

Männer-Tisch Bern West

Männer unter sich

Neu steht der Treffpunkt Untermatt einmal pro Monat exklusiv den Männern offen! Eingeladen sind Männer aus Bern West aller Generationen und Sprachen, die sich gerne unter sich treffen und austauschen möchten. Eine engagierte Gruppe von Männern aus dem Quartier organisiert die ersten drei Abende und startet am Freitag, 15. Februar mit einem Input der Erziehungsberatung Bern zum Thema «Grenzen setzen in der Pubertät». Weitere Abende sind unter dem Motto «Spieleabend mit Schach, Jass und Backgammon» und «Schulübertritt in die Sek 1» geplant. Im Mittelpunkt des «Männer-Tisches» steht die

Begegnung und der Austausch unter den Männern. Damit die Sprachkenntnis kein Hindernis für den Besuch des Abends darstellt, stellt die Vorbereitungsgruppe Übersetzungen in den Sprachen Arabisch, Albanisch und Somalisch zur Verfügung. Wir freuen uns auf spannende «Männer-Tisch»-Abende und viele neue Gesichter! Wer sich für eine Mitarbeit in der Vorbereitungsgruppe interessiert, ist herzlich willkommen!

Mehr Infos: Treffpunkt Untermatt, treff.untermatt@bluewin.ch, 031 992 49 82



KOLUMNE



Die vergessene Leichtigkeit

Kürzlich war ich mit meinem 40-jährigen Patenkind im Kino – «Mary Poppins Returns». Eigentlich erwartete ich nichts anderes als schöne Erinnerungen an die Zeit vor mehr als zwanzig Jahren, als ich mit meinen Kindern den Film über die wunderbare, zauberhafte Märchenfee anschaute. Und ja, ich wollte schauen, ob ich wohl den Zauberspruch von damals – Sie wissen schon, diesen Zungenbrecher Superkalifragilistich ... oder so ähnlich – noch intus hätte. Doch welche Überraschung! Dieser Film ist viel mehr als «nur» ein Kinderfilm! Er erinnert uns an die verlorene oder wenn nicht verloren, so doch verborgene, leichte Seite in uns. Der Laternenanzünder, der uns an das eigene Licht im Innern erinnert, welches uns in der Dunkelheit den Weg leuchtet, oder die Cousine von Mary Poppins, welche die Welt auch mal aus einer anderen Perspektive sieht und dabei wunderbare Entdeckungen macht und Mary Poppins, die überzeugt ist, dass wir alle zu viel denken... Der Zug ist schon abgefahren? Es kommen andere! Wie wohltuend, wie inspirierend, wie leichtfüssig wir da an unsere eigenen Möglichkeiten erinnert werden. Lassen wir doch das Kind, das wir alle mal waren, wieder einmal aufleben! Gönnen wir uns ein Eis, eine heisse Schokolade oder spüren wir, wie es sich anfühlt, einen farbigen Luftballon zu halten! Magisch, himmlisch! Und wenn das Leben Zitronen statt Schokolade schenkt, dann wünsche ich eine Mary Poppins, die uns an der Hand nimmt und zuversichtlich voran schreitet. In diesem Sinne wünsche ich viele freudvolle Momente.

DIE AUTORIN

Silvia Müller ist dipl. Kinesiologin IKBS und bietet im Schloss Bümpliz Einzelberatungen und Lesabende (AusLese) an. Regelmässig äussert Sie sich an dieser Stelle zu Themen rund um unser Wohlbefinden.

Kontakt: info@silviamueller.ch, www.silviamueller.ch

Velokurs

Freiwillige Kursleiterinnen gesucht!

2007 startete auf dem Schulhausareal Schwabgut der erste Fahrradkurs für Frauen des Projekts ‚Vorwärts mit Velos‘. Seither wurde der Kurs jährlich erfolgreich mit durchschnittlich 10-15 Teilnehmerinnen pro Nachmittag durchgeführt. Das Angebot richtet sich an Frauen, die das Velofahren nicht erlernt haben oder aus der Übung gekommen sind. Der Besuch des Kurses ist kostenlos, Velos und Velohelme stehen den Kursteilnehmerinnen zur Verfügung.



Bild: zVg

Der Velokurs wird von einem engagierten Freiwilligenteam geleitet und von der VBG Quartierarbeit Bern-West im Hintergrund begleitet. Nun suchen wir für den Kursstart ab April wieder interessierte Freiwillige, die uns 2-4 Mal pro Monat jeweils am Mittwochnachmittag von 14.00-16.00 Uhr bei der Durchführung

unterstützen. Voraussetzung sind lediglich gute Velofahrkenntnisse sowie die Bereitschaft und Geduld, sich flexibel auf die Bedürfnisse der lernenden Kursteilnehmerinnen einzulassen.

Wir freuen uns auf Teamzuwachs! Interessierte melden Sie bei Stephanie Schär stephanie.schaer@vbgbern.ch oder 031 992 49 82

LESER-HUMOR



Die Kundin: «Ich brauche Äpfel für meinen Mann, sind diese hier mit Gift bespritzt?» – «Nein, das müssen Sie schon selber machen!» antwortet die Verkäuferin.

Fordert die Lehrerin: «Nennt bitte fünf Tiere aus Afrika!» Ruft Walti: «Zwei Löwen und drei Elefanten!»

Werner Tschan