
Quartierzeitung von Wittigkofen

dr JUPI



50. Jahrgang

Nummer 1

Februar 2023

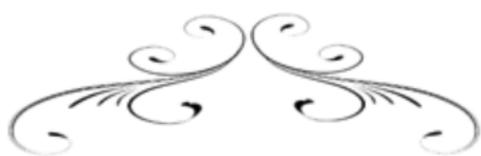


Foto: Hans Zurbruggen

MYSTISCHE MORGENSTIMMUNG IN WITTIGKOFEN

INHALT:

• Editorial	Seite 3
• Der Quartierverein informiert	Seite 4-7
• Gottesdienste im tilia	Seite 6
• Murifeldladen an der Mindstrasse	Seite 9
• Miniunternehmen in Wittigkofen	Seite 10
• UBG Inside	Seite 11
• Beim Jupiter - weitere Folge	Seite 13+14
• Treffpunkt Wittigkofen	Seite 15+22
• Das Baumporträt – die Birke	Seite 24+29
• Elterncafé	Seite 31
• TOJ - Jugendarbeit	Seite 32
• Vorschau zu „50 Jahre Wittigkofen“	Seite 34+35
• Im Rückspiegel	Seite 36



IMPRESSUM

Quartierzeitung **«dr JUPI»**

Herausgeber: Quartierverein Wittigkofen
www.qv-wittigkofen.ch
mail@qv-wittigkofen.ch

Erscheint 2023: am 8. Februar, 31. Mai,
9. August und 8. November

Redaktionsschluss für die nächste Nummer:
NEU: 26. April 2023, verteilt am 31. Mai

Verantwortliches Redaktionsteam:

Hans Zurbruggen (zb) Layout & Koordination, Lies Munz (mz),
Ursula Torres (to), Fritz Liebi (fli), Tom Gsteiger (tom)

Gelbe Seiten: Treffpunktleitung Wittigkofen

Anschrift: Redaktion «dr JUPI»
Jupiterstrasse 15
3015 Bern
Telefon 031 944 01 32
jupi@qv-wittigkofen.ch

Postkonto: IBAN CH54 0900 0000 3001 0631 0

Druck: Wälti Druck GmbH Ostermundigen
Auflage: 1'530 Stück

Inseratepreise:

Höhe: 2 cm Fr. 16.- / 4 cm Fr. 25.- / 6 cm Fr. 34.-
8 cm Fr. 43.- / 10 cm Fr. 51.- / 12 cm Fr. 59.-
14 cm Fr. 66.- / 16 cm Fr. 73.- / 18 cm Fr. 80.-
20 cm Fr. 86.- / 22 cm Fr. 92.- / 24 cm Fr. 97.-
27 cm Fr. 102.- (ganze Seite) Seitenbreite 9 cm

dr JUPI wird gratis an alle Haushaltungen von Wittigkofen verteilt.
Im Abonnement: 4 Nummern/Jahr Fr. 18.00



Liebe Leserin, lieber Leser

Dies ist mein 25. und zugleich letztes Editorial für den Jupi. Man soll schliesslich dann Abschied nehmen, wenn es am schönsten ist. Und jetzt ist es doch am schönsten. Oder etwa nicht? Heuer feiert „unser“ Quartier (wem gehört eigentlich ein Quartier?) sein 50-Jahre-Jubiläum. Ein halbes Jahrhundert: Je nach Perspektive ist dies eine sehr, sehr kurze Zeit respektive eine sehr, sehr lange Zeit (das hat allerdings nichts mit Einsteins Relativitätstheorie zu tun). In diesem Heft erfahren Sie bereits ein bisschen über das geplante Quartierfest, das Ende Juni stattfinden wird.

Was Sie in diesem Heft nicht erfahren, ist die Bedeutung des Begriffs Tiktok-Prank. Die nach wie vor beliebte Pendlerzeitung „20 Minuten“ hat kürzlich darüber berichtet. Scheinbar handelt es sich um etwas eher „Grusiges“, das auch an Schulen praktiziert wird (endet oft im Mobbing). Aber eben: Im Jupi wird über solche Sachen nicht berichtet. Ebenso wenig werden Sie erfahren, ob das Comeback von Dieter Bohlen bei DSDS von Erfolg gekrönt war. Darüber haben kürzlich verschiedene Blätter der zürcherischen TX-Group (Tamedia) gross berichtet.

D.h.: Der Jupi mag kein Magazin sein, mit dem man Pressepreise gewinnt, aber immerhin nimmt der Jupi nicht an der zunehmenden Verunglimpfung des Journalismus teil, die längst auch in sog. seriösen Publikationen zu beobachten ist. So berichtet z.B. auch die NZZ ziemlich regelmässig über oftmals frauenverachtende „Musik“ wie Hip-Hop oder Rap, lässt dafür aber das Geschehen in der noblen Tonhalle immer häufiger unkommentiert.

Dass die Absenkung des Niveaus ausgerechnet im Kulturressort besonders stark zu beobachten ist, macht die Sache eigentlich noch schlimmer. Zum Glück ist der Sittenzerfall in der Wirtschafts- oder Politikberichterstattung noch nicht so weit fortgeschritten. Und so werden wir über üble Machenschaften im Bereich der Kryptowährungen oder den Krieg in der Ukraine nach wie vor seriös informiert. Dabei gilt es allerdings zu beachten, dass immer weniger Menschen an News interessiert sind - dagegen nimmt die Social-Media-Sucht immer krassere Formen an.

Vor diesem Hintergrund ist es tröstlich, wenn ausnahmsweise nicht über Menschen, die sich selbst heiraten, oder Harry und Meghan berichtet wird, sondern über Quartierläden, die Birke, Kekse oder die Umsetzung des Austausches der motor- und handbetriebenen Absperrklappen der Heizzentrale.

In diesem Sinne: Gute Lektüre und tschüss! *Tom Gsteiger*

www.qv-wittigkofen.ch

Präsident:

Fritz Liebi

Jupiterstrasse 27/418

Tel. 031 944 01 32

Kassierin:

Stefanie Munz

Jupiterstrasse 21/106

031 941 11 07

E I N L A D U N G

zur 48. Mitgliederversammlung des Quartiervereins Wittigkofen

Mittwoch, 22. März 2023, 19.30 Uhr

im Kirchlichen Treffpunkt Wittigkofen

1. Teil *Traktanden*

1. Wahl der Stimmentzähler
2. Bericht des Präsidenten
3. Jahresrechnung 2022 und Revisorenbericht
4. Jahresbeitrag 2023
5. Budget 2023
6. Wahlen: a) des Präsidenten
b) des weiteren Vorstandes
c) der Kontrollstelle
7. Allfällige Neuigkeiten aus dem Quartier und seiner Umgebung
8. Anlässe 2023
9. Anträge der Mitglieder
10. Verschiedenes

2. Teil: gemütliches Beisammensein.

Wir freuen uns auf zahlreiches Erscheinen.

Mit freundlichen Grüssen Quartierverein Wittigkofen

Jahresbericht des Präsidenten 2022

Der Neujahrs-Apéro 2022 konnte wegen Corona nochmals nicht durchgeführt werden.

Leider mussten danach erneut Anlässe abgesagt werden. Für die Mitgliederversammlung wählten wir wieder die schriftliche Variante wie 2021. Erfreulicherweise gab es auch diesmal keine Probleme. Die Anlässe in der zweiten Jahreshälfte konnten normal durchgeführt werden.

Momentan besteht der Vorstand noch aus 9 Personen. Wir sind auf der Suche nach Verstärkung.

Hinweise über unsere Aktivitäten finden Sie im Internet unter www.qv-wittigkofen.ch und im Schaukasten im Atrium des Zentrums Wittigkofen.

Im Mai und November tagt jeweils die Quartierkonferenz. Hier tauschen die im Quartier tätigen Vereine und Institutionen Informationen aus. Insbesondere werden die Termine der Anlässe koordiniert.

Der August-Ausgabe des JUPI liegt immer ein aktualisierter Quartierführer bei. Falls Sie hierzu Anregungen haben, können Sie dies einem der Vorstandsmitglieder oder über mail@qv-wittigkofen.ch mitteilen.

Die Vorbereitungen für das 50-Jahr-Jubiläum des Quartiers Wittigkofen verlaufen erfreulich. Um namhafte Sponsoren zu finden, musste der Quartierverein gewisse finanzielle Vorgaben erfüllen. Weil der Vorstand für diesen Entscheid nicht bis zur Mitgliederversammlung im März 2023 warten konnte, führten wir im September eine schriftliche Abstimmung zu Kredit und Defizitgarantie durch. Mit überwältigender Mehrheit genehmigten die Mitglieder die beiden Beträge. Besten Dank für das Vertrauen.

Danken wollen wir auch dieses Jahr Markus Anken und dem gesamten Team der Betriebszentrale für die grosse Arbeit sowie den Verantwortlichen in den Häusern des Quartiers, die dafür sorgen, dass unsere Plakate genügend lange auf den Anschlagbrettern verbleiben. Dank gebührt auch dem Team des Kirchlichen Zentrums und unseren freiwilligen Helferinnen und Helfern.

Fritz Liebi, Präsident

Einladung zum Flohmarkt Wittigkofen 2023

Datum: Samstag, 18. März, von 8.30 – 15.00 Uhr

Organisation: Quartierverein Wittigkofen

Ort: Kirchlicher Treffpunkt Wittigkofen

Tisch und Platzmiete: Fr. 20.- pro Tisch

Kleiderständer, welche zusätzlichen Platz beanspruchen, müssen angemeldet werden (Fr. 10.- pro m).

Ware/Verkauf: Man bringt die Ware mit, verkauft sie selber und nimmt unverkaufte Sachen wieder mit.

Anmeldung: Sie ist obligatorisch.

Werbung: Der Quartierverein ist für die Werbung in den Medien besorgt. Plakate und Flugblätter für persönliche Reklame können zusammen mit der Anmeldung bestellt werden.

Auskunft erteilt: Ursula Torres, Tel. Nr. 031 941 03 89

Mit freundlichen Grüssen Quartierverein Wittigkofen

Flohmarkt

Anmeldung für den Flohmarkt vom Samstag, 18. März 2023

Name: Vorname:

Strasse:

PLZ: Wohnort:

Telefon:

Mail:

Platzwunsch:

Anzahl Tische: (zu Fr. 20.-) max. 2 Tische

Platz für Kleiderständer: Meter (zu Fr. 10.-/m)

Anzahl Flugblätter für Werbung, A6:

Datum: Unterschrift:

Senden bis spätestens am **15. Februar 2023** an
Quartierverein Wittigkofen, Jupiterstr. 15, 3015 Bern

Gottesdienste im tilia



Zu diesen Gottesdiensten sind alle willkommen.

10.02.	Freitag	15.00 Uhr	Barbara Preisig
24.02.	Freitag	15.00 Uhr	Barbara Preisig
10.03.	Freitag	15.00 Uhr	Barbara Preisig
24.03.	Freitag	15.00 Uhr	Barbara Preisig
09.04.	Ostern	10.30 Uhr	Barbara Preisig
28.04.	Freitag	15.00 Uhr	Katholischer Gottesdienst
19.05.	Freitag	15.00 Uhr	Reformierter Gottesdienst

Sind Sie Mitglied des Quartiervereins?

Der Quartierverein möchte die Bewohnerinnen und Bewohner einander näher bringen und das Zusammenleben im Quartier möglichst angenehm gestalten.

Wir freuen uns sehr, wenn auch Sie dem Quartierverein beitreten und uns damit künftig in unseren Bemühungen unterstützen.



Beitrittserklärung

Ich/wir werde(n) Mitglied beim
Quartierverein Wittigkofen

Name:

Vorname:

Strasse:

PLZ: Wohnort:

Telefon:

Einzelmitglied Fr. 10.- Familien Fr. 20.-

Kollektivmitglied, wie Firmen usw. Fr. 50.-



Bitte senden an:

Quartierverein Wittigkofen
Jupiterstrasse 15
3015 Bern

Direkt online anmelden: www.qv-wittigkofen.ch



Fr. 6'095.-- ...

... diesen Betrag ergaben Ihre grosszügigen Spenden auf das Jupi-Konto, liebe Leserinnen und Leser unserer Quartierzeitung. Dafür bedankt sich das Jupi-Team ganz herzlich, das seit fast zwei Jahren in neuer Zusammensetzung ehrenamtlich für den Jupi verantwortlich ist.

Natürlich werden wir uns dafür einsetzen, Ihnen auch dieses Jahr vier informative Ausgaben zu präsentieren



Bären TAXI

Sicher von Tür zu Tür

Gratisnummer 0800 55 42 32

031 371 11 11

www.baerentaxi.ch



Fusspflege

Ruth Zürcher

Jupiterstrasse 7/1040

Möchten Sie wieder einmal wie auf Wolken gehen?
Verwöhnen, Pflegen, Problem- und Schmerzlösungen

Terminvereinbarung: 079 611 25 23

Ich freue mich auf Ihren Anruf

Fusspflege, Asiatische Energiezonenmassage am Fuss, Manicure



Thomas Müller
Bestattungsdienst

Pietät und Würde

Ihr Bestatter im Quartier

031 839 00 39

Pikettdienst Tag und Nacht

Kompletter Service zu fairen Konditionen
Keine Wochenend- Nacht- und Feiertags-
Zuschläge



Über den Tellerrand hinausgeschaut

Der Quartierladen im Murifeld

Bio-, lokale und herzhafteste Produkte

Nur einen kurzen Spaziergang von Wittigkofen entfernt, gibt es seit 2019 an der Mindstrasse 10 einen gemütlichen Quartierladen, der für die Leute im Murifeld aber auch als Treffpunkt wichtig ist. Wie ist es dazu gekommen?

Als der Ängelibeck seine Backstube von der Mindstrasse nach Köniz zügelte, sah die Stadt Bern, der die Liegenschaft gehört, vor, dort eine Wohnung einzurichten. Damit waren aber die Quartierbewohner:innen gar nicht einverstanden. Damit würde der letzte Laden im Murifeld und auch ein Ort der Begegnung verschwinden. Die Mieter der rund 260 städtischen Wohnungen im Murifeld stimmten an einer Versammlung einem monatlichen Beitrag von Fr. 7.- zu. Mit diesen Fr. 84.- pro Jahr und Wohnung kann die Miete für den Laden finanziert werden. Es wurde ein Verein gegründet und drei Frauen entwarfen ein Konzept. Schon bald erweiterte sich das Team durch hilfsbereite Frauen und auch einige Männer aus dem Quartier, die für ihren Einsatz einen bescheidenen Stundenlohn bekommen. Seit 2021 gibt es eine Geschäftsleitung, in die sich zwei Frauen teilen, die seit den Anfängen dabei sind.

Das feine Brot stammt von drei verschiedenen Bäckereien aus der Region, eine ist spezialisiert auf Sauerteigbrot. Die Früchte und das Gemüse kommen von Bauern aus dem Kanton Bern, hinter deren Anbaumethoden das Team stehen kann. Beides ist nicht abgepackt. Man wiegt es selber und bringt Papiersäcke oder Netzli mit. Das Sortiment wird erweitert durch ökologische Seifen und Reinigungsmittel. Auch gute Weine stehen im Regal.

Für eine Kaffeepause stehen Tischchen und Stühle auf dem Vorplatz und der Laube bereit. Der Laden ist für viele auch ein Ort zum Verweilen und Plaudern geworden, wie es sich die Initiantinnen erträumt haben. mz

Öffnungszeiten des Ladens im Murifeld:

Mo, Mi, Do + Fr. 7.00-12.30, 16.00-19.00 Uhr

Sa 8.00-13.00 Uhr, Di + So geschlossen



Miniunternehmung aus Wittigkofen

Gymnasiasten und Gymnasiastinnen aus dem Gymnasium Kirchenfeld nehmen mit ihrer Miniunternehmung «Prookies» bei dem «Company Programme» von Yes teil.

YES beschreibt sich selbst als eine Non-Profit Organisation, die praxisorientierte Wirtschafts- und Meinungsbildungsprogramme für Schüler:innen betreut. Im Company Programme gründen diese ein Miniunternehmen während eines Schuljahrs. Das Team von Prookies produziert in Wittigkofen ihre Protein Cookies. Diese Cookies haben einen kleinen Zuckergehalt und einen erhöhten Proteingehalt. Mit diesen Cookies hatten die sieben Schüler:innen schon viel Erfolg bei einem Weihnachtsmarkt in Schönbühl. Zukünftig werden die Unternehmer:innen an verschiedensten Messen wie der BEA teilnehmen.

Es würde uns natürlich freuen, auch Bestellungen aus dem Quartier zu erhalten. Die Zustellung erfolgt zu Fuss oder mit dem Velo. Übriger Versand siehe auf der Webseite

Die Kekse der Unternehmung sind erhältlich unter www.prookies.ch



NUR IM RUHIGEN TEICH
SPIEGELT SICH DAS LICHT DER STERNE.

CHINESISCHE WEISHEIT

UBG Inside – Neues aus der Überbauungsgenossenschaft Murifeld-Wittigkofen

DANKE

Gegenseitiges Verständnis und Vertrauen waren auch im 2022 wichtige Bestandteile für das gemeinsame Arbeiten. Durch das Corona Virus sowie den Krieg in der Ukraine ergaben sich auch in diesem Geschäftsjahr bei den Material- resp. Ersatzteilbestellungen Lieferverzögerungen. Dennoch konnten die vorgesehenen Arbeiten erfolgreich und fristgerecht durchgeführt werden.

Der wichtigste Baustein des Erfolgs war und bleiben die stets motivierten Mitarbeitenden der Betriebszentrale Murifeld-Wittigkofen. Der Betrieb funktioniert im Quartier nur deshalb so gut, weil wir über ein engagiertes, konstantes und gut funktionierendes Team verfügen. Unter der Leitung von Markus Anken wurden im 2022 grosse Projekte ausgearbeitet und durchgeführt. Namentlich zu erwähnen sind

- der Einbau der neuen Holzschnitzelfeuerungen;
- die Umsetzung des Austausches der motor- und handbetriebenen Absperrklappen der Heizzentrale;
- der Abschluss des Biogasvertrages ab 1.1.2023 mit der ewb (Quartier produziert Wärme CO₂-neutral);
- die Elektroladestationen für Autos und Velos auf den Besucherparkplätzen;
- die Abklärungen für die evtl. einzubauende Sprinkleranlage in den Einstellhallen;
- die Abklärungen/Koordination/Umsetzung der Sanierung der allgemeinen Kanalisationsleitungen mittels Inliner-Verfahren.

Ein ebenfalls grosser Dank geht an die Funktionäre organisatorischer Brandschutz, welche mit ihrem freiwilligen, vorbildhaften Engagement u.a. für die Sicherheit des Quartiers sorgen.

Ein weiterer Dank geht an die Genossenschafter und die Bewohnerschaft, welchen es stets ein Anliegen ist, dass die Überbauung Murifeld-Wittigkofen weiterhin eine Oase der Erholung und des Rückzuges bleibt. Ihnen gebührt an dieser Stelle der herzliche Dank.

Die UBG wünscht allen für das soeben begonnene Jahr viel Glück und besonders gute Gesundheit. Die UBG freut sich auf die Herausforderungen im 2023 und auf die persönlichen Begegnungen.

Überbauungsgenossenschaft Murifeld-Wittigkofen
www.wittigkofen.ch

AEROBIC DANCE

JUPITER GYM - FITNESSCENTER BERN



Montag von 19.00 – 20.00 Uhr
Mittwoch von 9.00 – 10.00 Uhr

Ich freue mich auf Dich!

Liebe Grüsse

Elia Dellenbach
Aerobic-Trainerin

Telefon: 031 941 05 35

Hallo Frauen und Männer!



Lust auf eine
neue **Frisur** oder
Haarfarbe?

Trau dich und lass dich überraschen...
Ruf an!

Elia Dellenbach
Diplomierte Coiffeuse
Jupiterstrasse 5/1664
3015 Bern

Telefon 031 941 05 35



PRO SENECTUTE

GEMEINSAM STÄRKER

Beim Jupiter!

Absurde Geschichten aus dem Quartier

Herr Helfers ewige Suche

Plötzlich stand er vor dem Hochhaus Nummer 9. Es konnte nicht mehr weit sein. Herr Helfers Vorahnung löste sich in Luft auf. Eine fiebrige Unruhe hatte ihn bedrückt, die ganze Nacht. Wahrscheinlich war er nervös wegen seines Termins gewesen. Und nun blickte er auf die massigen Häuser rundum und konnte sich nicht mehr erinnern, wie er nach Wittigkofen gelangt war. Doch das war ja auch egal.

Herr Helfer schlenderte los. Noch hatte er eine halbe Stunde Zeit, um zu seinem Vorstellungsgespräch an der Jupiterstrasse Nummer 8 zu erscheinen. Vor der Nummer 17 hielt er inne. Das war offensichtlich die falsche Richtung. Herr Helfer machte Kehrt und ging am Quartierzentrum vorbei auf die anderen Hochhäuser zu.

Zehn Minuten später hatte er den Park umrundet und stand vor der Nummer 7. Keine Spur von der 8. Seltsam, dachte Herr Helfer. Er sah zurück zur Nummer 9. Dazwischen stand das Quartierzentrum – logisch, das musste die 8 sein!

Doch als Herr Helfer vor dem Zentrum stand, prangte über dessen Tür die Nummer 15. Eine Schweissperle kullerte seinen Rücken hinunter. Noch zehn Minuten. Herr Helfer marschierte los. Er eilte zu Backsteinhäusern mit 40er-Nummern, zu Kettenbauten mit 50er-Nummern und zu einem Altersheim mit Nummer 65. Dort endete das Quartier. Herr Helfer blickte auf seine Uhr. Jetzt hätte er in der Nummer 8 sein sollen. Er rannte an weiteren Häusern mit 30er-Nummern vorbei, an endlos grauen Mauern entlang und über gepflegten Rasen, bis er plötzlich wieder vor dem Quartierzentrum stand.

„Kann ich Ihnen helfen?“, fragte eine Frauenstimme.

Herr Helfer keuchte. „Ich suche die Jupiterstrasse 8.“

Die Frau legte den Kopf schief. „Moment – ich kenne Sie doch.“

Herr Helfer blickte in die Augen der Frau. Und plötzlich erinnerte er sich.

Vor über dreissig Jahren bat Herr Helfer die Tochter seiner Nachbarn um Hilfe. Er müsse ein Paket in der Jupiterstrasse 8 abholen, sei aber schlecht zu Fuss, sagte er. Das Mädchen ging los und suchte eine Hausnummer, die es gar nicht gab. Herr Helfer hatte einen Heidenspass. Doch als das Mädchen zwei Stunden später an seiner Tür klingelte, verfluchte es ihn. „Sie sollen ewig die Nummer 8 suchen, bis jemand Sie ebenso böse behandelt wie Sie mich und damit Ihren Platz einnimmt.“

So kam es, dass Herr Helfer seit seinem Tod immer wieder auf mysteriöse Weise in Wittigkofen ankam und die Nummer 8 suchen musste. Mal war er als Seniorin unterwegs, die eine Freundin besuchen wollte. Mal als junger

Mann, der zu einem Vorstellungsgespräch wollte. Und mal als Kind, das einen Schulkollegen suchte. Immer, wenn er Passanten um Hilfe bat, sagten sie ihm, dass es die Nummer 8 nicht gebe. Eine Freundlichkeit, die Herrn Helfers Albtraum jeweils von vorne beginnen liess.

Doch nun stand das Mädchen von damals vor ihm, mittlerweile eine erwachsene Frau. „Bitte“, flehte Herr Helfer, „erlösen Sie mich.“

Die Frau nickte. „Natürlich. Sie können aufhören, zu suchen. Es gibt keine Nummer 8.“

Sandra Rutschi

A black and white advertisement for Spitec Bern. A young woman with her hair in a bun is sitting on a concrete ledge, leaning against a wall. She is wearing a dark and light-colored Spitec jacket with a logo on the sleeve, dark pants, and Spitec sneakers. To her right, the text reads: **MAMURE
VIELSEITIG
NEUGIERIG
SPITEX BERN**. In the bottom left corner, there is a QR code inside a circular graphic that looks like a sticker. Below the QR code, the text says: **Jetzt informieren oder bewerben.
jobs.spitex-bern.ch
T. 031 388 50 50**. In the bottom right corner, there is the Spitec logo (a stylized 'S' shape) and the text: **Überall für alle
SPITEX
Bern**.



Treffpunkt Wittigkofen

Kathrin Schelker, **Treffpunktleitung/ Quartierarbeit**
031 941 04 92/ kathrin.schelker@refbern.ch

Elisabeth Wäckerlin Forster, **Sozialdiakonin**
031 941 01 55/ elisabeth.waeckerlin@refbern.ch

Skaidridt Zysset, **Sekretärin und Raumvermietungen**
031 941 01 50/ tpw.petrus@refbern.ch

Bürozeiten Treffpunkt Wittigkofen:

Montag	12.00 – 17.00 Uhr
Dienstag	13.30 – 16.30 Uhr
Donnerstag	13.30 – 16.30 Uhr
Freitag	12.00 – 17.00 Uhr

Vermietungen:

www.petrus.refbern.ch

Schlüsselabgaben:

**Montag und Freitag,
12.00 -17.00 Uhr**

**(oder nach telefonischer
Vereinbarung 031 941 01 50)**

**Jupiterstrasse 15
3015 Bern**

www.petrus.refbern.ch

Sozialberatung im Treffpunkt Wittigkofen

Bea Friedli, Sozialdiakonin Kirchgemeinde Petrus
bea.friedli@refbern.ch, Tel.: 031 350 43 07 (Di-Fr)

Jeweils am Mittwoch von:

08.30 – 10.00 Uhr ohne Anmeldung

10.00 – 12.00 Uhr mit Terminvereinbarung

Liebe Leser:innen

Neujahrsvorsätze - wer kennt sie nicht. Sie beinhalten meistens die gute Absicht, im kommenden Jahr alles besser zu machen: sich gesund zu ernähren, sich mehr zu bewegen, Freund:innen zum Essen einladen, ein gutes Buch zu lesen. Jedes Jahr dasselbe. Und? Waren Sie all die vergangenen Jahre erfolgreich und konnten Ihre Vorsätze verwirklichen?

Ich war bis jetzt nicht so erfolgreich mit der Umsetzung und versuche es dieses Jahr mit einem Tipp einer guten Freundin: Sie empfahl mir, meine guten Vorsätze auf ein schönes Blatt Papier fein säuberlich aufzuschreiben, und das Ganze irgendwo hinzuhängen, wo ich es jeden Tag sehen kann. Nun kleben die Vorsätze bei mir in der Innenseite meines Kleiderschranks. So werde ich täglich daran erinnert, was ich mir vorgenommen habe. Was kann da noch schiefgehen?

Das Team des Treffpunktes Wittigkofen wünscht Ihnen ein lichtvolles, glückliches und gesundes 2023.

Für das Treffpunkt-Team: Kathrin Schelker.



Februar 2023

- So 12. Gottesdienst um 9.30 Uhr
- Fr 17. Treff 60+ um 14.30 Uhr
- Fr 17. Singtreff um 14.30 Uhr (KGH Petrus)
- Mi 22. Lesetreff um 19.00 Uhr
- Do 23. Café contact des francophones um 9.30 Uhr

März 2023

- Mi 01. Interkulturelle Frauenwelt um 9.00 Uhr
- Mi 08. Frauentreff um 19.00 Uhr
- Sa 18. Quartierverein: Flohmarkt
- Fr 24. Treff 60+, Lotto um 14.00 Uhr
- Do 30. Café contact des francophones um 9.30 Uhr

April 2023

- Mi 05. Interkulturelle Frauenwelt um 9.00 Uhr
- So 16. Gottesdienst um 9.30 Uhr
- Do 27. Café contact des francophones um 9.30 Uhr
- Fr 28. Treff 60+ & Frauentreff um 14.00 Uhr

Mai 2023

- Mi 03. Interkulturelle Frauenwelt um 9.00 Uhr
- Sa 06. Quartierverein: Geranium- und Blumenmarkt
- Do 11. Frauentreff um 14.30 Uhr (auswärts)
- Do 25. Café contact des francophones um 9.30 Uhr
- Fr 26. Treff 60+ um 14.30 Uhr



In der Sportwoche bleibt der Treffpunkt vom 6. – 12. Februar 2023 geschlossen (interne Betriebswoche).

➤ **Der Frauentreff und Kindertreff finden jedoch statt!**

Das laufende Angebot im Treffpunkt

➔ **KinderTreff** ←

Leitung: Kathrin Schelker, Tel. 031 941 04 92
Jeden Mittwochnachmittag von 14.00 – 16.00 Uhr
für alle Kinder im Quartier, ab dem Kindergarten

➔ **Allround FitGym (Turnen)** ←

Leitung: Iren Hänni und Yvonne Eggimann
in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Bern
Tel. 031 359 03 03
Jeden Dienstag von 08.30 – 09.30 / 09.30 – 10.30 /
10.30 – 11.30 Uhr (ausser in den Schulferien)

➔ **Nordic Walking** ←

Leitung: Margrit Wittwer
in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Bern
Tel. 031 359 03 03
Jeden Donnerstag von 8.30 -10.00 Uhr (ab Woche 14-
42), Treffpunkt Atrium, Einkaufszentrum Wittigkofen

➔ **Café contact des francophones** ←

Leitung: Frau Sarah Vollert, Tel. 031 311 39 43
Letzter Donnerstag im Monat von 9.30 – 11.00 Uhr

➔ **Treff 60+** ←

Leitung: Kathrin Schelker, Tel. 031 941 04 92
In der Regel am letzten Freitag im Monat um 14.30 Uhr

➔ **FrauenTreff** ←

Leitung: Elisabeth Wäckerlin, Tel. 031 941 01 55
Jeden 2. Mittwoch oder Donnerstag im Monat

➔ **Frauenwelt- interkultureller Frauentreff** ←

Leitung: Kathrin Schelker, Tel. 031 941 04 92 oder SMS
076 261 55 61
Jeden 1. Mittwoch im Monat, 9.00 Uhr – 11.00 Uhr



News aus der Sozialberatung



Bild: glenn-carstens-peters

Gratis Computer-Benützung im Treffpunkt

Ab sofort können Sie gratis zu folgenden Zeiten einen
Laptop ausleihen:

Dienstag: 08.00-12.00, 14.00-16.00 Uhr

Mittwoch: 08.00-12.00 Uhr

Donnerstag: 08.00-12.00, 14.00-16.00 Uhr

Was Sie wissen müssen:

- Der Verleih ist gratis. Bitte bringen Sie eine ID oder einen Pass als Depot mit.
- Der Computer darf den Treffpunkt nicht verlassen, es steht ein Arbeitsplatz zur Verfügung
- Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit, um Ihre Dokumente abzuspeichern. Es dürfen keine Daten direkt auf dem Computer abgespeichert werden.
- Sie erhalten einen voll funktionstüchtigen und sehr guten Computer. Wir bitten Sie um die nötige Sorgfalt im Umgang mit dem Laptop. Sie haften für allfällige Schäden.

Auskunft:

Bea Friedli: 031 350 43 07,

bea.friedli@refbern.ch

Kathrin Schelker: 031 941 04 92,

kathrin.schelker@refbern.ch



Treff 60 +



de.dreamstime.com

Gemütliches Zusammensein bei Kaffee und Kuchen Freitag, 17.02.2023 um 14. 30 Uhr

Eingeladen sind alle, die gerne in Gesellschaft eine Tasse Kaffee und Kuchen geniessen möchten.



Bild: Woche-pass.ch

Lotto

Freitag, 24.03.2023 um 14.00 Uhr (Achtung Beginn!)

Wir spielen mit einer Schulklasse aus Wittigkofen.



Bild: Mandana Trucco

Senior:innentheater Johannes

28.04. 2023 um 14.00 Uhr (AchtungBeginn!)

Das Ensemble des Senioren-Theaters der Kirchgemeinde Johannes führt das Stück «Die Queen war sein Schicksal», verfasst von Sabine Kelm, auf. Regie führt Nina Iseli.

Eine vergnügliche Flusskreuzfahrt auf dem Sambesi River mit interessanten Gästen an Bord gerät aus den Fugen, als der berühmte Naturforscher tot aufgefunden wird.

Leitung: Treff 60+

Kathrin Schelker: 031 941 04 92,

kathrin.schelker@refbern.ch



FrauenTreff



Bild: Cornelia Kazis

Wann ist man eigentlich alt?

Mittwoch, 08.02.2023 um 19.00 Uhr

Die Frage klingt banal. Sie ist aber auch knifflig. Die Vierzigjährigen gelten als die alten Jungen, die Fünfzigjährigen als die jungen Alten.

Aber auch später oszillieren die meisten von uns zwischen Gefühlen der Jugendlichkeit und Ältlichkeit, zwischen «nie mehr» und «jetzt erst recht!»

In Zeiten der Langlebigkeit muss die Frage neu gestellt werden.

Cornelia Kazis, Radiojournalistin, Autorin und Moderatorin lädt ein zu einer ebenso unterhaltsamen wie lehrreichen Tour d'Horizon durch gerontologisches, soziologisches, psychologisches und philosophisches Wissen.

Eintritt frei, mit Kollekte

Zum Internationalen Frauentag Mittwoch, 08.03.2023 um 19.00 Uhr

Der Weltfrauentag ist ein Feiertag zu Ehren der Frauen. Er entstand in der Zeit um den Ersten Weltkrieg im Kampf um die Gleichberechtigung und das Wahlrecht für Frauen.

Doch trotz Stimmrecht seit über 50 Jahren ist Nicht-Gesehen-Werden und Nicht-Gehört-Werden bis heute ein Thema für viele Frauen: Was hindert uns dabei und was unterstützt und ermutigt uns?

Mit **Susanne Bärlocher**, Geschäftsführerin Oda ARTECURA

«Die Queen war sein Schicksal» Freitag, 28.04.2023 um 14.00 Uhr

Theatervorstellung mit dem Senior*innen – Theater Johannes (siehe auch unter Treff 60+)

Bedeutende Hinterlassenschaften von Künstlerinnen Donnerstag, 11.05.2023 um 14.30 Uhr



ArchivArte-Archivregal

Bei einer Führung im ArchivArte an der Breitenrainstrasse zeigt uns die Geschäftsführerin **Steffi Göber-Moldenhauer**, wie wichtig ihre Arbeit ist und gibt uns exklusive Einblicke in Werke von namhaften Künstlerinnen.

Der gemeinnützige Verein ArchivArte hat sich zum Ziel gesetzt, Nachlässe von Kunstschaffenden, insbesondere von bildenden Künstlerinnen, aufzuarbeiten, zu dokumentieren, zu bewahren und einer breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen. www.archivarte.ch

Unterwegs mit der Baronin - Tagesausflug Mittwoch, 14.06.2023 von 10.00 - 17.30 Uhr

Mittagessen im Schloss Schadau. Führung von Franziska Streun, Autorin der Romanbiographie «Die Baronin im Tresor», im Garten der Campagne Bellerive (heute Musikschule) in Thun.

Anschliessend Spaziergang durch den Bonstettenpark bis zum See und gemütlicher Apéro mit Lesung und Frageunde.

Treffpunkt: 9.55 Uhr Tramhaltestelle Wittigkofen

Rückkehr: ca. 17.30 Uhr Bern Hauptbahnhof

Kosten: Führung Fr. 40.- (inkl. Apéro), Mittagessen und Billette (bis Schadau/Scherzligen und Gwatt/Bonstettenpark) auf eigene Kosten

Anmeldung: bis **2. Juni** 2023 (Platzzahl beschränkt)

Leitung: Frauentreff

Elisabeth Wäckerlin, 031 941 01 55,

elisabeth.waeckerlin@refbern.ch

Offenes Singen

Freitag, 17.02.2023 um 14.30 Uhr

Wir singen gemeinsam unsere Lieblings-Volkslieder gemäss der Jahreszeit, mit Klavierbegleitung. Wir machen aber auch Wunschkonzert.

Im Anschluss gibt es jeweils ein z'Vieri.

Alle sind herzlich eingeladen! Ohne Anmeldung.

Achtung: Ort ist diesmal das Kirchgemeindehaus Petrus, Brunnadernstr. 40, 3006 Bern

Es laden ein: Elisabeth Wäckerlin, Franziska Grogg und Ariane Piller.

Bestellung des Abholdienstes bei Franziska Grogg:

031 350 43 03, franziska.grogg@refbern.ch



Lesetreff

Das Leben ist ein Steilhang – eine Buchbesprechung
Mittwoch, 22.02.2023 um 19.00 Uhr

Ein amerikanischer Student schreibt an einer Dissertation über den Lötschentaler Dialekt und gelangt in einem Karaoke-Bistro zu einer überraschenden Einsicht.

Ein fernseh süchtiges Hobbyschafzüchter-Ehepaar entdeckt auf der Schafweide die Erotik des Küssens neu.

Und am Gymnasium Sanctus Jubilata fristet ein kuriose Lehrervölklein sein pädagogisches Dasein zwischen sinnloser Weiterbildung und Kulturreisen ins Waffenmuseum von Venedig.

Rolf Hermann widmet sich in seinem ersten Spoken-Script-Band mit schelmischem Humor dem alltäglichen Wahnsinn. Witzige Texte und pointenreiche Kurzgeschichten prallen auf zärtlich-absurde Laut- und Liebesgedichte.

Die Texte stehen im Wallisäertiitsch und auf Hochdeutsch nebeneinander auf der gleichen Seite.

Zum Glück haben wir eine Walliserin in unserer Runde!

Leitung: Lesetreff

Elisabeth Wäckerlin, 031 941 01 55,

elisabeth.waeckerlin@refbern.ch



Der Kindertreff im Treffpunkt sucht helfende Hände!



Bild: istockphoto.com

**Der Kindertreff findet jeden Mittwoch von
14.00 – 16.00 Uhr statt.**

Wir suchen jemanden, der/die uns regelmässig, auf freiwilliger Basis, während dem Kindertreff unterstützen kann und Freude an der Arbeit mit Kindern von Kindergarten bis 3. Klasse hat. Die Mitgestaltung des Kinderprogrammes ist möglich, aber nicht zwingend.

Die Präsenzzeit wäre von 13.45 – bis ca. 16.30 Uhr.

Die Aufgaben umfassen das Begleiten der Kinder während des Angebotes und die Zubereitung des Zvieris.

Es muss eine gewisse Verbindlichkeit gewährleistet werden.

Fühlen Sie sich angesprochen? Bitte nehmen Sie mit Frau Kathrin Schelker, Leiterin Treffpunkt Wittigkofen unter kathrin.schelker@refbern.ch oder der Nummer 031 941 04 92-Kontakt auf.



pflegt und begleitet



heimex - Dienstleistungen zu Hause

Jupiterstrasse 65
3015 Bern

Anmeldung Telefon 031 970 68 68

Grund- und Behandlungspflege
von Krankenkassen anerkannt

Hauswirtschaftliche Leistungen

Kosmetische Fusspflege
bei Ihnen zu Hause oder im Pflegezentrum tilia

Sitz-/Nachtwache
Nach telefonischer Vereinbarung

Beratung Hörmittel
Handhabung, Reinigung, kleinere Reparaturen
Ihres Hörgeräts

heimex@tilia-stiftung.ch / www.tilia-stiftung.ch

Das Baumporträt – die Birke

Die Moor-, Sumpf- oder Flaumbirke (*Betula pubescens*) wurde von der Dr. Silvius Wodarz Stiftung zum Baum des Jahres 2023 auserkoren. Sie ist schweizweit vor allem, wie der Name sagt, am Rand von Hochmooren verbreitet und unterscheidet sich nur minimal von der Hänge-Birke (*Betula pendula*), die auch Sand-, Weiss- oder Warzen-Birke genannt wird. Beide erreichen eine Höhe von 25-30m, ein Alter von 80 bis zu 120 Jahren und einen Stammdurchmesser von gegen 80cm. Im Jura ist auch noch die Zwerg-Birke (*Betula nana*) verbreitet. Da Birken sehr robust gegenüber extremen klimatischen Einflüssen sind, werden sie häufig in Städten entlang von Strassen gepflanzt (Bsp: Dalmaziquai). Birken sind aber auch entlang von Gewässern, in Feldgehölzen, Parks und Gärten häufig zu finden. Im Quartier haben wir über 30 Hänge-Birken und eine Himalaya-Birke.

Verbreitung und Allgemeines:

Je nach Klassifizierung werden weltweit 50 bis gegen 100 Birkenarten unterschieden, die sich bis auf die Zwerg-Birke ausschliesslich auf der Nordhalbkugel verteilen. In der Folge geht es deshalb besonders um die Hänge-Birke. Diese ist hauptsächlich in Eurasien zwischen dem 40. und 70. Breitengrad auf einer Meereshöhe bis gegen 2000m zu finden. Sie ist eine Pionierbaumart und besiedelt deshalb frisch aufgebrochene Kies- und Sandböden, die durch Überflutung, Felsstürze, Waldbrände, menschliche Eingriffe oder andere Ursachen zu stande gekommen sind. Sie



(Foto: Rinde der Himalayabirke R. Zbinden)

bevorzugt dabei saure, nährstoffarme, feuchte bis trockene Böden und ist trotz ihrer Trockenheitstoleranz sehr wasserbedürftig, weshalb sie auf feuchten Standorten als eine Art Wasserpumpe zur Drainage verwendet wird.

Tiefe Temperaturen von bis zu -40°C erträgt sie gut, weil ihre Zweige bei Frost Stärke in Öl umwandeln, was Wärme freisetzt.

Wie alle Baumarten lebt auch die Birke mit Pilzen (Fliegenpilz, Birkenröhrling, u.a.) in Symbiose, die die Nährstoffaufnahme der Herzwurzeln verbessern helfen.

Da sie eine lockere Krone entwickelt, wirft sie auch nicht allzu viel Schatten. Für das Wachstum braucht sie viel Licht und steht deshalb lieber alleine oder unter Artgenossen.

Ihre gelbe Herbstfärbung ist ebenfalls sehr reizvoll und das Laub ist so klein und zersetzt sich so gut, dass es nicht unbedingt entfernt werden muss. Birken werden nicht von Insekten, sondern vom Wind bestäubt. Schon ab März verfrachtet der Wind ganze Wolken von Pollen, ganz zum Ärger von Allergikern. Ein Baum kann bis zu 100 Millionen Pollen produzieren, die hunderte Kilometer weit getragen werden können. Da auch die Erle, die Hainbuche und die Hasel zu den Birkengewächsen gehören, können auch deren Pollen Allergien auslösen.

Rinde:

Der Name Birke kommt vom althochdeutschen Wort „Bircha“ und bezieht sich auf die hellglänzende, weisse Rinde und bedeutet glänzend, schimmernd und leuchtend.

Durch die weisse, sich quer zum Stamm ablösende Rinde ist dieser Baum wohl einer der Bekanntesten der Schweiz. Ortsnamen wie Birch, Birchegg, Birchwil, Birkenfeld und Bürchen erinnern an diesen Baum, ebenfalls Familiennamen wie Bircher, Birchler, Birchmeier und Pirkmeier.



(Foto: R. Zbinden)

Die Farbe der Rinde kommt durch den Inhaltsstoff Betulin zustande, welcher das Licht vollständig reflektiert, wodurch die Rinde weiss erscheint und den Stamm vor

Überhitzung schützt. Deshalb erhalten junge Bäume mit dunklerer Rinde häufig einen Kalkanstrich, der Stammrisse durch Sonneneinstrahlung (besonders im Winter) verhindern hilft. Die weisse Rinde wirkt so reizvoll, dass die Birke häufig relativ eng in Gruppen gepflanzt wird, so zum Beispiel zwischen der Blauen Zone beim Geschäftszentrum und Jupiterstrasse 1, sowie beim Wendepplatz bei der Französischen Schule. Sie bildet auch einen schönen Kontrast zu einer allfälligen farbigen Unterpflanzung (Blüten oder Blattfarben). Bei jungen Bäumen ist die Rinde meist glatt, später lösen sich dünne, papierartige Teile horizontal ab. Getrocknete, eng zusammengerollte Birkenrinde wurde als Fackel benutzt.

Im Ersten Weltkrieg wurden beispielsweise in Russland Postkarten aus Birkenrinde für Nachrichten von der Front verwendet und aus der Zeit vom Jahr 700 vor unserer Zeitrechnung sind Manuskripte auf Birkenrinde bekannt.

Da Betulin die Rinde auch sehr witterungsfest macht und die Rinde auch äusserst resistent gegen Pilzbefall ist, werden in Skandinavien Dächer von Häusern manchmal auch mit Birkenrinde gedeckt. Das nordische Volk der Samen macht aus der Rinde Umhänge, Matten, Taschen und Schuhe sowie Löffel, Teller und Kochtöpfe. Die Ureinwohner Amerikas verwenden sie für ihre Kanus, und man kann sogar Mehl daraus herstellen und Pfannkuchen backen!



(Birkenstamm bei Jupiterstrasse 53, Foto: R. Zbinden)

Ökologischer, medizinischer und praktischer Nutzen der Blätter:

Birkenblätter sind im Gegensatz zu den meisten Baumblättern auch für Menschen essbar, allerdings nicht für Allergiker oder Personen mit Herz- oder Nierenproblemen! Ihr hoher Gehalt an Flavonoiden, Saponinen, Gerbstoffen, ätherischen Ölen und Vitamin C hilft hervorragend gegen Rheuma, Gicht, Wassersucht und Harnwegserkrankungen (Birkenblättertée), sowie gegen weitere Erkrankungen. Längere Trinkkuren mit Birkenblättertée sollen entschlackend und blutreinigend wirken. Junge Birkenblätter lassen sich gut in einen Wildsalat mischen oder in Quarkspeisen und Frühlingssuppen verwenden. Birkenknospen dienen als Therapiemittel bei Heuschnupfen. Selbst schlecht heilende Wunden und Hautausschläge sprechen sehr gut auf die Extrakte der Birke an.

Lupeol kommt unter anderem in der Rinde von Birken vor und gilt als potentiell leicht verfügbares Malaria- und Krebsmittel mit geringer Toxizität. Es ist für die medizinische Forschung von besonderem Interesse, weil eine Wachstumshemmung von Tumorzellen beobachtet wurde. Verschiedene Wirkungsmechanismen wurden nachgewiesen. Es wurde berichtet, dass Lupeol gegen Magen- und Lungenkrebs wirksam sei, dass es bei der Behandlung von Brustkrebs gute Ergebnisse zeige, und dass es vor alkoholbedingten Magenschädigungen schütze.

Aus Birkenblättern oder auch aus dem Saft des Stammes lässt sich ein Haarwasser zubereiten. Die Kopf- und Haar-massage mit dieser Essenz vitalisiert die Haut, regt das Haarwachstum an und beseitigt Juckreiz. Trockene Hautschuppen lösen sich, und das Haar wird vom Ansatz her gestärkt.

Aus dem Saft des Stammes lassen sich einige weitere Produkte herstellen. Er besitzt nämlich einen hohen Gehalt an Vitaminen, Mineralien und Antioxidantien und ist außerdem reich an Aminosäuren. So wird daraus Birkenzucker und -sirup, Birkenöl, Birkenbier und -wein, sowie Champagner hergestellt. Birkensaft gibt es auch als Getränk. In Finnland wird der Zuckeraustauschstoff Xylit aus Birken gewonnen. Auf waldwissen.net finden Sie einen informativen Artikel über die Gewinnung von Birkensaft in Finnland.

Aus Knospen und Blättern wurde Birkenöl zubereitet, das zum geschmeidig machen von dünnem Leder diene. Mit Alaun gebeizte Birkenblätter sind ein natürliches Färbemittel für Naturstoffe (Seide, Wolle, Baumwolle, Leinen, Jute).

Birkenblätter werden gern von Raupen von über 240 Schmetterlingsarten sowie von Blattwespenraupen und Blattkäfern angeknabbert. Auf einer Birkenart in Grossbritannien wurden rund 200 und in Russland gar 570 Insektenarten gezählt. Damit ist die Birke eine der beliebtesten Insektenfutterpflanzen. Das grosse Nahrungsangebot von Insekten und Samen macht sie auch bei Vögeln entsprechend beliebt. Mehr als 30 Vogelarten nutzen das Nahrungsangebot, das diese Baumart direkt oder indirekt anbietet.

Weiterer Nutzen

Nebst anderen Bäumen besiedelt der Zunderschwamm auch geschädigte Birken.

Dieser Pilz, den schon der berühmte Steinzeitmann „Ötzi“ bei sich trug, wurde zum Entzünden von Feuer verwendet, weil er leicht entflammbar ist. Er hatte auch zwei Behälter aus Birkenrinde bei sich. Möglicherweise wurden sie zur Aufbewahrung von Nahrungsmitteln benutzt, da Birkenholz geschmacksneutral ist. Ausserdem hatte er Pfeile bei sich, deren Pfeilspitzen mit Birkenpech am Schaft angeklebt und mit Brennesselschnüren gesichert waren.

Auf der Vogeljagd wurden mit Pech bestrichene Äste verwendet, damit die Vögel darauf kleben bleiben. Daraus entstand der „Pechvogel“ oder auch die Redewendung „auf den Leim gegangen“.

Der Gattungsname *Betula* stammt vom gallischen Wort "betu", was Harz ableiten bedeutet und erinnert an die früher aus dem klebrigen Birkensaft hergestellten Birkenteer und -pech.

Das schon vor Tausenden von Jahren hergestellte Pech ist nachweislich der erste systematisch hergestellte Kunststoff der Menschheitsgeschichte. Er wurde zum dauerhaften Verbinden von Steinkeilen, Pflanzenfasern und Holzgriffen genutzt, sowie zum Abdichten von Booten. Das Pech wurde mutmasslich auch zur Zahnpflege oder als Kaugummi benutzt.

Birkenteer (Destillationsvorstufe von Pech) ist auch ein vorzügliches Lederkonservierungsmittel und gab früher dem Juchtenleder einen eigenen Geruch.

Früher fand der Russ dieses Holzes als Druckerschwärze Verwendung.

Birkenruten wurden zur Herstellung von Körben verwendet und der Besenbinder stellt aus ihren Zweigen Besen mit sehr guter Qualität her.

Holz:

Das Holz ist sehr hell und dunkelt nach dem Schnitt nach, so dass es eine warme gelbliche bis zuweilen rötliche Färbung annimmt. Das Markholz unterscheidet sich in der Regel nicht vom Splintholz. Mit einem Gewicht von 650 kg/m³ ist es ein mittelschweres Holz, jedoch eher weich, allerdings schwer spaltbar. Es ist zäh und elastisch und lässt sich auch gut biegen. Wegen seiner Weichheit ist es gut bearbeitbar, zum Beispiel eignet es sich gut zum Schnitzen oder Drechseln. Es wird als Furnier oder als Sperrholz zu Möbeln verarbeitet und auch im Innenausbau verwendet. Gehobelt nimmt es einen seidigen Glanz an. Die Oberflächen können gut gebeizt und poliert werden. Nägel und Schrauben halten gut, das Verleimen ist aber problematisch. Birkenholz findet auch Verwendung in der Papier- und Zellstoffindustrie. Es ist wenig witterungsfest und auch unter Wasser schlecht haltbar.

Im Musikinstrumentenbau werden die Hammerstiele von Klavieren aus Birke gefertigt, aber auch Böden und Zargen preiswerter Gitarren.

Birkenmaserholz lässt sich zu wunderschönen Gebrauchsgegenständen oder Schmuck verarbeiten.

Birke ist besonders als Kaminholz beliebt, weil es fast ohne Funkenflug verbrennt.

Mit einem Brennwert von 1900 kWh/Raummeter hat es gute Brenneigenschaften (im Vergleich: Buche hat 2100 kWh/rm). Die Flammen von verbrennendem Birkenholz sind aufgrund von im Holz enthaltenen ätherischen Ölen bläulich und duften sehr gut.

Die Birkenrinde wird außerdem zum Anzünden genutzt. Wie steht es um die Zukunft der Birke? Obwohl sie Trockenheit verträgt und auch sonst relativ wenig Ansprüche an den Boden hat, heisst das nicht, dass sie bei längeren Regenspausen kein Problem hat. Der Hitzesommer 2003 hat in unserem Quartier vier Birken gekostet und zwei weitere mussten wegen der Spätfolgen gefällt werden. Da sie hier im Quartier mehr Platz für die Wurzeln haben als an einer Hauptstrasse, ist die Überlebenswahrscheinlichkeit höher.

Längere Trockenheitsperioden können ihnen aber weiter zusetzen. Längerfristig wird man auf Baumarten zurückgreifen müssen, die Trockenheit noch besser vertragen, wie zum Beispiel der Kirschbaum. Man wird sich auch überlegen müssen, Baumarten anzupflanzen, die noch besser an den Klimawandel angepasst sind, auch wenn diese in der Schweiz ursprünglich nicht angesiedelt waren. In einer Medienmitteilung der Stadt Bern wurde darüber informiert, dass in einem auf zehn Jahre befristeten Versuch auf der Schützenmatte getestet wird, wie resistent Bäume gegenüber Trockenheit, Stadtstress und Spätfrost sind. Im November 2020 wurden Bäume aus der Balkanregion und weiteren europäischen Gebieten mit ähnlichem Klima gepflanzt. Ziel ist es, Baumarten zu finden, die mit den längeren Trockenphasen und den heissen Sommern besser zurechtkommen, als bisher verwendete Arten. Man darf gespannt sein...

Reto Zbinden, Betriebszentrale



(Foto: R. Zbinden)

)
Wikipedia.org; cerascreen.ch; helios-gesundheit.de; gruenes-archiv.de; waldwissen.net; baum-des-jahres.de; kraeuterabc.de; timbertom.de; bern.ch



Mittagstisch

gesund und in angenehmer Gesellschaft essen

Sämtliche Gerichte werden täglich frisch zubereitet.

- Tagesmenu oder fleischloses Menu
- Warmes Buffet
- Abwechslungsreiches Salatbuffet (Mo - So)
- Snacks

Anmeldung

Tel. 031 940 64 82

Ausserhalb Öffnungszeiten

Mo – Fr: Tel. 031 940 61 11

Sa – So: Tel. 031 940 64 17

Öffnungszeiten

Montag – Sonntag: 11.00 – 16.30 Uhr

tilia Wittigkofen | Jupiterstrasse 65 | 3015 Bern
wittigkofen@tilia-stiftung.ch | www.tilia-stiftung.ch



Würdevoll
und persönlich.



EGLI
BESTATTUNGEN

Bern und Region

Reto Zumstein
Geschäftsleiter

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

ELTERN-CAFÉ

WITTIGKOFEN



Grafik: Belen Perez

Juhu, das Eltern-Café in Wittigkofen geht weiter!

Ab Februar 2023 findet das Eltern-Café jeweils am letzten Dienstag im Monat von 8.15 – 9.00 Uhr statt.

Die ersten vier Durchführungen im 2022 wurden zusammen mit Eltern und Grosseltern ausgewertet. Gemeinsam wurde entschieden: **DAS ELTERN-CAFÉ GEHT BIS IM SOMMER 2023 WEITER.**

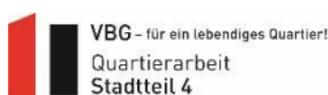
Zukünftig findet das Eltern-Café monatlich von **08:15 - 9:00** Uhr statt. Eltern, Geschwister und Bezugspersonen, die ihre Kinder begleiten, können nach dem Schul- und Kindergartenstart gleich einen Kaffee und Tee (gratis) geniessen und andere Personen treffen. Für eine ungezwungene Atmosphäre findet das Eltern-Café mehrheitlich draussen auf dem Pausenplatz vor der Schule Wittigkofen statt.

Im Mittelpunkt des Eltern-Café steht der **Austausch und die Begegnung!** Besucher*innen sollen sich eingeladen fühlen, Fragen zu stellen, Erfahrungen auszutauschen und gemeinsame Ideen zu entwickeln. Ob es bei einem schnellen Kaffee und kurzer Begrüssung bleibt oder ein längeres Verweilen möglich ist, spielt dabei keine Rolle.

Das Elter-Café wie auch das langjährige WittiZnüni in Wittigkofen (siehe Bericht Juni 4/22, S. 29-30) sind nur durch freiwilliges Engagement möglich. Ein grosses MERCI an dieser Stelle allen Beteiligten! Personen, die sich neu für die Mitwirkung interessieren, können jederzeit auf das Elterncafé-Team zukommen oder sich bei der Schule, beim Treffpunkt Wittigkofen oder bei der VBG Quartierarbeit melden.

Daten Elterncafé: 28.02. / 28.03 / 25.04 / 30.05 / 27.06

Das Eltern-Café entstand in Zusammenarbeit mit:



Neuigkeiten aus dem Jugendtreff Saalistock

Wir starten ins neue Jahr mit dem Angebot der TIN-FATHÈQUE. Das Angebot ist offen für alle jungen Frauen und jungen trans, intergeschlechtlichen, nicht binären und agender Menschen ab der 7. Klasse. Weiter finden der offene Jugendtreff wöchentlich am Mittwoch und Freitag sowie der Moditreff jeden dritten Donnerstag im Monat statt. Wir freuen uns auf neue und alte Begegnungen, blicken gespannt auf die kommenden Monate und wünschen allen ein gutes Jahr 2023.

Offener Jugendtreff

Mittwoch 16.00 – 20.00 Uhr

Freitag 16.00 – 22.00 Uhr

TINFATHÈQUE

Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat findet der Treff für junge Frauen und Tinfapersonen statt:
17.00 – 21.00 Uhr

Moditreff

In Zusammenarbeit mit dem Spielrevier bieten wir ausserdem einen Treff für Mädchen in der 3.-6. Klasse an:
Jeden 3. Donnerstag im Monat
15.30 – 18.00 Uhr

Kontakte

Valentina Piscozzi 079 801 82 59

Stephanie Meyer 079 931 98 79

Jan Degen 079 950 61 34

Eleni Dragon 079 688 52 46

Florian Minatti 079 485 34 21

jugendarbeit_saalistock
Vorname.Nachname@toj.ch
www.toj.ch





www.malereirolli.ch

Eidg. dipl. Malermeister

Seit Jahren Ihr Quartier-Fachmann für:

- Wohnungsrenovationen
- Zimmerrenovationen
- Tapeten und Verputze
- Farbgestaltungen
- Fassadenrenovationen
- Balkonanstriche
- Kundendienst für Reparaturen
-

Fachgerechte Ausführung ist Vertrauenssache. Rufen Sie am besten gleich beim Malermeister an und verlangen unverbindlich eine massgeschneiderte Offerte!

Malerei Rolli AG

Tel. 031 941 14 58 Mobil 079 215 85 41

Wir bringen Farbe in Ihre Umgebung!



Sicher von Tür zu Tür

Gratisnummer 0800 55 42 32

031 371 11 11

www.baerentaxi.ch

**PRO
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER

**50 JAHRE
WITTIGKOFEN**

**ZUM
50. GEBURTSTAG
MACHEN WIR EIN
GROSSES
QUARTIERFEST**

**24. – 30. JUNI
2023**

Eine Fest-Vorschau

Nachstehend einige Hinweise zum Fest. Das ausführliche Festprogramm wird dem Jupi in der Mai-Ausgabe beigelegt.

Der Festrahmen

Das Fest dauert eine Woche von Samstag, 24. bis Freitag, 30. Juni. Der Samstag ist der offizielle Festtag, an dem auch der Stadtpräsident zu Wort kommt und das Jugendblasorchester KMB aufspielt. Neben vielen Aktivitäten für alle Altersgruppen ist am Nachmittag und Abend auch Musik und Tanz angesagt. Dank eines Festzelts sind wir vor schlechtem Wetter geschützt.

Der Sonntag wird mit einem „Interreligiösen Tagesbeginn“ eröffnet. Im Verlaufe des Tages stehen erneut musikalische Darbietungen - u.a. Ueli Schmezer - auf dem Programm. Zudem werden Jubiläumsfahrten mit antikem Trammaterial von Bernmobil für nostalgische Gefühle, sorgen, denn auch die Saalilinie kann ihr 50-Jahr Jubiläum feiern.

Die Abende während der Woche sehen wie folgt aus:
Montag: Quartierbegehung (inkl. Saalihaus und mit audi-

ovisuellem Rückblick im Treffpunkt), Dienstag: eine Lesung mit Timmermahn, Donnerstag: ein Open-Air-Konzert mit der Gruppe „Rasputin“ beim Restaurant „Benigni“. Freitag: ein Fest- und Tanzabend mit einer Frauenformation im Saal des Treffpunkts Wittigkofen.

Am Mittwoch (ab Mittag) gibt es allerlei Attraktionen für die kleinen und grossen Kinder aus dem Quartier. Zudem wird in Zusammenarbeit mit dem Schlachthaus theater und den Kindern von Wittigkofen eine Theateraufführung stattfinden. Ausserdem spielen Musiker des Konservatoriums ein Konzert im „tilia“.

Die Aktivitäten

Übers Wochenende dreht sich ein Karussell, es gibt einen Ballonwettbewerb, eine Pumptrackbahn wird die Kinder-schar erfreuen, eine Slackline-Demo von einem Hochhaus zum andern sorgt für Nervenkitzel. Für Kinder und Jugendliche steht eine breite Palette von Tätigkeiten zur Verfügung. Mehrere Musikformationen sind für eine gute Stimmung im Einsatz.

Gastronomie

Wir haben uns entschlossen mit dem Quartierrestaurant „Benigni“ zusammenzuarbeiten. Gegen Durst und Hunger wird zudem bei den Festständen preiswerte Kost angeboten. Multikulturell geht es dann am Sonntag zu, wenn an Esständen aus verschiedenen Ländern Leckerbissen angeboten werden. zb

Der Rundum-Service vor Ihrer Haustüre...



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

...damit Sie rundum gesund bleiben!

Im Rückspiegel

Unter dieser Rubrik blicken wir auf besondere Anlässe im und um unser Quartier zurück. Heute steht eines der vielen Gartenfeste der „Familiengärteler“ im Fokus.

