

# bärn!

1 | 08

DAS BERNER MAGAZIN



**BERN LERNT** •  
**SPEZIAL: UNTERWEGS** •  
**PASSION: KAFFEE** •



**BERN**  
*city*



Ab August 2008 finden Sie in unserem neuen Bildungszentrum direkt bei der S-Bahn-Station Bern-Wankdorf:

- > 5.-10. Schuljahr
- > Maturitätsschulen
- > Sportschulen
- > Kaufmännische Ausbildungen
- > Gesundheit und Medizin
- > Weiterbildung und Management
- > Private Hochschule Wirtschaft PHW Bern

Wann stellen Sie Ihre Bildung ins Zentrum?

**Ich will es wissen ; feusi**

Feusi Bildungszentrum Bern und Solothurn. [www.feusi.ch](http://www.feusi.ch)



## Wo Werte Schule machen!

**fgb.**

Freies Gymnasium Bern  
[www.fgb.ch](http://www.fgb.ch)

### FREIES GYMNASIUM BERN

Volksschulstufe (5./6. Vorbereitungsklasse)  
Langzeitgymnasium  
Gymnasium (8 Schwerpunktfächer ab Quarta)  
Weitere Informationen unter:  
[www.fgb.ch](http://www.fgb.ch) oder Telefon 031 300 50 50

**campus  
Muristalden**

[www.muristalden.ch](http://www.muristalden.ch)

### CAMPUS MURISTALDEN

Volksschulstufe (Basisstufe bis 9. Klasse)  
Langzeitgymnasium (Sexta und Quinta)  
Fortbildungsklassen (9. u. 10. Schuljahr)  
Gymnasium (mit 2-sprachiger Matura)  
Stadtinternat für Jugendliche  
Weitere Informationen: [www.muristalden.ch](http://www.muristalden.ch) oder  
Telefon 031 350 42 50

Pädagogisches  
Ausbildungszentrum

**NMS**

[www.nmsbern.ch](http://www.nmsbern.ch)

### PÄDAGOGISCHES AUSBILDUNGSZENTRUM NMS

Volksschulstufe (1.-9. Klasse)  
Langzeitgymnasium und Quartavorbereitung  
10. Schuljahre (f.Real- und SekundarschülerInnen)  
Fachmittelschule mit 3 Berufsfeldern  
Tertiavorbereitungsklasse  
Gymnasium (5 Schwerpunktfächer)  
LernBar mit Zusatzangeboten in Kursform  
Studium LehrerIn Vorschule und Primarschule  
Weitere Informationen: [www.nmsbern.ch](http://www.nmsbern.ch) oder  
Telefon 031 310 85 85

Detailinfos siehe unsere Webseiten.

## INHALT

### TITEL:

Switzerland Tourism, [swiss-image.ch](http://swiss-image.ch)

### BERN LERNT

4 Schul-, Aus- und Weiterbildung in Bern

### LIFESTYLE | LÄBE

#### Unterwegs

- 6 Winterfreuden
- 7 Alltagsfluchten
- 8 Spick mi furt vo hie...
- 9 Wenn Berner eine Reise tun

#### Farben

- 10 Farben & Gesundheit
- 11 Farben & Raumgestaltung

#### Beauty

- 12 Rundum gepflegt

#### Mode

- 14 Von den Laufstegen

### KIDS & CO. | DI GROSSE U DI CHURZE

- 15 Bettmüpfeli: Rigo und Rosa
- 15 Basteln

### IM FOCUS | DR BRÖNNPUNKT

- 16 Bern - quo vadis?

### BERN INSIDE | DS SPRACHROHR

- 18 Parking Bern: Neues Parking
- 18 Berncity: Eines Stadt eine Karte
- 19 Bürgergemeinde Bern: Ein ganz besonderer Zirkus

### KOLUMNE | MI MEINIG

- 19 Querdänt

### BÄRNSPORTSCHOU!

- 20 UEFA EURO 2008™ in Bern
- 21 BSCYB / SCB

### BERN NEWS | SPATZEPFIFF

- 23 Raum für Bildung

### ZYTGLOGGE-NYDEGG | ALTSTADTCHER

- 23 Justitia hat schon viel erlebt

### PASSION | LIIDESCHAFT

- 24 Heiss geliebt: Kaffee

### CULINARIUM

- 26 Suppenkaspar
- 27 Tour de Berne

### BÄRNER MUSIGSZENE

- 28 Uptown /Güschle
- 28 Radio Swiss Pop
- 29 Wop Bop a Loo Bop
- 29 Starke Stimme

### BÄRNER EVENTS

- 30 Museumsnacht

### WETTBEWERBE | VERLOSUNGEN

- 30 Verlosungen Bärn!

## MIT ALLEN SINNEN



Mit allen Sinnen zu Geniessen, immer wieder etwas dazu zu Lernen, neue Eindrücke zu sammeln und auch einmal gewohnten Trampelpfade zu verlassen, das ist es doch, was das Leben spannend macht. Selbst wenn es manchmal un bequem, mühselig oder gar schmerzhaft ist, was wäre unsere Existenz ohne die intensiven Gefühle, ohne Wissensdurst und ohne Neugier?

In die Bärn!-Ausgabe widmen wir uns verschiedenen Themen, die unser Leben bereichern können: der Bildung und der Weiterbildung, der Farbenlehre, den neusten Modetrends und und im Spezial «Unterwegs» werfen wir für einmal einen Blick über die Berner Stadtgrenzen hinaus.

Die nächste Ausgabe von «Bärn!» erscheint am 22. Mai 2008: Ein grosses Spezial zur Euro '08 und zur Eröffnung des Bahnhofplatzes. Wussten Sie, dass Sie das Magazin auch abonnieren können?

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen bei der Lektüre und schöne Ostern.

Michèle Freiburghaus  
Redaktionsleitung Bärn! & Team

**Tipp: Verlosungen auf Seite 30**

## bärn! DAS BERNER MAGAZIN

<b>Auflage</b>	100'000 Exemplare
<b>Verteilung</b>	93'000 Exemplare HH Agglo Bern 7'000 Stadt Bern
<b>Herausgeberin</b>	Vincero! Verlag & Kommunikation <a href="http://www.baern-magazin.ch">www.baern-magazin.ch</a>
<b>Verlag/Anzeigen</b>	Leitung Daniel Bläsi Worbstrasse 76, 3074 Muri Mobil 079 653 64 58, <a href="mailto:vincero@muri-be.ch">vincero@muri-be.ch</a>
<b>Abonnemente</b>	CHF 30.- / 5 Ausgaben, Bestellung beim Verlag
<b>Redaktion</b>	Leitung Michèle Freiburghaus <a href="mailto:baern@vincero.ch">baern@vincero.ch</a>
<b>Druckvorstufe</b>	Lithouse Bern AG, Bern
<b>Korrektur / Druck</b>	Benteli Hallwag Druck AG, Wabern
<b>Vertrieb</b>	AWZ AG, Bern

### Mitwirkende an dieser Ausgabe

<b>Konzept &amp; Layout</b>	Michèle Freiburghaus
<b>Bilder</b>	Marcus Gyger · Terence du Fresne Daniel Bieri · Rolf Feller
<b>Texte</b>	Michèle Freiburghaus · Sylvia Baumann-Lerch Dorothea Brechbühl

# bern lernt

«Also lautet der Beschluss, dass der Mensch was lernen muss», das hielt schon Wilhelm Busch fest. Mehr als ein Drittel der Schweizer Bevölkerung besucht nach der Grundausbildung jährlich ein oder mehrere Weiterbildungsangebote. Die Gründe sind vielfältig: Um beruflich konkurrenzfähig zu bleiben oder die Karriere zu unterstützen, zur persönlichen Weiterentwicklung oder ganz einfach aus Spass an der Sache – Weiterbildung ist auch bei den Bernerinnen und Bernern Trumpf.

**Zusammenfassung: Michèle Freiburghaus**  
Text-Quelle und vertiefere Informationen Aus- und Weiterbildung:  
[www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch) und [www.erz.be.ch](http://www.erz.be.ch)

## SCHULBILDUNG

Jedes Kind, das vor dem 1. Mai das sechste Altersjahr zurückgelegt hat, tritt am 1. August des gleichen Jahres in die Primarschule ein. Die Primarschule dauert in der Regel sechs Jahre. Während dieser Zeit werden alle Kinder gemeinsam unterrichtet. Im deutschsprachigen Kanton besuchen die Schülerinnen und Schüler im 7. bis 9. Schuljahr entweder eine Realschule, eine Sekundarschule oder eine Schule, in der Real- und Sekundarschülerinnen und -schüler gemeinsam unterrichtet werden. In der Schweiz besuchen im Schnitt etwa fünf Prozent aller Schülerinnen und Schüler eine Privatschule bereits im Rahmen der obligatorischen Schulzeit. Beispiele in Bern: Das «Freie Gymnasium» (Volksschulstufe 5./6., aber auch Vorbereitungsklasse, Langzeitgymnasium, Gymnasium), «Campus Muristalden» (Volksschulstufe, Langzeit-

## Anzeige



Die Swiss Musical Academy ist die erste Schule in der Schweiz, die eine professionelle Vollzeit Musical-Ausbildung anbietet.

**Aufnahmeprüfung für das Schuljahr 2008/2009**  
Samstag, 19.4.08 & Samstag, 21.6.08, 10.00 Uhr  
weitere Informationen: [www.swissmusicalacademy.ch](http://www.swissmusicalacademy.ch)

Swiss Musical Academy – Wo Musik- Theater Schule macht.  
Telefon 031 311 95 65, [info@swissmusicalacademy.ch](mailto:info@swissmusicalacademy.ch)

gymnasium, 9. u. 10. Schuljahr Gymnasium, Stadtinternat) oder Pädagogisches Ausbildungszentrum NMS (Volksschulstufe, Langzeitgymnasium und Quartavorbereitung, 10. Schuljahre, Fachmittelschule mit 3 Berufsfeldern, Tertiavorbereitungsklasse, Gymnasium, Studium LehrerIn Vorschule und Primarschule).

## AUSBILDUNG IM ÜBERBLICK

Damit der Start ins Berufsleben gelingt, werden Eltern und ihre Kinder von Lehrpersonen, Berufsberatenden, Berufsinformationszentren (BIZ) und dem ausgezeichneten Internetportal [www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch), beim komplexen Berufswahlprozess unterstützt. Falls eine Familie nicht in der Lage ist, eine Ausbildung zu finanzieren, können kantonale Ausbildungsbeiträge beantragt werden. Die Berechnung der Beiträge erfolgt aufgrund der gesetzlichen Bestimmungen und richtet sich in erster Linie nach der finanziellen Situation der Eltern.

**Das 10. Schuljahr** Wer zur Erreichung eines realistischen Berufsziels ein zusätzliches Schuljahr benötigt, kann sich für das berufsvorbereitende Schuljahr anmelden.

**Die Gymnasiale Matura** ermöglicht den prüfungsfreien Zugang zu allen Studiengängen der Universitäten und Eidgenössischen Technischen Hochschulen (ETH). Nach Abschluss eines zusätzlichen Praxisjahres steht auch der Zugang zu den Fachhochschulen offen.

**Die Berufsmatura** erfolgt im Zusammenhang mit einer Berufslehre und ermöglicht den Zugang zu Fachhochschulstudiengängen im gelernten Berufsfeld. Mit einer einjährigen Passerelle und Prüfung steht auch der Zugang zur Universität offen.

**Universitäre Hochschulen/Eidg. Technische Hochschulen** Universitäten sind öffentlich-rechtliche Institutionen, an denen Wissenschaften vollständig und in systematischer Ordnung gelehrt und von denen auch die höchsten wissenschaftlichen Grade erteilt werden.

### Fachhochschulen

Fachhochschulen bilden ihre Studierenden anwendungsorientiert aus. Der Studienbetrieb an Fachhochschulen orientiert sich in erster Linie an der Wissensvermittlung.

**Handelsmittelschulen** bieten Bildungsgänge an, die – je nach Lehrgang – mit dem Handelsdiplom und mit der kaufmännischen Berufsmaturität abschliessen. In Bern sind dies zum Beispiel die Wirtschaftsmittelschule Bern und das Feusi Bildungszentrum.

**An Pädagogischen Hochschulen** werden Lehrer und Lehrerinnen aller Schulstufen ausgebildet. Je nach Unterrichtsstufe sind Abschlüsse auf Bachelor- und Masterstufe möglich.

**Diverse Berner Schulen** wie die WKS (KV), die GIBB, die BFF oder die Schule für Gestaltung haben ein breites Aus- und Weiterbildungsangebot.

**Lehrstellen:** Es gibt über 200 Lehrberufe. Ein Grossteil der Mädchen

wählt aus nur 15 Berufen aus, ein Grossteil der Knaben aus rund 30 Berufen. Die Knaben entscheiden sich eher für technische und handwerkliche Berufsfelder und die Mädchen häufig für Ausbildungen in Berufen aus den Bereichen Büro, Verkauf, Gastgewerbe/Hauswirtschaft, Gesundheits- und Sozialwesen sowie Körper- und Schönheitspflege.

## WEITERBILDUNG

Das Weiterbildungs- und Kursangebot in Bern ist äusserst vielfältig. Am besten informieren Sie sich direkt bei den jeweiligen Institutionen über das Programm oder verschaffen sich einen Überblick auf einem Bildungsportal (siehe Adressen rechts).

**Höhere Berufsbildung:** Lehrgänge zur Erreichung der Berufsprüfung, der höheren Fachprüfung sowie Höhere Fachschulen bauen auf eine abgeschlossene Berufsbildung auf und bereiten systematisch auf die Übernahme anspruchsvoller Aufgaben vor. Der Besuch eines Lehrgangs wird üblicherweise mit einem eidgenössisch anerkannten Diplom abgeschlossen.

**Weiterbildungskurse** fördern die berufliche und persönliche Entwicklung. Der Besuch eines Kurses wird üblicherweise mit einer Kursbestätigung, jedoch ohne Diplom abgeschlossen.

## ELTERNBILDUNG

Der Verein Elternbildung Kanton Bern VEB hat neu eine «ElternLehre» als Unterstützungsangebot für angehende Eltern entwickelt. Zentraler Bestandteil dieses Angebotes ist die Stärkung und Unterstützung der Eltern, damit diese Erziehungsaufgaben und gesundheitsfördernde Strukturen wahrnehmen, umsetzen und anwenden können. In drei Modulen, die auch einzeln belegbar sind, erlernen Eltern den «anspruchsvollsten Beruf der Welt»: Mit konkreten Informationen über Entwicklungsabläufe und Erziehungsverhalten, Austausch und Diskussion werden die Eltern in ihrer Aufgabe unterstützt. Damit sollen die Kinder fit für das Leben, für Spielgruppe, Kindergarten und Schule werden. Der zweite Kurs «ElternLehre» anfangs April ist bereits ausgebucht. Wer einzelne Module besucht hat, erhält eine Bestätigung, diese führt zur Qualifikation mit Kompetenznachweis für das eigene Portfolio. Die Teilnahme an allen Modulen führt zur Anerkennung «ElternLehre VEB». Detaillierte Informationen auch über andere Kursangebote unter [www.elternbildung-be.ch](http://www.elternbildung-be.ch).

## KURSE

Sprachen, Gestalten, Essen und Trinken, Mensch und Umwelt, Wellness und Sport, Tanz und Musik, Informatik: Den Kurs, den Sie in Bern nicht besuchen können, gibt es nicht. Exotischere Beispiele gefällig? «Lebe ich als Tagebuchschreiberin gesünder?», «Berner Spitzentechnologie im Weltall» (beide Volkshochschule Bern); unter dem Thema «M'08 – Die Fanmeisterschaft» Kurse wie «Fussball-Regelkunde für Frauen» und «Pausensnacks für Fans» (Migros Clubschule); Didgeridoo-Workshops (Willy Grimm, [www.naturton.ch](http://www.naturton.ch)) helfen Schnarchern, Mobilitätskurse «Mobil sein und bleiben» Senioren beim Bedienen von Billettautomaten (Büro für Mobilität AG) und das «Engel-Fernseminar» besucht man, wenn einem der Sinn nach einer weniger profanen Art der Fortbewegung steht.

## ADRESSEN

**Erziehungsdirektion Kanton Bern**  
Gesamtübersicht zum Bildungsangebot, zu Weiterbildung, Stipendien und Darlehen.  
[www.erz.be.ch](http://www.erz.be.ch)

**Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung**  
BIZ Bern-Mittelland  
Bremgartenstrasse 37, 3001 Bern  
Telefon 031 633 80 00, [www.be.ch/berufsberatung](http://www.be.ch/berufsberatung)

**Beratungsstelle der Berner Hochschulen**  
Erlachstrasse 17, 3012 Bern  
Telefon 031 631 45 51, [www.beratungsstelle.unibe.ch](http://www.beratungsstelle.unibe.ch)

## PRIVATE SCHULEN, WEITERBILDUNG, KURSE

**Wirtschaftsmittelschule Bern**  
Telefon 031 330 19 70, [www.wirtschaftsmittelschule.ch](http://www.wirtschaftsmittelschule.ch)

**Freies Gymnasium Bern**  
Telefon 031 300 50 50, [www.fgb.ch](http://www.fgb.ch)

**Campus Muristalden**  
Telefon 031 350 42 50, [www.muristalden.ch](http://www.muristalden.ch)

**Pädagogisches Ausbildungszentrum NMS**  
Telefon 031 310 85 85, [www.nmsbern.ch](http://www.nmsbern.ch)

**Feusi Bildungszentrum**  
Telefon 031 308 33 00, [www.feusi.ch](http://www.feusi.ch)

**Volkshochschule für die Stadt und Region Bern**  
Telefon: 031 320 30 30, [www.vhsbe.ch](http://www.vhsbe.ch)

## DIVERSE WEBSITES:

**Klubschule Migros Bern**  
[www.klubschule.ch](http://www.klubschule.ch)

**Rischik Schulen:** [www.rischik.ch](http://www.rischik.ch)

**Bénédict-Schule Bern:** [www.benedict.ch](http://www.benedict.ch)

**ifks Institut für Kaderschule:** [www.ifks.ch](http://www.ifks.ch)

**Kursportal auch für Bern:** [www.bildungspool.ch](http://www.bildungspool.ch)

## LERNFESTIVAL '08

Im September findet während 10 Tagen das, vom Schweizerischen Verband für Weiterbildung organisierte, «Lernfestival '08» statt. Das Patronat hat die UNESCO. An verschiedenen Events soll «Lernen erlebbar gemacht werden».



# winterfreuden

## STADT BERN



Eine rundum tolle Sache war die **Bundesplatz-Eisbahn**. Leider nur bis am 3. Februar dauerte das unvergessliche Erlebnis, die 600 Quadratmeter grosse Eisfläche und das gemütliche Beizli wurden vom Berner Volk geschätzt und rege benutzt. So wurde uns denn bereits eine Wiederholung des Gratis-Spases im nächsten Jahr versprochen. Wer diesen Winter noch auf die «Schlöf» will, kann sich ja noch auf den **städtischen Eisbahnen** KaWeDe, Eisstadion Allmend und Weyermannshaus austoben. Auf das rutschige Vergnügen auf dem Egelsee müssen wir jedoch in diesem Jahr wohl verzichten.

## HAUSBERG



Fotos  
Switzerland Tourism, swiss-image.ch  
Bundesplatz:  
Daniel Bieri, www.gutefreunde.ch  
Gurten: zvg



Was liegt für uns Bernerinnen und Bernern näher, als uns auf unserem Hausberg im Schnee zu vergnügen? Wenn es denn welchen hat. Auch – oder vor allem – im Winter ist **der Gurten** ein lohnenswertes Ausflugsziel für die ganze Familie, speziell wenn in der Stadt der Nebel hängt und auf dem Gurten die Sonne strahlt. Ob für einen ausgedehnten Spaziergang, für ein gutes Essen oder für eine rasante Fahrt auf dem 1200 m langen Schlittelweg (Schlitten können bei der Bergstation gemietet werden). Seit 2005 können wir Bernerinnen und Berner sogar stolz ein eigenes «Skigebiet en miniature» unser Eigen nennen, eine in nur 4 Monaten realisierte, spontane Idee der Lenker Bergbahnen und der Gurtenbahn Bern AG mit dem Ziel, Kindern die Möglichkeit zum Einstieg in den Wintersport zu erleichtern. Die Lenker Bergbahnen stellen der Gurtenbahn während der Wintersaison zwei Kinderskilifte zur Verfügung, die Gurten-Tageskarte wird als «Fünfliber» beim Kauf einer Tageskarte in der Lenk angerechnet. Mit 67 Betriebstagen übertraf die erste Skisaison alle Erwartungen. Im gleichen Jahr gewann das Projekt den ersten Seilbahn-Innovationspreis «Swiss Mountain Award», ein mit CHF 10000.- dotierter Preis, der Spitzenleistungen in Sachen Innovation, wirtschaftlichem Erfolgspotenzial, Umsetzbarkeit, Kopierbarkeit und Nachhaltigkeit

honoriert. Mit dem gewonnenen Geld wurden 40 Paar Skiausrüstungen erworben, das Angebot konnte damit im zweiten Betriebsjahr um das Vermieten von Skiausrüstungen für 3- bis 8-jährige Kinder erweitert werden. Im letzten Jahr schliesslich gelang es den Verantwortlichen mit der Unterstützung von Swiss Snow Sport, die Skischule Bern für das Vorhaben, «Skianterricht auf dem Gurten» zu gewinnen. Für die wartenden Eltern und natürlich alle Ausflügler steht ein Freiluftbeizli bereit, die Buvette/Snack Bar wird vom Gurten Park im Grünen betrieben. Bereits das zweite Jahr allerdings sind die Hänge mehrheitlich grün, der Lift konnte nur gerade viermal betrieben werden – auch dieses Jahr macht sich der Schnee rar. Eine Tageskarte kostet CHF 5.–, eine Skiausrüstung mieten CHF 5.–, 1,5 Stunden Skianterricht kosten CHF 20.–. Mehr Infos: [www.gurtenbahn.ch](http://www.gurtenbahn.ch)

## BERN-NAH

Alle grossen und bestbekanntesten Skigebiete des Berner Oberlands sind ab Bern zwar in relativ kurzer Zeit zu erreichen. Es geht aber noch näher, zum Beispiel für den Halbtags-Ski oder Langlaufspass unter der Woche, günstiger und/oder familiärer und übersichtlicher:

**Selibühl (1750 m.ü.M) Gurnigel / Gantrisch Gebiet:** Auf Familien zugeschnittene Angebote mit Kinderschleppliften, Kinderskischule (Gurnigelsbad) und z.B. Snowboard-Lerntagen im Selital. [www.gantrisch.ch](http://www.gantrisch.ch)

**Bumbach / Schangnau:** Das Skigebiet am Fusse des Hohgants (2188 m.ü.M.). Jeden Mittwoch von 14–16 Uhr Kinder-Skiplausch bei den Kinderskiliften Roseggi Bumbach Schangnau. [www.bumbach-schangnau.ch](http://www.bumbach-schangnau.ch)

**Linden / Heimenschwand:** Das familienfreundliche Skigebiet im Emmental liegt auf 916m über Meer. Zwei Lifte und ein Schlepplift bringen die Schneesportler/innen auf die schneebedeckten Hänge mit gut präparierten Pisten. Ein besonderes Ereignis: Nachtskifahren (ohne Sonntag). [www.skilift-linden.ch](http://www.skilift-linden.ch)

**SnowPark Eriz:** Ein kleines Wintersportgebiet mit umfassendem Angebot: Winterwandern, Schlitteln, Langlaufen, Skifahren, Carven, Snowboarden oder einfach Geniessen unserer ursprünglichen Bergwelt. [www.eriztal-tourismus.ch](http://www.eriztal-tourismus.ch)

**Diemtigal** mit seinen Gebieten Wiriehorn, Grimmialp und Springenboden. Am Wiriehorn finden die beliebten Mittwoch- und Samstagkurse für Kinder und Erwachsene statt und am 3. Februar der Rivella Family Contest. [www.snowsportdiemtigal.ch](http://www.snowsportdiemtigal.ch)

**Kiental und Reichenbach:** Zwei kleine Skigebiete vor allem auch für Familien. Nachtskifahren am Samstagabend. [www.kiental.ch](http://www.kiental.ch)



## alltagsfluchten – mit und ohne kinder.

Auch wenn die Zeit nicht für eine oder zwei Wochen Ferien reicht: Kleine Fluchten aus dem Alltag wirken Wunder gegen den Winterblues. Energie tanken, relaxen, es sich gut gehen lassen: Nirgends ist man so gut aufgehoben wie in der Verwöhn-Atmosphäre eines Traumhotels mit Wellnessbereich. Wir stellen Ihnen in loser Folge solche Oasen der Entspannung vor, beginnend mit zwei Hotels der Extraklasse.

### LENKERHOF ALPINE RESORT



von Michèle Freiburghaus

Im Lenkerhof Alpine Resort ist alles ein bisschen anders als in anderen 5-Sterne Hotels. Das wird bereits auf den ersten Blick deutlich: Der Gast wird in bequemen Designersesseln und Sofalandschaften gebeten und mit einem kreativen Fruchtdrink willkommen geheissen. Bereits befinden wir uns im eigentlichen Herzstück des Hotels – gleichzeitig Lobby, Bar und gemütliche Aufenthaltshalle mit gewaltigem Cheminée und angrenzendem Fumoir. Die Innenarchitektur ist eine perfekte Symbiose aus alt und neu, dramatisch wie ein Bühnenbild. Der Lenkerhof wurde vor 5 Jahren nach einem Umbau für 30 Millionen Franken neu eröffnet. Das Resultat: Ein vollendetes Erlebnis für die Sinne, eine Harmonie aus Farben, Licht und Kunst im öffentlichen Raum, den Designzimmern, Restaurants und dem Spabereich. «Anders» präsentiert sich aber nicht nur das Erscheinungsbild, sondern auch die Philosophie des Hotels und wahrscheinlich sogar seine Gäste. «Unser Zielpublikum sind hauptsächlich Geniesser zwischen 35 und 50. Menschen, die den Komfort eines Luxushotels suchen, sich gleichzeitig aber in einer ungezwungenen Wohlfühlatmosphäre erholen möchten. Dresscode gibt es bei uns auch am Abend nicht» betont Daniel Borter, der sympathische Hoteldirektor, selber in legeren Jeans und Cordjacket. «Wir zählen viele Wirtschaftsleute, Sportler, Medienschaffende und andere Promis zu unseren Gästen, die es schätzen, wenn sie in den Ferien zu zweit oder mit der Familie einmal ganz sich selber sein dürfen». Erholung und Genuss sind im Lenkerhof zentrales Element, problemlos auch mit Kindern (Kinderbereich mit Betreuung täglich von 10 bis 21.30, Kinderrestaurant, Wet'n'Wild im Spa). Ein Aufenthalt im 2000 m<sup>2</sup> grossen Wellnessbereich «7sources beauty & spa» (nach den 7 Quellen der Simme) mit Schwefel-aussenbad, Sportpool, Fitnessbereich und der eindrücklichen, ganz in Stein gehaltenen Landschaft mit 6 verschiedenen Saunen ist Wellness pur. Für Beauty-Behandlungen, verschiedene Massagen und Erlebnis-Bäder empfiehlt sich die Terminreservierung bereits bei der Hotelbuchung. Auch viele Berner gönnen sich ab und zu eine kleine Auszeit im Lenkerhof, sei es für ein verlängertes Wochenende, für ein «DaySpa» mit Mittagessen im mediterranen Restaurant «Oh de vie» oder ein «DaySpa Gourmet» mit Nachtessen im 16 Gault Millau-Punkte-Restaurant Spettacolo. In den Genuss der «Wellflavour» – Küche von Jungstar Jan Leimbach kommen natürlich auch die Hotelgäste, die sich aus einer täglich wechselnden Karte ihr eigenes Menü zusammenstellen können. Was auf den Teller kommt, lässt einem die Augen schliessen und die Geschmacks-knospen tanzen. Sympathisch: Ob auf dem reichhaltigen Käse- oder dem Frühstücksbuffet, im Lenkerhof werden auch Produkte aus der Region angeboten, Lenker-Käse und Wurstwaren, die man auch als Gourmet-Packet mit nach Hause nehmen kann. [www.lenkerhof.ch](http://www.lenkerhof.ch)

### VICTORIA-JUNGFRAU Grand Hotel & Spa



von Daniel Bläsi

Im Victoria-Jungfrau begegnen sich Menschen aus Kultur, Wirtschaft und Politik, romantische Geniesser oder Familien, die sich Entspannung und Verwöhntwerden gönnen möchten. Der erste Eindruck beim Betreten des Hauses offenbart dem Gast eine stilvolle und gelungene Verschmelzung zwischen moderner Architektur und der Bewahrung des historische Belle-Epoque-Stils. Das Victoria-Jungfrau heisst den Gast mit einem persönlichen und warmen Charme willkommen, diesen Eindruck bestärken die von haus-eigenem Personal mit viel Gefühl arrangierten, der jeweiligen Saison entsprechenden Themendekorationen. Fürs leibliche Wohl sorgen zwei erstklassige Restaurants, das «La Terrasse» (16 Gault Millau-Punkte) mit seiner exzellenten französischen Küche und die «Jungfrau Brasserie» (15 Gault Millau-Punkte) im wunderschön restaurierten Belle-Epoque-Saal, mit traditionellen oder extravaganter Schweizer Gerichten und Weinen. Ausserdem laden verschiedene Bars zum gemütlichen Zusammensein ein. Herzstück und Stolz des Hauses bildet die riesige Spa-Oase mit seiner grosszügigen Säulenhalle und einem Ambiente, das den Gast in eine andere Welt und Zeit versetzt. Die grosszügige Architektur, das umfassende Angebot und die gelebte Gastfreundschaft der Mitarbeiter machen den Aufenthalt zu einem unvergesslichen Erlebnis. Der Gast kann im Victoria-Jungfrau unter verschiedenen Arrangements aus ganzheitlichen ESPA-Behandlungen und luxuriösen Zimmern wählen oder sich ein individuelles, speziell auf seine Bedürfnisse zugeschnittenes Angebot zusammenstellen. Besonders beliebt sind auch die verschiedenen Day-Spa-Programme, welche die freie Benutzung der Nasszone, der Entspannungsbereiche und frei wählbare Fit & Fun-Lektionen beinhalten. Für Konferenzen und Bankette stehen im Haus 20 Räumlichkeiten für 4 bis 400 Personen zur Verfügung, die auch im «Package» mit Übernachtung gebucht werden können. Die kleinen Gäste kommen in allen Hotels der Victoria-Jungfrau Collection (Interlaken, Luzern, Zürich, Bern) nicht zu kurz. Das Victoria-Jungfrau selbst beispielsweise bietet ein Kinderhaus, in welchem saisonale Animationen für die kleinen Gäste stattfinden, ein Babysitter-Dienst ermöglicht es den Eltern, auch die Zweisamkeit geniessen zu können und es finden spezielle Kinder-Partys statt, wie zum Beispiel die Silvester-Feier «for Kids only». Als besondere Attraktion wurde der Kinderpass eingeführt. In allen 4 Hotels der Gruppe können beim Besuch von Sehenswürdigkeiten und Attraktionen wie Ballenberg, Tierpark, Verkehrshaus etc. Punkte gesammelt werden. Wer vier Punkte hat, erhält eine Aufmerksamkeit des Hauses. Der Kinderpass ist übrigens auch ein willkommener Ausflugsratgeber für die ganze Familie. [www.victoria-jungfrau.ch](http://www.victoria-jungfrau.ch)



spick mi furt vo hie...



«I stah jede Tag da usse, gseh die Flüger cho u gah,  
häbe d'Nase i di chauti Morgeluft wo nach Trybstoff schmöckt.  
U dr Näbu chläbt über dr Schtartbahn  
u uf dr Schtartbahn hocke Möwe,  
u ds Fäud isch wyss vom Ryf. Bälpmoos, Bälpmoos  
– schpick mi furt vo hie. Bälpmoos, Bälpmoos  
– mir isch's glych wenn u wie...»

Lyrics «Bälpmoos» Patent Ochsner

Kein Berner Giu oder Modi, der oder das nicht mindestens einmal mit seinen Eltern am Wochenende auf den Berner Flughafen gepilgert ist, um ein bisschen Kerosinluft zu schnuppern und mit weit offenem Mund sehnsüchtig den startenden Maschinen nachzustaunen. Ein Flug ab Bern-Belpmoos hat auch heute noch einen ganz besonderen Reiz: Der kurze Anfahrtsweg, das unkomplizierte Check-in kurz vor dem Start, die Übersichtlichkeit und der Blick auf die in der Nähe grasenden Kühe derweil man sich innerlich bereits auf eine Grossstadt wie München oder Brüssel, auf das Businessmeeting oder Badeferien am Meer einstellt, all dies sind Pluspunkte, die «unser» – häufig zu Unrecht belächelter – Flughafen zu bieten hat.

#### PORTRAIT

Die Flughafenbetriebsgesellschaft Alpar AG ist ein privatwirtschaftliches, nichtsubventioniertes Unternehmen. Mit seinen rund 400 Arbeitsplätzen ist der Flughafen heute als wichtiger Standortfaktor anerkannt. Der Flughafen Bern-Belp erfüllt im Rahmen der Eidgenössischen Flughafenbetriebskonzession Aufgaben des öffentlichen Luftverkehrs insbesondere in den drei Bereichen Linien- und Charterverkehr, Flugverkehr im Auftrag des Bundes und der Allgemeinen Luftfahrt (gewerbsmässig und privat). Mit seinem im Mai 2002 eröffneten neuen Passagierterminal bietet er den Flugreisenden Komfort und angenehm kurze Ein- und Aus-Checkzeiten an.

#### NEWS

Das Projekt der Pistenverlängerung wird Ende April 2008 abgeschlossen sein. Die Piste wird von heute 1510 m auf eine Länge von 1730 m verlängert. Am 24. Mai 2008 wird ein Pisteeinweihungsfest für die Bevölkerung stattfinden. Weitere Projekte sind der Bau eines Parkhauses für rund 220 Fahrzeuge in Terminalnähe sowie die Schaffung von mehr Hangarstandplätzen für Businessflugzeuge. Im Linienverkehr werden Direktflüge in verschiedene Zentren Europas wie München mit Lufthansa und Brüssel mit British Airways angeboten. Weltweite Anschlüsse können mit kurzen Umsteigezeiten über München erreicht werden. Saisonale Feriencharter runden den Flugplan von Bern-Belp ab und ermöglichen den Passagieren einen Ferienbeginn ohne lange Wartezeiten und weitläufige Infrastruktur. Das Angebot an Ferienchartern konnte für den Sommer 2008 umfangreich erweitert werden. Neu werden Direktflüge ab Bern-Belp nach Wien, Djerba, Monastir und Griechenland (Preveza) angeboten. Nebst dem Reiseveranstalter Aaretal Reisen bietet neu z.B. auch Kuoni Arrangements ab Bern-Belp an – zu denselben Preisen wie ab den anderen grossen Landesflughäfen. Ein Grossteil der Destinationen werden mit dem neu in Bern-Belp ansässigen Flugzeug Dash 8-Q400 durchgeführt. Die Eigentümergesellschaft des neuen 72-Plätzers heisst Berne Wings AG. Massgeblich beteiligt sind Skywork Airlines und Aaretal Reisen.

Wollten Sie schon lange mal hinter die Kulissen eines modernen Verkehrsflughafens schauen? Dann sollten Sie sich eine Führung am Flughafen Bern-Belp gönnen. Nebst Führungen für geschlossene Gruppen werden neu jeden ersten Samstag im Monat auch Führungen für Familien und Einzelpersonen angeboten.

Weitere Infos rund um den Flughafen Bern-Belp: [www.flughafenbern.ch](http://www.flughafenbern.ch)

## wenn berner eine reise tun

Grau in Grau präsentiert sich der Himmel in Bern. Die einen flüchten schon jetzt für einen Winterunterbruch in wärmere Gefilde, die anderen trösten sich vorerst mit der Aussicht auf wärmere Tage und studieren Reiseprospekte. Nach welchen Kriterien buchen Bernerinnen und Berner eigentlich ihre Ferien? Wir befragten zwei unterschiedlich ausgerichtete Reiseunternehmen: ① Welches würden Sie als Spezialität Ihres Reiseunternehmens bezeichnen? ② Wieviele Bernerinnen und Berner schicken Sie jedes Jahr insgesamt auf Reisen? ③ Haben diese ein anderes Reiseverhalten als andere Schweizer? ④ Worauf legen Berner speziellen Wert? ⑤ Welche Destination ist bei Ihnen für 2008 im Trend?

- ① Das Zusammenstellen und Komponieren von individuellen Reisen. Basis dazu ist die Reiseerfahrung unserer Mitarbeitenden – die für einen Job im Minimum 3 Kontinente auf eigene Faust bereist haben müssen und die Möglichkeit haben, pro Jahr bis zu 12 Wochen Ferien zu beziehen. Unsere Reiseprofis beraten ihre Kunden in einer Umgebung, welche die Reiselust weckt und Emotionen anspricht und nicht in einer mit Prospekten zugestrichelten Schalterhalle.
- ② Im Jahr 2006 sind 13 200 Bernerinnen und Berner mit uns verreist, ein paar davon sogar mehrmals.
- ③ Das Reiseverhalten unterscheidet sich nicht von anderen Schweizern. Doch die Bernerinnen und Berner sind, wenn Sie mit einer Dienstleistung zufrieden sind, eine sehr treue Kundschaft.
- ④ Auf eine fundierte, den individuellen Wünschen angepasste Reiseberatung und eine persönliche Beziehung zu ihrem Reiseberater. Der gibt Ihnen auch hier und dort einen Geheimtipp aus seiner eigenen Reiseerfahrung weiter.
- ⑤ Ozeanien (Australien/Neuseeland), Südostasien (Thailand, Laos, Kambodscha, Vietnam). Dauerbrenner sind Kanada, Argentinien, Chile, Südafrika, Namibia und Indien. Wir stellen einen Trend weg von Gruppen- und Pauschalreisen hin zu individuell zusammengestellten Privatreisen fest. Menschen aus allen sozialen und demografischen Schichten entdecken das individuelle Reisen. Familien und Rentner verzeichnen die höchsten Zuwachsraten – dies trifft ebenfalls bei den Bernerinnen und Berner zu. Auch sie werden immer mündiger und mutiger, die Welt auf eigene Faust zu bereisen. Grundlage dazu ist eine seriöse Reisevorbereitung durch Lesen von Büchern, Gesprächen mit bereisten Freunden sowie eine kompetente Reiseberatung. Basis jeder Reise muss aber der Respekt gegenüber der lokalen Bevölkerung, deren Kultur und Religion sein.
- ① Als Wiederverkäufer vertreiben wir in 5 Geschäftsstellen die Produkte von sämtlichen renommierten Reiseveranstaltern zu Originalpreisen. In diesen Tagen feiern wir unser 20 jähriges Bestehen. Unser Ziel war und ist, innovativ und aktiv zu sein, um dadurch eine enge Kundenbindung zu bekommen. Alljährlich organisieren wir den beliebten Berner Familien-Herbstplausch und als Krönung nach all den Jahren bereits die 3. Schweizer Rock- & Bluescruise.
- ② Im vergangenen Jahr sind sicher über 6000 Bernerinnen und Berner durch unsere Büros verreist.
- ③ Nein, obwohl wir Berner manchmal etwas länger brauchen, bis wir uns entscheiden können. Das Preissegment ist wohl etwas tiefer als beispielsweise in Zürich. Der Trend zu individuell zusammengestellten Reisen nimmt von Jahr zu Jahr zu.
- ④ Wir legen grossen Wert auf eine persönliche Beziehung zu unserer Kundschaft. Kundenpflege wird bei uns gross geschrieben. Die Berner schätzen es, wenn sie auch nach der Reise von uns hören.
- ⑤ Da möchte ich ganz besonders unseren Herbstplausch nach Djerba mit Flug ab Bern empfehlen. Für Badeferien sind auch weiterhin Griechenland, Spanien und die Türkei gefragt. Für Fernreisen ist Asien die Nummer 1, hier stimmt das Preis-/Leistungsverhältnis. Seit Jahren beliebt ist Kanada (eigenes Programm). Gross im kommen sind Namibia und Südafrika.

Anmerkung: Duch die vielen attraktiven Angebote im Internet (Billigflüge etc.) werden Herr und Frau Schweizer von Jahr zu Jahr reisegewandter. Leute jeden Alters geniessen verlängerte Week-ends und Ferientaufenthalte mehrmals pro Jahr. Beim heutigen Leistungsdruck im Geschäftsleben ist dies auch verständlich. Wir empfehlen uns, diesen Druck wegzunehmen und die Ferienreisen massgeschneidert zu organisieren.

### FLUGANGEBOT AB BERN-BELPMOOS

#### Linienflüge

Bern - München  
Mit Lufthansa 3x täglich nach  
München und in die Welt

Bern - Brüssel  
Mit British Airways bis zu 2x täglich nach Brüssel

#### Charterflüge Sommer 2008

April - Oktober	Samstag	Cagliari (Sardinien)
April - Oktober	Samstag	Elba
Mai - Oktober	Samstag	Figari
Mai - Oktober	Samstag	Ibiza
Mai - Oktober	Sonntag	Mahon (Menorca)
März - Oktober	So./Do.	Mallorca
Mai - Oktober	Fr./Sa.	Olbia/Tortoli (Sardinien)
Mai - Oktober	Sa./Mo.	Preveza (Griechenland)
Mai - Juni	Fr./Mo.	Wien

[www.flughafenbern.ch](http://www.flughafenbern.ch)



André Lüthi, CEO Globetrotter Travel Service  
Berner Filialen: Aarberggasse und  
Neuengasse  
[www.globetrotter.ch](http://www.globetrotter.ch)



Jean-Pierre Schämpu Schär, Inhaber Schär Reisen  
Berner Filialen: Zeughaus-Passage, Mittelstrasse,  
Wabern.  
[www.schaer-reisen.ch](http://www.schaer-reisen.ch)

## FARBTYOLOGIE

Wählen Sie Ihre Lieblingsfarbe aus – welcher Typ sind Sie?



Der «blaue» Typ ist ein in sich gekehrter, objektiv und ernsthaft denkender Mensch, der einen grossen Wert auf das gesprochene Wort legt. Klar strukturierte Gedanken und Sachlichkeit sind für ihn von grosser Bedeutung. Harmonie und Ausgeglichenheit braucht er für sein Wohlbefinden.



Der «rote» Typ ist sehr ehrlich und direkt, gilt als Powertyp und Energie-Bündel. Die Mitmenschen empfinden ihn als starke und dominante Führungspersönlichkeit. Der «rote» Mensch führt und bestimmt gerne. In Gesellschaft mit anderen Menschen steht er gerne im Mittelpunkt des Geschehens.



Der «gelbe» Mensch ist von fröhlicher und lebenslustiger Natur. Er geht mit offenen und wachen Sinnen durchs Leben. Da er selbst keine Probleme sieht, versteht er oft nicht, warum andere Menschen sich grössere Sorgen machen. Er ist alles andere als egoistisch und absolut tolerant. Er liebt seine persönliche Unabhängigkeit. Unentschlossenheit und tiefsinnige Grübeleien sind ihm fremd.



Der «grüne» Typ gilt als konservativ, zuverlässig, beharrlich und beständig. Die starke Willenskraft und der Ehrgeiz dieser Menschen kann von aussen auch als egozentrisch gewertet werden. Der «grüne» Mensch ruht in sich selbst und hat ein ausgeglichenes Temperament. Vertrauensvoll wenden sich andere Menschen gerne an ihn, um ihm ihr Herz auszuschütten, denn «Grüne» sind sehr gute Zuhörer.

## FARBEN &amp; GESUNDHEIT

Seit der Physiker Isaac Newton im Jahr 1666 entdeckt hat, dass sich das Licht aus verschiedenen Farben (den Spektralfarben) zusammensetzt, weiss man, dass Licht und Farben untrennbar zusammengehören. Newton leitete einen Lichtstrahl durch ein so genanntes Prisma und konnte so die sieben Spektralfarben für das menschliche Auge sichtbar machen. Diese Farben entsprechen den sieben Farben des Regenbogens: Rot, Orange, Gelb, Grün, Blau, Indigo und Violett. Jede Farbe besitzt eine für sie typische Wellenlänge und Energie, die sich auf den Körper übertragen kann.

Farben haben eine grosse Wirkung auf unser Allgemeinbefinden und unsere Gesundheit. Farben können sogar unsere momentane Stimmung beeinflussen. Durch die Farben unserer Kleidung wirken wir auf andere Menschen.

## Welche Wirkung haben die verschiedenen Farben auf uns?

Schwarz – Schwarz ist die Symbolfarbe für unterdrückte Gefühle, Trauer, die Stimmung gedämpft und traurig. Schwarz blockt die Energie ab.

Gelb – Gelb ist die Farbe der Sieger. Gelb fördert die Kreativität, stärkt das Allgemeinbefinden, schenkt uns Energie und gute Gedanken. Gelb fördert zudem eine positive Einstellung und stärkt das Immunsystem.

Blau – Blau verbessert die Konzentrationsfähigkeit, wirkt vertrauenssichernd, klärend und stärkt das eigene Selbstvertrauen.

Rot – Rot stärkt die Selbstheilungskräfte, fördert die Vitalität und wirkt anregend. Signalrot schenkt besonders viel Energie.

Grün – Grün wirkt ausgleichend und harmonisierend auf den Menschen. Grün hilft bei der Entspannung nach einem anstrengenden Tag.

## Farbe und Therapie

Der Anblick einzelner Farben löst bei verschiedenen Menschen völlig unterschiedliche Reaktionen aus. Wir beurteilen zwar durchwegs Farben, die während des Tages vorherrschen, z.B. Rot-, Orange- und Gelbtöne als wärmend und anregend, das Grün der Wiesen und Wälder als entspannend und erholend und das Blau der Nacht als kühlend und beruhigend. Auch assoziieren wir braune Holzfarben mit Gemütlichkeit und Behaglichkeit und Rosa mit Liebe, Sanftheit und Zärtlichkeit. Ob wir jedoch eine Farbe als angenehm oder unangenehm empfinden, hängt ausschliesslich von unserer eigenen Wesensart ab. Es erscheint daher naheliegend, zu versuchen, aus der Vorliebe für bzw. der Aversion gegen bestimmte Farben Rückschlüsse auf unseren Charakter zu ziehen.

Bereits vor 50 Jahren begann Prof. Dr. Max Lüscher sowohl an Patienten in zahlreichen Kliniken als auch an Gesunden unterschiedlichen Alters zu experimentieren und wählte in fünfjähriger Forschungsarbeit unter 4565 Versuchsfarben seine speziellen Testfarben aus. Inzwischen wird seine Methode – bekannt als Lüscher-Farbtest – weltweit in vielen psychologischen Praxen und Kliniken eingesetzt. Das Verfahren ist denkbar einfach: Der Klient wählt aus den ihm vorgelegten Lüscher-Farbkärtchen dasjenige aus, das ihm am besten, am zweitbesten und am wenigsten gefällt. Die Bedeutung der Farbwahl in der genannten Reihenfolge braucht anschliessend nur noch in dem entsprechenden Werk nachgeschlagen werden. Mittlerweile gibt es mehrere derartige Farbtests in unterschiedlichen Farbnuancen. Im Unterschied zum Lüscher-Test, bei dem die abgelehnte Farbe eine zentrale Rolle spielt, wird bei den neueren Tests in der Regel nur noch mit Farbvorlieben gearbeitet.

## FARBEN &amp; RAUMGESTALTUNG

Farben haben die Menschheit seit jeher fasziniert, denn sie gestalten unsere Umgebung lebendiger und freundlicher, nehmen Einfluss auf unsere Lebensqualität und unser Wohlbefinden. Dass wir uns in der Umgebung gewisser Farben ganz speziell behaglich fühlen, ist kein Zufall. Die bekannten Farb- und Stilberatungen lancierten einen Siegeszug des Farbharmonie-Konzepts, wie es heute weltweit von Millionen begeisterter Menschen mit grossem Erfolg angewendet wird. Die gleiche Theorie, die Farben harmonisch den vier Jahreszeiten zuzuordnen, hält heute genauso erfolgreich Einzug in die Raumgestaltung. Kein Wunder, denn in den verschiedenen Jahreszeiten zeigt sich die Natur immer wieder in anderen Farben, in perfekt zusammenpassenden Farbstimmungen. Jede Jahreszeit wird von einer Grundfarbe dominiert. Den Frühling prägt ein helles Gelb, im Sommer ist es ein liches Blau, im Herbst ein warmes Rot und im Winter ein kaltes Blau. So empfinden wir die Frühlings- und Herbstfarben als «warm-tonig», die Sommer- und Winterfarben dagegen als «kalt-tonig». In der praktischen Anwendung findet auch Ihre eigene Kreativität genügend Spielraum, denn Sie können ohne Farbstilbruch eine Frühlingsfarbe mit einer Herbstfarbe kombinieren oder eine Sommerfarbe als reizvollen Akzent in die Wintertöne mischen. Kombinieren Sie aber Winterfarben mit Herbstfarben oder Frühlingstöne mit Sommerfarben, so wirkt dies unharmonisch und störend.

## So finden Sie die Farben Ihrer Jahreszeit

Welche Jahreszeit lieben Sie besonders? Schliessen Sie ruhig einmal die Augen und versuchen Sie, sich in jene köstlichen Augenblicke, in jene Stimmungen, Gerüche und Farben zu versetzen, die Ihnen Glück, Wohlbefinden und positive Erlebnisse vermittelt haben. Jetzt sind Sie Ihrer ganz persönlichen Farbwahl, Ihrer Lieblingsfarbe schon sehr, sehr nahe! Wenn Sie sich für Ihre Jahreszeitfarbe entschieden haben, ist der Grundton massgebend. Im Frühling wäre dies zum Beispiel ein frisches, helles Gelb. Auch wenn Ihre Lieblingsfarbe nun Rot ist, brauchen Sie keineswegs auf diese schöne, warme Farbe zu verzichten. Sie müssen nur darauf achten, dass Sie ein Rot aus der Palette der Frühlingsfarben wählen. So einfach ist das. Grundsatz: Alle Farben sind erlaubt, wenn die Nuance stimmt. Wenn Sie ganz sicher gehen und von ungewohnten Experimenten eher lassen wollen, dann schenkt Ihnen der Farbkreis die grösstmögliche Sicherheit, denn diese Farbkombinationen ergeben stets ruhige, harmonische und elegante, jene mit komplementären Farben eine eher reizvolle Stimmung, allerdings nur, wenn sie aus derselben Jahreszeit-Palette stammen. Komplementär bedeutet, dass sich zwei Farben im Farbkreis gegenüber stehen. Ob Frühling, Sommer, Herbst oder Winter: Lassen Sie sich nach Herzenslust inspirieren und freuen Sie sich darauf, wie sich auch Ihre eigenen vier Wände in völlig neue, erlebnisreiche Wohnlandschaften verwandeln lassen. Eine ausführliche Dokumentation zum Thema (gegen einen Unkostenbeitrag) oder weitere Tipps und Anregungen geben wir Ihnen gerne bei einem Besuch in unserem Geschäft.

Ueli Thomet, Jutzi+Thomet, Einrichten und Wohnen, Bern



PERFEKT.

WOHNRAUMGESTALTUNG  
- UNSERE PASSION

- Individuelle Einrichtungslösungen nach Mass
- Bett-, Schrank- und Vorhangsysteme
- Ausgewählte Möbel und Leuchten

Bei der Wohnraumgestaltung liegt die Kunst im Detail. Wir von Jutzi+Thomet suchen und finden nicht die erstbeste, sondern die beste Lösung für alle Ihre individuellen Einrichtungswünsche. Ob Sie einen Raum neu oder umgestalten, ein optimales Bett, ein besonderes Möbelstück, eine Leuchte oder praktische und attraktive Schrank- oder Fensterlösungen möchten, bei uns sind Sie an der richtigen Adresse für eine umfassende Beratung.

JUTZI+  
THOMET

Einrichten & Wohnen

Jutzi+Thomet | Effingerstrasse 29 | 3008 Bern

Telefon 031 381 41 51

info@jutho.ch | www.jutho.ch

## rundum gepflegt



Foto: Equiderm Beauty Skin

Ein Wellnessstag zu Hause:  
Erholung wie ein Tag am Meer,  
besonders, wenn wir die  
entsprechenden Produkte  
verwenden.

Schön schlank -  
fast wie von selbst!

**Proslimelt** bringt auch hartnäckige Fettdepots zum Verschwinden. Die Weltneuheit funktioniert an Bauch, Po, Oberschenkeln, Hüften, Knien und Oberarmen.

Das Resultat der Behandlung mit Proslimelt ist vergleichbar mit einer Fettabsaugung, jedoch ganz ohne chirurgischen Eingriff, Schmerzen, Risiko oder Vernarbung.

Lassen Sie sich von uns beraten.

medical motion ■ giacomettistrasse 33a  
3006 bern ■ tel. +41 (0)31 952 73 83  
www.medical-motion.ch



medical motion  
zentrum für ganzheitliche diagnostik und therapie

100% natürlich  
ABNEHMEN!

Möchten Sie

- eine schmale Taille?
- einen flachen Bauch?
- einen festen Po?
- schlanke Beine?
- eine straffe Haut?
- die Muskeln aufbauen?

Die OXYGEN-FATBURN-METHODE ist 100% gesund und natürlich.

Infos zu Figur und Gesundheit wie Übergewicht, schlaffe Haut, Fettpolster, Cellulite, Sport, Ernährung, usw. erhalten Sie UNVERBINDLICH und GRATIS.

Die ersten 20 Anruferinnen profitieren von einem **GRATIS-MONAT!**

Telefon 031 382 25 26

Mo.- Do. 09-20 Uhr, Fr: 09-16 Uhr

Seit über 30 Jahren erfolgreich in Bern!

Treuberg GmbH,  
Maulbeerstr. 10, 3011 Bern  
www.figurella-bern.ch



**Figurella**  
SCHON IN FORM

Was gibt es Schöneres, als einen Tag ganz für sich zu haben? Wer sich Zeit für sich nimmt, schöpft daraus jede Menge Energie. Also: schicken Sie für einmal Ihre Lieben allein in den Schnee und gönnen Sie sich ein komplettes Wohlfühl- und Schönheitsprogramm.

**Am Morgen:**

Starten Sie den Tag mit ein bisschen Bewegung: Gymnastik, Yoga oder noch besser Laufen an der frischen Luft, weckt den Kreislauf, löst Blockaden und macht gute Laune.

Nach dem Training kann das Verwöhnprogramm beginnen. Schaffen Sie sich eine angenehme Atmosphäre, Duftöle und Kerzen machen das heimische Bad zur Wellnessoase, dann bereiten Sie die Haut am besten mit einem Körperpeeling auf die kommenden Wohltaten vor. Es befreit die Haut von trockenen Schüppchen und regt den Stoffwechsel an. Es gibt unzählige Varianten von diversen Kosmetikfirmen, wer mag, rührt sich seine Mischung selber an: Aus zwei Tassen grobem Meersalz und einer viertel Tasse Aprikosenkernöl. Damit wird die Haut abgerieben, danach duschen, Haare waschen, eine reichhaltige Haarkur in die Haare geben und ab in die Badewanne, am besten in ein Aromabad. Es wirkt je nach Duftnote unterschiedlich – Lavendel beruhigt, während Limone erfrischt. Zum Selbermachen: Eine Tasse Olivenöl und zwei Tassen Vollmilch direkt in den Strahl des Badewassers geben, für die Duftnote sorgen 20 Tropfen Aromaöl oder eine Handvoll Blütenblätter. Damit die Haut nicht austrocknet, sollte das Wasser nicht wärmer als 37 Grad sein und das Bad nicht länger als 20 Minuten dauern.

Nach dem Baden ist die Gesichtshaut hervorragend auf eine Maske vorbereitet: Nun sind alle Poren geöffnet und nehmen pflegende Substanzen besonders gut auf. Für welche Sie sich entscheiden, hängt von Ihrem Hauttyp und Ihren Präferenzen ab. Oder möchten Sie eine Naturmischung versuchen? Je einen Esslöffel Honig und Rahmquark verrühren, auf Gesicht und Hals streichen und zehn Minuten einwirken lassen. Danach mit lauwarmem Wasser abnehmen – und das Gesicht wirkt frisch und erholt.

Die Füße werden im Alltag besonders strapaziert. Deswegen erhalten sie eine wohltuende Massage, praktische Hilfsmittel sind Massageroller oder Igelbälle, die die Blutzirkulation anregen. Gönnen Sie auch Ihren Nägeln das volle Programm, man fühlt sich mit gepflegten Füßen einfach besser.

Zeit für ein leichtes Mittagessen und um 13.00 Uhr wird frau vom biorhythmischen Mittagstief eingeholt. Geben Sie ihm nach, Zeit für ein «power napping» (Nickerchen, das nicht länger als 30 Minuten dauern sollte), allenfalls lesen Sie ein gutes Buch oder legen eine entspannende CD auf. Dazu passt eine Tasse leckerer Kräutertee wie Salbei oder Ingwer-Zitrone: Je nach Zusammensetzung wirkt er anregend oder entspannend.

**Am Nachmittag**

Jetzt ist es an der Zeit für die Feinheiten nach Wunsch und Bedürfnis: Möchten Sie sich verändern und Ihrem Haar mehr Glanzpunkte geben? Setzen Sie Highlights mit helleren oder dunkleren Strähnchen, tönen oder kolorieren Sie Ihr Haar mit einem der neuen, milden Produkte. Während der Einwirkzeit: Augenbrauen zupfen. Die perfekte Augenbraue steigt zu zwei Dritteln an und fällt im äusseren Augenwinkel zu etwa einem Drittel ab. Formvollendete Augenbrauen sollten das Gesicht exakt umranden – weder zu lang noch zu kurz sein. Mit dem Bleistifttest bestimmen Sie die ideale Länge: Einen Stift an den rechten Nasenflügel legen und senkrecht nach oben halten, an diesem Punkt sollte die rechte Augenbraue beginnen. Dann schieben Sie den Stift von der Nasenwurzel diagonal zum äussersten Augenwinkel; wo der Stift die Braue berührt, befindet sich das äussere Brauenende. Bleistifttest auf der linken Seite wiederholen. Für die Dicke gilt folgende Faustregel: Je grösser die Fläche des Gesichtes ist, desto kräftiger darf die Augenbraue ausfallen.

Und dann? Ganz nach Ihrer Lust und Laune: Entweder sich vom Mann bekochen lassen, die Beine hochlegen und sich auf einen kuscheligen Abend auf dem Sofa freuen oder Make-up auflegen und sich ausgangsfertig machen. Eines ist sicher: So erholt und schön fühlen Sie sich schon lange nicht mehr.

## beauty-news



Körperpeeling während dem Duschen: «her scented showerscrub» von **Narciso Rodriguez** entfernt sanft und effizient kleine Unreinheiten und abgestorben Hautzellen, die Haut wird zart und glatt. Optimal vorbereitet für «her scented body defining lotion» ein cremiges Gel, das die Haut befeuchtet und die Körperkonturen definieren soll.



Passend zur kühlen Jahreszeit lanciert **Kneipp** fünf wirksame Produktneheiten, die Körper, Seele und Geist beleben: Sauna Aufguss Eukalyptus-Bribe, Milchbad «Zauber Zart», Aroma-Pflegebad «Winterharmonie» und dank der Allzweckcreme «Arnica» gegen Muskelkater und Verspannungen.



Die neue Winter-Sonnenschutzlinie von **Ambre Solaire** «UVSki» bietet zuverlässigen Schutz gegen die für den Sonnenbrand verantwortlichen UVB und die für die Hautalterung UVA-Strahlen. Erhältlich in LSF 15-50+, Creme, Combiprodukte und Stifte, Kälteschutz und Anti-Austrocknen.



**Decleor Paris** lanciert zwei neue Anti-Aging-Produkte mit Bio-Retinol, einer «High-Tech-Pflanzenformel und ätherischen Ölen»: «Crème Défatigante yeux» für eine frische Hautpartie um die Augen und «Crème Lissante correction rides d'expression» für ein verfeinertes Hautbild und strahlenden Teint.



Zwei Highlights aus der neuen Make-up Kollektion von **Estée Lauder**: «Resilience Lift Extrem Concealer SPF 15», eine neuartige Kombination aus Abdeckstift und Pflegestoffen und der wischfeste «Double Wear Zero-Smudge Liquid Eyeliner», mit einem etwas festeren Applikator, der sich perfekt auch für nicht mehr ganz straffe Lider eignet.



Inspiziert durch die wohltuenden Eigenschaften von Mineralstoffen, hat **L'Oréal Paris** einen Mineralpuder mit der Deckkraft eines Make-ups kreiert. Da seine Formel weder Parfum noch Konservierungsstoffe ölfrei ist, ist «Perfect Match Mineral» besonders hautverträglich für empfindliche und unreine Haut.



Neu für **Ihn** ab Mitte März im Handel: **Shiseido Men** «Moisturizing Recovery Cream». Dank der speziellen Formulierung schützt sie die Haut vor Umweltbelastungen und Trockenheit und Rasurbrand und verbessert das Hautbild.

# Die Zukunft schmieden

SCHMUCK DER VERBINDET

**STÄHLI**  
GOLDSCHMIED

Kramgasse 67 - 3011 Bern  
www.staehli-goldschmied.ch



TRAU(M)RINGE FÜR DEN SCHÖNSTEN TAG IHRES LEBENS

LIFESTYLE | MODE

## news von den laufstegen

VORSCHAU AUF DIE MODE FRÜHLING / SOMMER 2008

Bei den Modenschauen in Paris, Mailand, London und New York wird gezeigt, was wir im Sommer tragen werden. Feengewänder mit Durchblick und Ethno-Looks aus aller Herren Länder, Zirkusdirektorinnen, sehr viele Blumen, wir schwelgen in Farben und Ringeln oder schicken im Sahara-Style den Winter endgültig in die Wüste.

Der Hosenbund rutscht nach oben, das Rockende nach unten. Inspiration für den kommenden Sommer finden die Designer in den 40ern und 50ern. Das Modebarometer schlägt in Richtung Eleganz aus: Der Mini, gerade zum x-ten Mal wiederentdeckt, muss schon wieder im Kasten bleiben. Im Frühjahr umspielen Säume die Knie. Dafür rutscht der Bund immer weiter nach oben, Hüftspeck wird nicht mehr freigelegt. Duftige Flatterkleider reichen bis zu den Knöcheln: Sehr weit geschnitten, sind sie aus leichten Stoffen wie Chiffon und Seide geschneidert, sodass sich der Saum bei jedem Schritt bauscht. Am schönsten in einer sommerlichen Signalfarbe wie Sonnengelb.

### Die Silhouette

Bei den Rocklängen heisst das jetzt geltende Mass Midi statt Mini. Weiterhin auf Siegeszug befindet sich die hochtaillierte Silhouette, mit all ihren figurfreundlichen Vorteilen: Die Körpermitte als schlankste Stelle des weiblichen Körpers wird in den Vordergrund gerückt, Hüftspeck verschwindet in der Kleidung. Ein Bund, der in etwa bis zum Bauchnabel reicht, lässt zudem auch die Beine länger wirken. Als Accessoires zur Betonung der Taille eignen sich breite Gürtel, Mieder oder ein Tuch in Kontrastfarben. Dazu kombiniert man kurze Capes und Jäckchen.

Statt hautenger Röhrenjeans ziehen jetzt wieder die Figur umschmeichelnde Hosen im Stil von Marlene Dietrich an, auch in Denim. Die Mode der 40er- und 50er-Jahre weist typisch amerikanische Elemente des Looks tragen dazu dabei, «dass eine Frau sich wie eine Frau fühlt».

### Von Kopf bis Fuss

Kleider sind nach wie vor nicht aus der aktuellen Mode wegzudenken. Frauen hätten gemerkt, dass sie mit einem Kleid immer im Handumdrehen gut angezogen sind, nicht nur beim Ausgehen, erklären sich Experten diesen Trend. Jetzt kommen noch lässig weitgeschnittene Overalls hinzu. Designer wie Victor & Rolf haben die «Ganzkörperkluft» für die Damenwelt elegant uminterpretiert.

### Flower Power

Die Modeschöpfer lassen Kleiderstoffe regelrecht erblühen. Nicht erwünscht sind kleine, zarte Blümchenmuster. Grosse Blüten, Blätter und Ranken müssen es sein.

### Die Farben

Modisch sind weiterhin sanfte Non-Colours wie Grau und Weiss sowie Softpastells. Als genauso wichtig gelten heuer aber intensive Farben. Rot und Violett, kräftiges Blau und Gelb setzen Knalleffekte. Besonders schön wirken starke Nuancen solo an schlicht geschnittenen Kleidern.

### Die Accessoires

Bei Schmuck wie bei Handtaschen soll es heuer XXL sein. Im Taschenbereich weiter stark angesagt sind changierende und metallisch wirkende Materialien sowie Lackleder.

INSERAT MÄRKTE BERN



Transparenz, Blumen, leuchtende Farben, Streifen, grafische Muster und Ethno-Stil, dies die wichtigsten Trends der neuen Mode.

# bern – quo vadis?

Fotos: Marcus Gyger

Fast täglich lesen wir in den Tageszeitungen neue Berichte über die Probleme der Stadt Bern. Kommentare darüber entnehmen wir auch nationalen und internationalen Medien – ein enormer Imageverlust für das Weltkulturerbe Bern und damit für den Tourismus, nicht eben «anmüchelige» Zustände für Anwohnende, Kundinnen und Kunden Berns und schier unhaltbare für die Geschäfte und Restaurants der Innenstadt. Ein klares Statement war die Begrüssung zur 5. Mitgliederversammlung BernCity durch deren Präsident Daniel Nicklès, die wir hier in voller Länge abdrucken.



Ein Blick auf die Webseite der Stadt Bern, Rubrik Aktuelle Polizeimeldungen, zeigt: 20 von 40 Polizeimeldungen innerhalb von drei Wochen betreffen Raubüberfälle, Raubversuche, Schlägereien und sexuelle Belästigungen in der Innenstadt. Aber nicht nur das. Die Berner Innenstadt ist manchmal einfach dreckig. Essensreste, Verpackungen, Flaschen, Büchsen, Berge von Abfallsäcken türmen sich stundenlang etc. Die Frage stellt sich nach dem Warum. Bern ist nicht die einzige Stadt in der Welt, die mit solchen und ähnlichen Problemen konfrontiert ist. Nur hat man an andern Orten längst begriffen, dass man Gegensteuer geben muss, weil sonst der Abwärtstrend von einem Stadtzentrum unausweichlich ist. In Bern hat man schon viel zu lange die Augen verschlossen, hat die Probleme schön geredet, man hat es an den nötigen Massnahmen fehlen lassen und von Seiten der politischen Mehrheit die nötigen Mittel verweigert. Es ist höchste Zeit, dass Bern aufwacht! Ein paar erste zaghafte Anzeichen gibt es. So ist die Petition «ltze längts!» lanciert worden, die an die politischen Behörden von der Stadt Bern gerichtet ist. Es gibt eine angekündigte Initiative vom Stadtrat Philippe Müller. Und es gibt einen Vorstoss von BernCity. Und oh Wunder! Im Stadtrat und im Gemeinderat fängt es in einzelnen Köpfen vielleicht endlich doch an zu dämmern, dass es so nicht weitergehen kann mit unserem schönen Bern! So soll in Zukunft das Betteln, Herumsitzen und Herumhängen im gesamten Bahnhof, also nicht nur auf SBB-Boden, sondern auch auf städtischem Territorium, verboten werden. Soweit so gut. Aber es ist absehbar, dass sich damit die Probleme einfach verlagern, nämlich auf den Bahnhofplatz und in die Gassen der Oberstadt.

## Das Betteln muss auf dem ganzen Stadtgebiet verboten werden.

Es gibt also nur eins: Das Betteln muss auf dem ganzen Gebiet der Stadt Bern verboten werden, so wie das in andern Städten in der Schweiz auch der Fall ist! Ein anderes Thema, das uns allen unter den Nägeln brennt, sind die Demonstrationen. Demonstrieren ist unbestrittenermassen ein Bürgerrecht, das in unserer Verfassung verankert ist, und das im Grundsatz in keiner Art und Weise in Frage gestellt werden soll. Es ist aber alles eine Frage vom Wie und vom Mass. Und das Mass in Bern ist übertoll! Wir, die in der Berner Innenstadt leben und arbeiten, haben genug Demonstrationen, die in Krawallen enden, von Demonstrationen mit Sachbeschädigungen, von Demonstrationen, die zur Folge haben, dass Kunden und Gäste wegbleiben. Die Bilder, die Anfang Oktober rund um die Welt gegangen sind von der Altstadt und vom Bundesplatz sind eine Schande für Bern und stellen unserer Stadtregierung ein schlechtes Zeugnis aus! Jetzt muss fertig sein mit Augen zudrücken vor Minderheiten – BernCity fordert die massgeblichen politischen Kreise in der Stadt Bern auf, ihrer Verantwortung für die ganze Stadt endlich gerecht zu werden und dem Recht endlich Nachachtung zu verschaffen, und zwar nicht nur dann, wenn es ums Parkieren, um gewerbliche Tätigkeiten oder um das Bauen geht. Wir fordern nicht weniger, aber auch nicht mehr, als dass künftig bei Demonstrationen das Recht durch-

gesetzt wird, wenn nötig mit polizeilichen Mitteln. Um unseren Forderungen das nötige Gewicht zu verleihen, haben wir sie zusammengefasst in einer Resolution. Wir verlangen also einiges von der Stadt. Aber nichts Unmögliches. Wir Mitglieder von der Berner Innenstadtorganisation müssen uns aber auch fragen, was wir selber für die Stadt tun können. Was können wir vom innerstädtischen Handel, von der Gastronomie und vom Gewerbe beitragen für mehr Sicherheit, für mehr Sauberkeit und für mehr Ordnung in der Berner Innenstadt? Nehmen wir das Sorgenkind «Abfall»: Man muss der Stadt zugute halten, dass sie grosse Anstrengungen unternimmt, Tag für Tag immense Mengen Abfall aus der Innenstadt wegzuführen. Trotzdem sehen unsere Gassen und Plätze selten so aus, wie sie eigentlich sollten. Unser Beitrag muss es sein, dass wir uns alle an die vorgeschriebenen Zeiten halten und so verhindern, dass Berge von Abfallsäcken zu Unzeiten unsere Stadt zusätzlich verunstalten. Wussten Sie, dass der Kanton Bern ein Litteringverbot kennt? Für das «Zurücklassen, Wegwerfen oder Ablagern von Kleinabfällen ausserhalb von Abfallanlagen oder Sammelstellen» sieht die kantonale Ordnungsbussenverordnung eine Busse von 100 Franken vor. Setzen wir uns doch dafür ein, dass dieser Vorschrift Nachachtung verschafft wird. Oder denken wir daran, dass die Abfallentsorgung der Stadt Bern eine Hotline hat, wo man unter der Nummer 079 669 4000 besondere Verschmutzungen im öffentlichen Raum melden kann.

## Bern hat das Zeug zur idealen Stadt. Arbeiten wir daran.

Bern steht Grosses bevor. Im nächsten Jahr die Euro 08, im Jahr darauf die Eishockey-WM. Mit dem Klee-Zentrum, dem Einstein-Museum und vielen andern Sehenswürdigkeiten ist Bern auch zu einer interessanten Destination im Städtetourismus geworden. Das zeigt sich deutlich in ganz erfreulichen Zahlen von Bern Tourismus. So haben in diesem Jahr die Übernachtungszahlen in Bern erneut zugenommen, besonders stark die von ausländischen Gästen, nämlich um 4,5 Prozent im letzten Winterhalbjahr und um 7,1 Prozent in diesem Sommerhalbjahr.

Bern hat also durchaus das Zeug zu einer idealen Stadt. Und Bern hat Chancen! Nehmen wir sie wahr. Tragen wir von Handel, Gewerbe und Gastronomie unser Möglichstes dazu bei, dass sich unsere Kunden und Gäste, seien es Einheimische oder Besucher aus dem In- und Ausland, dass sich unsere Kunden und Gäste bei uns wohl fühlen! »

Daniel Nicklès, Präsident  
Berner Innenstadt-Organisation BERNcity

### Petition «ltze längts»

Am 28. Januar überreichte das Komitee «ltze längts» dem Gemeinderat 22 795 Unterschriften, die in nur 3 Monaten gesammelt worden sind. Die Petition verlangt eine saubere Stadt sowie mehr Härte bei Demonstrationen und im Umgang mit Bettlern und Drogenabhängigen. Die Stadt werde sich bemühen, die Forderungen zu erfüllen, meinte der Stadtpräsident Alexander Tschäppät bei Entgegennahme der Unterschriftenbogen.

**Bärn! stellte verschiedenen Institutionen die Frage «Was wäre Ihre Patentlösung gegen die Verwahrlosung der Berner Innenstadt?». Leider waren sowohl der Verein für kirchliche Gassenarbeit als auch das Contact Netz, trotz mehrmaligem Rückfragen, nicht zu einem Statement zu bewegen.**



Edith Olibet  
Direktion für Bildung, Soziales und Sport:

Die Berner Innenstadt bietet attraktive Urbanität: Wohnen, Arbeiten, Gastronomie, Kultur, Shopping, Freizeit und Tourismus am gleichen Ort. Daher strömen täglich über 100 000 Menschen nach Bern. Damit die Innenstadt ein Anziehungspunkt bleibt, tun wir einiges, etwa mit Massnahmen gegen Littering und Vandalismus, mit Drogenprävention und Polizeipräsenz. Mein Rezept: Bündelung aller Kräfte. Aktives Zusammenwirken und Mittun von Gewerbe, Stadt und Anwohnerschaft.

**Manuel Willi, Chef der Region Bern, Kantonspolizei Bern** «Patentlösungen» gibt es sicher keine und «Verwahrlosung» ist auch eine Umschreibung, die den Ist-Zustand überzeichnet. Aber die echt bestehenden Probleme bedingen Massnahmen. Die Kantonspolizei Bern engagiert sich wie die bisherige Stadtpolizei Bern mit einer konsequenten Verfolgung der Straftaten und der verstärkten sichtbaren Präsenz für die Sicherheit. Es gibt aber Probleme, die nicht oder nicht allein durch die Polizei zu lösen sind. Es braucht die Zusammenarbeit aller Partner, die etwas bewegen können. Und braucht es nicht auch ein Umdenken von uns allen?

INSERAT SPRING

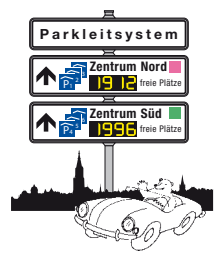


«Bern ist eine ideale Stadt! Oder etwa nicht? Wie mans nimmt. Bern sei eine ideale Stadt. Das sagt der Verein Bern Vision 2020. Ideal, weil übersichtlich, gut zu Fuss zu bewältigen, gut erschlossen, sehenswert und umgeben von viel Grün. Bern Vision 2020 befasst sich mit der längerfristigen Entwicklung der Berner Innenstadt, mit den Gefahren, die ihr drohen, aber auch mit den Chancen, die sie hat. Bern Vision macht Vorschläge, was gemacht werden müsse, damit die Berner Innenstadt längerfristig als natürliches Zentrum einer ganzen Region überleben kann. Dies vor allem angesichts einer zunehmenden Konkurrenzierung durch Einkaufs- und Freizeitzentren rund um Bern herum. Die Vorschläge, die Bern Vision 2020 macht, sind zum Teil konkret, zum Teil visionär, weit in die Zukunft gerichtet. Es ist sicher gut, dass es eine Institution gibt, die sich mit der längerfristigen Zukunft der Innenstadt befasst. Sie passt gut zu BernCity, die sich vorwiegend mit Gegenwartsfragen beschäftigt – beschäftigen muss. Nur nebenbei sei erwähnt, dass ab Januar BernCity das Sekretariat vom Verein Vision 2020 bei sich führen wird.

## Es ist höchste Zeit, dass Bern aufwacht!

Eine andere interessante Studie ist kürzlich zum Thema Attraktivität von Detailhandelsstandorten (250 Einkaufszonen in der ganzen Schweiz) veröffentlicht worden. Die Frage lautete, wo die Schweizer einkaufen und welches die Top-Standorte für den Detailhandel sind. Für viele überraschend stand Bern mit den Einkaufslagen Marktgasse und Kornhausplatz vor der Zürcher Bahnhofstrasse an erster Stelle. Diese Ergebnisse sind für Bern sowohl Ermutigung als auch Verpflichtung! Zur Zeit ist Bern leider keine ideale Stadt.





www.parking-bern.ch

## MODERNES PARKING FÜR DIE BERNER ALTSTADT

Nach fast dreijähriger Bauzeit konnten die Arbeiten zur Erweiterung und Sanierung des Rathausparkings in Bern im Dezember 2007 abgeschlossen werden. Das um 118 Parkplätze erweiterte und nach modernsten Standards renovierte Rathausparking leistet damit einen wichtigen Beitrag zur Erreichung der verkehrspolitischen Ziele der Stadt Bern und zur Steigerung der Attraktivität des UNESCO Weltkulturerbes «Berner Altstadt».

Das Rathausparking in der Altstadt von Bern wurde in den letzten drei Jahren um 118 Parkplätze erweitert und einer geschossweisen Sanierung der Bausubstanz im bisherigen Parking unterzogen. Mit der nun abgeschlossenen Renovierung entspricht das neue Rathausparking den modernsten Standards von Autoeinstellhallen und kann die steigenden Komfort- und Sicherheitsbedürfnisse der Kunden befriedigen. Beispielsweise wurden auch besondere Parkplätze für Frauen ausgeschieden. Im oberirdischen Bereich wird mit der Neugestaltung der Grünanlage der Abschluss der Arbeiten in Absprache mit den Planungsbehörden der Stadt Bern nach Beendigung der Neugestaltung des Bahnhofplatzes und nach der EURO 2008 erfolgen.

Das erweiterte Rathausparking stellt einen entscheidenden Beitrag zum «Verkehrskompromiss Untere Altstadt» dar und hat dazu geführt, dass 118 bestehende oberirdische Parkplätze in der Unteren Altstadt aufgehoben werden können. Als einziges öffentliches Parkhaus im Bereich der Unteren Altstadt leistet das Rathausparking mit seinen zurzeit jährlich über 275'000 Kurzparkierfrequenzen und zahlreichen Dauermietern einen bedeutenden – und in den nächsten Jahren noch zunehmenden – Beitrag zur verkehrsmässigen Erschliessung und Entlastung der Unteren Altstadt. Das Rathausparking steigert damit auch die Ausstrahlungskraft und die Gastfreundschaft des UNESCO Weltkulturerbes.

*Blick vom sanierten Altbau mit neuen Belägen und hellen Oberflächen in den neuen Teil*



www.berncity.ch



*Bild: Stephan Engler, Copyright by Switzerland Tourism, www.swiss-image.ch*

## EINE STADT – EINE KARTE!

**Kennen Sie schon die «Karte aller Karten», die BERNcity-Card? Die 2007 von der Berner Innenstadtorganisation lancierte, auf Bernerinnen und Berner zugeschnittene Karte ist mehr als ein Zahlungsmittel: Kreditkarte, Fahrkarte, Parkkarte, Gesundheitskarte und Bonuskarte in einem, verwendbar in vielen Berner Geschäften, Restaurants und Parkhäusern sowie bei Taxifahrten.**

Die BERNcity Card ist in erster Linie ein praktisches Zahlungsmittel für Ihre Einkäufe in der Innenstadt, vom Bärengarten bis zur Citywest: «Lädetele», ohne sich über den Bargeldbestand im Portemonnaie Gedanken machen oder Zeit für den Weg zum nächsten Bargeldbezug aufwenden zu müssen. Dieser Komfort kostet weder eine Aufnahme-, noch eine Jahresgebühr. Mit der BERNcity Card sind sie ausserdem mobil: Taxis (Nova und Bären) und seit anfangs Dezember auch die Parkinggebühren der Berner Parkhäuser können mit der Karte bezahlt werden und Sie profitieren erst noch vom Bonussystem.

In mehr als 120 Geschäften der Berner Innenstadt profitieren Sie von Bonus-Gutschriften, wenn mit der Karte bezahlt wird. Der Bonus wird Ihnen mittels persönlichem Check mit der nächsten Monatsrechnung zugestellt. Die Bonus-Checks können innert eines Jahres in allen BERNcity-Akzeptanzstellen in Zahlung gegeben werden, sie sind so wertvoll wie Bargeld. Zusätzlich profitieren Sie exklusiv von immer neuen Spezialangeboten der BERNcity-Partner.

Karteninhaberinnen und -inhabern wird zudem pro Jahr ein Gesundheits-Check im Gesundheitszentrum der SWICA offeriert, eine Exklusivität der BERNcity Card.

Das Einkaufen im Zentrum der Stadt Bern wird jetzt noch komfortabler und attraktiver. Mehr Infos und Kartenantrag: [www.berncity.ch](http://www.berncity.ch)

Martin Bühler  
Geschäftsführer Innenstadtorganisation BERNcity



www.burggemeindebern.ch

## EIN GANZ BESONDERER ZIRKUS

bg. Der Kulturpreis 2008 der Burggemeinde Bern – mit 100 000 Franken einer der grössten Kulturpreise der Schweiz und zum 20. Mal ausgerichtet – geht an den Theaterzirkus Wunderplunder. Dieser animiert in erster Linie Kinder zu Zirkusauftritten und lässt sie damit ihre Wünsche verwirklichen, in eine andere Rolle schlüpfen und bisher unbekannte Stärken entdecken – kurz: eine gemeinsame, unvergessliche Zirkuswoche erleben.

Der Theaterzirkus Wunderplunder kann von Schulen, sonderpädagogischen Institutionen, Altersheimen, Elternvereinen engagiert werden – von allen, die ihre Träume ausleben und sich kreativ und artistisch betätigen möchten. Wöchentlich stehen rund 60 frischgebackene Artistinnen und Artisten mit Lampenfieber in der Manege und zeigen dem Publikum ein einzigartiges Programm. Aus dem Pionierprojekt von 1984 (als vier Schülerinnen und Schüler der Schule für Sozialarbeit begannen, ihre Träume und ihre Phantasie zu leben) ist ein veritables Kleinunternehmen geworden. Die Tournée – meist im Kanton Bern – sind gut gebucht und ihre Länge hat sich auf 18 Wochen eingependelt. Der Theaterzirkus Wunderplunder ist ein Verein mit 10 Aktivmitgliedern und 1100 Passivmitgliedern. Er ist gemeinnützig und nicht gewinnorientiert. Der Kulturpreis der Burggemeinde Bern soll für Investitionen eingesetzt werden, die den Fortbestand des Unternehmens auch längerfristig sichern.



### Die bisherigen Preisträger

1988: Camerata Bern; 1989: Kunstmuseum Bern; 1990: Publikation «Schweizer Kleinmeister in Bern»; 1991: Keine Verleihung; 1992: Verein Berner Tanztage; 1993: Berner Münsterstiftung; 1994: Stiftung für Bümpfz/Bethlehem/Botigen/Riedbach; 1995: Verein Internationales Jazzfestival Bern; 1996: Stadttheater Bern; 1997: Berner Bach-Chor; 1998: Rudolf Mumprecht; 1999: Neufeld-Konzerte; 2000: Trammverein Bern; 2001: Geigenbauschule Brienz; 2002: Verein Dampfzentrale Bern; 2003: Bernisches Historisches Museum; 2004: Kunsthalle Bern; 2005: Schweizerisches Alpines Museum; 2006: Theater an der Effingerstrasse Bern; 2007: Verein Bärner Fasnacht

*Die Kolumne «Quertänkt» widerspiegelt die freie Meinung des Kolumnisten und muss sich nicht zwingend mit derjenigen der Redaktion decken.*

## quertänkt

Viel ist vom «Sonderfall Schweiz» die Rede. Wobei meist stillschweigend davon ausgegangen wird, dass sich hinter diesen zwei Worten ausschliesslich positive Attribute verbergen. Dieser Sichtweise folgend ist Bern ein doppelter Sonderfall. Erstens nämlich sowieso einer und dazu zweitens erst noch einer, der sich in einer Negativspirale verheddert hat. Und alle machen munter mit. Zumindest fast alle.

Das Übel beginnt schon bei der Wort-Wurzel, beziehungsweise beim speziellen Berner-ABC. Dieses beginnt sinnigerweise mit A(bfall) und endet – der Logik folgend – bei Z(wängerei). Ganz zu schweigen vom Buchstaben «P», der in Bern über eine besonders reichhaltige Anwendungspalette verfügt. Man denke nur an die unerschöpflichen P(ossen) um P(oller), P(olizeiinsätze) oder P(olitiker). Doch ich will es letzteren nicht gleichgültig und mich unergiebig verzetteln, sondern konzentriere mich auf den bereits erwähnten Berner Dauerbrenner Abfall. Liest man sich durch die diversen Bern-Bashing-Beiträge inklusive der darauf bauenden Leserbriefe durch, glaubt man sich mitten in die Neapolitanischen Müllberge versetzt. Müll, Dreck, Schmierereien; die Stadt ein Schandfleck, der zum Himmel stinkt.

Doch Abhilfe ist in Sicht. So gibt's seit Anfang Jahr ein verschärftes Abfallreglement. Danach droht mir eine drakonische Busse, wenn ich mich erfreche, den falschen Ghüder in einen richtigen Abfalleimer zu werfen. Und Ihnen auch, wenn Sie den Ghüdersack eine Stunde zu früh an den Trottoirrand zu stellen wagen. Bald schon soll zudem eine temporäre Ghüderpolizei gezielt Jagd auf militante Abfallsünder machen. Support erhalten die Müllcops garantiert von den schon jetzt an jeder Ecke stehenden und aus vielen Fenstern blickenden selbsternannten Ordnungshütern. Nun ja; ich mag diesen ihr erweitertes Betätigungsfeld durchaus gönnen. Was hätten sie denn sonst zu tun.

Doch damit nicht genug des Guten: Für die Abfallproblematik haben unsere Stadtoberen eine Lösung gefunden, die zwei Fliegen auf einen Schlag treffen. Im Litteringprojekt «Subers Bärn – zäme geits!» ist vorgesehen, dass Langzeitarbeitslose und Asylsuchende das städtische Strassenreinigungspersonal aktiv bei der Müllentsorgung unterstützen. Damit könne, so der Denkansatz der federführenden Gemeinderätinnen, die Sauberkeit der Stadt stark verbessert und – als positiver sozialer Zusatzeffekt – gleichzeitig eine optimierte Integration Erwerbsloser und Asylsuchender in die Gesellschaft erzielt werden. Soll da noch jemand sagen, Abfall hätte nicht auch seine guten Seiten.

Kleiner Nachsatz: 2007 sind so viele Touristen wie nie zuvor nach Bern gekommen. Trotz Bern-Bashing und all dem Müll. Es gibt eben noch Leute, die an Bern durchaus mehr gute denn schlechte Seiten sehen. Dazu braucht es aber möglicherweise einfach etwas Distanz. Und Objektivität!

Claudio A. Engeloeh



### CLAUDIO A. ENGELOEH

*Dialogpartner, Ideenlieferant, Mit- oder Querdenker gesucht? Wenn es um neue Sichtweisen oder einen neutralen*

*«Blick von aussen» geht, bin ich für Sie da. Im Stunden-, Tages- oder Mandatseinsatz. [www.cat4u.ch](http://www.cat4u.ch), [querdenker@cat4u.ch](mailto:querdenker@cat4u.ch) oder per Telefon 0 313 513 513.*



**UEFA EURO 2008™ IN BERN:  
Ein Fest für alle**

Hunderttausende Fans werden die Spiele der UEFA EURO 2008 live in den Stadien oder in den Public-Viewing-Bereichen der Host Cities mitverfolgen. Bern wird den Besuchern von ausserhalb wie auch den Bernerinnen und Bernern selbst ein wunderbares Fussballfest bieten.

Die Augen der Fussballwelt werden sich auf die Hauptstadt der Schweiz richten, wenn am 9., 13. und 17. Juni 2008 drei Vorrundenspiele der UEFA EURO 2008 ausgetragen werden. 54 Jahre nach dem «Wunder von Bern» wird im Stade de Suisse Wankdorf Bern ein neues Kapitel Fussballgeschichte geschrieben.

**STAPI BLOG**

Haben Sie schon mit dem Berner Stadtpräsidenten Alexander Tschäppät gebloggt? Auf der offiziellen Website der **EURO 2008 Bern** bietet sich die Gelegenheit. Nutzen Sie sie!



**Hartelijk welkom in de Zwitserse stad Bern. We kijken ernaar uit om de gasten, team en fans uit Nederland te mogen ontvangen. Tot binnenkort in Bern!**

[www.euro08-bern.ch](http://www.euro08-bern.ch)



Stade des Suisse (Foto Terence du Frene für Bern Tourismus)

**SERVICE PUBLIC**

In dieser Ausgabe publizieren wir erste Detailinfos zur Organisation der UEFA EURO 2008™ in Bern. Ein grosses Spezial erscheint Ende Mai 2008.

**SPIELPLAN GRUPPENSPIELE IN BERN**

09. Juni	20:45	Grp C	Niederlande	Italien
13. Juni	20:45	Grp C	Niederlande	Frankreich
17. Juni	20:45	Grp C	Niederlande	Rumänien

**MITFIEBERN ERLAUBT**

**Fanzone**  
Sonntag bis Donnerstag bis 01.00h  
Freitag und Samstag, Bern und CH-Spiele Basel 1/4-, 1/2- Spiele und Final bis 03.00h

**Public Viewing**  
Sonntag bis Donnerstag 15.00h bis 24.00h  
Freitag und Samstag, Bern und CH-Spiele Basel 1/4-, 1/2- Spiele und Final 15.00h bis 01.00h

**Aussenbestuhlung Restaurants auf dem Bärenplatz**  
Normale Tage bis 14.30h normale Aussenbestuhlung, anschliessend Thekenbestuhlung  
Spieldate (9., 13. und 17. Juni) keine Aussenbestuhlung, Thekenbetrieb

**VERKEHRSREGIME**

**Die Parkhäuser sind uneingeschränkt während der ganzen Euro 2008 erreichbar.**  
Die Bahnhofdurchfahrt bleibt durchgehend offen.

**Verkehrsumleitungen vom 6. bis 29. Juni 2008**  
Die Durchfahrt durch folgende Gassen ist an allen Turnierspieltagen für den Verkehr von 13.00h bis 05.00h gesperrt:

- Bundesgasse - Kochergasse
- Amthausgasse - Schauplatzgasse
- Aarberggasse
- Neuengasse
- Zeughausgasse

**Veloabstellplätze**  
In unmittelbarer Umgebung der Fanzone werden 2500 Veloabstellplätze zur Verfügung stehen. Die Veloparkplätze innerhalb der Fanzone werden aufgehoben. Insgesamt stehen ca. 700 zusätzliche Parkplätze zur Verfügung.



**BISHER 15'974 – UND BALD 10'000 ?**

von Charles Beuret

Das Fussballjahr 2007 ist vorbei, und damit ist die erste Meisterschaftshälfte der Saison gespielt. Das sportliche Fazit vor der Rückrunde ist vielversprechend: Die Spitzenklubs FC Basel und FC Zürich befinden sich in Reichweite der Young Boys. Ist mehr als Rang 3 möglich?

Das ist eine der Fragen, die wenige Monate vor dem EURO-08-Ankick unter den Berner Lauben diskutiert wird. Eine andere beschäftigt vor allem die Verantwortlichen auf der Geschäftsstelle von YB und STADE DE SUISSE: Steht «tout Berne» weiterhin zum BSC Young Boys und kann der Aufwärtstrend in Sachen Zuschaueraufmarsch sowie Mitgliederzahlen fortgesetzt werden? Die Aussichten jedenfalls sind vielversprechend – im Jahr des 110-jährigen Bestehens von YB ist ein zweifacher Rekord in Sicht:



YB zieht das Publikum an – Tendenz steigend. Foto: U. Kocher

**Zuschauer:** Die neun Meisterschaftsspiele der Herbstsaison wurden von insgesamt 143742 Personen besucht. Das ergibt einen Durchschnitt pro Match von 15974. Auch wenn immer wieder Stimmen zu vernehmen sind, dass das Stadion bei Heimspielen «halbleer» sei, so sei dem entgegen: Stimmt nicht – es ist halbvoll, und noch überhaupt nie hat YB in seiner langen Geschichte so viele Zuschauer gehabt! In der Tat: In der ersten Saison im STADE DE SUISSE wurden bei Meisterschaftsspielen durchschnittlich 14140 Besucherinnen und Besucher gezählt, ein Jahr später, in der Saison 2006/07, waren es 15117. Diese 15117 bedeuten auf eine ganze Saison bezogen Rekord; und es ist absehbar, dass dieser Wert in der kommenden Rückrunde übertreffen wird. Übrigens: Es ist mitnichten so, dass die YB-Spiele in den heroischen Sing-Zeiten mit dem vierfachen Titelgewinn (1957-1960) besser besucht wurden. Die Zuschauerdurchschnitte in der Meisterschaft bewegten sich damals zwischen 10200 und 12600.

**Mitglieder:** In den goldenen Sing-Zeiten verzeichnete YB zeitweise über 4500 Mitglieder. Diese Zahl ging später kontinuierlich zurück. Im Jahr 2008 aber dürfte YB von über...10000 Mitgliedern unterstützt werden. Die Entwicklung macht das neue Mitgliederkonzept möglich (Jahreskartenbesitzer werden automatisch Mitglieder; sie erhalten eine ganze Palette von Vergünstigungen). Die Kampagne läuft noch immer. Viele Bernerinnen (Tendenz steigend) und Berner können von sich dem Motto entsprechend behaupten: «Ich bin YB».



**FUNKTIONIERENDES GANZES**

Text: Luzia Kunz; Foto: Pius Koller



Die Leistungen von Marco Bühler sind auch deshalb hervorragend, weil er seinem SCB-Umfeld stets voll und ganz vertrauen kann.

Mit einem beachtlichen Vorsprung konnte der SC Bern in der Qualifikationsphase der National League A an der Tabellenspitze ins neue Kalenderjahr starten. Den Berner Stürmern scheint es seit geraumer Zeit ein Leichtes zu sein, die Lücken im Tor der gegnerischen Teams zu finden. Die Verteidiger stehen auf dem Eis, als ob sie genau wüssten, welchen Weg der nächste Pass des Gegenspielers finden wird. Doch hinter diesem scheinbar mühelosen Spiel des Leaders stecken harte Arbeit, sehr viele Trainingsstunden und vor allem vollkommenes Vertrauen unter den Spielern. «Zu diesem guten Verhältnis innerhalb des Teams wiederum leistet der Betreuerstab des SCB einen grossen Beitrag, denn für Höchstleistungen benötigt die Mannschaft eine reibungslos funktionierende Organisation im Hintergrund», meint der herausragende SCB-Torhüter Marco Bühler, der als Schlüsselakteur ein Musterbeispiel dafür ist, dass Höchstleistungen nur dank einem funktionierendem Ganzes zu erreichen sind. Der wichtigste Mann im SCB-Betreuerstab ist natürlich der Trainer John Van Boxmeer, der mit einem soliden und ausgeklügelten Spielsystem den Grundstein für die herausragende Verteidigungsarbeit des SC Bern legte. «Er zeigt vor jedem Spiel auch die Wichtigkeit der Defensive auf und macht uns zudem klar, dass wir nur zusammen gewinnen können», erläutert der SCB-Torhüter Marco Bühler. Er könne sich dadurch auf seine Mitspieler verlassen, da er genau wisse, in welchen Situationen die Verteidigung welches Verhaltensmuster zeige. «Wenn ich weiss, wo genau ich aufzupassen habe, dann fällt es mir leichter, fast fehlerfrei zu spielen», gibt er zu Protokoll. Die brenzligen Situationen, die auch mit einer optimalen Torhüter-Verteidigungskommunikation nicht zu verhindern sind, meisterte Marco Bühler in dieser Saison meistens mit Bravour. Diese Sicherheit hat er auch seinem Torhütertrainer Andy Jorns zu verdanken. Andy Jorns ist nicht nur eine Koryphäe auf seinem Gebiet, sondern auch eine wichtige Vertrauensperson und sogar ein guter Kollege des Keepers. «Für mich ist es wichtig, dass ich eine gewisse Freundschaft mit den Personen meiner Umgebung eingee; so schaffen wir eine enge Vertrauensbasis», erklärt Marco Bühler. Sein persönliches «Dreieck» neben John Van Boxmeer und Andy Jorns komplettiert der Sportspsychologe Jörg Wetzel: Dieser versucht die Persönlichkeit von Marco Bühler zusätzlich zu stärken und unter anderem dessen Erholungsfähigkeit zu optimieren. «In den Playoffs wird es beispielsweise wichtig sein, dass ich nach einem Spiel am Abend schnell einschlafen kann, damit ich am nächsten Tag mit vollen Akkus für neue Herausforderungen bereit bin», erläutert der SCB-Torhüter ein Beispiel seiner sportspsychologischen Arbeit und betont abschliessend, dass die SCB-Mannschaft sein Umfeld rund um die erwähnte Betreuungs-Troika perfekt abrunde.

# Ins Parkhaus und Bonus kassieren – das ist die neue **BERNcity Card!**



## RAUM FÜR BILDUNG

Als eine der bedeutendsten Privatschulen bietet das Feusi Bildungszentrum eine breite Palette an zukunftsorientierten Aus- und Weiterbildungen, und dies demnächst alles unter einem Dach.

Inmitten des modernen Entwicklungsschwerpunkts Wankdorf (ESP), direkt neben der S-Bahn-Station Wankdorf, in unmittelbarer Nähe von Wankdorf-Center/Stade de Suisse und BEA-Gelände entsteht zurzeit unser neues modernes Schulgebäude, das in zeitgemässer Weise Funktionalität und Ästhetik verbindet. Bequem erreichbar dank optimaler Anbindung an den öffentlichen Verkehr und das Strassennetz wird es zum Treffpunkt für alle, die Bildung ins Zentrum stellen. Feusi Bildungszentrum, Alpeneggstrasse 1, 3012 Bern, Tel. 031 308 33 00, [info@feusi.ch](mailto:info@feusi.ch), [www.feusi.ch](http://www.feusi.ch)



Anzeige



### Ein stilvoller Einstieg. Der neue Audi A3 Start.

Premium muss nicht länger ein Traum bleiben – jetzt ist der Einstieg in die Welt von Audi besonders günstig. Der neue Audi A3 Start verfügt über eine grosszügige Serienausstattung mit Klimaanlage, Radio/CD, Lederlenkrad und manchem mehr.

Schon ab CHF 29500.– netto.



**AMAG Bern**  
Automobil- und Motoren AG  
Wankdorffeldstrasse 60  
Tel. 031 337 55 11, [www.bern.amag.ch](http://www.bern.amag.ch)

Unsere Servicepartner der Region:  
Bern-Bümpliz: AMAG, Morgenstr. 136  
Bern: Garage Bizzozero, Länggassstr. 103  
Gümligen: AMAG, Worbstr. 226



## JUSTITIA HAT SCHON VIEL ERLEBT

Berns grosse mittelalterliche Brunnen sind bekanntlich die schönsten Verkehrshindernisse der Welt. Sie stehen mitten in den Gassen und werden von Bussen und Trams respektvoll umkurvt.

Zu den originellsten unter diesen von effektvollen Figuren überragten Wasserspendern, gehört zweifellos der 1543 erstellte Gerechtigkeitsbrunnen, der sozusagen im Zentrum der Gerechtigkeitsgasse steht und das Gassenbild prägt. Er gilt als schönster Renaissance-Brunnen der Schweiz.

Die vielfotografierte Brunnenfigur, die Justitia, steht im Zusammenhang mit der seinerzeitigen öffentlichen Richtstätte bei der Kreuzgasse, zu der hin sie auch ausgerichtet ist. Die Justitia trägt einen Zierpanzer, einen blauen Rock und rote Sandalen. In ihrer rechten Hand hält sie das Richtschwert und in der linken die Waage. Augenbinde und Bänderhaube sorgen dafür, dass die hoch über dem Brunnen auf einem wohlproportionierten Sockel thronende «Madame Gerechtigkeit» weder sehen noch hören kann. Zu Füssen der Gerechtigkeit sind die Vertreter der irdischen Mächte dargestellt – der Kaiser mit Reichskrone und Schwert, der Papst mit Tiara und Kreuzstab, der Sultan mit Säbel und der Berner Schultheiss mit Barrett, Amtskette und Zepter.

Die Justitia hat schon einiges erlebt. Beim Untergang des alten Bern im Jahr 1798 beispielsweise wurden ihr Waage und Schwert geraubt und 1986 wurde sie Opfer eines Vandalenakts: Jurassische Béliers stürzten die Dame vom Sockel. Beide Male wurde die zerstörte Gerechtigkeit restauriert. Seit 1988 steht allerdings eine Justitia-Kopie auf der fein kannelierten Brunnensäule; das Original befindet sich im Historischen Museum.

Aber auch das Duplikat musste bereits einmal eine «Evakuierung» über sich ergehen lassen: Während der Gassensanierung vor zwei Jahren wurde die Justitia, wohl zu deren Schutz, entfernt. Die fein säuberlich herausgeputzte Figur wurde anlässlich des Fests, das im Oktober 2005 zum Abschluss der Gassensanierung (Neupflasterung) gefeiert wurde, feierlich enthüllt.

# HEISS GELIEBT: KAFFEE

Es gibt jede Menge positive Emotionen, die wir mit dem Gedanken an eine Tasse Kaffee verbinden: Der Pausenkaffee, der gemütliche Kaffee-Tratsch mit der Freundin, Kaffee als Retter in der Morgennot. Schwarz wie die Nacht, heiss wie die Liebe und so süss oder bitter wie das Leben soll ein guter Kaffee sein.



Foto: Kaffeezentrale Schweiz

## GESCHICHTE

Über das genaue Alter des Kaffees streiten sich die Gelehrten bis heute. Seriöse Forschungen datieren die ersten Kaffeekränzchen auf das neunte Jahrhundert. Um diese Zeit wurde der Kaffee in Äthiopien entdeckt und trat von dort seinen Siegeszug um die Welt an. Wissenschaftler wollen aber auch schon weit vorher Indizien für einen frühen Kaffee-Kult gefunden haben, bei denen fast immer die belebende Wirkung des Kaffees im Mittelpunkt stand. So wird in einer Geschichte berichtet, dass der islamische Prophet Mohammed eine tödliche Krankheit nur überlebt hat, weil der Erzengel Gabriel ihm eine dampfende, dunkle Flüssigkeit verabreichte, die seine Lebensgeister wieder erweckt haben soll. Eine weitere Legende, die im Jahr 1671 von einem syrischen Mönch namens Faustus Naironus Banisus aufgezeichnet wurde, berichtet von einer Viehherde, die trotz langer Wanderung bis in die Nacht keine Ruhe findet. Die Hirten sollen sich dann an die Mönche eines nahe gelegenen Klosters gewandt haben, die an der Stelle, an der die Tiere grasten, eine dunkelgrüne Pflanze, die grüne, gelbe und rote kirschenartige Früchte trug, gefunden haben. Im Selbstversuch erforschten die Mönche dann, welche belebende Wirkung diese Pflanze auch auf den Menschen hat. Als gesichert gilt, dass die Araber die ersten waren, die die Kaffeepflanze kultivierten. In der zweiten Hälfte des 15. Jahrhunderts waren es die unzähligen Mekka-Pilger, die den Kaffee in der arabischen Welt verbreitet haben. Im Jahr 1582 berichtete das erste Mal ein Europäer, der den Orient bereist hat, von dem Getränk, das «wach hält» und dem Magen «gar dienstlich» ist. Trotzdem dauerte es noch gut 60 Jahre, bis das erste Kaffeehaus in Venedig eröffnet wurde. Von da an war der Siegeszug des Kaffees über Europa nicht mehr zu stoppen.

## ERST DIE RÖSTUNG MACHT DIE BOHNE

Die frisch geerntete Bohne enthält zwar schon Koffein, ist aber noch nicht besonders schmackhaft. Die milchigen bis grünen Rohbohnen enthalten kaum Aromastoffe und schmecken eher nach Heu, wenn man sie aufbrüht. Ihr Aroma erhalten sie erst durch die Röstung. Die chemischen und physikalischen Vorgänge, die sich während der Röstung in der Bohne abspielen, sind so komplex, dass sie von der Forschung bislang noch nicht genau entschlüsselt werden konnten. Es entstehen dabei mehr als 800 Aromastoffe. Bei der Röstung nimmt das Gewicht der Bohne um bis zu 20 Prozent ab und das Volumen um bis zu 60 Prozent zu. Erst jetzt haben die Bohnen das vielbeworbene «Verwöh naroma» und die appetitlich braune Farbe.

## DER PERFEKTE KAFFEE

Jeder wahre Kaffeekenner hat seine eigenen kleinen Geheimnisse, um möglichst viel Aroma aus den braunen Bohnen zu pressen. Glaubt man Berichten von ambitionierten Kaffeetrinkern, so nimmt der Kaffee-Kult teilweise recht bizarre Formen an. So wird etwa über Kaffeetrinker berichtet, die vor dem Brühen die Höhe des Ortes über dem Meeresspiegel berechnen, da sich pro 100 Höhenmeter der Siedepunkt des Wassers um ein halbes Grad Celsius reduziert. Es ist ganz wichtig, dass das Kaffeepulver nicht mit siedendem Wasser in Berührung kommt.

### Kaffeemaschine oder anderes System?

In 90 Prozent aller Haushalte steht eine Kaffeemaschine, sie ist bequem und ergibt vorzüglichen Kaffee. Andere schwören auf die sogenannte «French-Press» (Glasbecher in dem das Pulver mit heissem Wasser übergossen und mittels eines engmaschigen Siebs auf den Boden gedrückt wird) wieder andere auf die italienische Art mit der Espressokanne, die direkt auf den Herd gestellt wird. Für über 60 Jahre war die beliebteste Espressokanne die «Moka Express» von Bialetti. Wer's mag, wählt die manuelle oder maschinelle Filtermethode oder stellt seinen Kaffee mit dem Dampfdruckgerät her. Das traditionelle Zubereitungsgefäss für türkischen Kaffee ist das Ibrik (griechisch: Briki), eine schmale Kännchen mit langem Griff.

### Kaffeesorten

Grundsätzlich gibt es zwei Kaffeesorten: Robusta und Arabica. Nur ein mit «100% Arabica-Kaffee» bezeichneter Kaffee ist ein reiner Arabica-Kaffee ohne Beigabe von Robusta-Bohnen. Bei Sorten mit der Bezeichnung «reiner Arabica-Kaffee» sind meist Robusta-Bohnen beigemischt. Generell kann gesagt werden, dass Robusta-Kaffee die schönere Crema erzeugt als Arabica-Kaffee. Arabica-Bohnen werden daher meist mit Robusta-Bohnen gemischt, da bereits ein Anteil von wenigen Prozenten Robusta-Anteil die Crema-Bildung positiv beeinflusst. Die Kaffeemarke ist Geschmackssache, über die sich nicht streiten lässt. Immer beliebter: Transfair-Kaffee, da bei diesem Vermarktungs-System die Kaffee-Bauern tatsächlich gerechter entlohnt werden.

### Der Mahlgrad

Gemahlener Kaffee verliert schon nach sehr kurzer Zeit an Aroma. Daher ist es besser, den Kaffee immer möglichst frisch zu mahlen. Besonders, wenn man seinen Kaffee mit einer Kaffeemaschine zubereitet, sollte man auf den richtigen Mahlgrad achten. Ist der Mahlgrad niedrig, also die Körnung sehr grob, kann es sein, dass das Wasser die Körner nicht genügend durchdringen kann um die Aromastoffe herauszuspülen. Das Ergebnis ist dann ein fader, wässriger Kaffee. Eine zu feine Körnung kann

den gegenteiligen Effekt haben: Es werden zu viele Stoffe aus dem Pulver ausgespült und der Kaffee schmeckt sauer. Den richtigen Mahlgrad für seine Kaffeemaschine sollte man der Bedienungsanleitung entnehmen oder beim Hersteller erfragen.

### Die Qualität des Wassers

Wasser ist mit einem Anteil von 98 Prozent der wichtigste Inhaltsstoff des fertigen Kaffees. Hartes und kalkhaltiges Wasser oder Wasser mit sehr viel Chlor verhindert, dass sich der Kaffee genügend lösen kann. Am Besten verwendet man mineralreiches und sauerstoffhaltiges Wasser, das man möglichst schnell erhitzen sollte, damit so wenig Sauerstoff wie möglich verloren geht. Die ideale Temperatur für das Kaffeewasser liegt zwischen 90 und 96 Grad. Ist das Wasser nicht heiss genug, lösen sich nicht genug Geschmackspartikel, ist die Temperatur zu hoch, verflüchtigen sich die Aromastoffe zu schnell.

## KOFFEIN – DAS HEISSGELIEBTE NERVENGIFT

Ohne den Kaffee am Morgen fällt es vielen schwer, in den Tag durchzustarten. Wohldosiert, so wird dem Koffein nachgesagt, kann es wahre Wunder bewirken. Wenn man sich abgeschlagen, müde, unkonzentriert und überarbeitet fühlt, kann das Koffein kurzfristig helfen, denn Koffein-Moleküle sind den leistungsbremsenden Adenosin-Molekülen vom Aufbau her sehr ähnlich. Anstelle des Adenosin besetzt das Koffein die Andockstellen an den Nervenbahnen, jedoch ohne die Zelleistung dabei auszubremsen. Nicht nur die Leistungsfähigkeit des Geistes kann durch Koffein gesteigert werden, auch der Körper reagiert auf den Stoff. So erhöht Koffein die Herzrhythmus, steigert den Blutdruck und die Körpertemperatur, stimuliert die Muskeltätigkeit, erweitert die Bronchien und die Blutgefässe und regt die Verdauung an. Man sollte seinen Körper jedoch nicht zu oft austricksen, denn bei einem zu hohen Koffein-Konsum wird der Körper abhängig und man braucht immer mehr Koffein, um den aufmunternden Effekt zu erzielen. Das Koffein ist ein so genanntes Purin-Alkaloid, ein Nervengift, das Pflanzen als natürlichen Schutz gegen Fressfeinde und Parasiten entwickelt haben. Hauptsächlich kommt es im Kaffee- und Teestrauch sowie in der südamerikanischen Guarana-Pflanze vor.

## DIE GÄNGIGSTEN KAFFEESPEZIALITÄTEN

**Espresso:** (In Italien «un caffè») 92 bis 94° C heisses Wasser wird in etwa 25 Sekunden durch das Kaffeepulver gedrückt. 40 bis 50 ml Espresso tröpfeln in vorgewärmte Espresso-Tassen. Den perfekten Espresso erkennen Sie, wenn der Schaum meliert ist.

**Caffè Doppio:** Ein doppelter Espresso. 2 Espresso in einer etwas grösseren Tasse.

**Caffè Lungo:** mehr Wasser als im Espresso.

**Ristretto:** Halb so viel Wasser als im Espresso.

**Café Crème:** Aufgebrüht nach der Espressomethode mit sehr viel mehr Wasser.

**Caffè Latte:** Auf den Kaffee wird heisse Milch gegossen, mit ein wenig Milchschaum obendrauf.

**Caffè Macchiato:** Espresso mit etwas geschäumter Milch darauf.

**Cappuccino:** Der echte Cappuccino besteht aus Espresso, heisser Milch und Milchschaum – und zwar zu etwa je einem Drittel in der Tasse, gekrönt mit einem Hauch Kakaopulver

**Caffè Corretto:** Der «korrigierte» Caffè mit einem Schuss Grappa, Weinbrand oder auch Likör.

**Kaffee Luz und unzählige Variationen:** Der grössere Bruder vom Corretto, gerne auch mit Rahm dekoriert.

Publireportage

## WEINERLEBNIS IM LIEBEFELD

Der Felsenkeller der Münsterkellerei im Liebefeld steht während zweier Tage ganz im Zeichen des iberischen und australischen Weinbaus. An diesen Tagen bietet sich die Gelegenheit, feine spanische, portugiesische und australische Weine im einmaligen Ambiente des Felsenkellers zu degustieren und zu Sonderkonditionen einzukaufen.

Neben dem 1844 erstellten Brauereigebäude der Hess AG befinden sich die alten wunderschönen Gewölbekeller, welche damals in den Sandsteinhügel des Steinhölzli gehauen wurden. 1987 wurden die Felsenkeller saniert, um diese als Weinlager aber auch als spezielles Verkaufs- und Degustationslokal zu nutzen. Heute lagern in den zwei je 100 Meter langen Hauptstollen über 250 000 Flaschen Wein, mehr als 500 Sorten aus aller Welt.

### Felsenkeller-Weinfestival

Um die Vielfalt dieses grossen Weinangebots besser bekannt zu machen, organisiert die Münsterkellerei in diesem Jahr drei Themenfestivals, bei denen alle angebotenen Weine probiert und zu Spezialkonditionen eingekauft werden können. Im März startet die Festivalserie mit Spezialitäten der iberischen Halbinsel und Australiens.

Alle angebotenen Weine können am Freitag und Samstag 7. und 8. März 2008 mit 15% Spezialrabatt gekauft werden. Dieser Rabatt gilt bei sofortiger Mitnahme und Barbezahlung (oder mit Maestro / Postcard) im Felsenkeller der Münsterkellerei AG, Steinhölzli, im Liebefeld bei Bern. Parkplätze sind vor dem Haus vorhanden. Ohne Auto kommt man am besten mit dem Bus Nr. 19 ab Hauptbahnhof bis Haltestelle Steinhölzli.

### Termine Felsenkeller Weinfestivals 2008

Spanien, Portugal, Australien und Kalifornien:

7. und 8. März 2008

Schweiz, Österreich und Südafrika:

30. und 31. Mai 2008

Italien, Argentinien und Chile:

28. und 29. November 2008

(Programmänderungen vorbehalten.)

Über 250 000 Flaschen Wein lagern im Gewölbekeller





Sonnige Kokos-Curry-Suppe

## suppenkaspar

SUPPENREZEPTE EXOTISCH ODER WÄHRSCHAFT

Zutaten für 6 Personen

### Sonnige Kokos-Curry-Suppe

1 Bund Suppengrün, 3 Zwiebeln, 1 Stück Ingwer (klein), 1 Chilischote rot, 1 Poulet küchenfertig (ca. 1,2 kg), Salz, 1 Zehe Knoblauch, 2 EL Butter oder Margarine, 1 EL Curry, 2 EL Mehl, 50 g konzentrierte Kokoscreme, 100 g Rahm, 500 g Brokkoli, 2 EL Kokosraspel, 1 EL Zitronensaft

Chili einritzen und Kerne entfernen. Geputztes Suppengrün, eine Zwiebel gewürfelt, gehackten Ingwer, Chilischote, Salz und gewaschenes Poulet mit Wasser kalt aufsetzen. Alles 1 Stunde köcheln lassen. Dann Poulet herausnehmen und Bouillon absieben. Restliche Zwiebeln und Knoblauch hacken, im Fett andünsten, mit Curry und dann mit Mehl bestäuben und mit ca. 1/2 l Bouillon aufgiessen. Kokoscreme einrühren. Restliche Bouillon (insgesamt ca. 1 1/4 l) und Rahm zugeben und 5 Minuten köcheln lassen. Brokkoliröschen weitere 6 bis 8 Minuten in der Suppe garen. Pouletfleisch von den Knochen lösen und in kleinen Stücken in die Suppe geben. Mit Zitronensaft abschmecken, mit gerösteten Kokosraspeln und Curry bestäubt servieren.

### Kartoffelsuppe nach Emmentaler Art

1 kg Kartoffeln schälen und würfeln, 1 Zwiebel schälen, fein hacken, 2 EL eingesottene Butter, 2 Lauchstengel waschen, kleinschneiden, 2 Rüebli schälen und kleinschneiden, 1 1/2 l Bouillon, 1 TL Mehl, 3-4 EL Rahm, 1 EL frisch gehackter Majoran od. 1/2 TL getrockneter, 2 EL gehackte Petersilie, Salz, Pfeffer aus der Mühle, frisch geriebene Muskatnuss, 1 Schuss Essig

Zwiebeln in Butter hellgelb dünsten. Kartoffeln, Lauch, Rüebli und Kartoffeln zugeben und 1-2 Minuten mitdünsten. Mit Bouillon auffüllen und 30 Minuten kochen. Durch das Passevite treiben oder pürieren. Mehl mit Rahm gut verklopfen. Zusammen mit Majoran und Petersilie zugeben. 10 Minuten unter gelegentlichem Rühren auf kleinem Feuer kochen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Vor dem Anrichten einen kleinen Schuss Essig beifügen. Dazu nach Belieben geröstete Brotwürfel servieren oder fein gescheibelten Emmentaler Käse in die Suppenteller legen und die heisse Suppe darübergiessen.

## SUPPENGESCHICHTEN

### Geschichte

Die Ursprünge der Suppe sind in der Steinzeit zu suchen: Als breiartige Speisen in wasserfesten Kochsäcken zubereitet und verzehrt. In den zwischen 9000 und 7000 v. Chr. erfundenen Tongefässen, konnten Wasser, Getreide und verschiedene weitere Zutaten gekocht werden. Nach Überlieferungen wurden vor ca. 6000 Jahren in Mesopotamien erste Suppen gekocht. Von dort verbreiteten sie sich weiter nach Ägypten, daraufhin nach Griechenland und anschliessend in das Römische Reich. Das Wort «Suppe» geht auf das westgermanische «supp(j)» zurück, das ursprünglich «eingebrocktes Brot» oder eine breiige Speise bezeichnete (sopha, soffia, zu süfan «schlürfen, trinken, saufen»; altengl. sopp). Dieses germanische Wort wurde wohl schon um 600 ins Romanische entlehnt. Im 19. Jahrhundert wurden die Instantsuppen entwickelt, ursprünglich zur preisgünstigen Versorgung der ärmeren Bevölkerung und des Militärs hergestellt. Zur selben Zeit entstanden in den USA erste Suppenbars, die Idee fand bald auch in anderen westlichen Ländern Anklang, so dass mittlerweile in allen grösseren Städten Europas Suppenbars zu finden sind. In Bern zum Beispiel: «La Soupe Bar», Eigerplatz, Belpstrasse 67, auch mit Take away-Service).

### Perfekt serviert

Im Menü verlangt die Suppe als erster Gang besondere Aufmerksamkeit, da diese den ersten Eindruck hinterlässt. Sie gilt bei Gourmets als diejenige Speise, welche innerhalb des Diners den höchsten Anspruch an Feinheit oder delikate Vollkommenheit setzt, da diese bestimmend für den Gesamteindruck ist. Klare Suppen werden meist in Tassen, gebundene Suppen dagegen in tiefen Tellern serviert. Das Gericht sollte möglichst kochendheiss und in vorgewärmtem Geschirr gereicht werden.

## ANZEIGE



«Das Catering mit dem gewissen Etwas...»

bonapp catering & so | 3073 gümligen | telefon 031 951 52 52 | www.bonapp.ch



## tour de berne

ERÖFFNET!



### Früsch vom Chrättli

Kennen Sie schon Berns erste Saftbar? Frucht- oder Gemüsesäfte aus dem Standardangebot, wie zum Beispiel den «Bäredrink» und den «Gmües-Mix» oder nach Wunsch zusammengestellte Vitaminbomben – alles gibt's im Becher als Takeaway. Auch das Birchermüesli, die Salatschale und die Tagessuppe können mitgenommen werden. Alles andere genießt man an den Hochtischen im hinteren Teil des Saft-Ladens.

Früsch vom Chrättli, Fruchtsaft Bar,  
Schauplatzgasse 31,  
3011 Bern, Tel. 031 311 34 20

## PERFEKTE GASTGEBER

### Teil 1: Rund ums Hochzeitsessen

Auch die Gaumenfreuden gehören zu den unvergesslichen Eindrücken jeder Hochzeitsfeier. Treffen Sie also in aller Ruhe und mit Sorgfalt die lukullische Auswahl, mit der Sie Ihre Gäste und sich selbst an diesem Tag verwöhnen wollen. Das gemeinsame Essen von Brautpaar und Gästen nach der Trauung ist ein uralter Brauch. Nicht von ungefähr enthält der Begriff Vermählung das Wort «Mahl». Neben der Speisenfolge, die nicht nur festlich, sondern auch auf die Jahreszeit abgestimmt sein sollte, ist auch der Ablauf der festlichen Stunden wichtig. Eine perfekte Planung beugt Pannen vor und macht das Hochzeitsessen zu einem Genuss für Brautpaar und Gäste. Wenn Sie nicht in einem Restaurant essen möchten, sondern zu Hause, im Freien, in einem Zelt oder sonst einer Lokalität, übernehmen wir erfahrenen Caterer für Sie die Bewirtung und sorgen für einen reibungslosen Ablauf. Vom ländlichen oder unkomplizierten Menü bis zum Gourmet-Buffer, von der schlichten Lieferung von Essen und Getränken über Service-Personal bis hin zum Mobiliar und dem Geschirr, alles können Sie über uns buchen.

bonapp catering & so, 3073 gümligen | Telefon 031 951 52 52, www.bonapp.ch



## ANZEIGE

«ZUM NEUEN JAHR»

Shiraz Futures Barossa Valley  
(Australien) Fr. 23.90  
Jetzt probieren!

«Wein erleben - Leben geniessen»

Herzlich willkommen!  
Ihre Münsterkellerei-Spezialisten



MÜNSTER KELLEREI  
LE MONDE DU VIN

FACHGESCHÄFT  
Kramgasse 45 / Münstergasse 40, 3011 Bern  
Tel. 031 312 17 17, Fax 031 311 81 17  
Di-Fr: 9.00-18.30 Uhr (DO bis 20.00 Uhr),  
Sa: 9.00-17.00 Uhr

WEINMARKT FELSENKELLER  
Steinhölzli, 3097 Liebefeld-Bern  
Tel. 031 970 31 41, Fax 031 970 32 42

www.muensterkellerei.ch



WEINTIPP MÄRZ

### Shiraz Futures

Die Familie Peter Lehmann produziert schon seit Generationen Weine höchster Qualität in «Down under», die zahlreiche Prämierungen und Preise gewonnen. Der heute empfohlene Shiraz präsentiert sich in einem satten Rubinrot. Ein würziger Geruch mit reifen Kirscharomen und einem Hauch von Minze und Brombeere begrüsst die Nase. Am Gaumen kommt er als kraftvoller, fleischiger und ausgewogener Wein mit einem lang anhaltendem Abgang.

### Eckdaten:

Traubensorten:	Shiraz
Anbaugbiet:	Australien, Barossa Valley
Produzent:	Peter Lehmann
Genussempfehlung:	Roastbeef, Rindfleisch, Entenbrust und Känguruh
Trinktemperatur:	18 Grad
Trinkreife:	jetzt bis 2013
Preis:	CHF 23.90

Der Wein ist erhältlich im Ladengeschäft der Münsterkellerei an der Kramgasse 45 in Bern und im Felsenkeller, Steinhölzli in Liebefeld.

## UPTOWN | GÜSCHE

Samstag, 1. März, 20.00 Uhr

**FERRUM HELVETICUM UND EXTEMPO** – Music for the Pan



Seit sieben Jahren wagt sich die Berner Steelband «ferrum helveticum» in ungewohnte musikalische Gefilde vor. Die 22-köpfige Formation nimmt das Steelpan – auch bekannt als Steeldrum – als technisch anspruchsvolles und vielfältiges Instrument wahr. Auf dem Gurten präsentiert die Steelband einen neuen Streich: An der Schnittstelle zwischen Latin, Jazz und Klassik haben die beiden Berner Komponisten Claudio Pini und Yaira Yonne dem Steelpan Musik auf den eisernen Leib geschrieben. Ein kleines Stück innovativer und mitreissender Panliteratur made in Switzerland – no more, no less! [www.ferrumhelveticum.ch](http://www.ferrumhelveticum.ch).

Damit nicht genug, ferrum hat für den anderen Teil des Abends eine über die Schweizergrenzen hinaus bekannte Steelband aus dem Schweizer Norden gewinnen können: die Extempo Steelband aus Winterthur begeistert mit ihrem musikalischen Mix aus Salsa, Calypso oder Bossa Nova und bietet temperamentvolle Unterhaltung. [www.extempo.ch](http://www.extempo.ch)

Sonntag, 16. März, 20.00 Uhr

**FLYING PICKETS** – «Big Mouth» Schweizer Tournee 2008



Kleine Gruppe? Grosses Maul! Die gefeierte fünfköpfige Acapella Band The Flying Pickets kehrt im März 2008 mit der neuen, topaktuellen Show «Big Mouth» in die Schweiz zurück. Auch in der neuen Show werden sie mit einer grossartigen Auswahl klassischer Pickets-Songs in originellen Arrangements zu begeistern wissen. «Big Mouth» lässt jeden einzelnen Sänger dieses hochkarätigen Line-ups zur Geltung kommen und zeigt einen einzigartigen Mix von Acapella-Harmonien in einer fulminanten Live-Show. Mit der vollen Power einer Rockband, aber nur mit ihren Stimmen als Instrument laden The Flying Pickets ein zu einer musikalischen Reise voller Energie und ausserordentlichem Stil. «Big Mouth» lassen Sie sich mitreissen! [www.flyingpickets.co.uk](http://www.flyingpickets.co.uk)

Samstag, 29. März, 21.00 Uhr

**3RD IRISH CELTIC NIGHT** – mit «The Pint» und «Toe for Toe»



«The Pint» spielt vorwiegend traditionelle irische Musik. Typisch sind die originellen und fetzigen Arrangements, die auch stilistische Grenzüberschreitungen beinhalten. Dies verleiht der Musik enorm viel Kraft, Lebendigkeit und nicht zuletzt auch Witz. Die Lieder werden häufig mit mehrstimmigen Chorpasagen verfeinert. Als Ergänzung zu den traditionellen Tunes und Songs kommen immer mehr Eigenkompositionen zum Zug. [www.pint.ch](http://www.pint.ch)

«Toe for Toe» spielen traditionelle irische Musik und haben sich als Band für Tanzanlässe in der Schweiz einen Namen gemacht. Die schnellen Jigs und Reels eignen sich besonders für den in Irland verbreiteten Ceili-Dance, ein Gruppentanz in festen Formationen, der auf Wunsch durch einen «Caller» angeleitet wird. Auf dem Gurten spielen «Toe for Toe» in konzertantem Rahmen und mischen die Tanz-Sets mit stimmungsvollen Liedern und Balladen.

«Toe for Toe» spielen traditionelle irische Musik und haben sich als Band für Tanzanlässe in der Schweiz einen Namen gemacht. Die schnellen Jigs und Reels eignen sich besonders für den in Irland verbreiteten Ceili-Dance, ein Gruppentanz in festen Formationen, der auf Wunsch durch einen «Caller» angeleitet wird. Auf dem Gurten spielen «Toe for Toe» in konzertantem Rahmen und mischen die Tanz-Sets mit stimmungsvollen Liedern und Balladen.

Vorverkauf für UPTOWN-Anlässe: [www.ticketcorner.com](http://www.ticketcorner.com) oder Telefon 0900 800 800 (CHF 1.19/min.)

Veranstalter: Music Service CPM AG, Bühlweg 5, P.O. Box 265  
3072 Ostermundigen, Telefon 031 930 10 10  
[www.musicservice.ch](http://www.musicservice.ch) / [www.gurtenpark.ch](http://www.gurtenpark.ch)

IHRE OHREN WERDEN AUGEN MACHEN:

## RADIO SWISS POP



Wer regelmässig in Bern Tram oder Bus fährt, konnte sie im letzten Jahr fast nicht übersehen: Die grossen Ohren, mit denen Radio Swiss Pop an den Fensterscheiben auf sich aufmerksam machte. Was aber die wenigsten Bernerinnen und Berner wissen: Dieses erfolgreiche Musikradio, das jede Woche rund eine Viertelmillion Hörerinnen und Hörer erreicht, wird im Berner Ostring produziert.



Im winzigen, schalldichten Studio neben der lärmigen Autobahnausfahrt Ostring tönt es nach Pop, Rock und manchmal auch nach Oldies: Zwei Musik-Programmiererinnen, Sonja Schärz und Shenja Erismann, stellen hier das «süffige» Tagesprogramm von Radio Swiss Pop zusammen.

Dieses Popradio der SRG SSR idée suisse, das in der Schweiz über DAB-Digitalradio, Kabelnetz, Satellit und Internet empfangen werden kann, ist aussergewöhnlich: Man hört bei Radio Swiss Pop den ganzen Tag nur Musik – es gibt weder Morgenshows noch Nachrichten, und natürlich auch keine nervige Werbung. Alle Informationen, die man sich als Hörerin und Hörer nur wünscht, finden sich dafür auf der Internetplattform [www.radioswisspop.ch](http://www.radioswisspop.ch). Es gibt dort eine ausführliche Programmliste mit Informationen zu den gespielten Songs der letzten drei Monate, Musiker-Portraits, CD-Covers, einen CD-Bestellservice, einen Pop-Konzertkalender und vieles mehr.

### Hörer helfen bei der Musikauswahl mit

Im Gegensatz zu den meisten anderen Popradios, die oft nur die aktuelle Hitparade rauf- und runterspielen, hört man auf Radio Swiss Pop mehrere Tausend Songs aus den letzten vierzig Jahren, und jeder vierte Song ist eine Schweizer Produktion. Auch sonst ist bei Radio Swiss Pop vieles anders als bei seinen Konkurrenten: Hörerinnen und Hörer können zum Beispiel bei Aufbau und Pflege des Musikrepertoires über Internet aktiv mitmachen.

### Mobiler Empfang dank DAB

In Bern kann Radio Swiss Pop nicht mehr nur übers Kabelnetz (Frequenz 107.0 MHz) empfangen werden, sondern dank dem neuen Digitalradio DAB (Digital Audio Broadcasting) auch unterwegs. DAB-Radios gibt es in fast jedem Radio- und TV-Geschäft ab etwa 100 Franken – und weiter hinten in diesem Magazin werden zwei davon verlost!

Alles über Radio Swiss Pop: [www.radioswisspop.ch](http://www.radioswisspop.ch)

Mehr Infos zum DAB-Empfang: [www.dab-digitalradio.ch](http://www.dab-digitalradio.ch)

## WOP BOP A LOO BOP

An dieser Stelle werden wir Ihnen in Zukunft Tipps rund um das Musikgeschehen in und rund um Bern vermitteln. Konzerthinweise, neue CDs, Hintergründe und Statements zu Berner Bands etc.,

Der Schweizer Rock-Pionier **Toni Vescoli** kommt mit einem neuen Album im Gepäck am 1. März in die **Mühle Hunziken** und bringt mit **Amanda Shaw** gleich noch das neue Wunderkind der Cajun-Szene mit. Toni Vescoli hat in Austin (Texas) sein neues Album «66» aufgenommen, auf welcher wieder prominente Studiomusiker wie Joe-El Sonnier, Sonny Landreth und eben Amanda Shaw mitmachten. Die noch sehr junge Dame spielt virtuos und erfrischend die Cajun Fiddle und wird zusammen mit Toni Vescoli und seiner Band (u.a. mit Hank Shizzoe) auch das Berner Publikum entzücken. Am 5. April stellt **Sina** in der Mühle ihr neues Album vor. Höchste Zeit also, sich mit dem Walliserdialekt vertraut zu machen.

Auch im **Berner Bierhübeli** geht die Post ab. Am 9. März kommt endlich wieder einmal **Willy DeVille** mit seiner **Mink DeVille Band** nach Bern. Da darf man gespannt sein, wie gut er im Moment drauf ist. Willy ist ja eine absolute Überraschungstüte in Sachen Stimmung, vermag aber live meistens zu begeistern. Am 22. März gibt es eine Funk-Night im Bierhübeli. Die Swiss Groove Tour u.a. mit **Funky Brotherhood** wird dann den Saal zum Kochen bringen. Die Berner Erfolgsband **Brothertunes** hat ihr zweites Album «A Million Things To Say» veröffentlicht und geht jetzt damit auf Tour. Die CD-Taufe findet am 11. April im «Hübeli» statt. Drei signierte Exemplare der neuen CD verlosen wir unter den LeserInnen von Bärn! auf Seite 31.

Neu geht auch im Saal des **Restaurant Tell in Ostermundigen** die Post ab. Unter dem Motto «It's Only Rock'n' Roll» veranstalten die drei Label-Repräsentanten Jüre Lüthi, Steve Künzi und George Tauss im Tell-Saal regelmässig Konzerte. Am 26. März ist **Mark Selby & Band** angesagt. Unvergessen sein Konzert im letzten Jahr in der Mühle Hunziken. Mit der neuen CD «Nine Pound Hammer» im Gepäck und seiner amerikanischen Band kommt Mark Selby unter anderem nach Bern. Und am 10. Mai ist ebenfalls im Tell der amerikanische Blues-Rocker **Michael Katon** zu Gast.

Einiges ist auch im **Bären Buchsi** los. Am 4. April spielen **Grand Mothers Funck** dort. Am 16. Mai gastiert **Timmermahn** mit einer Lesung, wie er sie sonst nur auf der Schweizer Rock- & Bluescruise hält und am 24. Mai ist **Ralph** im Bären zu hören.

Schliesslich ist auch der Blues-Professor **Wale Liniger** wieder im Land. Drei Konzerte in Hinterkappelen (13.3.), Biglen (29.3.) und Laufen 30.3.) sind vorerst geplant.

Details zu den aufgeführten Konzerten gibt es auf der Website [www.good-music.ch](http://www.good-music.ch) unter Konzerthinweisen.

Keep on rockin'

René Maeder



Wop Bop A Loo Bop heisst die wöchentliche Sendung auf Radio 32 Goldies (90.3 Mhz im Kabelnetz), auf der René Maeder die Musik spielt, die sonst am Radio wenig oder gar nicht zu hören ist. Informationen zur Sendung, Konzerthinweise und CD-Tipps gibt es auf der Website [www.good-music.ch](http://www.good-music.ch)



Foto: Rolf Feller [www.bernout.ch](http://www.bernout.ch)

Berner Musiker & Berner Bands, Teil 1

## STARKE STIMME

Kein anderer Berner Sänger habe eine so starke Bühnenpräsenz wie er, meinen Insider. Die Rede ist vom charismatischen Sänger **Ralph Güntlisberger**. In drei verschiedenen Formationen kann sich seine starke Stimme auf vielfältige Weise entfalten.

In Bern längst kein Geheimtipp mehr ist die Rock- und Bluesband **RALPH**. Die Mitmusiker: Cheese (Guitars), Ernesto Beyeler (Harp/Sax), Peter Enderli (Bass), Ueli Enderli (Drums). Bereits auf der 1. Rock- und Bluescruise 2006 überzeugte die Band auch neben den internationalen Topacts. Die Songliste wird ständig erweitert, nicht nur durch bekannte Stücke, die Vollblutmusiker können es sich erlauben, sich auch an unbekannteres, anspruchsvolleres Material zu wagen. Das **Ratking Trio** mit Michel Poffet (u.A. Vito Tonto) am Bass und Stefan W. Müller (Span) am Piano interpretiert Jazz, Soul und Blues, von Nat King Cole, Ray Charles bis hin zu Jamie Cullum nicht als soften Backgroundgroove, sondern so intensiv, wie es diese Songperlen eben verdienen. Auch ein besonderes Erlebnis sind die gemeinsamen Auftritte **Ralph Güntlisbergers** mit seinem Vater, **Harry «Satchmo» Güntlisberger**, der mit seinen «All Stars» vorwiegend Songs von Louis Armstrong interpretiert. Harrys Stimme, die auf frappierende Art an diejenige seines legendären Vorbildes erinnert, verschmilzt im Duett harmonisch mit derjenigen seines Sohnes. Da ist Seele drin und eine ewige Sehnsucht: Father & Son – Oh Yeah!

Kontakt: Ralph Güntlisberger, Telefon 079 334 33 50  
[info@ralphmusic.com](mailto:info@ralphmusic.com), [www.ralphmusic.com](http://www.ralphmusic.com)

Auftritte **RALPH**: 7. März Aarebar Bern, 24. Mai Bären Münchenbuchsee (Reservation unter [www.baerenbuchsi.ch](http://www.baerenbuchsi.ch))

Öffentlicher Auftritt **Ratking Trio**: 21. März Point Zero Club Bar, Kirchberg (Reservation unter [www.point-zero.ch](http://www.point-zero.ch))



Sonntag, 09.03.2008 | 20.00 Uhr, Bierhübeli Bern

## WILLY DE VILLE

Das Gastspiel des exzentrischen Superstars und seiner «Mink DeVille-Band» in Bern verdient einfach einen Platz für sich. Soul, Rock'n'Roll und Cajun, der Schmelztiegel-Sound von New Orleans, das sind die Klangfarben in der Musik dieses Meisters der Melodie und der Ästhetik. Sinnlich, stark, rau, dreckig und immer wieder Grund für Gänsehaut: Hingehen!

Vorverkauf: [www.starticket.ch](http://www.starticket.ch)

BÄRNER MUSIKSZENENE

EXIT

## MUSEUMSNACHT 2008

Freitag, 28. März | 18 – 2 Uhr

## FRÜHLINGSVERFÜHRUNG

Prêt-à-porter à l'antiquité, Frühlingsgefühle im Pflanzenreich, Begegnungen mit bösen Buben und ein Bundeshaus, das auch skeptische Zeitgenossinnen und Zeitgenossen verzaubert: Das sind nur einige der Highlights der 6. Berner Museumsnacht, die am 28. März von 18 Uhr bis 2 Uhr tout Berne in Bewegung versetzen wird. Die Berner Museumsnacht kann seit Jahren je-weils Zehntausende von Eintritten (2007: 87 500) verzeichnen – Tausende von Neugierigen und Interessierten aus nah und fern sind in Bern unterwegs.

28 Institutionen – Museen, Archive und Parks – öffnen am 28. März während einer langen Nacht ihre Tore für das Publikum, sorgen mit ihren Spezialprogrammen für Kurzweil und bieten Speis und Trank. Sechs Institutionen von der Crédit Suisse über die Kunstsammlung der Mobiliar bis zum Trammuseum erweitern als Gäste das vielfältige Angebot. Neben dem Netz der Shuttle-Busse, das alle Institutionen zugänglich macht, kommt in diesem Jahr eine Oldtimer-Tramlinie zum Einsatz. Und als besondere Attraktion fahren Oldtimer-Fahrzeuge die Gäste in das originelle und nostalgische Kino Lichtspiel. Das Ticket für die 6. Museumsnacht bietet freien Eintritt in alle beteiligten Institutionen und zu allen Anlässen der Museumsnacht. Es kostet 25 Franken. Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre erhalten ein MINI-Ticket gratis. Das Ticket ist zugleich eine Fahrkarte für die Shuttle-Busse (ab 19.00 bis 02.15 Uhr) sowie für die öffentlichen Verkehrsmittel (Liberio-Zonen 10/11, ab 17.00 Uhr bis Betriebsschluss).



## Vorverkaufsstellen:

[www.museumsnacht-bern.ch](http://www.museumsnacht-bern.ch)

Alle beteiligten Kulturhäuser  
Bern Tourismus im Bahnhof  
Crédit Suisse, Bundesplatz 2  
Liberio-Shop von BERNMOBIL  
LOEB Kundendienst  
Thalia Bücher AG im LOEB  
Am 28. März ab 14 Uhr im Zirkuswagen  
auf dem Bundesplatz.

## Programm, Informationen und Shop:

[www.museumsnacht-bern.ch](http://www.museumsnacht-bern.ch)

## VERLOSUNGEN

## GEWONNEN!

Die Gewinnerinnen und Gewinner unserer Verlosungen wurden wie immer von uns telefonisch benachrichtigt. Nochmals herzliche Gratulation!

ANGÉLIQUE KIDJO: 3x2 TICKETS  
17. April 2008, Bierhübeli Bern

Angélique Kidjo: Weltmusik mit unterschiedlichsten musikalischen Einflüssen, Musik aus ihrer Heimat Benin, Afro-Pop, R&B, Jazz aber auch lateinamerikanische und afrokaribische Elemente. Für das Konzert vom Donnerstag, 17. April 2008 im Berner Bierhübeli verlosen wir 3x2 Tickets. SMS an die Nummer 977, Text «baern welt»



## 3 SIGNIERTE CDS VON BROTHERTUNES

Die Berner Erfolgband Brothertunes hat ihr zweites Album «A Million Things To Say» lanciert. Wir verlosen 3 signierte Exemplare. SMS an die Nummer 977, Text «baern brother»



## GURTEN UPTOWN

SPACENIGHT: 2X2 TICKETS  
23. März (Ostersonntag)

Die Berner Erfolgsdisco Spacelight mit DJ Franctone: Das einzige Label der Electronicmusic-Szene der Schweiz, das seit 10 Jahren immer wieder neu zu begeistern weiss! Wir verlosen 2x2 Tickets. SMS an die Nummer 977, Text «baern tanzt»

3RD IRISH CELTIC NIGHT: 2X2 TICKETS  
29. März, «The Pint» und «Toe for Toe»

«The Pint» spielen vorwiegend traditionelle irische Musik. Typisch sind die originellen und fetzigen Arrangements, die auch stilistische Grenzüberschreitungen beinhalten. «Toe for Toe» spielen traditionelle irische Musik und haben sich als Band für Tanzanlässe in der Schweiz einen Namen gemacht. Wir verlosen 2x2 Tickets. SMS an die Nummer 977, Text «baern celtic»

(Alle SMS CHF 1.–)

## Wir verlosen 3 Bücher

## KOCHEN WIE IM ALTEN BERN

Mit «Kochen wie im alten Bern» haben die Autoren Walter Aebischer und François de Capitani historische Rezepte für den Gusto unserer Zeit aufbereitet. Das Buch enthält interessante Gerichte und einfache Anleitungen für ein Festessen, wie es im 18. Jahrhundert gekocht wurde. Das Buch ist aber auch ein Geschichtsbuch, denn es vermittelt zusätzlich eine Vorstellung der damaligen Gebräuche, Sitten und Räume – von der Vorratskammer bis zum Salon. Herausgeber ist die Restaurant Harmonie AG, Bern, Fritz Gyger und Walter Aebischer. Die Fotografien wurden alle im Restaurant Harmonie aufgenommen und stammen von Carmelo Agovino und Iwan Raschle. Als Autoren zeichnen der Historiker François de Capitani und der Küchenchef Walter Aebischer.

SMS an die Nummer 977, Text «baern kochen»  
(CHF 1.– pro SMS)



## RIGO &amp; ROSA

## WERDEN

VON LORENZ PAULI



Rigo hatte einen langen Leopardenschlaf geschlafen. Und Rosa hatte aus Langeweile angefangen, mit dem eigenen Mausechwanz Seilspringen zu üben. Aber jetzt war der Leopard wach und Rosa fand es an der Zeit, eine wichtige Frage zu stellen: «Wann hast du dich eigentlich entschieden, ein Leopard zu werden?», fragte sie und hüpfte dann weiter. Rigo hatte sich das noch nie gefragt. Er dachte nach: «Es muss lange her sein. Ich erinnere mich jedenfalls nicht mehr daran.» Und nach einer Weile: «Denkst du, ich hätte mich auch für ein Mauseleben entscheiden können?» Rosa hüpfte immer noch über ihren Schwanz und schnaufte: «Na klar. Sonst würde es Mäuse doch gar nicht geben. Ich wollte Maus sein, jetzt bin ich Maus.» Rigo staunte: «Was? Du hättest zum Beispiel auch ein Leopard werden können und hast dich stattdessen für ein Mauseleben entschieden? Wieso denn das?» Jetzt putzte sich Rosa die Mausehren mit dem Ende des Mausechwanzes. «Weil ich finde, Maus sein passt zu mir ... und du bist übrigens ein primafeiner Leopard. Aber ab und zu finde ich es doch schade, dass du nicht eine Maus geworden bist. Rigo grinste. Ja, das fand er auch, dass er ein primafeiner Leopard war. Er sah an seinem schönen Fell herunter und streckte sich. Dann meinte er: «Aber ich könnte ja auch etwas dazulernen. Eine gewisse Mausigkeit sollte doch auch jetzt noch lernbar sein. Und du? Möchtest du dich nicht manchmal etwas leopardiger fühlen?» An diesem Nachmittag schlief Rosa, die Maus, einen langen Leopardenschlaf. Und Rigo, der Leopard flitzte maugeschwind durch das Gehege. Bloss die Sache mit dem Seilspringen über den eigenen Schwanz wollte Rigo nicht so recht gelingen.



Lorenz Pauli ist Kindergärtner, Kinderbuchautor und Erzähler. Rigo, der Leopard und Rosa, die Maus haben ihn am Gitterzaun im Tierpark kennengelernt. Zum Glück schreibt Lorenz Pauli seither ihre Erlebnisse auf. Und «Bärn!» ist immer mit dabei. [www.mupf.ch](http://www.mupf.ch)

## HONIG-KOSMETIK ZUM SELBERMACHEN



Honig ist nicht nur gesund, sondern auch gut für die Haut.

## Honig-Seife

Zutaten:

1 kleines Stück milde, unparfümierte Seife  
50 g Bienenwachs  
1/2 Tasse Tannenhonig  
1/2 Tasse Erdnussöl  
2 l abgekochtes Wasser

Rezept:

Seife in Stücke schneiden und mit dem Wachs im Wasserbad schmelzen. Etwas abkühlen lassen und den Honig, Öl und Wasser einrühren. In eine gefettete Folie giessen und steif werden lassen.

## Honig-Joghurt Gesichtsmaske

2 TL Honig mit einem Becher Naturjoghurt mischen und dick auf Gesicht und Hals auftragen. Nach 20 Minuten Einwirkzeit abspülen. Wirkt stark nährend für geschmeidigere Haut.

## Honig-Zitronen Handcreme

2 EL Honig mit Zitronensaft mischen und die Hände damit dick eincremen. Damit das Ganze besser einwirken kann, sind Baumwollhandschuhe empfehlenswert.

## WWW.ETC.

Website von Looping der Kindersendung von Schweizer Radio DRS 1, ab 8 Jahren: [www.looping.ch](http://www.looping.ch)

Spiele, Chat, thematische Links mit Altersangabe, ab 9 Jahren: [www.spick.net](http://www.spick.net)

Grosses Verzeichnis von Webseiten für Kinder, Eltern und Familien. In der umfangreichen Sammlung von Kinder-Archiv wird bestimmt jeder fündig!  
[www.kinder-archiv.de](http://www.kinder-archiv.de)

Werbefreie und sehr empfehlenswerte Suchmaschine und Regeln für Kinder und Jugendliche im Internet:  
[www.blindekuh.de](http://www.blindekuh.de)

Umfangreiche Sammlung an lustigen Malvorlagen für Kinder.  
[www.kinder-malvorlagen.com](http://www.kinder-malvorlagen.com)



**WIR PFLEGEN IHRE  
GESUNDHEIT!**

«Ich brauche Vitamine,  
am besten lasse ich  
mich beraten.»

«Dies ist  
meine  
Lieblings-  
Apotheke.»

«Das Geschenk für  
heute Abend habe  
ich nun auch schon.»

«In meiner Apotheke  
wissen sie immer  
einen Rat.»

**BREITFELD APOTHEKE**

Scheibenstrasse 18, 3014 Bern, Telefon 031 348 12 12

**LINDEN APOTHEKE**

Freiburgstrasse 2, 3008 Bern, Telefon 031 388 20 20

**APOTHEKE HÖRNING**

Marktgasse 58, 3011 Bern, Telefon 031 329 24 24

**JUPITER APOTHEKE**

Jupiterstrasse 15, 3015 Bern, Telefon 031 940 13 13

**BAHNHOF APOTHEKE**

Im Hauptbahnhof, 3011 Bern, Telefon 031 329 25 25

**JURA APOTHEKE**

Breitenrainplatz 40, 3014 Bern, Telefon 031 331 01 43



**Offen 366 Tage**

**von 6.30 bis 22.00 Uhr**



**BAHNHOF  
APOTHEKE**



Im Hauptbahnhof, 3011 Bern, Telefon 031 329 25 25