Veranstaltungskalender

Ökumenische Sing- und Spielnachmittage
Nächster Spielnachmittag am Montag, 1. April, im katholischen Zentrum St. Mauritius. Nächster Singnachmittag am Freitag, 16. April, im ref. Kirchgemeindehaus. Jeweils von 14.30-16.30 Uhr.

Altersnachmittag
Ref. Altersnachmittage am Freitag, 26. März, und Freitag, 30. April (Ausflug), von 14.30 bis 16.30 Uhr, im Kirchgemeindehaus Bethlehem.

Jassen im Tscharni
Jeden zweiten Donnerstag des Monats ab 14 Uhr im Café Tscharni, nächstes Datum: 8. April. In Zusammenarbeit mit Pro Senectute, Verein für das Alter, Bern-Stadt.

Ludothek Bern West
Spielausleihe. Waldmannstr. 75. Öffnungszeiten: Mittwoch 15.30-18.30 Uhr, Freitag 16-18 Uhr, Samstag 10-12 Uhr.

Seniorentanz in Bethlehem
Freitag, 16. April, ab 14.30 Uhr im Quartierzentrum im Tscharnergut. Es spielt A. Lörtscher. Eintritt Fr. 7.-.

Mitenand Ässe - Ökumenischer Treffpunkt
Dienstag, 30. März, ab 12.15 Uhr im Kirchgemeindehaus Bethlehem.

Quartierzmorge
Dienstag, 6. April, ab 8.30 Uhr im Kirchgemeindehaus Bethlehem.

Musikberatung im Gemeinschaftszentrum Gäbelbach
Freitag, 26. März, ab 14 Uhr. Bei Anmeldungen mit Frau Robin vom Konsi. Termin/Belegungen absprechen (Telefon 311 62 21 10-12 und 13.30-17 Uhr).

Waldnachmittag am Sonntag
Sonntag, 18. April, um 14 Uhr auf dem Kirchenplatz.
Den Bremgartenwald in unserer Nachbarschaft im Wechsel der Jahreszeiten begehen und erleben, gemeinsam mit anderen Menschen, jeweils am dritten Sonntag im Monat. Auskunft: Herr E. Wermuth, Tel. 991 92 70 (Wandern), Frau M. Hostettler, Tel. 992 74 78 (Spazieren)

Galerie 40
Bibliothek Gäbelbach, Weihermattstr. 40. Wir zeigen letztjährige Aquarelle von Hanni Zurbrügg. Öffnungszeiten Di-Fr 15-19 Uhr, Sa 10-12 und 14-16 Uhr. Die Ausstellung dauert bis am 10. April.

Gschichtli cho lose ir Bibliothek Tscharnerguet
An jedem letzten Mittwochnachmittag des Monats, jeweils um 16.30 Uhr erzählt Frau Sonam für die Kleinen Geschichten aus Bilderbüchern. Nächste Daten: 31. März und 28. April.

Kinderschwimmkurse Schulbad am Kornweg
Unsere Kinderschwimmkurse beginnen am 26. April. Alter: ab 4 Jahren. Dauer: ca. 16 Lektionen bis September. Kosten: Fr. 10.--/Lektion. Tag: Montag, Mittwoch, Freitag. Zeit: ab 13.45 Uhr (je nach Kategorie). Info: Marianne Stauffer (951 69 11), Frau Niklaus (911 39 47).

"Der Wulchechratzer"
gemeinnütziges und unabhängiges Quartierblatt von Bethlehem
Redaktion und Herstellung: Rinaldo Andrini, Peppo Brambilla, Marlis Burkhalter, Hansmartin Caspar, Michel Etienne, Thomas Gerber, Nadia Maeder, Ernst Schäfer, Otto Wenger. Veröffentlichungen widerspiegeln nicht in jedem Falle die Meinung der Redaktion. *Herausgeber:* Quartierzentrum im Tscharnergut im Auftrag der Quartiervereine Bethlehemacker, Gäbelbach, Holenacker und Eymatt und des Mieter- und Quartiervereins Tscharnergut. *Adresse:* Waldmannstrasse 17, 3027 Bern-Bethlehem, Tel. 991 70 55. *Postcheckkonto:* 30-31003-9, "Der Wulchechratzer", Bern. *Auflage:* 7300. Im Abonnement: 11 Nummern pro Jahr mind. Fr. 20.-. Insertionspreise: 1/16-Seite Fr. 35.-, 1/8-Seite Fr. 70.-, 1/4-Seite Fr. 140.-, 1/2-Seite Fr. 280.-, 1/1-Seite Fr. 560.-. Bei mehrmaligem Erscheinen Rabatt.
Druck: Druckatelier Strahm, Fellerstr. 28, 3027 Bern-Bethlehem.
Redaktions- und Insertionsschluss: 3. Donnerstag im Monat (10 Uhr).
Erscheinungsdatum: 4. Donnerstag im Monat.

PP 3027 Bern-Bethlehem

37. Jahrgang Nr. 3
25. März 1999

Der Wulche Chratzer

Quartierblatt von Bethlehem

- Internet im Gäbelhus 4
- Kosova heute 7
- Altersmythos 12
- Sprachkurse für Senioren 14

„Bach- u Wöschtag"

Hanni Salvisberg in Bethlehem

siehe Seite 2

Hanni Salvisberg erzählt und liest aus ihrem Leben

Der Einstieg der diesjährigen Senioren-Medien-Treff-Quatrologie findet am 23. April um 15.30 Uhr im Gemeinschaftszentrum Gäbelbach mit der Berner-Bestsellerautorin Hanni Salvisberg statt.
Die 75jährige Hanni Salvisberg, Bäuerin und geborene Erzählerin, wurde innert kürzester Zeit in der gesamten Schweiz bekannt und beliebt. Nachdem sie und ihr Mann nach 39 gemeinsamen Jahren auf dem eigenen Bauernhof in das Stöckli, ihren Alterssitz zogen, sah sich Frau Salvisberg mit bisher nicht gekannter freier Zeit konfrontiert. Sie begann gegen die Leere anzuschreiben und errichtete dadurch einen Erinnerungs- und Brauchtumsschatz für sich, ihre Familie und die gesamte Aussenwelt. Für Hanni Salvisberg wurde ihr Schreiben eine Therapie für Seele und Geist. Viele ältere Personen werden beim Lesen und Hören der Erzählungen aus alten Zeiten angeregt, eigene, lange zurückliegende Erinnerungen wiederzufinden und aufleben zu lassen. Und schliesslich erhalten die jüngeren Generationen durch die Niederschriften Salvisbergs einen Eindruck in vergangene Welten, aus denen sich unsere heutige Gegenwart entwickelt hat. Durch ihr Buch bleibt eine schlichte und gerade mittelbernische Umgangssprache erhalten.
1995 las Frau Salvisberg ihre Geschichten in der Sendung „Bach- u Wöschtag", woraufhin sie vermehrt angefragt wurde und nach langem Zögern einer Veröffentlichung ihres Gutes unter demselben Titel beim Cosmos-Verlag zustimmte. Inzwischen verkaufte sich ihr Buch über 23'000-mal. Hanni Salvisberg trat einige Male im Schweizer Fernsehen auf, man hörte sie in verschiedenen Radiosendungen, und in Zeitungen und Zeitschriften erschienen Artikel und Interviews über diese interessante, offene und natürliche Bernerin.
Hanni Salvisberg wird am Senioren-Medien-Treff vom 23. April über ihr vergangenes und heutiges Leben erzählen und aus ihrem Buch „Bach- u Wöschtag" vorlesen. Anschliessend werden alle Anwesenden Gelegenheit haben, Frau Salvisberg persönlich Fragen zu stellen.
Herzlich eingeladen sind speziell Seniorinnen und Senioren, aber auch alle anderen Interessierten. Der Anlass wird mit einem Diner abgerundet, das ohne Getränke Fr. 10.-- kostet. Anmeldungen für das Diner bitte an das Sekretariat des GZ Gäbelbach nachmittags unter Telefon 991 55 11. Der Unkostenbeitrag für die Veranstaltung beträgt Fr. 5.--.
Falls nötig, kann ein gratis Taxi-Service über Telefon 991 70 55 (Herrn Wenger verlangen) angefordert werden.

BROCKENSTUBE

Gemeinnütziger Frauenverein
Bümpliz-Bethlehem
Bümplizstr. 97a, 3018 Bern
Tel. 991 32 59

Öffnungszeiten:
Jeden Dienstag 14 - 18 h
Jeden 1. Samstag im Monat 9 - 11 h

Mütterzentrum Bern-West

Ein Treffpunkt für Erziehende, Waldmannstr. 15, Telefon 991 21 05. Öffnungszeiten: Montag - Freitag 14.30-17.30 Uhr.

Kinderbetreuung: Montag bis Donnerstag 15-17.30 Uhr. Freitags ab 14.30 Uhr. Die Begleitperson bleibt im Müze und kann sich in unserer **Cafeteria** mit leckerem Gebäck, Kaffee, Tees und anderen Köstlichkeiten erfrischen. Die Kinder haben die Möglichkeit, im Kinderzimmer ein Zvieri à Fr. 1.-- zu geniessen. **Geschichten erzählen** mit Birgitta jeden Montag ab 16.30 Uhr. **Basteln** mit Christina jeden Donnerstag ab 15 Uhr.
Kinderhütedienst: Für Kinder ab 2 Jahren. Zeiten gleich wie Kinderbetreuung. Die Begleitperson kann das Müze verlassen. Für diesen Kinderhütedienst wird ein kleines Entgelt verlangt. Preisliste im Müze.
Frühlingsbörse vom 6.4. - 9.4. im Müze Bern-West: Es werden Frühlings- und Sommerkleider, Frühlings- und Sommerschuhe und Spielzeuge verkauft.
Annahme: Dienstag, 6. April , 13-18 Uhr im Müze Bern-West. Verkauf: Mittwoch, 7. April, 9-11 Uhr und 14-17 Uhr, Donnerstag, 8. April, 14-17 Uhr. Abholen und abrechnen: Freitag, 9. April, 14-16 Uhr.
An diesen Tagen findet im Müze keine Kinderbetreuung statt. Die Cafeteria bleibt aber offen.

café tscharni

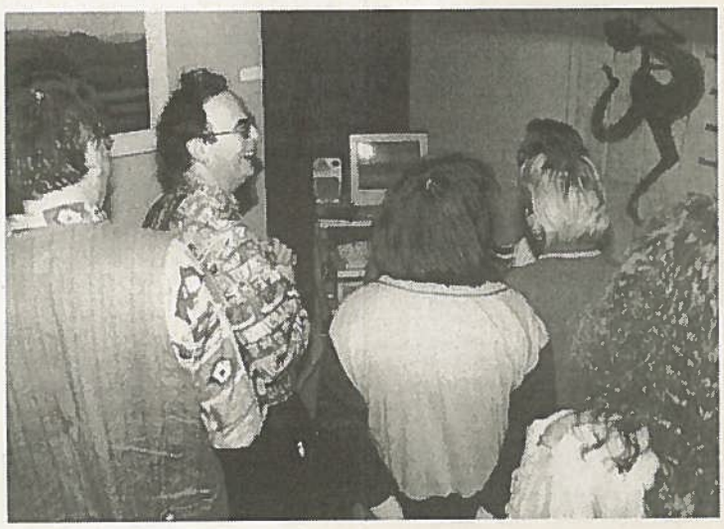
Planen Sie demnächst ein Fest, eine Tagung oder ähnliches ? Gerne verwöhnen wir Sie mit einem Essen. Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich beraten !

Wir freuen uns auf Ihren Besuch !

Ihr **Café** im **Quartierzentrum** im Tscharnergut
offen:
Di - Sa: 8.30 - 18 Uhr
So: 10 - 17 Uhr

Internet im Gäbelhus

Zum Beispiel feststellen, dass Sie schon längst im Internet auffindbar sind, ohne davon zu wissen - mich habe ich gefunden in der Homepage: fischmann, unter dem Link: Predigtplan. Am 21. März, um 20 Uhr, bin ich wieder dran. Oder dem Kroatischen Präsidenten Tudjmann eine E-Mail senden. Und während fünf Suchmaschinen gleichzeitig das Internet nach der Homepage von Tudjmann durchforsten, kann man über Internet Radio Beo hören, einen Sender, der sonst hier im Unterland kaum zu empfangen ist.
Unter der geduldigen Anleitung von Hans und Philipp Berger ist es auch kein Problem, die Flugverbindung für den nächsten Urlaub nach Tonga herauszufinden. Samt Preisen, Zwischenstops, Fluggesellschaften und den Möglichkeiten, die es gibt, in San Francisco einen zweitägigen Zwischenhalt einzulegen - eine Auskunft, welche die nette Frau im Reisebüro leider nicht geben konnte.
Und schnell zwischendurch mal nachschauen, wie oft die da oben im Tscharnergut im Internet präsent sind: 43 Mal.
An die 15 Personen waren am Freitag abend an der Eröffnung des Internetcafés präsent, lauschten den Ausführungen von Hans und Philipp, kamen mit ihren Fragen und Wünschen. Und wer wollte, konnte sich auch gleich eine eigene Email-Adresse einrichten lassen. Meine E-Mail-Adresse: ernstschaefer@hotmail.com (und ich verspreche, den ersten 50 Personen, die mir eine Nachricht zukommen lassen, sofort zu antworten).
Seit dem 12. März besteht im Gäbelhus die Möglichkeit, im Internet zu surfen. Zahlreiche Quartierbewohnerinnen und -bewohner packten die Gelegenheit beim Schopf, erste „Surfversuche" zu unternehmen. Versierten Surfern bietet sich die Gelegenheit, zum Tarif von Fr. 2.50 pro Viertelstunde Internet zu benützen. Bitte die Öffnungszeiten des Gäbelhus beachten. Wer Hilfe in Anspruch nehmen möchte, wende sich an das Gäbelhus-Sekretariat. Der Gäbelbachverein freut sich, diese Dienstleistung anbieten zu können, und hofft auf reges Interesse.



sunsport
Bern-Bethlehem
Bümplizstrasse 12, 3027 Bern, Telefon 031 992 64 44
INTERSPORT PARTNER

Ausstellung im Café Gäbelhus

Am 12. März war Vernissage der Installation „Der Märchenerzähler vom Gäbelbach" des Künstlers Jürg Peter Arzner. Von der in Holz geschnittenen Skulptur ziehen sich die Titel der Märchen der Decke entlang durch den Raum. Einige Märchen könnte ich selber erzählen, das heisst, ich kann mir vorstellen, was für Gespräche es im Gäbelbach auslöst, wenn es auf dem Blicktitel heisst: **Ebner zahlt 500 Mio. Steuern!** Oder: **Kanton in Sparwut, 13 Putzfrauen entlassen!** Welches Märchen sich aber hinter dem Titel: **Aeschbi: „Meine Wohnung ist ein Freudenhaus"** verbergen könnte, wurde mir erst klar, nachdem man mir erklärt hatte, dass Aeschbi für Aeschbacher stehe, der schwul sei und im Fernsehen Leute präsentiere, die man sonst nie im Schweizer Fernsehen sähe. Wenn sie einmal hereinschauen, versuchen Sie einmal die Gespräche zu erfinden, die zu den einzelnen Presseschlagzeilen in den Gäbelbachwohnungen, in der Beiz, im Café oder in der Ladenstrasse stattgefunden haben.
Jürg Peter Arzner, Möbelschreiner, Preisträger des Kunststipendiums der Kiefer-Halblitzel-Stiftung ist sei einem ¾-Jahr als Leiter der Holzwerkstatt im Gäbelbach tätig.

Ernst Schäfer

QUARTIERVEREIN BETHLEHEMACKER - Melchiorstrasse 19, 3027 Bern

Die neu renovierten Gemeinschaftsräume an der Melchiorstrasse 19 können ab sofort gemietet werden.

Die Räumlichkeiten eignen sich für kleinere Zusammenkünfte, wie z.B. Familienfeiern, Geburtstagsfeste, Sitzungen, Jass- oder Bastelnachmittage / Abende, usw. bis höchstens 45 Personen.

Preisübersicht:

Ganzer Tag	8 - 18 Uhr	für Mitglieder	Fr. 30.–	für Nichtmitglieder Fr. 50.–
Pro Abend	18 - 24 Uhr		Fr. 25.–	Fr. 40.–
Stundenweise: 1 Stunde			Fr. 10.–	Fr. 15.–
jede weitere Stunde			Fr. 5.–	Fr. 10.–

Sind Sie interessiert?
Anfragen und Reservationen bei Frau C. Moratti, Melchiorstrasse 17 B/9, 3027 Bern, Tel. 992 92 65 zwischen 18 und 19 Uhr.

Keramikatelier im Gäbelbach

Warum denn in die Ferne schweifen? Das Keramikatelier im Gäbelbach liegt doch so nah!
Sie bringen Lust und Begeisterung für Keramik mit. Wir bieten den Rohstoff Ton, Farben, Glasuren, Öfen, Drehscheiben und unser Fachwissen als Keramikerinnen und Keramiker, um Ton in ein Gefäss oder phantasievolles Kunstwerk zu verwandeln.
Sie lernen Schritt für Schritt die vielfältigen Möglichkeiten der verschiedenen Ton- und Dekorationsarten kennen.
Zwischenmenschliche Begegnungen, ein Miteinander aller Generationen schaffen eine gemütliche Atmosphäre, die das Lernen des nicht einfachen Handwerks erleichtert. Wenn es an der Drehscheibe mal nicht locker rund läuft: bei einem Kaffeeschwatz kommt vieles wieder ins Lot, was aus dem Zentrum zu rutschen droht!
Unser Angebot: Drehkurse, Modellierkurse, Ferienkurse, Drehen, Raku, Kinderkurse, intensive Erlebniswochen für Anfängerinnen und Anfänger und Fortgeschrittene, freie Benützung des Ateliers, Glasieren und Brennen nach Ihren Wünschen.
Buchen Sie jetzt unsere beliebten Töpferkurse für Anfängerinnen und Anfänger und Fortgeschrittene. Es sind noch einige Plätze frei.
Intensivkurs: Montag 12. April - Freitag 16. April
Ferienkurs Raku: Modellieren, glasieren, brennen, eine intensive Erlebniswoche. Montag 5. Juli - Freitag 9. Juli.
Weitere Informationen erhalten Sie im Keramikatelier Gäbelbach, Weiermattstr. 56, Tel. 991 29 60.

Tscharnergut

Verein Quartierzentrum im Tscharnergut

Die diesjährige ordentliche Mitgliederversammlung findet am Donnerstag, 8. April, um 18.30 Uhr im Quartierzentrum im Tscharnergut statt. Die Vereinsmitglieder, alle Tscharnergutbewohnerinnen und -bewohner und alle Benützerinnen und Benützer sind dazu herzlich eingeladen. Anträge an die Mitgliederversammlung müssen bis spätestens 10 Tage vor der Versammlung an der Information des Quartierzentrums eingereicht werden.
Eine genaue Traktandenliste, die Vereinsrechnung, der Jahresbericht und das Protokoll der letztjährigen Versammlung können ab 24. März an der Information des Quartierzentrums eingesehen werden. Der Präsident: Martin Leutwiler

20. Mitgliederversammlung des Mieter- und Quartiervereins Tscharnergut

Dienstag, 13. April, um 19.30 Uhr, im Quartierzentrum im Tscharnergut. Wir hoffen, dass recht viele Mitglieder unsere Hauptversammlung besuchen werden. Mit etwas Süssem und einem Getränk werden wir die „trockenen" Traktanden in Angriff nehmen. Mit Tscharni-Gruss J. Weber

Theateraufführung im Tscharnergut

Die bereits angekündigte Vorführung der Theatergruppe Tscharnergut vom 16. April kann aus gesundheitlichen Gründen einer Mitspielerin nicht durchgeführt werden. Wir hoffen, dass wir die geplanten Aufführungen im Spätherbst 99 nachholen können.

Kosova heute / Ausstellung im Quartierzentrum im Tscharnergut, 23.-27. März

"Leben zwischen zwei Welten" steht im Untertitel zu dieser Ausstellung. Die albanischen Jugendlichen weisen damit auf einen Zwiespalt hin - eine Reise im "nirgendwo" zwischen dem Kosova und der Schweiz?
"Kosova heute" ist nicht einfach eine Darstellung der aktuellen Situation im Kosova. Die Jugendlichen zeigen mit der Ausstellung, was sie mit ihrer Heimat verbindet. "Kosova heute" wirft aber auch Fragen nach den Zukunftsperspektiven der Kosova-AlbanerInnen auf.
Die Ausstellung bietet die Gelegenheit sich einen Blick hinter fremde und eigene Bilder zu wagen.

Dienstag, 23. März, 19.30 Uhr
Filmvorführung "unbeliebt und unerwünscht - Kosovo-Albaner in der Schweiz"

Freitag, 26. März, 19.30 Uhr
Podiumsgespräch "Kosova-albanischen Jugendliche in der Schweiz und in Kosova"
Mit Sami Kurteshi, Verein der Albanischen Auswanderer "Hasan Prishtina", Bern; Naser Morina, Forum albanischer Jugendlicher, Luzern; Saime Isufi, Albanischer Lehrer- und Elternverein; Susanne Auer, Schweizerische Flüchtlingshilfe; Göpf Berweger, Gesellschaft für bedrohte Völker sowie Frau Claudia Omar, Schuldirektorin der Stadt Bern

BERTOLT BRECHT.

Nein! BB heisst die neue Sektion im Westen Berns:

SP Bümpliz/Bethlehem

Informationen:
Tel. 992 49 97
zittergitter@
swissonline.ch

SP
Sozialdemokratische Partei
Bümpliz/Bethlehem

Jubiläumsfest 40 Jahre Tscharnergut

Vor 40 Jahren wurden die ersten Wohnhäuser im Tscharnergut, der ersten Grosssiedlung in Bern, vollendet und bezogen. Der Mieter- und Quartierverein Tscharnergut (MQV) und das Quartierzentrum im Tscharnergut (QZT) haben beschlossen, diesen Anlass am Samstag, 28. August, mit einem grossen Quartierfest gebührend zu feiern. Es sind folgende Aktivitäten vorgesehen: Rummelplatz, Märitstände, Verpflegungsstände, Attraktionen und Spiele, Kinder- und Jugenddisco, musikalische Abendunterhaltung mit Tanz u.a.m. Geplant ist ausserdem die Herausgabe einer Festschrift.
Für die Durchführung dieses Quartierfestes sind wir auf die Mitarbeit der verschiedenen Vereine und Institutionen angewiesen. Wenn Sie an einer Publikation in unserer Festschrift interessiert sind, oder sich an diesem Quartierfest aktiv beteiligen möchten (z.B. mit einem eigenen Stand, einer Attraktion, einem Spiel etc.) oder im OK mitarbeiten möchten, dann melden Sie sich im QZT bei Otto Wenger, Tel. 991 70 55, Di-Fr 8.30-11 Uhr und 14-18 Uhr.
Für Ihre geschätzte und engagierte Mitarbeit danke ich Ihnen im voraus bestens. Martin Leutwiler, Präsident MQV

Neue Ausstellung im Café Tscharni

Farbstiftenzeichnungen und Scherenschnitte von Therese Blauner (2. März bis 2. Mai).
Die sehr sportliche und aktive Hobby-Künstlerin. zählt neben ihrer grossen Leidenschaft, dem Malen und Zeichnen, auch Fechten, Gymnastik, Wandern, Tanzen, Handarbeiten, selbstentworfene Stickereien, Kochen, Backen und ihre Mitmenschen damit verwöhnen zu ihren Hobbys. Würde die Zeit reichen, käme noch mehr dazu. Beruflich ist die Hobby-Künstlerin bei der Spitex tätig, wo sie eine sehr vielseitige Aufgabe erfüllt. Ihre Zeichnungen führt sie vorwiegend mit weichen Farbstiften aus. Aber auch mit Kohle oder in einer Kombination von Scherenschnitt und Farbstift lässt sie anmutige Katzen entstehen. Therese Blauner-Wettstein hat ihre Bilder bereits mehrere Male in Behindertenheimen und Ausstellungsrestaurants in Bern ausgestellt. Wir freuen uns, dass sie mit ihren Bildern für die nächsten zwei Monate in unserem Hause gastiert und laden Sie zum Besuch der Ausstellung im Café Tscharni ein.

Susanne Dux Etter

Tscharni Jassmeisterschaft

Die 23. TJM ist vorbei, 28 Jasserinnen und Jasser waren dabei. Die Stimmung war gut, die Karten zum Teil auch. Nachfolgend die Rangliste der ersten Zwanzig, die anderen waren auch gut, aber leider unter ferner liefen...

1. Tartaglia Marco (3266 Punkte, Wanderpreis Herren), 2. Kaltenrieder Hedi(3212 Punkte, Wanderpreis Damen), 3. Eymann Leni (3069), 4. Moser Martha (3007), 5. Rolli Franz (2970), 6. Beer Theo (2941), 7. Dreier Erik (2919), 8. Steiner Roger (2895), 9. Portmann Heidi (2879), 10. Wäger Elisabeth (2877), 11. Riesen Martha (2840), 12. Moser Werner (2790), 13. Nyffenegger Hans (2789), 14. Wyssen Trudi (2787), 15. Ritz Ernst (2786), 16. Lehmann Gertrud (2786), 17. Steiner Edith (2782), 18. Martin Hedwig (2773), 19. Moser Anton (2760), 20. Jaun Trudi (2749).

Wir danken allen, die dabei waren und freuen uns, wenn Sie das nächste Jahr auch wieder kommen.
Uf wiederluaga an dar TJM 2000

Mieter- und Quartierverein Tscharnergut

Liebe Blumenfreunde im Tscharnergut

Der Mieter- und Quartierverein bewertet jedes Jahr die Balkone in unserem Quartier. Wir möchten einmal erklären, wie bewertet wird.
Wir machen den Rundgang 3 Mal pro Sommer (mit Ausnahme von ganz schlechtem Wetter, dann nur 2 Mal). Wir hätten viel zu viele schöne Balkone, wenn wir nur einmal bewerten würden, darum machen wir uns die Mühe und spazieren 3 Mal durch unser Quartier. Bewertet werden blühende Blumen auf den Balkonen, also die vielfältige und schöne Farbenpracht.
Wir erhalten von den Baugenossenschaften finanzielle Unterstützung für unser Tun, wofür wir ihnen an dieser Stelle ganz herzlich danke sagen möchten.
Und noch was: Es werden nicht nur Balkone unserer Vereinsmitglieder bewertet, nein, alle Tscharnergütler können in den Genuss eines Gutscheins kommen, ohne Anmeldung, wir schauen alle Balkone an.
Natürlich haben wir nichts dagegen, wenn jemand aufgrund dieses Gutscheins unserem Verein beitritt. Eine Anmeldung ist jederzeit im Quartierzentrum im Tscharnergut möglich.
Wir danken allen ganz herzlich, die sich so grosse Mühe und Arbeit machen, dass unser Quartier freundlich, farbig, blumig und schön ist! Mieter- und Quartierverein Tscharnergut

Renate
Christen
Blumenhalle
Tscharnergut
RCH
Fellerstrasse 28
3027 Bern
Telefon 031 992 43 33
Fleurop-Interflora

Kindertreff Tscharnergut

Kinderdisco im Kindertreff
Am Freitag, 26. März, weihen wir unsere neue Discoanlage ein. Deshalb findet am Nachmittag von 14-17 Uhr eine Disco für die Kleineren von 5-10 Jahren statt. Am Abend von 18-21 Uhr sind dann die Teenies von 11-14 Jahren an der Reihe. Am Nachmittag ist der Eintritt frei, am Abend kostet er Fr. 1.--. Bringt doch Eure eigene Lieblingsmusik mit.

Seifenkisten-Bau
Auch Michael Schuhmacher hat nicht in der Formel 1 begonnen!! Im April könnt ihr im Kindertreff wieder die heissen Seifenkistenboliden bauen, und wer Lust hat, kann seine/ihre fahrerischen Fähigkeiten am Seifenkistenrennen am Klösterlistutz ausprobieren. Das Seifenkistenbauen ist für Kinder ab 9 Jahren (jüngere Kinder im Schulalter nur in Begleitung älterer Geschwister oder Erwachsener). Die Kisten werden in 3er-Teams gebaut. Kosten pro Kiste Fr.15.--. Spezialmaterial muss extra vergütet werden. Wenn immer möglich, eigene Räder und Steuerräder mitnehmen. Für Räder eignen sich vor allem Räder von Kindervelos, Rollstühlen, Kinderwagen etc.
Die Bautage sind am 13., 14., 15., 16., 20., 21. April jeweils von 10-12 Uhr und von 13-16 Uhr. Von 12-13 Uhr ist Mittagspause. Wer ein Picknick mitbringt, kann im Kindertreff essen, Tee stellen wir zur Verfügung. Anmeldung bei den Kindertreffs Tscharnergut (Telefon 992 12 03) oder Mali (Telefon 992 23 65).

Seifenkistenrennen
Das Seifenkistenrennen findet vom 23. - 25. April auf dem Waisenhausplatz und am Klösterlistutz statt. Nähere Auskünfte und Anmeldungen in den Kindertreffs Tscharnergut und Mali.

April-Programm
Donnerstag, 1. April, 14-17 Uhr: April, April, April!!! Freitag, 2. April, geschlossen (Karfreitag).
Mittwoch, 7. April, 14-17 Uhr: Turnhalle, wir treffen uns im Kindertreff. Donnerstag, 8. April: Bubennachmittag. Freitag, 9. April, 9-12 Uhr: Elterncafé, gratis Kaffee und Gipfeli für Eltern (Kinder können mitgenommen werden), 14-17 Uhr: Bastel- und Spielnachmittag.
In den Schulferien finden die Bautage statt, siehe oben.
Mittwoch, 28. April, 14-17 Uhr: Werkstatt, offener Spielnachmittag. Donnerstag, 29. April, 15-18 Uhr: Mädchennachmittag, Waldburgistag. Freitag, 30. April, 14-17 Uhr: Spiel- und Bastelnachmittag für Kinder von 5-10 Jahren, 18-21 Uhr: Teenieclub für Kinder von 11-14 Jahren.

Bereitet Ihnen der Haushalt Mühe?
Sind Sie pflegebedürftig oder krank?
Rufen Sie uns an,
wir kommen zu Ihnen!

S P I T E X
Hilfe und Pflege zu Hause

SPITEX BERN
Verein für ambulante Dienste der Stadt Bern
Telefon 997 17 17
Stadtteil V, Stützpunkt Bern West

In den eigenen vier Wänden in guten Händen!

Ev. ref. Kirche

Velofahren für Ältere

Für alle, die neu dazukommen, die Gruppen kennenlernen wollen, ausprobieren wollen, wie gut sie und ihr Velo mithalten mögen und natürlich für alle, die gerne Velo fahren, in einer Gruppe den Frühling geniessen wollen:

Velonachmittage in der Gegend von Bern
Am 10., 17. und 24. April und am 8. Mai. Treffpunkt vor dem Café Tscharni jeweils um 14 Uhr. Anmeldung nicht erforderlich.

Velotour vom Wohlensee zum Genfersee
Am 29. und 30. Mai. Zweimal 70 Kilometer und dazu die Steigungen von Laupen nach Kriechenwil und von Oron nach Foret. Darum können auch Teile der Tour mit dem Zug zurückgelegt werden. Und zwar: Bern-Kerzers (dort treffen die Velofahrer die Bahnfahrer um 10 Uhr) und Oron-Pouidoux (dort treffen wir um 16 Uhr wieder zusammen). Übernachten werden wir in Payerne. Kosten: Fr. 150.-- (Reduktion für GA und Halbtax).

Donautour durch Ungarn und die Slowakei
20. bis 26. September. Mit dem Zug in die Slowakische Hauptstadt Bratislava, in das ungarische Györ, hinüber ins Slowakische Komarno, ins ungarische Estergom, nach Vac und Budapest. Ein ungarischer Dolmetscher wird uns zur Seite stehen. Kosten ca. Fr. 750.--.

Informationen bei E. Schäfer, Gäbelbachstr. 31, T 991 32 36.

Weltladen Bethlehem: Ungetrübter Kaffeegenuss für alle

Die claro-Weltläden haben ihr Sortiment aus fair gehandeltem Kaffee neu zusammengestellt. Das neue Sortiment hält für jeden Geschmack und jede Gelegenheit die passende Sorte bereit: Hellgeröstet für Café crème oder Milchkaffee, dunkel für Espresso, koffeinfrei, ebenso wie Instant-Kaffeepulver oder Portionenbeutel für die Kaffeemaschine. Alle claro-Kaffees stammen von Kleinbauern, die sich in Selbsthilfeorganisationen zusammengeschlossen haben.
Der Einkauf erfolgt zu Max-Havelar-Bedingungen. Mittelamerikanische und afrikanische Kleinbauer produzieren ihren Kaffee nicht in Monokulturen auf Plantagen, sondern in Mischkulturen. Dort wachsen Kaffeebäume neben Bohnen, Bananenstauden und Orangen. Durch diese vielfältige Vegetation und sorgfältige Pflege wird der Boden vor Erosion und Trockenheit geschützt.
Durch Ihren Kaffeekauf im Weltladen leisten Sie Hilfe zur Selbsthilfe. Diese ist nötiger denn ja. Die Katastrophe, die kürzlich durch den Wirbelsturm in Mittelamerika ausgelöst wurde, hat gezeigt, wie wichtig die Unterstützung gesunder landwirtschaftlicher Strukturen auch in den Herkunftsländern des Kaffees wäre.
Weltladen im Kirchgemeindehaus: jeden Donnerstag und am 4. Samstag im Monat von 9-11 Uhr sowie am Quartierzmorge. Filiale im Café Gäbelbach zu den Öffnungszeiten des Cafés.

Doris Egli

Altersmythos: "Im Alter nimmt das Interesse am Leben ab"

Wirklichkeit: Alle Betagten zeigen grosses Interesse für Gesundheit, Wohlergehen, Beziehungen zu Freunden und Nachdenken über das Leben. Mit zunehmendem Alter rückt das Interesse an Hobbies und Sexualität in den Hintergrund, während Fragen bezüglich Sterben und Tod etwas wichtiger werden. Begründung: In der Berliner Altersstudie von 1996 geben die 70- bis 100-jährigen Befragten Stabilität im Vergleich der verschiedenen Altersgruppe an (Durchschnitt der Bevölkerung = 100):

- Gesundheit, Nachdenken über das Leben allgemein und Wohlergehen 130
- Geistige Leistungsfähigkeit 120
- Beziehung zu Freunden 110

mit zunehmendem Alter weniger Interesse:

- Hobbies 90
- Sexualität 50

mit zunehmendem Alter häufigeres Interesse.

- Bereich Tod und Sterben

Zentrum für Gerontologie Zürich

Ein weiteres gutes Beispiel, dass es höchste Zeit ist, mit den verschiedensten Altersmyhten aufzuräumen! Einmal in der Woche faxt das Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich, einen Artikel über ältere Menschen. Sie wollen damit einen positiven Beitrag zum Jahr der "Älteren Menschen" leisten. Wer Interesse an den einzelnen Artikeln hat, kann diese im Quartierzentrum im Tscharnergut einsehen und sie allenfalls kopieren.

Rianldo Andrini

Ich bin alt; na und!

Wie erlebe ich das Altsein und was heisst es, eine Seniorin, ein Senior zu sein? Wieso habe ich Mühe, die neusten Technologien zu verstehen? Wie erlebe ich meinen Alltag und wie bewältige ich ihn? Diese und noch viele andere Fragen werden uns am Kurs beschäftigen. Wir lassen uns informieren und werden gemeinsam über eigene Erfahrungen reden. Unter anderem werden wir eine Schulklasse in Bethlehem besuchen und mit Jugendlichen zusammen auszutauschen welche Vorurteile über Jung und Alt bestehen. Das Angebot richtet sich an Personen ab 60 Jahren.

Leitung: Verschiedene Referentinnen und Referenten, *Dauer:* 3mal, dienstags von 14–16 Uhr, *Beginn:* Dienstag 1. Juni, *Kosten:* Fr. 50.--, *Ort:* Quartierzentrum im Tscharnergut, *Anmeldung:* Bis 15. Mai, Tel. 991 70 55. ra

Einstellhallenplätze

im Tscharnergut und Bethlehemacker
zu vermieten. Fr. 100.-- oder 110.--
pro Monat. Auskunft: Telefon 996 42 52
Dr. Meyer Verwaltungen AG

Wie werden Ergänzungsleistungen berechnet?

Bezügerinnen und Bezüger von Renten der AHV und IV mit einem ungenügenden Einkommen können Ergänzungsleistungen beanspruchen. Dabei handelt es sich um ein gesetzlich verankertes Recht. Das Alters- und Versicherungsamt der Stadt Bern führt zu diesem Thema drei bis vier öffentliche Informationsveranstaltungen pro Jahr durch. Die Berechnung der Ergänzungsleistungen wird anhand konkreter Beispiele ausführlich erläutert. Dabei wird auf wichtige Aspekte, wie zum Beispiel die Bedeutung von Vermögen, die Auswirkungen von Schenkungen/Erbvorbezügen und das konkrete Vorgehen bei der Geltendmachung der Zusatzleistungen eingegangen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten ausreichend Gelegenheit, Fragen zu stellen und sich individuell beraten zu lassen. Die nächste Veranstaltung findet am Donnerstag, 25. März, 14.30 bis ca. 16 Uhr im Kirchlichen Zentrum Bürenpark , Bürenstr. 8, statt (SVB-Station "Sulgenau, Tramlinie Nr. 9).
Im Quartierzentrum im Tscharnergut haben Sie die Möglichkeit, die Informationsbroschüre über die Zusatzleistungen zur AHV und IV zu beziehen (Tel. 991 70 55, Di bis Sa, 8.30-11 Uhr und 14 bis 18 Uhr). ra

Sprachkurse im Quartier für Seniorinnen und Senioren

Englisch für Männer und Frauen ab 50 Jahren
(Anfängerinnen- und Anfängerkurs)

Wiederum wird ein neuer Kurs für all diejenigen ausgeschrieben, die auf spielerische Art das Alltagsenglisch lernen möchten.
Leitung: Anne Nägelin, Englischlehrerin, *Dauer:* 9mal, 14 bis 15.30 Uhr, *Beginn:* Montag, 26. April, *Kosten:* Fr.175.- bis Fr. 105.-, je nach Teilnehmerzahl, *Anmeldung:* Bis 11. April.
Achtung: Da sich bereits 6 Personen angemeldet haben, wird der Kurs durchgeführt. Es hat noch freie Plätze!

Italienisch für Männer und Frauen ab 50 Jahren
(Anfängerinnen- und Anfängerkurs)

Waren Sie auch schon in Italien oder im Tessin und fanden es schade, sich nicht besser mit den Leuten unterhalten zu können? Falls sich genügend wird der Kurs durchgeführt. Kurstag und –zeit werden von den Interessierten festgelegt. *Kosten:* ca. Fr. 5.70 bis Fr. 9.50 pro Lektion. **Achtung: Bis jetzt haben sich bereits 3 Personen angemeldet und wir suchen noch 3-4 Interessierte!**

Anmeldung für die Kurse: Quartierzentrum im Tscharnergut (QZT), Di-Sa von 8.30 - 11 und 14 - 18 Uhr, Tel. 991 70 55.

Das Kursprogramm mit näheren Angaben über alle Angebote, liegt im QZT auf. Sie können es auch bei uns telefonisch bestellen und wir senden es Ihnen postwendend zu.

Kompetent für Car - Reisen Umzüge
DYSLI
Transporte aller Art, Rohr- und Kanalreinigung
Looslistrasse 25
3027 Bern
Tel. 031 - 991 55 44
Fax 031 - 992 50 10

Wegweiser für Seniorinnen und Senioren

Die Fürsorge- und Gesundheitsdirektion der Stadt Bern gibt eine neue Auflage des Wegweisers für Seniorinnen und Senioren heraus. Die Broschüre enthält Adressen und Telefonnummern von Stellen, welche Hilfe und Unterstützung für Seniorinnen und Senioren anbieten können. Die Broschüre ist erhältlich beim Verein für die Betreuung Betagter in Bümpliz, Mühledorfstr. 5, 3018 Bern, Tel. 997 17 77 oder im Quartierzentrum im Tscharnergut, Tel. 991 70 55, Di-Sa von 8.30 bis 11 Uhr und 14 bis 18 Uhr.

Wussten Sie, dass es in Bümpliz/Bethlehem 5 Institutionen gibt, die einen offenen Mittagstisch für Seniorinnen und Senioren anbieten? Über solche und weitere Angebote können Sie sich in dieser wertvollen Broschüre informieren. ra

Kurse

Nothilfekurs

Leitung: Samariterverein Bethlehem. Ort: Quartierzentrum im Tscharnergut. Dauer: 5mal, Montag - Freitag, 20 - 22 Uhr. Kursdatum: 19. - 23. April. Kosten: Fr. 100.-- inkl. Kursunterlagen. Anmeldung: Frau M. Schafer, Tel. 992 79 23.

Das 5FR. 1993 - Inserat

Höchstens 10 Wörter und Telefon. Inserattext und Fr. 5.- in einem Kuvert in den Briefkasten der Redaktion werfen oder an der Information des Gemeinschaftszentrums Tscharnergut abgeben. Nur für Einwohnerinnen und Einwohner Bethlehems. Nicht für Geschäftsanzeigen. "Zu verschenken"-Inserate kosten nichts.

Günstig abzugeben: **Couchtisch** (hell), **TV-Videomöbel** (dunkel). Tel. 991 56 93.	*Zu verschenken:* **Junge Kaninchen**. Tel. 991 70 55. O. Wenger verlangen.
Zu verkaufen: **Stilkommode** (Eiche), Preis nach Absprache. Tel. 992 67 73.	*Gratis*: **Hobelspäne** zum selber Abfüllen für Kleintierhaltung in der Freizeitwerkstatt.

Hörgeräte-Akustik R. A. Schmid

Das Fachgeschäft mit Kopf und Herz!

- Interaktive Hörgeräte-Anpassung
- Tinnitus Sprechstunde in Zusammenarbeit mit dem ORL-Spezialarzt (3-Säulen-Konzept)
- Individueller Schallschutz (laute Musik/Lärm)

Hörgeräte-Akustik R.A. Schmid
Bottigenstr. 9
3018 Bern
(SVB Bus 13/Bachmätteli)

Telefon: 991 20 30 FAX: 991 22 00

Aufgeschnappt

Mehr Druck und Frust am Arbeitsplatz: das Risiko für Stresstrinken steigt!

Arbeitslosigkeit, drohender Verlust des Arbeitsplatzes, mehr Hektik und Stress für Berufstätige: die Arbeitswelt wird härter. Wenn zudem die „Belohnung" für die geleistete Arbeit nicht mehr stimmt, steigt das Risiko für Stresstrinken, wie deutsche Suchtforscher herausgefunden haben. Darauf weist die Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) in Lausanne hin.

(SFA) Die heutige Arbeitswelt fordert vom einzelnen immer mehr Leistung, was mehr Hektik und Stress bedeutet. Andererseits sind für die meisten Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen die Zeiten automatischer Lohn- und Gehaltserhöhungen, Beförderungen und sonstiger Belohnungen vorbei. Vielen gibt man das Gefühl, dass sie froh sein dürfen, einen Arbeitsplatz zu haben. Arbeitsmediziner haben für dieses Auseinandergehen der Schere von mehr Leistungsdruck und weniger Belohnung für das Geleistete den Ausdruck „Gratifikationskrise" geprägt. Wer sich in einer derartigen Krise befindet, hat beispielsweise ein höheres Risiko, eine stressbedingte Herz-Kreislauf-Erkrankung zu bekommen.

Berufliche Gratifikationskrise und Alkoholkonsum

An der Universität Münster haben deutsche Suchtforscher nun herausgefunden, dass eine derartige Gratifikationskrise auch den Alkoholkonsum ansteigen lässt. Von über 600 untersuchten deutschen Metallarbeitern zeigten diejenigen, die sich von dem Gefühl des Ungleichgewichtes zwischen Verausgabung und Belohnung am Arbeitsplatz besonders betroffen fühlten, eine grössere Tendenz, die Belastung mit Hilfe von Alkoholkonsum zu reduzieren. Suchtprävention am Arbeitsplatz sollte auch diese strukturellen Ursachen für das Stresstrinken in die Überlegungen einbeziehen.

SFA Lausanne

Restaurant im Tscharnergut

Bei Lehmann's

Wenn Sie demnächst jemanden verwöhnen möchten
dann kommen sie doch einfach zu uns

neu, ab sofort; Senioren- und Behinderten-WC!

Samstag ab 14 Uhr
und Sonntag geschlossen

Waldmannstrasse 21, 3027 Bern, Telefon 031/992 38 00

Volleyball im Tscharni

jeden **Sonntag ab 19.30 Uhr**
in der Turnhalle beim Quartierzentrum,
Waldmannstr. 17.

Interessierte sind herzlich willkommen!