zu den Forschungsstationen, welche rund um diesen Betonbau angeordnet sind und für ausgesuchte Forschungsprojekte benutzt oder von externen Nutzern gemietet werden können. Wirklich beeindruckend, was hier Tag und Nacht geforscht wird.

Spezielle Geburtstage

Wir gratulieren und wünschen alles Gute!

September 2022	95-jährig	25.	Erna Schenker
Oktober 2022	70-jährig	13.	Elisabeth von Wartburg
November 2022	70-jährig	09.	Erika Hostettler
	70-jährig	30.	Susanne Sommer
	80-jährig	06.	Ruth Oehninger Dezember
	80-jährig	22.	Susanne Knöpfel
	70-jährig	23.	Beat Wespi

«Kein kluger Mensch hat sich jemals gewünscht, jünger zu sein.»

— Jonathan Swift

Der Vorstand hat beschlossen, nur noch die Geburtstage 70-, 80-, 90-, 95- und 100-Jahre zu veröffentlichen.
Datenschutz: Jedes Mitglied hat das Recht, mittels schriftlicher Meldung an das Sekretariat die Veröffentlichung seines Geburtstags sperren zu lassen.

Spenden
Februar bis Mai 2022

Hier veröffentlichen wir die Namen der Spender und Spenderinnen ohne Angabe des Betrags, denn jede Zuwendung ist willkommen.

Carola Androwski
Ursula Däppen
Roswitha Eggenberger
Rosmarie Hersberger
Lisa Hirt
Pierre Maillard
Ruedi Signer

Merci vielmals!

Neueintritte
Februar bis Mai 2022

Andy Biedermann, Bern
Denise Blaser, Ostermundigen
Ernst Blaser, Ostermundigen
Pia Fels, Cressier FR
Therese Gharibi-Wüthrich, La Tour-de-Peilz
Erika Hostettler, Schwarzenburg
Rosmarie Keil, Bern
Aloisia Ladda, Bern
Kaspar Neuenschwander, Worb
Marcel Perret, Bern
Marlise Rindlisbacher, Thun
Regina Roher, Bern
Hans Rothenbühler, Bern
Hedwig Rutschi, Uettligen
Heidi Schmocker, Bern
Heidi Schuler-Alder, Bern
Peter Willener, Thun

Wir heissen Euch herzlich willkommen!,

Todesfälle
Herbst 2021 bis Mai 2022

Georges Seeberger,
verstorben Herbst 2021
Bernd Fischer,
verstorben 25. Oktober 2021
Bethli Bettler,
verstorben Dezember 2021
Bruno Costa,
verstorben 30. Dezember 2021
Kurt Brand,
verstorben 1. März 2022
Hansruedi Liechti,
verstorben 27. März 2022

Zum Gedenken an die «Jahrhundertfrau» Bethli Bettler

Bericht und Foto: Ursula Hürzeler

Elisabeth Bettler oder kurz Bethli, wie sie allgemein gerufen wurde, starb Ende letzten Jahres im Alter von 103 Jahren.

Die langjährige Pantherin lebte seit 2010 im Domicil Mattenhof, wo sie durch ihr offenes Wesen und ihren Humor bei den MitbewohnerINNEN überaus geschätzt wurde.
«Eine charismatische Person», sei sie gewesen, sagt Domicil-Geschäftsführer Pascal Studer, und er sieht sie noch vor sich, wie sie jeweils nachmittags im Restaurant sass und ihre Patiencen legte. Ihn hat besonders fasziniert, dass sie bis ins hohe Alter neugierig war und lernfähig.
So habe sie während der Coronazeit skypen gelernt und regelmässig übers Internet mit ihrem Sohn gesprochen, der in Frankreich lebt. Stolz erzählte sie mir einmal, dass es für sie das Schönste war, ihn dort auch noch hochbetagt mit dem Zug zu besuchen.

Selbstständig zu sein, das war ihr bis zuletzt wichtig: Sie versorgte sich ohne Pflegevertrag und genoss ihr Leben in ihrer Ein-Zimmer-Wohnung. Die hatte sie so gemütlich eingerichtet, dass das Domicil sie auf seiner virtuellen Vorstellungstour als Paradebeispiel zeigte.

Und trotzdem: in den letzten Jahren wurde Bethli Bettler die Zeit lang. Sie sehnte sich nach der ewigen Ruhe. Im Dezember ist sie an einem Nachmittag sanft entschlafen.

Wir werden sie in liebevoller Erinnerung behalten.

Patrouille Suisse & Escargots à la minute

Bericht von Trudi Kummer
Fotos von Ursula Rausser

Habt ihr früher auch für «Flügzüüg», das oberlangsame Jonglierduo, geschwärmt? Der heutige Baldrian (Thomas Leuenberger) war eine Hälfte davon.

Nach den Begrüssungsworten durch Ursula Däppen freut er sich über unsere Gesichter und Mäuler (ohne Masken), juflet nümm, empfiehlt sich für ein Zeitlupenseminar und muss jetzt schon mal höckele – auf dem aufgeklappten Griff seines Spazierstocks, er, der schon im Bummelzug Jetlag bekommt. Sollte ihm doch noch das Wörtchen „schnäll“ – wart schnäll – entwischen, müssen wir ihn mit einem «öööu!» ermahnen, was dann ab und zu geschieht.
An der Fischrute lässt er einen Drachen steigen, jongliert als Fahnenschwinger (Berner Wappentier Schnägg) und will der Präsidentin «der Gring verdräje». Dafür stülpt er Ursula Rausser ein Kistchen mit Ausguck über den Kopf, dreht langsam, bis sie um 180° nach hinten schaut (grässlich!!) u de wieder zrügg, und sie schreitet munter an ihren Platz. Der Trick??
Im Training Patrouille Suisse treten Aspiranten an zum Flügelifasse, streifen sich diese über die Arme und los geht’s per Staffel zum Rundflug, jumm täsch tusch, Sturzflug, jumm zägg poing, zur brutalen Notlandung und schliesslich zu einem allerliebsten Ausdrucksflug.

In der Video-Kochsendung gibt es heute Escargots à la minute. Den fetten Weinbergschnecken wird mit Schwingbesen und Schneckenpfanne gedroht. Zuletzt verspeist der Koch ihr Futter, ein buntes Gartengemüse – die Schnecken aber suchen «schnäll» über den Pfannenrand das Weite.

Im Leben von Baldrian gab es eine harte Zäsur in Form einer akuten Leukämie, davon erzählt er uns im Schlussteil. Er kommt in Isolation, hat drei Chemo-Phasen und schwerste Komplikationen durchzustehen. Von aussen und aus seinem Innern bekommt er den Rat, seine Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Der innere Baldrian und besonders seine Frau, seine Freunde, die Ärzte, die Pflegerinnen und Pfleger helfen ihm dabei. So kommt es zu humorvollen Posts in seinem Blog, die Enkelin fährt ihn per Fernsteuerung im Bett auf und ab, ein Freund löst Grinsen aus mit der Frage «Stimmt die Chemie?»
Es ist ein Glück, dass du es geschafft hast, Baldrian! Wir danken dir herzlich für deine nachhaltige, langsame Unterhaltung und fürs Teilen deiner Genesungsgeschichte.

Ursula Rausser und Ursula Däppen, euch gebührt grosser Dank fürs Organisieren der abwechslungsreichen Humor-Serie! Auch heute dürfen wir mit der Kursleiterin und 60+Präsidentin Ursula Naef zusammensitzen. In einem Gesamtkonzept hat sie Strukturen mit passenden Fragen zu den 6 Humorvorträgen erarbeitet. Heute, ganz treffend, heisst es: Humor ist Interaktion. Wovon werde ich berührt? Einbezogen hat uns Baldrian ja sehr stark. Ihr Leserinnen und Leser könnt wohl nachempfinden, worüber wir zum Abschluss diskutierten… Liebe Ursula Naef, wir danken dir herzlich dafür, dass du uns auf interessante Art zum Nachdenken und Mitteilen inspiriert hast.

Suchen Sie eine
24-Stunden-Betreuung?

Sicherheit und Lebensqualität zuhause zum Pflegeheimtarif. Führender Anbieter. Engagierte, fürsorgliche Betreuende sind genau so da, wie Sie es brauchen. Kostenlose Beratung.

Tel 031 370 80 70
www.homeinstead.ch

Home Instead.
Zuhause umsorgt

Besichtigungen im Burgerspittel
einzigartig, sicher, daheim

Sie suchen Gesellschaft und wollen neue Freundschaften schliessen? Im Burgerspittel verbringen Sie Ihren Lebensabend würdig und selbstbestimmt in einer warmen und gepflegten Atmosphäre. Das Angebot richtet sich auch an Nichtburgerinnen und Nichtburger.

Besichtigen Sie im Burgerspittel im Viererfeld unsere Wohnungen, welche mit grosszügigen Grundrissen und einer fantastischen Weitsicht überzeugen oder die drei Hausgemeinschaften im Burgerspittel am Bahnhofplatz mit den überdurchschnittlich grossen Pflegeeinzelzimmern.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung (Telefon 031 307 66 66).

Der Burgerspittel

Viererfeldweg 7
3012 Bern

Bahnhofplatz 2
3011 Bern

T 031 307 66 66, www.burgerspittel.ch

PFUCCHI - CARTOON

Juristische Beratung

Den Mitgliedern der Grauen Panther Bern steht bei rechtlichen Problemen oder Fragen ein Fürsprecher/Notar zur Verfügung. Der Verein übernimmt die Kos-ten der ersten 30 Minuten. Oft können Probleme oder Fragen in einer Kurzberatung gelöst oder geklärt werden. Länger dauernde Beratungen oder Verhandlungen gehen zu Lasten der Mitglieder.

Anfragen sind zu richten an die Präsidentin
Ursula Rausser, Reckholtern 11, 3065 Bolligen.

Telefon: 079 247 19 20 oder
ursula.rausser@grauepantherbern.ch

Die Anfragen werden diskret behandelt und an den Fürsprecher/Notar weitergeleitet.

fuesswärk
podologie

Gepflegte Füsse im Frühling
Gerne verhelfe ich Ihnen zu mehr Wohlbefinden
Fusspflegepraxis im Herzen von Bern
Rollstuhlgängig und mit Lift
Christine Peyer
Podologin EFZ / Pflegefachfrau HF
Spitalgasse 4 3011 Bern
www.podologie-fuesswaerk.ch
078 405 00 59

Ich freue mich auf Sie!

RESTAURANT EGGHÖLZLI

Der Treffpunkt zum gemütlichen Höck, gepflegten Essen oder rauschenden Fest im Egghölzli-Quartier.

Wir haben keine Ruhetage und durchgehend warme Küche.

Unsere Räumlichkeiten eignen sich bestens
für Anlässe jeglicher Art bis zu 150 Personen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Weltpoststrasse 16, 3015 Bern, 031350 66 40
restaurant@egghoelzli.ch, www.egghoelzli.ch
Tramlinien: Nr. 8 Saali oder Nr. 6 Worb / Haltestelle Egghölzli

Projekt BELIA erfolgreich gestartet!

Bericht des Projektteams

Ende Juni war es so weit: Das entwickelte Fragetool konnte zur Nutzung freigegeben werden.

Alle Mitglieder der Grauen Panther Bern wurden deshalb persönlich angeschrieben und eingeladen, ihre persönlichen Bedürfnisse im Belia-Tool auf der Website www.belia.me zu beurteilen.

Wichtig zu wissen ist: Es geht dabei nicht um eine Umfrage, sondern um eine individuelle Standortbestimmung, und es soll Deine aktuelle Lebenssituation beschreiben. Die gemachten Angaben bleiben gespeichert und können jederzeit an eine veränderte Ausgangslage angepasst werden. Der Datenschutz ist sichergestellt.

Das Fernziel des Projekts besteht darin, dass Dir als Tool-NutzerIn für Bedürfnisse, für die Du Hilfe erhalten möchtest, geeignete Angebote angezeigt werden. Damit wir mögliche Anbieter vom Nutzen des Belia-Tools überzeugen können, ist es wichtig, dass möglichst viele Seniorinnen und Senioren teilnehmen.

Falls Du Deine Bedürfnisse noch nicht im Belia-Tool erfasst hast, dann hole das doch bald nach! Und überzeuge auch andere, teilzunehmen. Nähere Informationen findest Du im beiliegenden Flyer.

Dieses Projekt wird unterstützt von Gesundheitsförderung Schweiz.

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Website Graue Panther Bern in froher Erwartung

Immer wieder wurde das Thema «Marktplatz» diskutiert. Marktplatz wie «handeln», «kaufen» und «verkaufen» oder Teilnehmende für eine Aktivität zu suchen.

Der Ausflug zum Iris-Schloss, den man nicht alleine machen will, der aber zeitlich so begrenzt ist, dass man sich schnell zusammentelefonieren muss, um die Pracht nicht zu verpassen. Der Filmprojektor, der im Schrank verstaubt, obwohl man sicher ist, dass ihn ein anderer brauchen könnte. Das Gartengerät, das man nicht kaufen möchte, weil man es so selten braucht, das man aber gerne für einmal ausleihen möchte.

Als Redaktionsteam sind Daniel Megert, Master der GPB-Website, und ich uns einig, dass ein solches Tool auf die Website kommen sollte. Daniel als Praktiker hat die Idee schnell und unkompliziert umgesetzt. Dieser Marktplatz wartet jetzt auf seinen Geburtstermin.

Als «Geburtshelfer» brauchen wir euch! Bitte schickt Daniel oder mir eure Vorschläge. Wenn die berühmte «kritische Masse» zusammengekommen ist, schaltet Daniel den Marktplatz in der GPB-Website auf und der fröhliche Handel und Wandel kann beginnen.

Euer Redaktionsteam
Kontakt: Daniel Megert d.megert@protonmail.ch
Carola Androwski c.androwski@bluewin.ch

Liebe Inserenten

Vielen, vielen Dank für Ihren Beitrag und die Treue, die Sie uns entgegen bringen.
Ohne Ihre Inserate gäbe es nämlich keine so gepflegte Zeitung!

Liebe Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser des «Sprung»

Bitte berücksichtigt die Inserenten in dieser Zeitung.

Hilfe im Alter

Wenn Sie Hilfe brauchen, sind Sie bei uns richtig.

Wir helfen Ihnen bei der Erledigung Ihrer Zahlungen, Administration, Steuererklärung usw.

Fisa Verwaltungen AG
Erna Aeberhard, Notar, Holligenstrasse 5,
Loryplatz, 3008 Bern, Telefon 031 312 04 71

Überall für alle
SPITEX
Bern

Ambulante Pflege
Demenz
Kinderspitex
Palliative Care
Psychiatrie

T. 031 388 50 50
info@spitex-bern.ch
www.spitex-bern.ch
Online-Anmeldung:
www.opanspitex.ch

Sind Sie nicht gerne allein und suchen Gleichgesinnte?

Werden Sie Mitglied!

WER SIND WIR?

Graue Panther Bern ist

- ein parteipolitisch unabhängiger und konfessionell neutraler gemeinnütziger Verein.
- eine nicht subventionierte starke Selbsthilfeorganisation, die sich für die Interessen und Anliegen älterer Menschen einsetzt.

WAS WOLLEN WIR?

Der Verein hat zum Ziel

- ältere Menschen miteinander zu vernetzen
- ein vielfältiges Programm zu bezahlbaren Preisen anzubieten
- die Selbsthilfe und Solidarität zu fördern
- aktuelle und zukünftige Altersfragen zu diskutieren

WAS BIETEN WIR?

- Ehemalige Profis aus unterschiedlichen Branchen, wie öffentlicher Verkehr, Gesundheitswesen, Kommunikation, Tourismus, Kultur, Wissenschaft und Verwaltung organisieren Aktivitäten in verschiedenen Bereichen. Dadurch entsteht ein vielseitiges Programm.
- Der Verein mit etwa 450 Mitgliedern ist wie ein «Quartierlädeli», in welchem man sich gegenseitig kennt und so weiss, wer was anbieten kann, wer welche Interessen und Bedürfnisse hat.
- Dank dem Einsatz von ungefähr 50 Personen ist der Zeitaufwand für alle Beteiligten in einem vernünftigen Rahmen. Die Organisierenden bestimmen selber, wie viel Zeit sie für die verschiedenen Aktivitäten im Verein einsetzen wollen.

Das sind gute Gründe, sichaktiv bei Graue Panther Bern zu beteiligen, um Autonomie, Selbstständigkeit und Lebensfreude im Alltag zu erfahren und zu erleben.

Graue Panther Bern ist ein lebendiger, farbiger und lebensfroher Verein nach dem Motto «Gemeinsam statt einsam».

WAS KOSTET ES?

Mitgliederbeitrag
pro Person Fr. 70.– pro Jahr

GRAUE PANTHER BERN
GEMEINSAM STATT EINSAM

Mattenhofstrasse 4, 3007 Bern
Telefon 079 861 37 41
sekretariat@grauepantherbern.ch

www.grauepantherbern.ch

Liebe Mitglieder
Wir freuen uns immer wieder über die vielen Reaktionen auf den «Sprung». Merci vielmals! Falls ihr das Heft jemandem schenken wollt oder damit neue Panther anwerben möchtet, umso besser. Beim Sekretariat könnt ihr gerne zusätzliche Exemplare beziehen.

VEREINSADRESSE	**Graue Panther Bern**, Mattenhofstrasse 4, 3007 Bern (ist auch Sitz des Sekretariats, geleitet von Barbara Leuenberger) E-Mail: sekretariat@grauepantherbern.ch Website: www.grauepantherbern.ch	Telefon 079 861 37 41
VORSTAND		
Präsidentin	Ursula Rausser, Reckholtern 11, 3065 Bolligen E-Mail: ursula.rausser@grauepantherbern.ch	Telefon 079 247 19 20
Vizepräsidentin	Marianne Mantel, Kursaalstrasse 9, 3013 Bern	Telefon 031 331 96 25
Sekretariat	Barbara Leuenberger	Telefon 079 861 37 41
Unregelmässige Anlässe	Züsi Widmer-Steiner, Traffeletweg 4, 3006 Bern	Telefon 031 351 30 13
Wanderungen	Daniel Megert, Rue de la Grande Fontaine 4, 1700 Fribourg	Telefon 079 427 50 84
Altersgerechte Zukunft	Eva Holl, eholl@grauepantherbern.ch	
Regelmässige Anlässe	Yolande Burnod, Landhausweg 30, 3007 Bern	Telefon 031 853 11 71
Finanzen	Christine Rohrer, Waldmannstrasse 25/H5, 3027 Bern	Telefon 076 416 53 11
Kommunikation	Carola Androwski, Burckhardtstrasse 16, 3008 Bern Daniel Megert, Rue de la Grande Fontaine 4, 1700 Fribourg	Telefon 079 373 26 21 Telefon 079 427 50 84
Termin-Koordination	Marianne Mantel, Kursaalstrasse 9, 3013 Bern	Telefon 031 331 96 25
IMPRESSUM UF EM SPRUNG	(Adressänderungen und Mutationen bitte dem Sekretariat melden!)	
Konzept, Redaktion, Layout	Carola Androwski, Burckhardtstrasse 16, 3008 Bern E-Mail: c.androwski@bluewin.ch	Telefon 079 373 26 21
Digitale Projekte	Daniel Megert, Rue de la Grande Fontaine 4, 1700 Fribourg	Telefon 079 427 50 84
Kalender	Marianne Mantel, Kursaalstrasse 9, 3013 Bern	Telefon 031 331 96 25
Inserate	Sonia Joss, Fellenbergstr. 11, 3052 Zollikofen E-Mail: inserat@grauepantherbern.ch	Telefon 031 911 21 71
Erscheinungsweise	dreimal jährlich, im April, August und Dezember	
Redaktionsschluss	Ausgabe 79: 15. Oktober 2022 weitere Ausgaben immer Mitte Februar, Juni, Oktober	
Druck & Layout	Crealto GmbH | www.crealto.ch grauepanther@crealto.ch	
Auflage	750 Exemplare	
SPENDENKONTO	Kontonummer: 30-7165-0 IBAN: CH18 0900 0000 3000 7165 0	