

Mai 2025

Nº 7



ElfenauPark

Wohnen | Kultur | Restaurant

ElfenBlatt



Wunschprogramm

Überblicken



Hinschauen

«Eine Niederlage ist kein Weltuntergang»



Erträumen

Der persönliche Wunschzettel von Biniam Tesfay



Entzücken

Aus anderem Holz geschnitzt

Aufschnappen	3
Aufblühen	4
Hinschauen	6
Entzücken	10
Mitwirken	14
Erträumen	15
Reflektieren	16
Aufzeigen	18
Erleben	20
Stöbern	22

Aufschnappen

Wünsche wahr werden lassen



Für dieses Editorial habe ich die Schachtel mit den Alben von früher hervorgeholt und einen Zeitzeugen von damals gefunden: meine Wunschliste für Weihnachten 1981.

Ich habe mir eine Wandtafel, Farbstifte, einen Chasperli und ein Puzzle gewünscht. Ich wollte Schule spielen, soweit ich mich erinnere. Fast noch wichtiger und aufregender als die Geschenke war meine Wunschliste. Am Anfang noch gezeichnet, später dann aus den Prospekten ausgeschnitten, kamen immer ganz viele Wünsche zusammen. Eine besonders schöne Zeichnung sollte das Christkind dazu bewegen, möglichst alle Geschenke zu bringen.



Aus Kindersicht ist ja alles möglich und alle Gegenstände sind von gleich grossem Wert. Die sorgsam erstellte Wunschliste an das Christkind haben wir zwischen Fenster und Fensterläden eingeklemmt und das Christkind hat sie immer abgeholt – stets über Nacht, so dass ich es nie beobachten konnte.

Nebenbei bemerkt, ich habe nie ganz verstanden, warum ich den Erwachsenen für die Geschenke danken soll, wo sie doch das Christkind gebracht hat.

Heute schicke ich meine Wünsche nicht mehr ans Christkind; vielmehr hänge ich sie gedanklich an eine Sternschnuppe. Die Wünsche insgesamt haben sich verändert, sie sind eher universeller geworden und kein Christkind kann sie bringen.

Aktuell wünsche ich mir Gesundheit für meine Liebsten.

Unverändert bleibt mein Glaube daran, dass Wünsche wahr werden können. Und was wünschen Sie sich?

Ihre Barbara Zuber

Aufblühen

Wunschprogramm für eine Tischgemeinschaft

Zuerst war es nur eine gute Idee und eine Wunschvorstellung. Doch daraus wurde für die vier ElfenauPark-Bewohnerinnen ein unvergesslicher Ausflug: sie statteten dem Berner Hausberg Gurten einen Besuch ab. Und sie erlebten einen Nachmittag voller Lachen, nostalgischer Momente und tiefgründiger Gespräche.



Wie sehr hatte Heidy Bratschi den Ausflug zur Bilderausstellung «Brücken bauen» nach Unterseen letzten Sommer genossen. Sie wünschte sich, so etwas wieder einmal zu erleben. Leonie Grimm, die Leiterin für Aktivierung & Unterhaltung, nahm das Magazin-thema «Wunschprogramm» zum Anlass, der Tischgemeinschaft mit Ruth Alexandrovic, Heidy Bratschi, Ursula Faist und Julia Schmid

den Wunsch zu erfüllen. Sie durften ihren Lieblingsausflug wählen. «Es ist wichtig, seine Wünsche ruhig mal laut auszusprechen, damit sie eine Chance haben, sich zu erfüllen», so Grimm.

Zur Auswahl standen ein Besuch im Museum Paul Klee oder im Dählhölzli, Kaffee und Kuchen an der Aare in Reichenbach oder auf dem Gurten. Die Entscheidung für das endgültige Ziel fiel ihnen anfangs nicht leicht. Schliesslich einigten sie sich und wählten gemeinsam die Fahrt auf den Berner Hausberg.

Die Stimmung am Mittagstisch am Ausflugs-tag war ungewohnt angespannt. Nicht mehr oft verlassen die Damen den ElfenauPark, selbst in die Stadt geht keine von ihnen normalerweise mehr alleine. Nicht Alltägliches kostet Überwindung. Heute wollten sie es wieder mal wagen.

Die Damen vereinbarten im Vorfeld Stillschweigen über ihren Ausflug. Doch die Buschtrommeln im ElfenauPark schlugen laut und so wurden sie am Mittag im Speise-saal plötzlich zum Hauptthema. «Irgendwie wussten plötzlich alle, dass wir diesen Ausflug unternehmen», so Heidy Bratschi.



Lustige Bemerkungen, gewürzt mit einer Prise Neid, machten die Runde: «Vergesst die Skier nicht», rief jemand als sich die vier auf den Weg machten.

Trotz Regenwetter liessen sich die vier rüstigen Rentnerinnen ihren Ausflug keineswegs verderben. Jede erzählte, dass sie früher oft auf dem Gurten war, aber nun mindestens seit fünf Jahren nicht mehr. Heidy Bratschi hängt heute seit einem Jahr erstmals wieder ihre Handtasche um. Das umgebaute Gurtengebäude und die neue Gurtenbahn kannten alle noch nicht. Anekdote des Tages: Heidy Bratschi und Ursula Faist fuhren früher effektiv Ski hier.

Kaffee, Tee und Kuchen schmeckten, die Gespräche waren herzlich. Jede der Frauen kümmerte sich um die andere. Die Unterhaltung drehte sich unter anderem auch um die Wünsche, die sie hatten. Früher waren es Wünsche nach einem guten Ehemann, einem

Haus oder einem guten Leben. Heute sind die Wünsche praktischer. Heidy Bratschi freute sich über ihre neue, helle Leselampe. Julia Schmid über einen elektrischen Relaxsessel, der das Aufstehen erleichtert.

Die Zeit verging im Fluge. Die Damen erkundigten sich, ob nun wöchentlich ein anderer Tisch einen Wunsch frei habe. Denkanstoss für Leonie Grimm: «Sicher kann die Wunschfee nicht wöchentlich wirken – aber wieso nicht das ein oder andere Mal?»

Das heutige «Wunschprogramm» im ElfenauPark mag ein kleines, spontanes Angebot der Leitung Aktivierung gewesen sein, doch für die vier Damen wurde es zu einem unvergesslichen Erlebnis. Der Gurten-Ausflug brachte nicht nur alte Erinnerungen zurück, sondern stärkte auch die Verbundenheit der vier Frauen und schaffte eine wertvolle neue Erinnerung.

Hinschauen

«Eine Niederlage ist kein
Weltuntergang.»

Heinz Frei ist der erfolgreichste Schweizer Sportler aller Zeiten. Er hat als Rollstuhlsportler nicht weniger als 35 paralympische Medaillen gewonnen – seine letzte vor vier Jahren als 63-Jähriger. Wir haben ihn im Paraplegikerzentrum Nottwil getroffen und wollten natürlich als erstes wissen, was genau er mit dem ElfenauPark am Hut hat.

Und plötzlich rauscht er heran: Heinz Frei, die Sport-Ikone. Er, der im vergangenen Herbst für sein Lebenswerk mit dem Ehrenpreis des Schweizer Sports ausgezeichnet wurde. Die gesamte Schweizer Sportprominenz verneigte sich vor dem Para-Sportler, der auch als Persönlichkeit ein Vorbild für unzählige Menschen war und ist. 67 Jahre alt soll er sein – kaum zu glauben, denn er sieht mindestens zehn Jahre jünger aus. Voll durchtrainiert. Bescheiden, freundlich, zuvorkommend. Eine äusserst angenehme, heitere und intelligente Persönlichkeit. Fürs ElfenBlatt äussert er sich zu verschiedenen Themen und wirft sich zudem als Foto-Modell in seine Rennmontur.

Para Racing Team

«Daniela (Daniela Liechti, Leiterin Finanzen und Personal im ElfenauPark – die Red.) lernte ich an einem Frauenfussballspiel kennen.

Sie engagiert sich seit Jahren als Kassiererin für unser Para Racing Team. Vor über zehn Jahren gründeten wir das Team, um Athletinnen und Athleten im Handbike-Sport ein professionelleres Umfeld zu bieten. Wir sind eine wahrhaftig coole Truppe.

Der Neuanfang

«Am 9. Juli 1978 stürzte ich bei einer Berglaufbesichtigung in der Innerschweiz einen Hang hinunter und zog mir schwere Rückenverletzungen zu. Seit diesem Moment bin ich querschnittgelähmt. Ich wurde ins alte Bürgerspital Basel eingeliefert und lernte den damaligen Chefarzt Guido A. Zäch kennen. Etwas vom ersten, das er mir und anderen rückenverletzten Patienten sagte, war: «Das zwischen den Ohren ist von der Querschnittlähmung nicht betroffen». Das hat mir eingeleuchtet, Eindruck und Mut gemacht. Von da an nahm ich mein Schicksal in die eigenen Hände. Ich wollte auf eigenen Beinen stehen, obwohl ich das eigentlich gar nicht mehr konnte...»

Das Paraplegikerzentrum

«Damit eine solche Spezialklinik wie das Paraplegikerzentrum entstehen konnte, brauch-



te es nicht nur einen Initiator wie Guido A. Zäch, sondern auch die politischen Voraussetzungen. Ursprünglich war der Bau in Basel geplant – dieser wurde aber vom Volk abgelehnt. Auch am nächsten Standort in Risch am Zugersee kam das Projekt nicht zustande. Danach wurde Zäch hier in Nottwil vorstellig: Und endlich, im 1985, wurde das Projekt von der Bevölkerung an der Gemeindeversammlung einstimmig angenommen. Das ehemalige Bierbrauer-Areal der Firma Eichhof wurde in eine Spitalzone eingezont: Das war gleichzeitig Startschuss für das Paraplegikerzentrum Nottwil. Heute hat die Stiftung über zwei Millionen Gönner.»

Der Beruf

«Ich bin gelernter Vermessungszeichner und konnte meinen Beruf nach meinem Unfall glücklicherweise weiter ausüben. Durch meine sportliche Karriere und mein Engagement für den Rollstuhlsport und den Nachwuchs, wurde ich 1999 von Guido A. Zäch für die Stiftung verpflichtet. Heute bin ich Präsident der Gönnervereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Mein Leben habe ich aber vor allem dem Sport gewidmet.»

Die Beziehung

«Ich lernte meine Frau Rita 2006 an einem Apéro nach einem meiner Vorträge kennen. Wir hatten sofort einen Draht zueinander. Sie hat es sich gut überlegt, ob sie ihr Leben mit einem Mann im Rollstuhl teilen will – darüber haben wir von Anfang an sehr offen gesprochen. Ich bin ein Beziehungsmensch – die Liebe gibt mir meine Lebenskraft. Ich teile mit Rita zahlreiche Gemeinsamkeiten. Unser Motto heisst: Brennen ohne auszubrennen.»

Der Rollstuhlsport

«Als ich 1984 an meinen ersten Paralympischen Spielen im englischen Stoke Mandeville teilnahm, fanden die Wettkämpfe hinter einem Erdhügel auf einer kleinen grünen Wiese statt. Kein Medieninteresse – einzig Prinz Charles, der heutige König von England, machte seine Aufwartung. Danach nahm die Geschichte aber im wahrsten Sinn des Wortes Fahrt auf. Bereits 1988 in Seoul fanden die Spiele am gleichen Ort wie die Olympischen Spiele statt. Bis heute wurde der Paraspport auf allen Ebenen professionalisiert.»

Sport im Alter

«Viele Menschen denken, dass man im Alter nicht mehr leistungsfähig ist. Das stimmt natürlich nicht. Aber: Ohne Fleiss und Disziplin geht's nicht. Und nur dank der Freude an meiner sportlichen Betätigung, durfte ich eine so lange Karriere erleben. Mittlerweile kenne ich meinen Körper so gut, dass ich genau einschätzen kann, wann genug ist. Sport ist aber auch Altersvorsorge. Ich weiss aber auch: Eine Niederlage ist kein Weltuntergang. Für mich bedeutet Bewegung pure Lebensqualität – aber auch Selbstständigkeit und Unabhängigkeit. Ich habe immer versucht, mein Leben in die eigenen Hände zu nehmen. In meinem Tagesablauf integriere ich täglich mindestens eine Stunde Sport. Darum ist es mein grösster Wunsch, möglichst lange gesund zu bleiben.»



Daniela Liechti und Heinz Frei

Entzücken

Severin und Niek: Aus anderem Holz geschnitzt

Faszination Holzbildhauerei: Ab Mai 2025 stellen die beiden jungen Künstler Severin Maurer und Niek Müller ihre Figuren während vier Monaten im und rund um den ElfenauPark aus. Doch was steckt eigentlich alles hinter diesem Kunsthandwerk?

Holzbildhauerei statt Biologie und Sportlehrer

Holzbildhauer. Darauf muss man erstmal kommen. Sowohl Severin Maurer als auch Niek Müller hatten ursprünglich andere berufliche Pläne – dann aber entdeckten sie dieses typische Schweizer Handwerk, beschnupperten es und seither sind sie infiziert. «Mir hat es nullkommaplötzlich den Ärmel reingenommen», erinnert sich Severin Maurer. «Ursprünglich wollte ich Biologie studieren. Doch nach der Matura hatte ich genug von der Schule und entdeckte den Beruf über einen ehemaligen Pfadi-Leiter.» Auch sein Kollege Niek Müller wählte zuerst einen anderen Berufszweig: «Ich wollte unbedingt Sportlehrer werden. Doch kaum begann ich mit dem Studium, ging mir der Laden runter.» Müller machte es wie Maurer – er erfuhr über eine Kollegin von der Ausbil-

dung zum Holzbildhauer. «Nach 10 Sekunden wusste ich: Das ist es – hier kann ich mich gestalterisch entfalten.»

Von Haupt- und Nebenerwerben

Die beiden Berner lernten sich vor einigen Jahren in der Holzbildhauer-Schule in Brienz kennen und schätzen: Hier Niek Müller, der Emmentaler aus Rüegsauschachen – da Severin Maurer der Berner Oberländer aus Oppligen. Nach der Schule beschritten beide ihre eigenen Wege, blieben aber stets in Kontakt miteinander und tauschten sich bis zum heutigen Tag regelmässig aus. Schliesslich standen sie beide am Anfang ihrer Selbstständigkeit. Maurer kann bereits seit fünf Jahren vom Schnitzen auf eigene Rechnung leben. «Ich durfte kürzlich einen Kreisel in Münsingen mit meinen Holzfiguren schmücken – so etwas ist natürlich unbezahlbar.» Müller hingegen ist noch auf der Suche nach einer Teilzeitanstellung als Ergänzung zu seiner Selbstständigkeit. «Eines Tages möchte auch ich voll von der Holzbildhauerei leben können», sagt er.



Niek Müller

Gemeinsame Faszination

Holz lebt und belebt: Sowohl für Niek Müller als auch für Severin Maurer ist die Holzbildhauerei viel mehr als nur ihr Berufszweig: «Es ist meine Leidenschaft. Wenn ich ein Stück Holz sehe, denke ich sofort: Was könnte daraus entstehen», schwärmt Müller. Und Maurer meint: «Manchmal entdecke ich einen grossen Baumstrunk auf einem nahegelegenen Bauernhof. Dann rufe ich an und komme so zu einem neuen Stück Holz, das ich verarbeiten kann.» Und was erhoffen sich die beiden Künstler von ihrer Ausstellung im ElfenauPark? Severin Maurer: «Eine gewisse Sichtbarkeit. Und Werbung für unser Handwerk und unsere Arbeit. Ich kann mir vorstellen, dass gerade die älteren Leute einen grossen Bezug haben zur Holzschnitzerei.» Niek Müller ergänzt: «Ich freue mich auf den persönlichen Austausch vor Ort mit allerlei Menschen. Und natürlich würde ich nicht Nein sagen, wenn sich das eine oder andere Objekt verkauft...»



Severin Maurer

Entzücken

Noch Wünsche?



Die Programme einer Konzertreihe entstehen durch eine enge Abstimmung zwischen Veranstaltern und Künstlerinnen. Dabei werden die Wünsche beider Seiten berücksichtigt, um hochwertige und abwechslungsreiche Inhalte zu schaffen. Ziel ist eine Mischung aus Bekanntem und Neuem, die sowohl das Publikum inspiriert als auch den Künstlerinnen Raum für kreative Entfaltung bietet. Die Erstellung eines Konzertprogramms erfordert von den Künstlerinnen viel Engagement und Herzblut. Inwieweit Änderungswünsche des Veranstalters möglich sind, hängt von Besetzung und Repertoire ab. Ein Wunschkonzert auf Knopfdruck, wie im Radio? Eine schöne Idee, die am ehesten bei Jazz- und Volksmusik denkbar ist.

9.5. bis 31.8.25

Gruppenausstellung *Sphères*

Regula Margrit Bill Malerin

Niek Müller Bildhauer

Severin Maurer Bildhauer

Vernissage: Freitag, 9.5. | 17.30 Uhr

Nr. 27+28

Sa 03.05. | So 04.05. | 17 Uhr

Chopin / Schumann / Brahms

Perlen der Romantik

Klavierrezital

Tamar Beraia Klavier

Nr. 29+30

Sa 10.05. | So 11.05. | 17 Uhr

**Crespo / McKee / Williams /
Meechan / Piazzolla / Forsyth
Panamericana
Innobras**

André Schüpbach Trompete

Adrian Schneider Trompete

Fausto Oppliger Horn

Stanley Clark Posaune

Alois Jolliet Tuba



Nr. 31+32
Sa 17.05. | So 18.05. | 17 Uhr

Debussy / Cras
Französische Musik im Umbruch
Junges Podium
Ensemble Nymphaea

Clara Krüger Harfe
Janine Allenspach Flöte
Hannah Schoepe Violine
Sophia Binggeli Viola
Caroline Ott Violoncello

Nr. 33+34
Sa 24.05. | So 25.05. | 17 Uhr

Beethoven / Brahms
Trio Aeneas

Daniel Kagerer Violine
Gabriel Wernly Violoncello
Charlotte Dentan Klavier

Nr. 35+36
Sa 14.06. | So 15.06. | 17 Uhr

Mozart / Beethoven
Kammerorchester Elfenau Bern

Solistin Kaya Ishizuka Steiner Klavier
Andreas Hügli Dirigent
Janina Müller Konzertmeisterin

Nr. 37+38
Sa 21.06. | So 22.06. | 17 Uhr

Beethoven / Mozart / Dancla /
Paganini / Kuhlau / Nieder /
Boismortier
Sull'Aria

Duo Staravoitava-Kalcher
Maruta Staravoitava Flöte
Thomas Kalcher Fagott

Nr. 39+40
Sa 08.03. | So 09.03. | 17 Uhr
Sa 16.08. | So 17.08. | 17 Uhr

Saint-Saëns / Offenbach /
Rossini / Mancini
Karneval der Tiere
Trio Escarlata

Daniela Roos Violoncello
Ina Callejas Akkordeon
Felix Bierich Erzähler

Nr. 41+42
Sa 30.08. | So 31.08. | 17 Uhr

Von Tschlin nach Wien
Ils Fränzlis da Tschlin

Domenic Janett Klarinette
Anna Staschina Janett Violine
Cristina Janett Cello
Madlaina Janett Bratsche
Curdin Janett Kontrabass

Konzertveranstalter: Fredy Zaugg, Manuel-
stiftung ElfenauPark

Mitwirken

Gedichte aus dem Leben

Eine Ode an das Gedicht: ElfenauPark-Bewohnerin Brigitte Hopf-Gurtner hat schon ihr ganzes Leben Reime geschrieben – an dieser Stelle präsentieren wir zwei Muster ihres Schaffens.

*Ke Brief, ke Poscht, ke Zytig
s'isch Sunntig und i bi alei,
i wett s'wär Mäntig, Zyschtig oder Fritig
am liebschte aber wetti
i chönnt wieder hei
wo öpper da wär,
wo druf wartet
das i chume
und wo mer zeigt
das är sech drüber fröit
nid nume nüt als
Lääri um mi ume
und niemer da
wo öpis zue mer seit.*



Du bisch itz alt

*Es zwickt im Fuess
es chlemmt im Aecke
d'Chnöi tüe der weh
du bruchsch e Stücke
du ghörsch nüm guet
und hesch geng chalt
es isch halt so
du bisch itz alt.*

*Bsinnsch di a nüm
verzellsch geng ds gliche
wes obsi geit muesch geng meh chiche
o wes der vilich
gar nid gfallt
es isch glich so
du bisch itz alt*

*Du bisch itz alt
es nützt nüt ds chlööne
am beschte tuesch di
chli vrwöhne
du hesch vil gschaffet
hesch viel zahlt
gniess no was chasch
du bisch... scho alt.*



Erträumen

Der persönliche Wunschzettel von Biniam Tesfay

Spasseshalber hat Biniam Tesfay immer wieder nachgefragt, wann er endlich mal fürs ElfenBlatt fotografiert werde. Aus Spass ist Ernst geworden. Heute lernen wir den fröhlichen eritreischen Pflegeassistenten etwas besser kennen – er füllt seinen persönlichen Wunschzettel aus.

Wunschmusik

«Ich liebe eritreische Lieder, die oft vom Widerstandskampf und von Freiheit, aber auch von alltäglichen Erfahrungen und vom Leben der Menschen in Eritrea handeln.»

Wunschdenken

«1991 hat in Eritrea der Krieg geendet – im selben Jahr wurde ich geboren. Genau das wünsche ich mir Friede und Freiheit für mein Land.»

Wunschtraum

«Ich kam als 18-jähriger alleine in die Schweiz und lernte die Sprache und Kultur kennen. Heute arbeite ich leidenschaftlich gerne als Pflegeassistent. Ich bin verheiratet und Vater von zwei Kindern. Mein Traum ist es, stetig weiterzukommen, mich weiterzubilden und meiner Familie ein perfektes Leben zu ermöglichen. Seit letztem Jahr absolviere ich im ElfenauPark die Ausbildung zum Fachmann Gesundheit, Profil E.»



Pflegehelfer Biniam Tesfay mit Elsbeth Jungi

Wunschlos

«In Eritrea bin ich bei meiner Oma aufgewachsen und habe von ihr alles Nötige fürs Leben gelernt. Ich bin neugierig und liebe den Kontakt zu den Menschen. Von jedem einzelnen kann ich so viel lernen. Es ist meine persönliche Lebensschule.»

Herzenswunsch

«Ich wünsche mir für die Bewohnenden, dass sie so oft wie möglich besucht werden. Niemand soll einsam sein. Ich tue alles dafür, dass sich jede und jeder Bewohnende in der ElfenauPark-Familie wohl fühlt.»

Reflektieren

«Ich brauche noch Zeit, um richtig anzukommen.»



Susanna Freiburghaus und Magdalena Tanner

Anfang März 2025 zog Susanna Freiburghaus in ihre Zweieinhalb-Zimmer-Wohnung ein. Die rüstige und hellwache Ur-Bernerin erzählt, warum sie sich für ihr neues Zuhause im ElfenauPark entschieden hat, was sie sich hier noch alles wünscht und was der Einzug ihrer Schwester für sie bedeutet.

«Am Ende ging alles sehr schnell. Der Auszug von zuhause, das Ankommen am neuen Ort, das Einräumen, die erste Mahlzeit und die erste Nacht in meinem neuen Daheim. Jetzt bin ich aber einigermaßen eingerichtet. Bisher läuft alles perfekt. Ich habe schon die ersten Mitbewohnenden kennengelernt. Und seit kurzem ist auch meine Schwester Magdalena Tanner hier eingezogen – sie wohnt im Haus gleich gegenüber.

Ich bin ein richtiges Bärner Meitschi – aufgewachsen mit meinen drei Schwestern mitten in der Stadt. Meine Eltern führten einen Milch- und Käseladen in der Herrengasse. Nach meiner Gärtnerinnen- und Floristinnen-Lehre durfte ich wegen meines Rückens nicht mehr auf meinem Beruf weiterarbeiten und so beschloss ich, ins Ausland zu gehen.

Zuerst war ich zwei Jahre als Mothers Help im englischen Henley on Thames stationiert.

Nach meiner Rückkehr und einer kaufmännischen Anstellung im Reisedienst der BLS zog es mich nach Neuseeland. Die fünfeinhalbwöchige Schiffsreise auf einem Halbfrachter führte mich über Curaçao, Panama und Tahiti bis nach Auckland – dieses Erlebnis werde ich nie mehr vergessen. In der Hauptstadt Wellington arbeitete ich im Statistic und Immigration Department. Als mein Vater krank wurde, kehrte ich in die Schweiz zurück.

Schliesslich wurde ich trotzdem noch in der Schweiz heimisch – und wohnte während 30 Jahren am Elfenauweg. Dass ich jetzt im ElfenauPark wohnhaft bin, ist also kein Zufall. Die 24 Treppenstufen in meiner alten Bleibe wurden mir langsam, aber sicher zu mühsam. Auf der Suche nach einem neuen Zuhause holte ich mir eines Tages einen Prospekt hier an der Reception im ElfenauPark. Nach einem Gespräch mit Frau Zuber war mir klar: Hier will ich meinen Lebensabend verbringen. Der Park ist ein absoluter Traum, man ist in zehn Minuten zu Fuss in der Stadtgärtnerei und in 20 Minuten an der wunderschönen Aare. Ich schätze es sehr, an einem solch schönen Ort zu leben.

Dass meine Schwester nun ebenfalls hier einzog, lag irgendwie auf der Hand. Sie



wohnte während längerer Zeit in Kloten, wurde dort aber nie richtig heimisch. Nach dem Tod ihres Mannes wollte sie unbedingt nach Bern zurück. Die Situation hier im ElfenauPark ist für uns perfekt. Jede hat ihre eigene Wohnung, in die wir uns zurückziehen können. Und trotzdem sind wir uns sehr nahe.

Ich wünsche mir, dass ich in Zukunft noch mehr Kontakt zu den anderen Bewohnenden habe. Ich bin eine eher scheue Person und gehe nicht so offen auf andere Menschen zu. Doch ich habe bereits nette Tischnachbarn kennengelernt und bin gespannt, wie sich meine Schwester einlebt. Und ich freue mich, gemeinsam mit ihr Pläne zu schmieden. Zum Beispiel für eine Reise mit einem Flussschiff – das hat so etwas Beruhigendes. Und man kann so richtig seine Seele baumeln lassen...»

Aufzeigen

«Wir sind eine Art Boutique für Hausarztmedizin.»

Thomas Niederhäuser ist Arzt vom Scheitel bis zur Sohle. Neben seiner Tätigkeit als Heimarzt im ElfenauPark und Hausarzt in der ElfenauPraxis amtiert er noch als inter-nistischer Belegarzt im Lindenhofspital. Wir haben seine Aussagen auf Herz und Nieren geprüft.

Thomas, was spornt dich täglich in deinem Beruf an?

Thomas Niederhäuser: «Einerseits möchte ich den Patientinnen und Patienten auf der medizinischen Ebene helfen – andererseits gefällt es mir, den Menschen zuzuhören und ihre persönliche Geschichte zu erfahren. Ausserdem bin ich begeistert von der Medizin als vielseitige Wissenschaft und Basis für die physische und psychische Gesundheit.»

Du bist jetzt seit zehn Jahren im ElfenauPark tätig – was zeichnet diesen Standort aus?

TN: «Wir sind eine Institution, die gemeinsam funktioniert: Physio, Podologie, Arztpraxis und der ElfenauPark selbst. Ich bin Teil dieses Konstrukts und schätze den täglichen Austausch mit allen involvierten Partnern.»

«Mir gefällt es, den Menschen zuzuhören und ihre persönliche Geschichte zu erfahren.»

Apropos: Wie läuft dieser Austausch mit der Pflege?

TN: «Wir sind in Dauerkontakt: Bei dringlichen medizinischen Problemen eines Bewohnenden werden wir automatisch involviert. Einmal wöchentlich findet ausserdem ein interdisziplinärer Rapport statt, bei dem von der Pflegedienstleitung über das lokale Pflgeteam und der Physio alle dabei sind. Mit der Leitung des ElfenauParks treffe ich mich mindestens zweimal jährlich, aber Barbara Zuber und ich laufen uns sowieso regelmässig über den Weg und tauschen uns immer wieder persönlich aus.»

Was macht eure Praxis aus, welches sind die Stärken?

TN: «Wir sind ein Team aus sechs medizinischen Praxisassistentinnen, einer lernenden MPA und drei Ärztinnen/Ärzten. Seit knapp zwei Jahren teile ich die Leitung mit Frau Dr. med. Kerstin Kessebohm. Und seit kurzem ist auch Frau Dr. med. Frederike Steireif als Fachärztin für Allgemeine Innere Medizin mit ihrer eigenen Sprechstunde zu uns gestossen. Wir haben eine gute Grösse und stellen eine Art Boutique für Hausarztmedizin dar. Wir sind kein grosses Ärztezentrum, sondern eine kleine, feine und persönliche Praxisgemeinschaft.»



Welches sind deine aktuell grössten Herausforderungen?

TN: «Ganz eindeutig der Mangel an Zeit: Wir haben vielfach zu wenig Zeit, um allen Wünschen unserer Patientinnen und Patienten gerecht zu werden – da herrscht ein Ungleichgewicht. Dabei ist es eine Kunst, die Menschen richtig zu spüren und einzuschätzen.»

Wie sieht die aktuelle Situation in Bezug auf Medikamentenmangel aus?

TN: «Wir sind immer noch betroffen: Es geht um Medikamente aller Art oder auch Impfungen. Glücklicherweise haben wir aber bisher noch immer eine Lösung gefunden, in dem wir uns mit Hilfe von anderen Institutionen gegenseitig unterstützten oder auf alternative Medikamente ausweichen.»

Sie sind verantwortlich für die heimärztliche Betreuung im ElfenauPark und der Seniorenvilla Grüneck. Was kann man sich darunter vorstellen?

TN: «Ich bin primär der Hausarzt der beiden Institutionen. Ich habe mich bereit erklärt, die Patientinnen und Patienten zu betreuen und decke dafür einen 24-Stunden-Notfalldienst ab. Ich bin Ansprechpartner für alle medizinischen Aspekte der gesamten Organisation. In der Praxis heisst das, dass ich auch mal morgens um vier Uhr einen Anruf bekomme.»

Zum Schluss: Wie sieht es in Bezug auf den Fachkräftemangel aus?

TN: «Natürlich ist es schwierig, gute und geeignete Fachpersonen zu finden. Wir haben aber das Glück, dass wir zurzeit ein motiviertes und junges Team sind. Dafür bin ich sehr dankbar.»

Erleben

Nach den Weltmeeren im ElfenauPark geankert



Schweizer Hochsee-Matrosen? Das klingt zunächst wie ein Widerspruch. Und doch gab es sie – Menschen aus dem Binnenland Schweiz, die die Ozeane bereisten. Einer von ihnen hat mit seinen Abenteuern die Weltmeere erkundet – und ist mittlerweile längstens zurückgekehrt. Seit Sommer 2024 wohnt Kurt Hiltbrunner mit seiner Frau Jrene im ElfenauPark.

Seine Geschichte dreht sich nicht nur um das Meer, sondern auch um die Liebe. Jahrelang war er als Matrose und später als Bootsmann unterwegs auf den Meeren dieser Welt. Seine Hochseelaufbahn begann mit 17 Jahren. Er las im Brückenbauer, dem damaligen Migros-Magazin, dass auf dem Migros-Schiff Matrosen gesucht wurden. Neugierig heuerte Kurt Hiltbrunner an und seine Karriere als Hochsee-Matrose nahm ihren Lauf.

Sieben Jahre später, bei einem seiner Heimatbesuche, lernte er seine Ehefrau Jrene kennen und lieben. Statt einen Navigationskurs in England zu absolvieren, entscheidet er sich, seine Karriere auf hoher See zu beenden und der Liebe wegen für immer in die Schweiz zurückzukehren.

Jrene Hiltbrunner ist eine quirlige Persönlichkeit. Ihr ganzes Berufsleben ist sie in der männerdominierten Bau- und Immobilienbranche tätig – und sie weiss genau, wie sie ihre männlichen Kollegen in die richtigen Bahnen lenken kann. Doch dann erlebt sie eine Überraschung: Eines Morgens stehen sie und ihre Arbeitskollegin vor verschlossenen Bürotüren – ihr Chef ist verhaftet worden. Während er sein prächtiges Haus im Elfenauquartier renovierte, liess er andere dafür bezahlen: Mit gefälschten Unterschriften und trickreicher Unterschlagung wälzte er die Kosten auf fremde Liegenschaften ab.



Die Leidenschaft fürs Wasser teilen sie sich: Jrene und Kurt Hiltbrunner kaufen ein Haus in Fräschels, nahe dem Bieler-, Murten- und Neuenburgersee. Sechs Jahre ist Jrene Hiltbrunner ehrenamtlich bei der Seerettung in Biel im Einsatz. Erst im Alter von 67 Jahren – nach dem Verkauf der Liegenschaft und dem Umzug in eine Eigentumswohnung in Kapellen – gönnen sie sich ihre erste gemeinsame Schiffsreise. Sie fahren ans Schwarze Meer, besichtigen Odessa und die Krim und reisen weiter nach Dubrovnik. Sie sehen Orte, die heute alle annektiert und nicht mehr zugänglich sind. Ganz Europa bereisen sie

Die Idee hinter dem Migros-Schiff

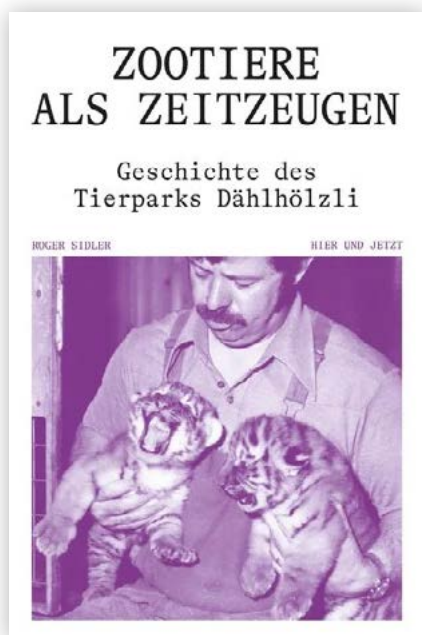
Da die Schweiz als Binnenland keine direkte Verbindung zum Meer hatte, war der Import von Waren auf dem Seeweg kompliziert und teuer. Migros-Gründer Gottlieb Duttweiler wollte mit einem eigenen Frachtschiff die Kosten senken; die Migros unabhängiger vom Zwischenhandel machen und in Krisenzeiten dazu beitragen, die Schweiz mit wichtigen Gütern zu versorgen. Die beiden Frachter Sunamelia und Sunadele wurden in den 1950er Jahren gebaut und transportierten Lebensmittel – insbesondere Orangen, Bananen, Kaffee und andere exotische Waren – direkt nach Südeuropa und über den Landweg in die Schweiz.

per Schiff. «Wenn man Kurt auf dem Schiff sucht, findet man ihn am ehesten bei einem Schwatz mit dem Kapitän auf der Kommandobrücke», lacht seine Frau.

Ihr Band ist stark, sie unterstützen sich bei all ihren Gebresten. Ihren Sinn für Humor verlieren sie nie. Wenn man Kurt Hiltbrunner fragt, welcher Ort dieser Welt ihm als liebster in Erinnerung bleibt, antwortet er mit einem Schmunzeln: «Japan, weil die Frauen einen Meter hinter einem herlaufen und nicht wie sonst einen Meter voraus...». Beide lachen. Seit 2009 folgen unzählige weitere unvergessliche Reisen. Eine aber fehlt noch und diese hätten sie gerne noch gemacht. Doch dann kommt Corona. Ihre Liebe zum Abenteuer hat nie nachgelassen. «Wer weiss, vielleicht schaffen wir es irgendwann noch einmal, der Adria entlang zu fahren – diese Reise haben wir schon lange geplant», fügt Jrene Hiltbrunner hinzu.

Stöbern

Neuerscheinungen aus der ElfenauPark Bibliothek.



Zootiere als Zeit- zeugen **Roger Sidler** **Ti.22**

Die Geschichte eines Zoos kann man auf unterschiedliche Weise erzählen. Roger Sidler stellt die Tiere ins Zentrum: Fischotter Peterli, Tiger Igor und Wildkatze Céline lebten zu unterschiedlichen Zeiten im Berner Tierpark Dählhölzli. Sie und vier weitere Bewohner sind nicht zufällig die Protagonisten dieses Buches: Die sieben

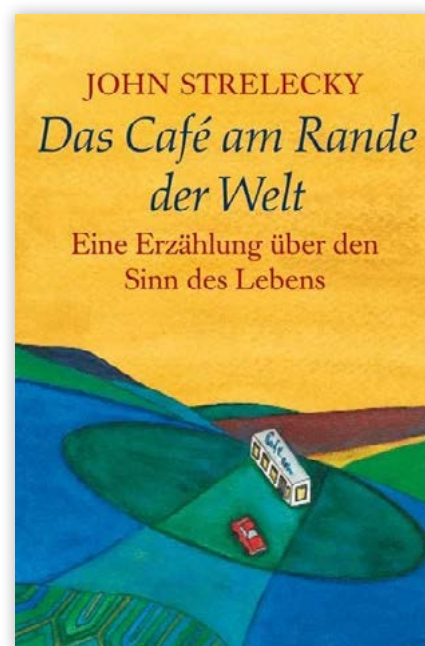
Tiere waren Publikumslieb-linge und stehen für Weg-
marken in der Geschichte
des Tierparks, aber auch für
gesellschaftliche Verände-
rungen. Der originelle Zu-
gang betrachtet die Zootiere
als Zeitzeugen. Im Dählhölzli
lebten sie nicht abgeschie-
den von der Welt in einer
grünen Oase, sondern waren
Botschafter des Natur- und
Artenschutzes, Musen des
Publikums. Sie standen für
Vielfalt und waren Aufklärer
für Klimawandel und Biodi-
versität. Unter Einsatz ihres
Daseins warfen sie auf der
Bühne des Tierparks existen-
zielle Fragen auf. Das Buch
zeichnet jene Zeit nach, die
das Leben der sieben Zootie-
re bestimmte.

©Hier und Jetzt Verlag

Das Café am Rande der Welt **John Strelecky** **Ph.26**

Eine humorvolle Geschich-
te über das, was im Leben
wirklich zählt. Eine Nacht im
«Café der Fragen» verändert
das Leben. Ein kleines Café
mitten im Nirgendwo wird

zum Wendepunkt: John, Wer-
bemanager und immer in
Eile, will eigentlich nur kurz
Rast machen, doch dann
entdeckt er auf der Speise-
karte neben dem Menü drei
Fragen: «Warum bist du hier?
Hast du Angst vor dem Tod?
Führst du ein erfülltes Le-
ben?». Neugierig geworden
lässt sich John auf ein gros-
ses Abenteuer ein: die Reise
zum eigenen Ich.



Das Haus **Monika Maron** **M.4**

Katharina, Tierärztin im
Ruhestand, erbt ein abge-

legendes Gutshaus nordöstlich von Berlin. Schnell ist die Idee geboren, dort eine Kommune mit Freunden einzurichten, um den steigenden Mietpreisen in Berlin zu entfliehen und im Alter nicht allein zu sein. Bei Eva, Katharinas Freundin, sträubt sich zunächst alles gegen die Vorstellung, mit Menschen jenseits der Sechzig zusammenzuziehen. Doch dann lässt sie sich notgedrungen auf das Experiment ein und akzeptiert einen Neuanfang. «Das Haus» ist ein ebenso ergreifender wie weiser Gesellschaftsroman, in dem Monika Maron universelle Themen des Lebens, der Liebe und des Alters neu verhandelt.

©Hoffman und Campe

Sehr geehrte Frau Ministerin
Ursula Krechel
K.45

«Frau Ministerin, ich gratuliere Ihnen zu Ihrem Sohn.» Ein radikal gegenwärtiger Roman über die abgründigen Beziehungen zwischen Söhnen und ihren Müttern. Mit einer Sprachkraft, die

Staunen macht, erzählt die preisgekrönte Schriftstellerin Ursula Krechel von symbiotischer Mutterschaft, von existenziell gefährdeten Frauen und von politischer Gewalt.

©Klett-Cotta



Mit Rosen und Besen
Michel Simonet
S.26

Die orange Farbe blendet. Der Mensch in seiner Arbeitskleidung wird gar nicht wahrgenommen. Es ist nur ein Strassenwischer. Michel Simonet ist eine Ausnahme: Die frische Rose, die er an seinem Müllkarren befestigt hat, macht auf ihn aufmerk-

sam. Er hat ein «verrücktes» Buch geschrieben, welches mit keinem anderen zu vergleichen ist; beeindruckend, berührend, von nichts anderem erzählend als von einem Mann, seiner Arbeit und seiner Stadt.

©Nydegger Verlag

Die Krume Brot
Lukas Bärfuss
B.9e

Jakobea
Werner Ryser
R.43a

Zärtlechi Zunge
Pedro Lenz
Di.10c

Bretonische Sehnsucht
Jean-Luc Bannalec
Kr.5j

Impressum

Magazin des ElfenauPark
Stiftung ElfenauPark
ISSN 2813-8384

Elfenauweg 50
CH-3006 Bern
Telefon: 031 356 36 36
mail@elfenauPark.ch
Website: elfenauPark.ch

Erscheint alle 4 Monate
Konzept und Gestaltung:
Amber Kommunikation AG
Text: ElfenauPark und
Amber Kommunikation AG
Fotos: Alain Bucher, zVg
Druck: Vögeli AG, Langnau
Auflage: 1500 Exemplare
Ausgabe Nr. 7
Nächste Ausgabe Nr. 8: September 2025



Höchster Standard für Ökoeffektivität.
Cradle to Cradle Certified®-Druckprodukte
hergestellt durch die Vögeli AG.