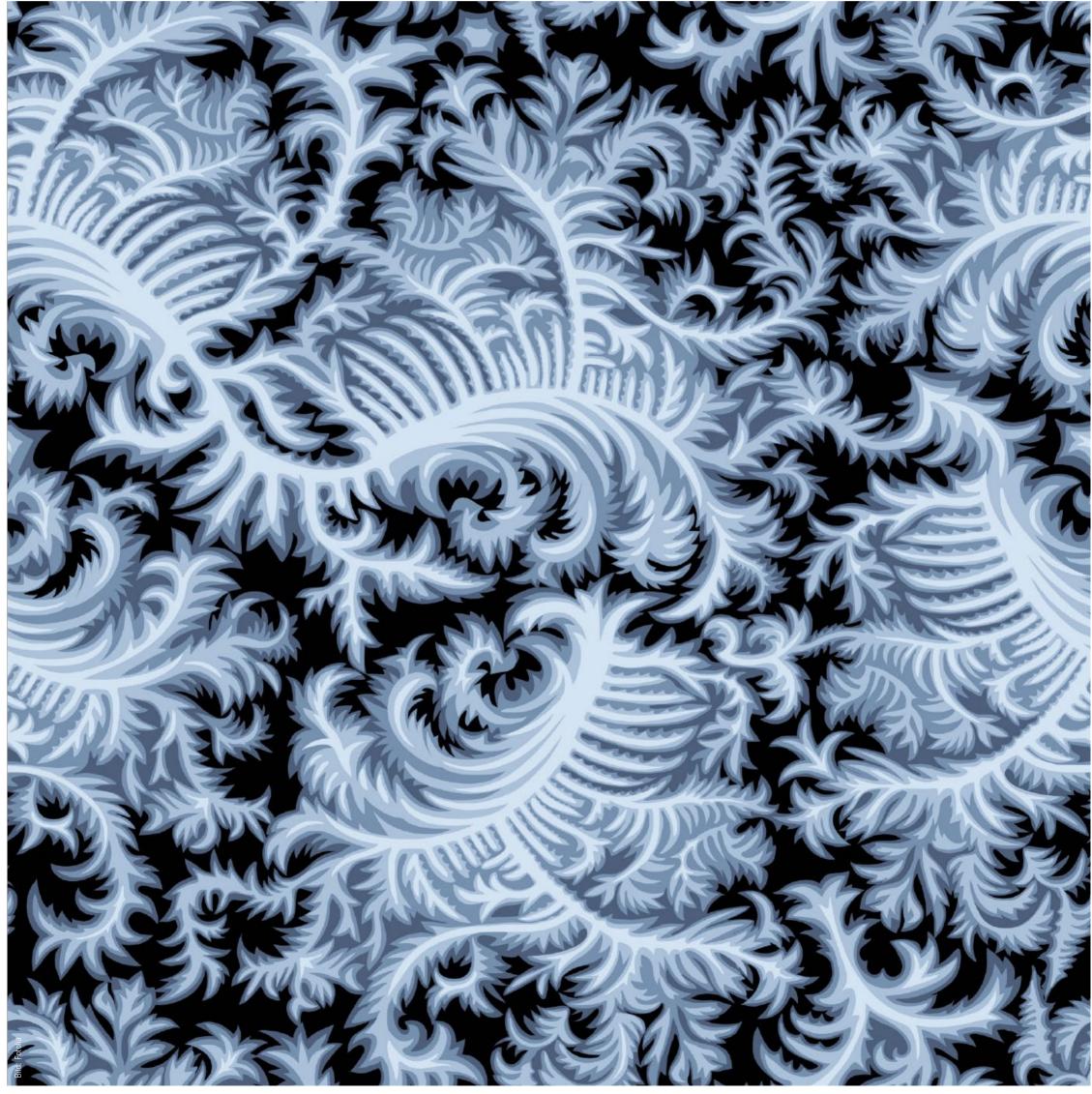


AZ BERN, NR. 274 FREITAG, 23. NOVEMBER 2018

# WINTER

Christbaumkugeln • Weihnachtsstimmung • Winterschuhe • Arvenholz • Tramdepot • Autotest • Reisen • Ausflüge



BZ BERNER ZEITUNG LANGENTHALER TAGBLATT THUNER TAGBLATT BERNER OBERLÄNDER

# NEW POWER. NEW RANGE ROVER PLUG-IN HYBRID.



Ein starker Auftritt wird jetzt noch selbstverständlicher. Der neue Range Rover Plug-in Hybrid treibt modernste Technologie zur Höchstform. 64 g/km  ${\rm CO_2}$  und 51 km Reichweite im EV-Modus machen ihn noch attraktiver für den Stadtverkehr. Dank der zusätzlichen Laufruhe des Plug-in-Hybrid-Antriebs stellt der neue Range Rover das Ultimative an Raffinesse dar. Neue Antriebsstärke schafft neue Anziehungskraft.

Vereinbaren Sie noch heute eine Probefahrt.

#### garage burri ag

Aarestrasse 12, 3600 Thun Tel. 033 222 32 12, Fax 033 222 32 53 www.thun.landrover-dealer.ch

Range Rover P400e Plug-In Hybrid Vogue 2.0, aut., 404 PS (297 kW), Normverbrauch gesamt: 2.8 l + 21 kWh/100 km, 64 g CO<sub>2</sub>/km, Benzinäquivalent 5.1 l/100 km, 44 g CO<sub>2</sub>/km aus der Treibstoff- und Strombereitstellung, Energieeffizienz-Kategorie: F, empfohlener Nettoverkaufspreis CHF 136′600.– (Abbildung zeigt Sonderausstattungen). Durchschnitt aller in der Schweiz immatrikulierter Fahrzeuge: 133 g CO<sub>2</sub>/km.















Die Genusswelt im Berner Oberland



## Genussvolle Geschenke

Das raffinierte Geschenk für jeden Geschmack: Das Team der Rugen Gnuss-Wält berät Sie persönlich und stellt Ihren individuellen Geschenkkorb mit feinsten Delikatessen, Bieren, Whisky und Gin zusammen.

Die Rugen Gnuss-Wält ist Montag bis Freitag von 7:45 bis 12:00 Uhr und von 13:30 bis 18:00 Uhr sowie Samstag 9:30 bis 16:00 Uhr durchgehend, direkt bei der Rugenbräu, geöffnet.

Rugenbräu AG, Wagnerenstrasse 40, CH-3800 Interlaken Tel. +41 (0)33 826 46 49, rugenbraeu.ch

SONDERBEILAGE WINTER INHALT



## **Liebe Winterbegeisterte**

Alle Jahre wieder. Mit dem fallenden Quecksilber rückt das Fest der Liebe immer näher. Es sind aber nicht nur die Thermometer, die dem anstehenden Advent ihre Aufwartung machen. Auch die umgemodelten Schaufenster tragen das Ihrige dazu bei. In diesem Jahr wurde ich anfangs Oktober erstmals erwischt, als mir bei einem Besuch in meinem Lieblingsbaumarkt unerwarteterweise kleine Weihnachtsmännchen und Baumkugeln entgegenstrahlten. Es war Grund genug, die kurze Hose, in der ich mich durch die Regale zwängte, endlich etwas tiefer im Kleiderschrank zu verstauen. Zumindest gefühlt, scheint sich das Geschäft mit den Weihnachtsartikeln immer weiter in den Sommer zu verschieben. Das wird schon seinen Grund haben, sage ich mir dann jeweils. Irgendjemand muss das Zeugs ja schliesslich kaufen.

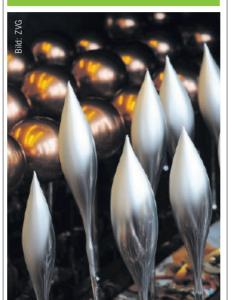
Persönlich bin ich demgegenüber eher ein Spätzünder, besonders was das Einkaufen von Geschenken aller Art angeht. Aber ich habe mich stark gebessert. Vorbei sind die Jahre, als ich noch am 24. Dezember gestresst durch allerlei Läden eilte. Heute geht vieles bequem übers Internet. Ob über Amazon oder sonst wo, all dem Kommerz zum Trotz fühle ich mich den Beschenkten am Weihnachtsabend besonders verbunden. Kein Wunder, bin ich doch selbst ein Kind des Liebesfests. Ja, kein Witz! Ich wurde tatsächlich an einem 24. Dezember geboren. Eine schöne Bescherung, nicht wahr? Nur einmal im Jahr Geschenke? Nein, das war nie ein Problem. Ich kenne es von Kindesbeinen an nicht anders. Dafür sahne ich noch heute einmal im Jahr so richtig ab.

Auch in unserer aktuellen Winterbeilage, die Sie nun in Ihren Händen halten, wollen wir einen Hauch von vorweihnachtlicher und winterlicher Stimmung aufkommen lassen. Dafür haben wir uns darüber schlau gemacht, was die Produktion von Weihnachtskugeln (Seite 4) alles mit sich bringt. Wir haben uns gefragt, was beim Kauf eines Winterschuhs (Seite 5) ausschlaggebend ist oder was Unerschrockene bei einer Iglu-Übernachtung (ab Seite 20) erwartet. Gemeinsam mit den Berner Wanderwegen haben wir darüber hinaus einige Leckerbissen für Schneeschuhbegeisterte zusammengestellt (Seite 22). Diese und zahlreiche weitere Themen können den folgenden Seiten entnommen werden.

Wir wünschen gute Lektüre!

**Philipp Mooser, Redaktor** 

## LIFESTYLE



## 4 KUGELN

Von rot bis silbern: Christbaumkugeln werden in allen möglichen Farbtönen hergestellt. Mehr zur Produktion der Schmuckstücke.

## **SCHUHE**

In der kalten Jahreszeit müssen Schuhe einiges aushalten. Um nicht mit kalten Füssen dazustehen, gilt es beim Kauf einiges zu beachten.

## 6 WEIHNACHTEN

Es weihnachtet sehr. Wir haben gleich mehrere Gründe zusammengestellt, weshalb man Weihnachten besser sausen lässt.

## ARVENHOLZ

Arvenholz wird eine spezielle Wirkung nachgesagt. Raphael Banz stellt mit dem Rohstoff ganz besondere Möbel her.

## MOBILITÄT



## 12 TRAMDEPOT

Wenn sich am späten Abend allmählich die Trams von Berns Strassen zurückziehen, gibt es andernorts alle Hände voll zu tun.

## AUTOTEST

Der T-Roc im Test: VWs neuer Wurf im SUV-Segment geht auf den Golf zurück, wirkt dank einiger Details aber jünger und trendiger.

## **UNTERWEGS**



## 17 DOLOMITEN

Entlang der Pisten um Alta Badia werden Skifahren und hochstehende Kulinarik unter einen Hut gebracht. Etwas für Geniesser.

## 18 MAROKKO

Ob Millionenstädte wie Casablanca oder malerische Piratennester wie Essaouira: Marokko ist ein Land mit vielen Farbtönen.

## 19 KAPVERDEN

Die Kapverden versprechen neben eindrücklichen Landschaften herzhafte Begegnungen mit musikbegeisterten Einheimischen.

## 20 IGLU

Wer noch nie in einem Iglu geschlafen hat, kommt in Gstaad garantiert auf seine Kosten –ohne dabei kalte Füsse zu befürchten.

## 22 WANDERN

Unterwegs in verschneiten Landschaften: Eine Zusammenstellung verschiedener Schneeschuhwanderwege im Kanton Bern

## 23

## **MUSEUM**

Das Naturhistorische Museum Bern bietet Familien mit Picas Nest seit kurzem eine etwas andere Erlebniswelt. Kinder lernen spielend!



LIFESTYLE SONDERBEILAGE WINTER



# «Die Herstellung der Kugeln braucht viel Geschick und Erfahrung»

Jede für sich ein kleines Kunstwerk und zusammen eine Komposition: Handgefertigte Christbaumkugeln konnten sich neben der Massenware behaupten. Ein Augenschein in einer Produktionsstätte.

RAHEL GUGGISBERG

«In China werden die Kugeln von Arbeitern angemalt, die möglicherweise gar nicht genau wissen, was der Sinn von Weihnachten ist.»

Niels Humpert
Warenhaus Globus

chneebedeckte Holzhütten, reich verzierte Vögel, Bären, pausbäckige Kinder, Pilze, Tannenwald und natürlich stämmige Weihnachtsmänner sind die Lieblingsmotive der Schweizerinnen und Schweizer. Es gibt sie in der Region Bern unter anderem in den Weihnachtsabteilungen der Warenhäuser Globus und Loeb.

## Viel Handarbeit

Hergestellt werden diese Kugeln beispielsweise im ostdeutschen Thüringen, in Lauscha. Ein Augenschein vor Ort zeigt, dass auch heute noch viel von Hand gemacht wird. Eine junge Frau bemalt eine mundgeblasene, dunkelrote Kugel mit goldener Farbe. Danach klebt sie von Hand Pailletten an. Dies ist der letzte Schritt der Kugelproduktion. Eine ruhige Hand ist gefragt: Geht ein Strich daneben, ist die Kugel futsch. «Es ist schön zu sehen, dass es noch Nachwuchs gibt in diesem Bereich», sagt Niels Humpert vom Warenhaus Globus. In Deutschland gebe es nicht mehr viele Junge, die den Beruf des Weihnachtskugelherstellers erlernen. Das sei schade. «Die Herstellung der Kugeln braucht viel Geschick und Erfahrung», weiss er.

Das alte Gebäude ist einfach eingerichtet. Im Nebenraum werden die Glasrohlinge langsam erwärmt. Danach erhitzt ein Kunstglasbläser das Glasrohr in der Flamme seines Gasbrenners auf eine Temperatur von etwa 800 Grad Celsius. Mit kontinuierlichem Druck und ständigem Drehen mithilfe einer Blasvorrichtung wird die gewünschte Form erzeugt. Danach werden die Glaskugeln in ein Steckbrett gesetzt, um sie für die Weiterverarbeitung auszukühlen. Um den Spiegeleffekt zu erzeugen, werden die Kugeln im Spritzverfahren mit einer Silbernitratlösung ausgefüllt und in heissem Wasser ständig geschüttelt. Diese Technik wurde im Jahr 1870 von einem Glasbläser in Thüringen erfunden und hat sich bis heute weitgehend erhalten.

## Konkurrenz aus Asien

Das grosse Mass an Handwerk ist unvergleichlich zu asiatischen Varianten. «In China werden die Kugeln in riesigen Hallen von Arbeitern angemalt, die möglicherweise gar nicht genau wissen, was der Sinn von Weihnachten ist». sagt Humpert. Asien bedient den Massenmarkt. «Glücklicherweise ist und bleibt die Produktion von hochwertigem Weihnachtsschmuck in Europa beheimatet», betont er. Ob es sich beim Christbaumschmuck um Handarbeit handelt, erkennt man zum Beispiel am kleinen Zipfel an der Unterseite der Kugel. Streicht man mit dem Finger über diesen Zipfel, spürt man deutlich eine Erhöhung. Auch die grossen Metallhütchen an der Maschinenkugel sind mindestens doppelt so gross wie bei einer mundgeblasenen Weihnachtskugel.

## Kugeln aus Skandinavien

Beim Schmücken des Weihnachtsbaumes gibt es wechselnde Trends. Derzeit sind in der Stadt Bern im Warenhaus Loeb Kugeln in weiss, rot, gold, silber und schwarz angesagt. «Erstmals haben wir heuer auch Kugeln aus Skandinavien im Sortiment», sagt Sprecherin Sara Reinke. Was sich im Laufe der Zeit verändert hat, sind die Oberflächenstrukturen. «Heute ist man sehr experimentell, was so eine Kugel alles umschliessen kann», sagt Humpert von Globus. Von dem bekannten

Glitter in unzähligen Versionen bis hin zu Velour-Flock und Glasperlen ist alles möglich.

Nach Jahrzehnten auf der Suche nach Themen und Farbkombinationen ist eine gewisse Stagnation eingetreten und man besinnt sich wieder darauf, was Menschen in der Weihnachtszeit wirklich brauchen und wünschen. Oftmals ist das verbunden mit einer Rückbesinnung auf Tradition: Erkennbares Handwerk, ungesehene Formen und Figuren sowie detailverliebte Akzente sind wichtiger denn je.

## TRADITIONEN AUS THÜRINGEN

Aus Thüringen stammen zahlreiche weihnächtliche Traditionen. Beispielsweise der Weihnachtsbaum und der Baumschmuck. Es ist einer Thüringerin zu verdanken, dass der Christbaum in der ganzen Welt berühmt wurde. Adelheid von Sachsen-Meiningen (1792–1849) war sieben Jahre lang Königin von England. Sie importierte den deutschen Christbaum nach Grossbritannien. In Weimar wurde 1816 der erste öffentliche Christbaum auf dem Marktplatz errichtet und zwar für alle Kinder, deren Eltern sich keinen Baum leisten konnten. Die gläsernen Kugeln haben den Ursprung in den Glasbläserwerkstätten im Thüringer Wald. Die Legende besagt, dass die armen Leute aus der Gegend um Lauscha, Eisfeld und Neuhaus Mitte des 19. Jahrhunderts so stark Hunger litten, dass sie die Äpfel und Nüsse, die zur Zierde des Tannenbaums gedacht waren, verspiesen. Da sie an Weihnachten trotzdem nicht vor einem kahlen Baum sitzen wollten, bliesen sie in den Glashütten nach Feierabend aus Abfällen dickwandige Kugeln aus Glas. Der Christbaumschmuck war geboren. Erhalten ist auch das Auftragsbuch eines Glasbläsers, in dem 1848 zum ersten Mal ein Auftrag über sechs Dutzend Weihnachtskugeln in verschiedenen Grössen vermerkt ist. 1867 wurde in Lauscha eine Gasanstalt erbaut, denn nur eine sehr heisse Gasflamme ermöglichte das Blasen grosser und dünnwandiger Kugeln. Der Lauschaer Christbaumschmuck wurde zum weltweiten Exportschlager. In der Glasbläserstadt wird noch heute der gläserne Christbaumschmuck hergestellt. Vor Ort kann man in Glasbläserwerkstätten Vorführungen besuchen.

SONDERBEILAGE WINTER

LIFESTYLE



Manuel Balsiger ist Orthopädieschuhmacher-Meister und Geschäftsinhaber von Balsiger Orthopädie in Bern. Er stellt Schuhe für Kunden her, die aus gesundheitlichen Gründen eine Spezialanfertigung brauchen. Bild: ZVG

# **«Wir brauchen immer grössere Schuhe»**

#### Herr Balsiger, welcher Fehler passiert beim Kauf von Winterschuhen am häufigsten?

Manuel Balsiger: Die meisten Leute kaufen ihre Schuhe generell zu klein. Das wirkt sich im Winter stärker aus, als zum Beispiel im Sommer. Denn in zu engen Schuhen kann die Luft nicht zirkulieren. So stellt sich keine Wärme ein, die Folge sind kalte Füsse. Zudem haben die Konsumenten oft nicht in Rechnung, dass sich unsere Füsse im Laufe der Jahre verändern.

#### Inwiefern?

Die Muskulatur lässt nach, was die Fussgewölbe absenken lässt. Der Fuss wird platter und auch länger. Wir brauchen also mit den Jahren immer grössere Schuhe — das kann bis zu drei Nummern ausmachen.

## Was muss ich für gutes Winterschuhwerk sonst noch beachten?

Überlegen Sie sich, wozu Sie den Schuh brauchen. Wollen Sie tatsächlich viele Stunden draussen im Schnee verbringen? Dann empfehle ich mit Lammfell gefütterte Schuhe. Membrane schützen vor Nässe, und ein Schuh mit wenig Nähten hält dichter als einer mit vielen Nähten. Das wichtigste ist, dass Sie in den Schuh steigen und sagen können: Darin fühle ich mich wohl.

## Wann muss ich den Winterschuh ersetzen?

Sie sehen es dem Schuh an, wenn er seine Lebensdauer überschritten hat: Gebrochenes Leder bei der Gehfalte, sprödes Material und eine abgelaufene Sohle sind klare Zeichen. Bei einem guten Schuh passiert das viel langsamer – es lohnt sich also, in gute Qualität zu investieren.

## Sollte ich meine Füsse im Winter pflegen?

Der Pflegebedarf ist im Winter noch höher als im Sommer. Die Trockenheit setzt den Füssen zu. Ich empfehle deshalb, sie abends mit einer guten Feuchtigkeitspflege einzucremen.

## Welche gesundheitlichen Folgen kann falsches Schuhwerk haben?

Zu kleine Schuhe mit Druckstellen verursachen oft sogenannte Krallen- oder Hammerzehen. Auch Nagelpilz und Hühneraugen kommen von falschen Schuhen. Beim Hallux hingegen liegt die Ursache meist in den Genen.



# Winterschuhtrends – bequem, warm und stylisch

Kälte, Nässe, Schnee und «Pflotsch»: Im Winter muss unser Schuhwerk einiges aushalten. Wer die dunkle Jahreszeit nicht mit kalten Füssen verbringen will, sollte sich frühzeitig nach guten Winterschuhen umschauen.

## PETRA CUPELIN



## NUR KEINE KALTEN FÜSSE

Frösteln muss nicht sein. Mit ein paar Tipps kommen Sie warm durch den Winter.

Fussgymnastik Immer mal wieder mit den Füssen wippen, die Zehen rollen oder auf der Stelle hüpfen – Bewegung tut gut, stärkt die Muskulatur und wärmt die Glieder.

Kneippen Gönnen Sie Ihren Füssen regelmässig ein Wechselbad. So geht's: Füsse 5 bis 10 Minuten in

**Kneippen** Gönnen Sie Ihren Füssen regelmässig ein Wechselbad. So geht's: Füsse 5 bis 10 Minuter warmes Wasser tauchen, dann 15 Sekunden in kaltes Wasser. Zwei- bis dreimal wiederholen. **Ingwertee und scharfe Speisen** Chili, roter Pfeffer oder Paprika heizen den Körper von innen. Ingwertee hat dieselbe Wirkung – am besten abends vor dem Schlafengehen.

**Gegen kalte Füsse in der Nacht** Dicke Socken, eine Fussmassage vor dem Zubettgehen und eine Wärmeflasche sind bewährte Hausmittel.

**Einlegesohlen** Müssen Sie längere Zeit draussen in der Kälte stehen? Dann helfen wärmende Thermo- oder Lammfellsohlen, die das Auskühlen der Füsse verlangsamen.

er Gang ins Schuhgeschäft dürfte dieser Tage vielen leichter fallen als in anderen Jahren. Besonders Damen, die nichts von unbequemen Spitzenschühchen und hohen Absätzen halten, dürfen aufatmen. Angesagt ist zurzeit in erster Linie, was bequem ist. Dies bestätigt auch Daniel Walder vom Schweizer Traditionshaus Walder Schuhe. «Der Trend liegt bei sehr warmen, komfortablen und gerne auch flachen Schuhen», so der Geschäftsführer. Elegante Pumps, feine Ballerinas oder Stilettos haben es während den Wintermonaten eher schwer und werden von rustikal anmutenden Modellen aus dem Regal verdrängt.

## Wiederauferstehung des Strandklassikers

Der Klassiker unter den bequemen Damen-Boots ist der gleichermassen geliebte wie verpönte UGG. Er erlebt derzeit ein veritables Revival. Plump und unförmig für die einen, cool und der Inbegriff für Understatement für die anderen, hat er im Schuhregal wieder eine Pole-Position eingenommen. Zur Geschichte dieser mit Lammfell

gefütterten Modelle weiss Daniel Walder: «Der ursprüngliche Zweck dieser Schuhe war es, die runtergekühlten Füsse von Surfern direkt nach dem Wellenritt wieder aufzuwärmen.» Ein ausgeklügeltes Marketing sorgte dafür, dass das Label erst in kalifornischen Surferläden und später auch in Europa zum Kassenschlager wurde.

Wer es lieber verspielt und auffällig mag, findet aber durchaus Alternativen: Coole Bikerboots mit Nieten, Schnallen und anderen Metall-Applikationen sind in allen Läden zu finden. Auch der Sommertrend Sneaker hat den Weg ins Winterangebot gefunden: Mit erhöhtem Schaft für warme Knöchel, robustem Obermaterial und gut gefüttert sind sie auch im Winter geeignete Begleiter. Für einen Farbtupfer sorgt in dieser Saison zudem die Farbe Rot: Knallig und grell bei den Damen, bräunlich oder in Richtung Bordeaux bei den Herren. Diese Modelle sorgen für willkommene Farbtupfer in der düsteren Jahreszeit.

## Warm, weich und wasserdicht

Die Optik ist das eine – das passende Material spielt beim Kauf eines guten Winterschuhs

eine mindestens so wichtige Rolle. Daniel Walder dazu: «Wer es wirklich warm haben will, dem empfehlen wir gefütterte Lammfellschuhe.» Sohlen aus demselben Material sorgen bei anderen Schuhen für wohlige Wärme. Warm bleibt es auch nur dann, wenn Wasser nicht von aussen in den Schuh eindringt. Dafür sorgen atmungsaktive Membrane. Die ultradünnen Schichten, die meist zwischen Obermaterial und Futter eingelegt werden, verfügen über feinste Poren. Diese sind gross genug, um Wasserdampf – also Schweiss – von innen nach aussen zu transportieren. Zu klein sind sie, um Wassertropfen in Form von Regen oder Schnee durchzulassen. Nicht zuletzt wollen Schuhe gepflegt werden. «Imprägnieren ist das A und O im Winter, bei Lederschuhen halten Schuhcremes das Material weich und geschmeidig», so Walder. Und was tun bei unschönen Salzrändern? Bei qualitativ hochwertigen Schuhen lassen sie sich gewöhnlich einfach mit Wasser abwischen oder mit geeignetem Pflegemittel reinigen. Winter, du darfst LIFESTYLE SONDERBEILAGE WINTER



zu viel Alkohol, primär in Form von Glühwein. Ich persönlich mag denjenigen im Innenhof des Kulturzentrums Progr, den ich regelmässig mit einer Freundin besuche. Sie stellt allerdings eine Bedingung: «Glühwein muss man draussen trinken.» Und da gibt ihr der Progr recht: Schon von weitem locken Fähnchen, Feuer und Falafel. Der Innenhof ist etwas zwischen Feenwelt und Zirkuszelt, und wir Glücklichen finden sogar einen Sofaplatz. Schon nach der ersten Tasse ist klar, dass Outdoor-Glühweintrinken brutal viele Nachteile hat: eiszapfenkalte Füsse, Kopfschmerzen vom billigen Wein, klebrige Handschuhe, weil man schon nach der zweiten Tasse keine Balance mehr hat. Die kalten Füsse jagen uns zu einer christlichen Stunde heim, und es bleibt nur zu hoffen, dass wir nicht krank werden.

Nach einem Glühwein hat man bekanntlich nicht genug. Meist stehe ich bei der Eröffnung der Weihnachtsmärkte zum ersten von unzähligen Malen an einem Glühweinstand, beim Platzhirsch am Waisenhausplatz nur ungern, weil man dort lange warten muss, beim «Münstermärit» siehts ähnlich aus, aber wenigstens ist der Glühwein lecker. Letztes Jahr war alles anders, ich schaffte es erst nach zwei Wochen. Eine andere Freundin ist auch ein grosser Fan und gibt zu: «Manchmal bin ich viermal in der Woche an einem Stand. Und letztes Jahr haben sie am 28. Dezember rund um mich herum schon angefangen, die Deko abzubauen, ich wollte einfach nicht gehen.» Ich musste lachen beim Gedanken daran, wie sie sich an ihre Tasse klammerte und nicht einsehen wollte, dass die Glühweinzeit vorbei war.

net bereits eine überaus hohe Konzentration an Raclette- und Fondueständen. Dieses Jahr wird die Konkurrenz noch grösser, und der Käseduft wird auf jedem Platz olfaktorisch omnipräsent sein: Auf der Grossen Schanze tischt der Starkoch Werner Rothen Fondue des Käseaffineurs Christoph Bruni auf. Auf der Kleinen Schanze hat der Punktekoch Markus Arnold einen neuen Weihnachtsmarkt namens Sternenmarkt ins Leben gerufen. Auch hier wird ein Gourmetfondue kredenzt, mit Käse aus dem Kanton Bern. Dafür wird das dortige Restaurant, welches Winterpause macht, als Chalet ausgebaut. Das Ringgenpärkli wird wieder mit dem Weihnachtsevent Oscar Elch bespielt, und hier essen Berner Hipster Raclettebrot von Jumi. Auf der Dachterrasse des Schweizerhofs wird in einem Glaspavillon raclettiert und auf der Dachterrasse der Globus-Filiale ebenfalls im Fondue gerührt. Der Platzhirsch, der seinem Namen alle Ehre macht und wirklich der Platzhirsch unter den Gastroangeboten der Weihnachtsmärkte ist, lädt am ersten Tag gar zum Fondue fürs Volk ein. Mitbringen muss man seine eigene Gabel und das Brot, den Käse spenden die Markthändler. Während der Platzhirsch-Inhaber Oliver Jaggy einige Worte ans Publikum richtet und danach feierlich die Beleuchtung des Weihnachtsbaums angeht, zieht eine dicke Wolke von Käsegeruch über den Waisenhausplatz.

ANZEIGEN





Folge uns auf Facebook

**★** Die kleine Schatzkiste im Herzen von Bern **★** Brocante und Handgemachtes

Susanne Kramer

Marktgass-Passage 1-3 (Kellereingang Marktgasse) CH-3011 Bern • 079 330 79 34 info@puce-et-plus.ch • www.puce-et-plus.ch

## Öffnungszeiten:

Mittwoch 10.00 - 18.00 • Donnerstag 13.00 - 21.00 Freitag 10.00 - 18.00 • Samstag 10.00 - 17.00

**BERNER MÜNSTER – WEIHNACHTSMARKT** Individuelle Handwerkskunst aus eigenem Atelier



## **THEMA 2018: STERNSTUNDE**

Öffnungszeiten:
1. Dez. – 24. Dez. 2018

Montag – Mittwoch + Freitag 11.00 – 18.30 Uhr Donnerstag Samstag + Sonntag Montag, 24. Dezember bernerweihnachtsmärkte.ch

Sa + So 1. + 2. Dezember und Sa + So 15. + 16. Dezember auch Handwerkermärit auf der Münsterplattform (handwerkermaerit.ch)

11.00-21.00 Uhr 10.00-18.00 Uhr

10.00-16.00 Uhr

SONDERBEILAGE WINTER

LIFESTYLE



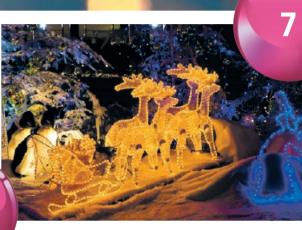
Weihnachten steht vor der Tür. Sieben nicht ganz ernst gemeinte Gründe, warum Sie das Fest der Liebe sausen lassen sollten.

CLAUDIA SALZMANN









## 4. Weihnachten ist stressig

Wir prokrastinieren Wochen vorher und schieben das Geschenkekaufen vor uns her, im Wissen, dass es alle so tun. Dabei würde frühes Anfangen helfen, kreative Ideen zu haben. Man könnte seinen Blick auch mal über den Stadtrand hinaus schweifen lassen und ins Emmental schauen: Dort schlagen die Herzen der Schleckmäuler in einem Lebkuchenkurs von Kambly höher. Die Kurse sind so beliebt, dass sie jeweils schon ab Oktober stattfinden. Dafür noch das Patenkind einpacken, und schon hat man ein wenig Zucker untergejubelt. Doch ich wette mit Ihnen, dass dieses selber gebackene Lebkuchenhaus nicht so schnell verspeist wird. Wer den Kurs verpasst, besucht am Trubschacher Weihnachtsmarkt den Stand und darf dort immerhin einen Lebkuchen selber bemalen.

### 5. Weihnacht klebt

Wer keine Ideen hat, was seinem Papa schenken, weil der behauptet, er habe schon alles und kein Wunsch sei mehr offen, der verschenke Zeit: Je nach Interesse einen Bierbraukurs im Alten Tramdepot, einen Cocktailkurs in der Bar «Die Taube» in der Rathausgasse, einen Kochkurs in der neuen Schauküche im Loeb oder einen Wurstkurs in der Metzgerei «La Boulotte» am Breitenrainplatz. Es ist ziemlich egal, was man gemeinsam unternimmt, denn jede solche Erinnerung ist unbezahlbar. Zu Weihnachten passt ein Schokoladenkurs im Mattequartier. Apropos Schokolade, die ja ebenfalls als Geschenk beliebt ist. Kombinieren lässt sie sich mit ebendiesem Schokokurs, aber auch bei einem «Schoggifondue» im Restaurant «toi et moi» oder einem Brunch im Kursaal, wo es einen Schokoladenbrunnen gibt. Sündhaft gut und schlicht ein Kindertraum.

### 6. Weihnachten macht dick

Eine geballte Ladung an Terminen mit stundenlangem Festessen kommt jeweils auf uns zu. Innert Tagen konsumieren wir so viele Kalorien, wie sonst wohl während eines ganzen Monats. Diese Kalorien verwandeln sich schnell in Hüftgold. Schuld daran sind massgeblich auch unsere Grossmütter, die sich partout nicht hinsetzen können und uns Essen auf den Teller stapeln, obwohl dieser noch gar nicht leer ist. Nicht nur im privaten Rahmen, auch die Arbeitgeber zeigen sich generös in Form eines Firmenessens, meist im gleichen Lokal wie im vergangenen Jahr, meist sitzen die gleichen Leute am gleichen Tisch, trinken den gleichen Wein, die gleichen Nachtschwärmer gehen zusammen weiter, in die ewig gleiche Bar mit den ewig gleichen Drinks. Aber wer nicht dabei ist, der verpasst etwas und muss ein Jahr warten, bis endlich wieder das Weihnachtsessen des Arbeitgebers angesagt ist.

### 7. Weihnachten ist kitschig

Diese unzähligen Lichterketten, das romantische Kerzenlicht und das goldene Engelshaar verwandeln sonst karge, betongraue Hinterhöfe in kleine Märchenwelten. Zarteste Porzellanvögelchen, exquisite Glitzerkugeln und hauchdünne silberne Glaskegel liegen in den Warenhäusern seit Wochen bereit. Wem dies alles ein Graus ist, der sollte ab Anfang Oktober keinen Fuss mehr in Läden und Lokale setzen. Ein Restaurant im Liebefeld hat seinen Baum so früh im Lichterglanz erstrahlen lassen, dass man gar befürchten muss, die Lichterketten seien das ganze Jahr über schon dort gewesen. Und dieses Jahr bekommen all diese Lichtkünstler Konkurrenz auf der Schützenmatte: Der Verein Platzkultur hat dort ein Zirkuszelt aufgebaut, und anstatt Parkplätze gibt es hier Cocktails, Raclette, Radiosendungen, Rollschuhdisco und allerlei sonstigen Schabernack. Und wer weiss, vielleicht ist ja sogar der Samichlaus im Zirkusprogramm aufgelistet.

## ANZEIGEN





## Willy Engel AG Thun



## Opale Wappenringe Sternzeichen

Freienhofgasse 1 3600 Thun Tel. 033 222 10 86



## Gallant

GUTSCHEIN CHF 10.-

Ab Einkauf von CHF 50.auf Lederwaren und Accessoires.

Pro Einkauf ist nur ein Gutschein gültig auf regulärer Ware / keine Rabatt-Kumulation. Gültig bis 31. Januar 2019.

Obere Hauptgasse 41, 3600 Thun

gallant.ch







## Wir gratulieren den glück herzlich zur Geburt ihrer



## klichen Eltern Kinder!

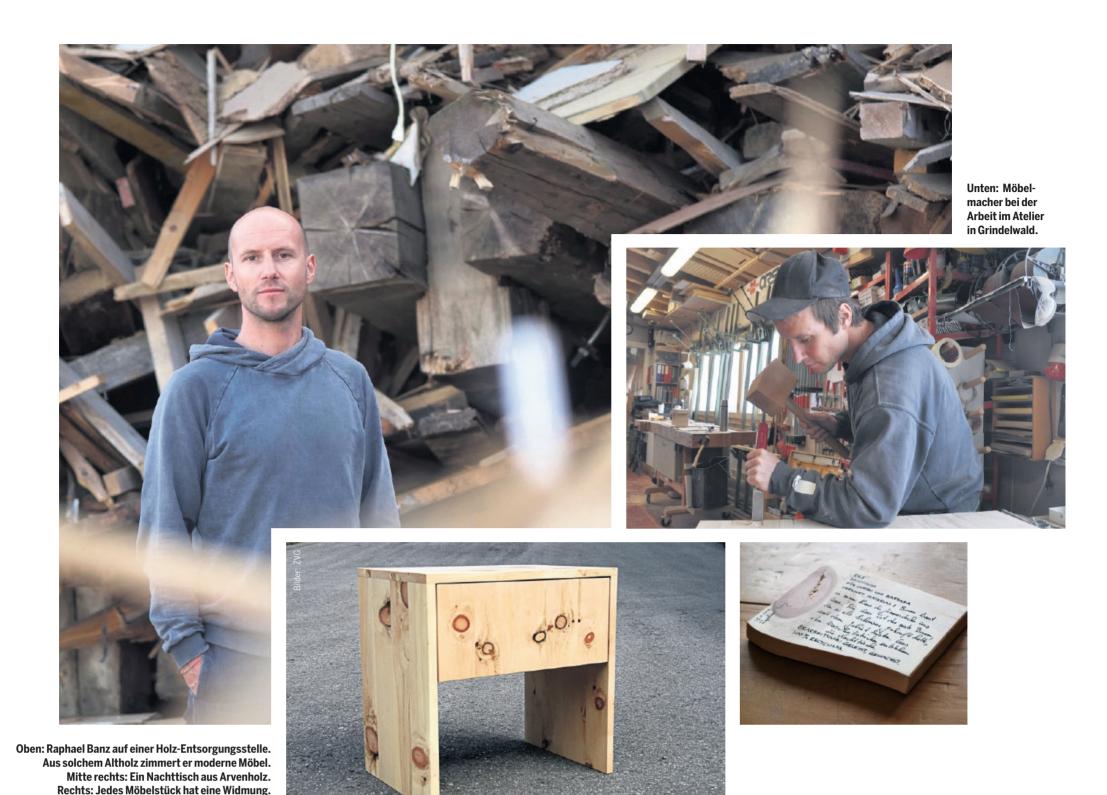


ie

Engeriedspital Riedweg 15 | 3012 Bern Tel. +41 31 309 91 11 | Fax 031 309 98 44 engeried@lindenhofgruppe.ch

Lindenhofspital
Bremgartenstrasse 117 | Postfach | 3001 Bern
Tel. +41 31 300 88 11 | Fax 031 300 80 57
lindenhof@lindenhofgruppe.ch

LIFESTYLE SONDERBEILAGE WINTER



# Vom Heuboden in die gute Stube

Raphael Banz verwandelt gebrauchtes Holz in moderne Möbel nach Mass. Upcycling nennt sich das. So wird aus einer Arvenholzdecke ein Nachttisch und aus einem Scheunenboden ein Esstisch.

KATHARINA MERKLE

und schreibt so dessen Geschichte fort. Wie die

Hocker in seiner Küche in der Berner Lorraine.

wo der gebürtige Entlebucher seit zwölf Jahren

lebt. Er hat sie aus Abfallhölzern zusammenge-

baut, geduldig, Schicht für Schicht. Daraus sind

stabile, moderne Designmöbel entstanden.

ie Möbel von Raphael Banz ha-

ben gleich im mehrfachen Sinn Ge-

schichte. Die Geschichte der Bäu-

me, von denen sie stammen, und

die Geschichte der Bauten oder

Möbel, zu denen das Holz zuerst

verarbeitet wurde. Banz verhilft

solchem Holz zu neuem Leben

«Meine Möbel sollen die Spuren der Zeit auf sich tragen und dabei edel und schön sein.» Raphael Banz Ono Design

Weiterverwenden statt wegwerfen

Der Werkstoff Holz hatte es dem heute 42-Jährigen schon als Kind angetan. Die Maturarbeit im Fach Bildnerisches Gestalten widmete Banz der Aufwertung entsorgter Materialien. Als er entdeckte, wie viel Holzbeider Möbelproduktion oder bei Umbauten entsorgt wird, wars um den promovierten Neurowissenschaftler, Biologen und Sportlehrer geschehen. Er wollte das Holz weiterverwenden und es in schöne Möbel verwandeln, denen man die Spuren der Zeit ansehen darf, die aber edel aussehen und funktional sind. Mit seiner Firma Ono Design, die er nebenberuflich betreibt, setzt er diese Idee seit fünf Jahren um. Für seine Holzarbeiten kann er ein Atelier in Grindelwald mitbenutzen. Mit Sicht auf die Eigernordwand verarbeitet er dort Gebrauchtholz zu Möbeln nach Mass.

Raphael Banz hat sich auf Auftragsarbeiten spezialisiert und produziert kaum je etwas auf

Vorrat. Kürzlich kam eine Kundin zu ihm, deren Grossvater eine alte Ziegelbrennerei im urnerischen Flüelen führte. Sie rettete zahlreiche Holzbretter vor der Abrissbirne und gab bei Banz einen Esstisch in Auftrag. Über dem fertigen Tisch hängt heute eine Schwarzweissaufnahme der Ziegelei. Ein anderer Kunde liess bei ihm aus dem Holz eines alten Scheunenbodens ebenfalls einen Esstisch zimmern. Die Bretter hatten zahlreiche Holzwurmlöcher. Banz hat sie mit Wachs aufgefüllt. So blieb ihre Zeichnung erhalten, und der Tisch ist trotzdem robust und hygienisch.

«Meine Möbel sollen die Spuren der Zeit auf sich tragen und dabei edel und schön sein», fasst er seine Philosophie zusammen. Einer Kundin baute er aus sonnenverbranntem, gebürstetem Holz einer Scheune einen Salontisch. Für das Gestänge benutzte er Metall aus einem Kunstprojekt seines Schwagers – gleich doppeltes Recycling also. Banz' erstes Werk war ein Bett, für das er Tannenholzbalken aus dem Hotel Regina in Grindelwald und Dachlatten aus seinem Elternhaus im Entlebuch kombinierte.

## Betörender Arvenduft

Einem Freund zimmerte er ein Arvenholzbett und später einen passenden Nachttisch dazu. Das Holz bezog er von der Baustelle eines Kollegen, der vor Jahren eine ganze Arve aus dem Sustengebiet gekauft hatte, aber für die geplante Wohnzimmerdecke nicht das ganze Holz aufbrauchte. «Jedes Holz hat einen spezifischen Geruch, aber der Duft der Arve ist besonders charakteristisch», weiss Raphael Banz. Arvenmöbel

sind im Unterland kein Verkaufsschlager. Denn das ursprünglich helle Holz hat viele Farbverläufe und dunkelt stark nach. Und auch die Maserung ist wegen der gut sichtbaren Äste schlicht unzähmbar. Doch vom Arvenduft lassen sich viele gerne betören, auch der Möbelmacher selber. «Wenn ich Arvenholz hoble, bin ich ganz von den ätherischen Ölen umgeben», schwärmt Banz (siehe auch Kasten). Um den Duft aufzufrischen, beliefert er seinen Freund immer wieder mit Arvenspänen, die dieser in einer Schüssel neben das Bett stellt.

## Jedes Möbel mit Widmung

Banz ist kein Esoteriker. Aber es liegt auf der Hand, dass seine Kunden eine emotionale Beziehung zu ihrem massgefertigten Möbel haben. Stammt das Material nicht aus ihrem eigenen Fundus, schreibt ihnen Banz die Geschichte des Holzes nieder und liefert, wenn möglich, auch Bilder dazu. Und auf die Unterseite seiner Möbel schreibt er jedem Kunden eine Widmung. Diese Genauigkeit ist er als Wissenschaftler gewöhnt. Zusätzlich zu Ono Design betreibt er mit Freunden ein Start-up für medizinische Ernährung, das sich mit Forschungsprojekten zur Muskelgesundheit von älteren Menschen beschäftigt. «Neben der wissenschaftlichen Arbeit hatte ich immer den Wunsch, kreativ tätig zu sein. Spezielle Möbel zu kreieren, ist ein sehr guter Ausgleich zur Kopfarbeit», sagt Raphael Banz. Und dank seiner Forschungsarbeit wiederum verspürt er keinen Druck, möglichst viele Möbelstücke verkaufen zu müssen.

## DER BERUHIGENDE DUFT

Nadelhölzer enthalten Terpene, das sind Bestandteile von ätherischen Ölen. Diese Holzöle sollen das Immunsystem stärken. Besonders Arvenholz wird eine beruhigende Wirkung nachgesagt. Studien besagen, dass wer vom aromatischen Duft der Arve umgeben ist, eine Stunde Herzarbeit täglich einspart. In der Schweiz wächst die Arve (Zirbelkiefer) ausschliesslich in den alpinen Regionen. So arbeiten Schreiner im Engadin viel häufiger mit Arvenholz als ihre Berufskollegen im Mittelland. Im Unterland bieten zahlreiche Läden und Apotheken Produkte mit Arvenöl oder -spänen an. Sehr beliebt sind Arvenkissen. Die Arvenzapfen und -samen werden zudem zu Likör oder Schnaps verarbeitet – diese dürften dem Konsumenten ebenfalls zu einem tieferen Schlaf verhelfen.

SONDERBEILAGE WINTER LIFESTYLE

# **Wohltuende Brillen: Augen-Kinetik**



Chris Dungar beurteilt Schulterstellung und Wirbelsäule.

### **KUNDENBEITRAG**

Wussten Sie, dass Brillengläser Hüftschiefstände beheben können? Woods Optik korrigiert ganzheitlich. reguliert die Körperhaltung und lässt dadurch Schmerzen verschwinden. Die Erfolgsgeschichte des jungen Geschäfts weckt Interesse.

**JASMIN MATZINGER** 

«Das ist wirklich ein Erlebnis!», sagt Frau Krebs, die mit ihrer Schwester Andrea nach Thun zum Optiker gereist ist. Schon mehrmals hat sie von Woods Optik und der Augen-Kinetik gehört, sah Plakate an der Bushaltestelle und spazierte am Geschäft mit der ansprechenden Dekoration vorbei.

Beim Eintritt nehmen sie die entspannte Atmosphäre und den freundschaftlichen Umgang des Teams wahr. Vor dem Sehtest werden Andrea umfassende Fragen gestellt. Spannend – denn Fragen über Rückenschmerzen und Körperverspannungen sind ganz ungewohnt beim Optiker.

#### Beschwerden lindern

Andrea leidet tatsächlich schon lange unter Schmerzen im Schulter- und Lendenbereich. Für sie war bisher klar, dass die Ursache beim Arbeitsplatz zu suchen sei. Chris Dungar zeigt aber auf: «Die Augen stehen in Zusammenhang mit Nackenverspannungen, Rücken- und Kopfschmerzen sowie der ganzen Körperhal-

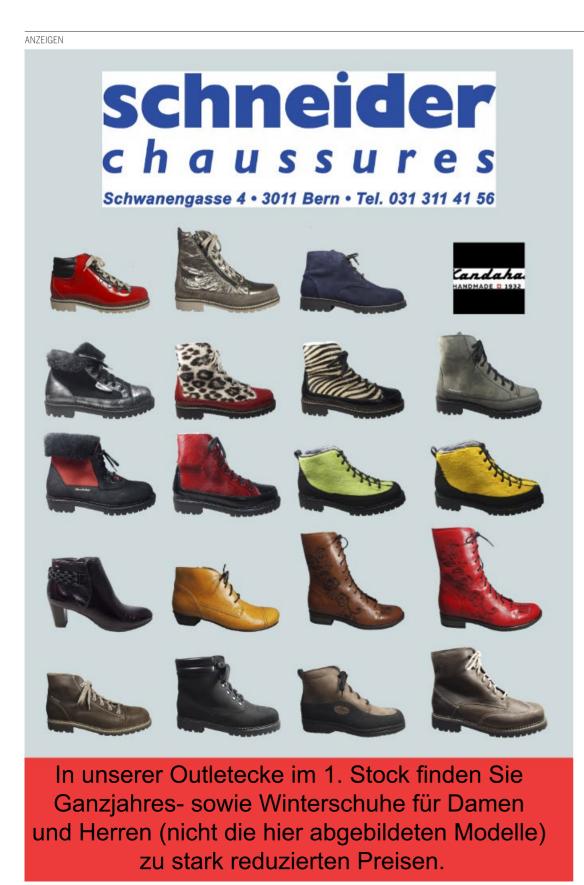
Neugierig verfolgt Frau Krebs, wie der Sehtest abläuft. Woods Optik versteht es, sowohl die Sicht zu schärfen, wie auch den Körper zu rich-

ten. Frau Krebs beobachtet, wie ihre Schwester sich aufrichtet und Andrea spürt deutlich, wie sich der Nacken- und Schulterbereich entspannt.

Ihre Atmung fühlt sich freier an. Dungar erklärt: «Während wir die Augen einstellen, richtet sich der Körper neu aus. Wir schauen den Körper ganzheitlich an: Die Augen-Kinetik hat Einfluss auf Kieferstellung, Beckenstand bis hin zur Fussstellung und berücksichtigt den Einfluss von Narben. Durch diese Regulierung reduzieren wir Beschwerden, zudem wirkt die Arbeit von Therapeuten nachhaltig.» Andrea freut sich auf ihre neue Brille und Haltung sowie auf beschwerdefreie Weihnachtstage. Schon der Test war ein faszinierendes Erlebnis.

#### **Eine Reise wert**

Woods Optik ist ein innovatives, modisches Berner Fachgeschäft, das starkes Wachstum verzeichnet. Die Forschung zahlt sich für Woods Optik aus: Kunden kommen heute aus fernen Gebieten der Schweiz nach Thun, um sich die Augen mit Augen-Kinetik korrigieren zu lassen. Chris Dungar machte sich vor vier Jahren selbständig und führt heute ein sechsköpfiges Team.





12 MOBILITÄT SONDERBEILAGE WINTER



ANZEIGE





## IHR TICKET UND ABO AUF LIBERO-WEBSHOP.CH

Kaufen Sie Ihr Billett oder Abo jederzeit auf Libero-Webshop.ch





SONDERBEILAGE WINTER **MOBILITÄT** 



# **Um Mitternacht** geht es richtig los

Sobald die Chauffeusen und Chauffeure von Bernmobil ihre Trams in die Depots gefahren haben, übernehmen die Reparateure und Depothandwerker. Sie entfernen Abfall und Graffitis, reinigen Böden, füllen Quarzsandtanks auf und reparieren Defektes, damit die Fahrzeuge am nächsten Morgen wieder einsatzbereit sind.

m Abend des 23. Oktobers ist es im Tramdepot von Bernmobil an der Bolligenstrasse beim Guisanplatz ruhig. Nur rund eine Handvoll Personen sind anwesend: zwei Depothandwerker und ihr Teamleiter, deren Stimmen sich in der 206 Meter langen Halle verlieren, der Leiter Tramdepot Peter Läderach sowie eine Tramchauffeuse und ein Tramchauffeur auf Pikett. Wenige hundert Meter entfernt spielt YB gegen Valencia. Falls die eingesetzten Busse für den Transport der Matchbesucherinnen und -besucher nicht ausreichen, will Bernmobil die Chauffeuse und den Chauffeur mit zwei weiteren Trams los-

schicken. «Der genaue Fahrzeugbedarf ist schwie-

rig einzuschätzen. Bei Grossanlässen wie Matchs und Konzerten halten wir deshalb zusätzliches Personal und Fahrzeuge bereit», sagt Läderach.

## Mit Besen und Lappen

Die beiden Depotmitarbeiter sind derweil mit dem Reinigen eines Trams beschäftigt. Sie entfernen Abfall wie liegengelassene Gratiszeitungen oder Kaffeebecher und kehren den Boden mit dem Besen aus. Ihn mit einem Mop feucht aufzunehmen, ist nicht nötig. Denn es liegt nirgends ausgeschüttete Flüssigkeit oder Erbrochenes, und es hat auch niemand ins Tram gepinkelt. An den Wochenendnächten und bei Veranstaltungen mit hohem Alkoholkonsum wie dem «Zibelemärit» oder dem Barstreet-Festival sehe es der Sitzbezug nass, weil jemandem die Blase überläuft, ersetzen ihn die Depotmitarbeitenden kurzerhand. «Wir könnten den Bezug zwar reinigen, aber wir wollen unseren Fahrgästen keine solchen Sitze zumuten», sagt Peter Läderach.

Einer der Depotmitarbeitenden entdeckt ein Tippex-Graffiti hinten im Wagen, das er sogleich mit Lösungsmittel und einem Lappen entfernt. Dass die gesamte Innenreinigung von Hand erfolgt, hat einen Grund: Reinigungsgeräte sind entweder so gross, dass sie nicht unter die Heizung oder die Sitzbänke reichen, oder sie sind so schwer, dass man sie keine Treppenstufen hinauf und hinunter tragen kann, wie dies in manchen Trams erforderlich wäre. Nach nicht einmal zehn

jeweils anders aus, meint Peter Läderach. Wird Minuten ist das Tram sauber und kann auf den vom Betriebssystem vorgesehenen Stellplatz im Tramdepot gefahren werden. Die Fahrzeuge müssen in der richtigen Reihenfolge platziert sein, damit die Chauffeusen und Chauffeure mit ihnen am nächsten Morgen gleich losfahren können.

> Um 21.27 Uhr fährt das elfte Tram an diesem Abend ein, das erste der Linie 6. Je nachdem, welche Arbeiten die diensthabende Equipe im Depot ausführen muss, benutzt ein Tram eines von drei Einfahrtsgleisen. Das Betriebssystem gibt das Gleis vor und stellt die Weichen. Dieses Tram ist auf dem Einfahrtsgleis 0 unterwegs – es muss ebenfalls nur innen gereinigt werden, bevor es auf seinen «Nachtplatz» gestellt wird. Bei einem Tram auf dem Einfahrtsgleis 1 hingegen

«Der genaue Fahrzeugbedarf ist schwierig einzuschätzen. Bei Grossanlässen wie Matchs und Konzerten halten wir deshalb zusätzliches Personal und Fahrzeuge bereit.»

Peter Läderach Leiter Tramdepot

müssten zusätzlich zur Innenreinigung die vier Sandtanks mit Quarzsand nachgefüllt werden. Dafür stehen wie bei einer Tankstelle Zapfsäulen bereit. Der Sand sorgt dafür, dass die Tramräder bei allen Wetterbedingungen einen guten Griff haben. Rund sechzig Tonnen Quarzsand verbrauchen die Trams von Bernmobil im Jahr.

#### Waschanlage nutzt Regen- und Brauchwasser

Das Einfahrtsgleis 2 ist für jene Fahrzeuge reserviert, die aussen gewaschen werden müssen oder die für kleinere Wartungs- oder Reparaturarbeiten vorgesehen sind. Die vollautomatische Waschanlage nutzt dafür Regenwasser. Es wird auf dem Dach des Tramdepots gesammelt und in einen Tank geführt. «Trotz der anhaltenden Trockenheit haben wir immer noch genügend Regenwasser», sagt Peter Läderach. Nach der Reinigung wird das Wasser recycelt. Die Spaltanlage entfernt Ölrückstände, die Filtrieranlage tötet Keime ab. Zum Schluss gelangt das Wasser in einen Brauchwassertank und wird wiederverwendet.

Alle sechs bis sieben Wochen erfolgt eine Grossreinigung des Innen- und Aussenbereichs. Nach 9375 gefahrenen Kilometern steht zudem eine Wartung an. Sie wird im dafür eingerichteten Tramdepot am Eigerplatz durchgeführt. Kleinere Arbeiten können die Depotmitarbeitenden jedoch auch im Tramdepot an der Bolligenstrasse vornehmen. Treppen, die im Werkstattbereich in den Untergrund und in die Höhe führen, gewähren ihnen Zugang zu den Rädern und Bremsen beziehungsweise zur Elektronik auf dem Dach des Trams.

## 22-Stunden-Betrieb

Ab Mitternacht herrscht Hochbetrieb. Rund die Hälfte der Trams fahren jetzt ein, das letzte taucht morgens um 1.07 Uhr auf. Dies ist der kritische Teil der bis 2 Uhr dauernden Spätschicht der Depotmitarbeitenden, weiss Peter Läderach: «Bei einem unerwarteten Defekt müssen die Mitarbeitenden eine Lösung finden, damit das Tram am Morgen wieder fahren kann. Das erfordert technisches Geschick und Belastbarkeit, denn es müssen ja noch eine Menge Trams gereinigt werden.»

Technische Kenntnisse sind auch in den beiden anderen Schichten erforderlich. Die Depotmitarbeitenden im Frühdienst sind die ers ten Ansprechpersonen der Chauffeusen und Chauffeure, falls sie am Morgen aus irgendeinem Grund nicht wie geplant losfahren können. Dann gilt es, unter Hochdruck das Problem zu finden und zu beheben. Auch wenn in der Stadt ein Tram stehen bleibt, sind die Depotmitarbeitenden gefordert. Sie rücken aus, um es abzuschleppen, und befördern schon mal den Chauffeur zu einem Ersatztram.

Den Spagat, den die Depotmitarbeitenden meistern müssen, spürt Peter Läderach bei der Rekrutierung. «Mehr als die Hälfte ihrer Arbeit besteht aus Reinigen. Das schreckt viele ab, die sich mehr für Fahrzeugkontrollen und -reparaturen interessieren.» Nichtsdestotrotz sei die Arbeit auch eine Chance: Die Depotmitarbeitenden benötigen lediglich einen Fahrzeugausweis der Kategorie B. Eine Lehre müssen sie nicht abgeschlossen haben, da sie «on the job» ausgebildet werden. Seit er vor sechs Jahren bei Bernmobil angefangen hat, habe noch keiner seiner 24 Mitarbeitenden – mit einer Ausnahme alles Männer – gekündigt. Dies trotz der anstrengenden Schichtarbeit, welche die Gestaltung des Privatlebens erschwert. Manche Depotmitarbeitenden haben aber in den Fahrdienst gewechselt und arbeiten nun als Tram- und Buschauffeure.

In dieser Nacht tauchen keine unerwarteten Probleme auf. Das einzig Ungewöhnliche ist eine Damenhandtasche, die ein Chauffeur in seinem Tram gefunden hat. Sie wird in eines der Schliessfächer eingeschlossen und am nächsten Morgen von einer Kurierin ins Infocenter am Bärenplatz gebracht. Erst einmal aber gehen im Tramdepot an der Bolligenstrasse die Lichter aus. Es ist wie immer eine kurze Nachtruhe, denn um vier Uhr beginnt bereits die Frühschicht.



## **SAANERSLOCH-BAHN ERÖFFNUNG & KONZERT**

15. DEZEMBER 2018

www.gstaad.ch/winterhimmel







Marianne Hellström Kosmetikerin EFZ Guisanstrasse 2 3400 Burgdorf Tel. 034 423 98 60 www.skinwell.ch







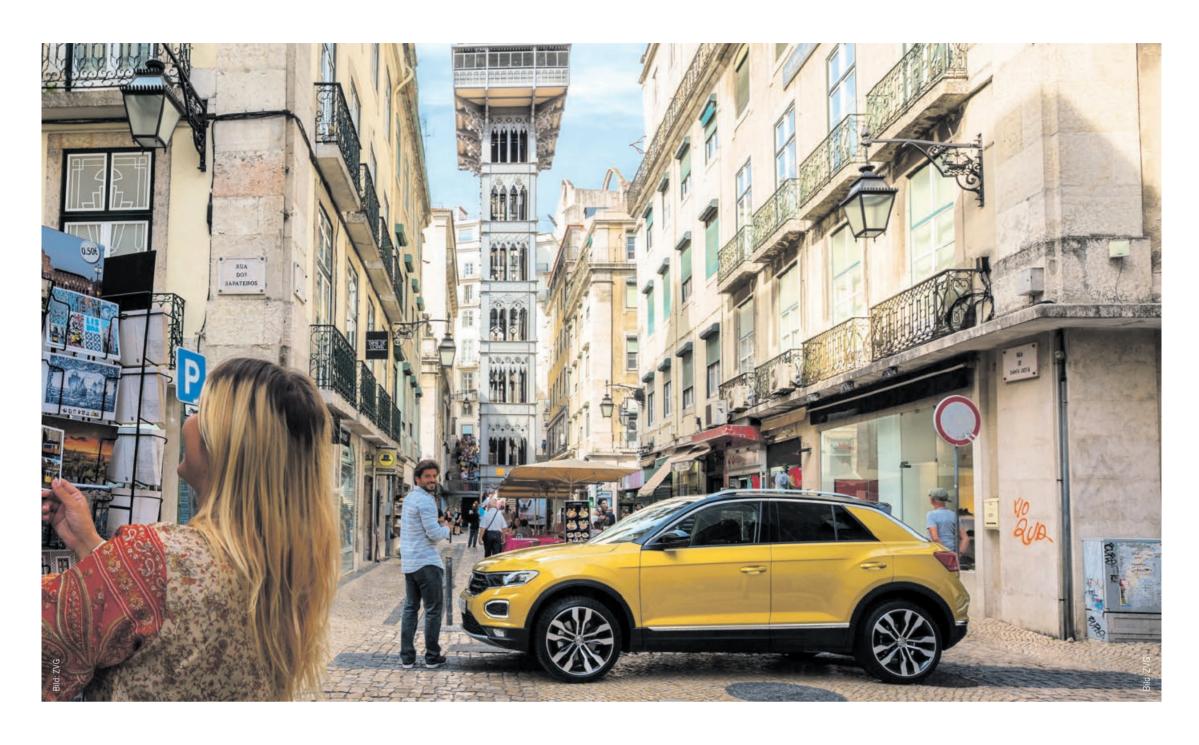
## Der neue T-Roc.

Manche können andere im Bruchteil von Sekunden für sich gewinnen. So wie der neue T-Roc. Mit seinem sportlich-dynamischen Charakter, der unverwechselbaren Front und zahlreichen auffälligen Details hinterlässt er einen selbstsicheren Eindruck. Und spätestens wenn er mit der Kombination von 4MOTION und DSG seine starken SUV-Gene zeigt, werden Sie ihn nicht mehr vergessen können. Ready to Roc.





SONDERBEILAGE WINTER MOBILITÄT 15



ARTUR K. VOGEL

Er fühlt sich spritzig an, ist dank seiner Kürze und dem relativ leichten Gewicht ausgesprochen handlich und lässt sich, anders als viele andere SUV, stürmisch durch die Kurven treiben.

eit seiner Einführung vor 44 Jahren war der VW Golf (wie einst der Käfer) das Lieblingsauto der Schweizer. Doch 2017 wurde er, inzwischen in der siebten Generation angeboten, durch den Skoda Octavia aus demselben Volkswagen-Konzern auf den zweiten Platz verwiesen. Neuerdings ist er laut Statistik von Auto Schweiz nochmals abgerutscht: Auch der VW Tiguan, ein mittelgrosses SUV, rangierte in den Verkaufszahlen vom Herbst 2018 vor dem Golf.

Dass der einstige Bestseller etwas Mühe bekundet, ist also auf wachsende Konkurrenz im eigenen Haus zurückzuführen. Und die ist inzwischen noch grösser geworden. Denn VW steigt, relativ spät, jetzt auch in den boomenden Markt der kompakten SUV ein, auf dem sich schon viele Mitbewerber tummeln. Tatsächlich hat heute fast jede grössere Automarke ein kleines SUV im Portfolio. Im Premium-Segment, zu dem der T-Roc mindestens preislich gehört, finden sich Modelle von Audi, BMW, Mercedes, Mini, Jaguar oder Range Rover. Der T-Roc ist auch konzernintern ein Spätzünder: Cousins wie die preisgünstigeren Skoda Karoq (Nachfolger des Yeti) und Seat Altea sowie der Audi O2 waren vor ihm da.

## Jugendliche Attitüde

Mit gut 4,2 Metern sind Golf und T-Roc fast gleich lang. Das nächstgrössere VW-SUV, der Tiguan, ist deutlich länger und höher. Doch Golf und Tiguan, die Seriosität und Solidität ausstrahlen, wirken bieder im Vergleich zum Neuen, der mit den Allüren eines Rockstars auftritt. Schon die Front des T-Roc mit einem rundumlaufenden Chromband, das Kühlergrill und Scheinwerfer einfasst, und tief angesetztem Tagfahrlicht wirkt eigenständig und selbstbewusst. Relativ kleine Fensterflächen, ein eleganter Dachbogen, ein flach abfallendes Coupé-Heck, ein frivoler Hüftschwung über den Hinterrädern und scharf gezeichnete Linien an den Flanken und auf der Motorhaube geben dem T-Roc einen jugendlichen, dynamischen Look. Hinzu kommen die kreativen Farbkombinationen, in denen der Wagen geordert werden kann.

Äusserlich ist der T-Roc also eine erfreuliche Erscheinung. Deshalb ist etwas enttäuscht, wer die Türen öffnet. «Reichlich viele Plastikflächen», findet die Begleiterin (die sich beim Einsteigen am kantig vorstehenden Armaturenbrett das Knie schmerzhaft angeschlagen hat). Die Interieurs der direkten Konkurrenten BMW XI, Audi O2 oder Jaguar E-Pace wirken hochwertiger. Ist der T-Roc in einer der munteren Frühlingsfarben gehalten, so findet sich diese (ähnlich übrigens wie im O2) auch auf Teilen des Armaturenbretts wieder, was dieses auflockert.

# VW Golf, als Rockstar verkleidet

Der T-Roc, VWs neuer Beitrag im stark wachsenden Segment der kleinen SUV, basiert auf dem Golf. Doch dank knackigen, scharf gezeichneten Linien und frechen Details wirkt er jünger und trendiger.

Unser Testfahrzeug war jedoch ganz in schwarz gehalten, weshalb sich auch das Armaturenbrett schwarz in schwarz präsentierte, etwas langweilig also, wie die Begleiterin kritisiert.

Die Sitze, in unserem Fall mit einem interessant gemusterten Stoff bezogen, der so solide wirkte, als sei er für die Ewigkeit gewoben, sind straff; sie geben, wie sich schon in der ersten Kurve herausstellt, auch nicht gerade viel Seitenhalt. Und wenn wir schon beim Meckern sind: Zwar stehen fünf Fahrmodi zur Wahl: Eco, Comfort, Normal, Sport und Individual. Doch selbst in der Komfort-Stellung wirkt der T-Roc ziemlich hart, sobald die Strasse nicht glattgebügelt ist.

## Stürmisch in die Kurven

Amag Bern hat uns das momentan bestmotorisierte Modell zur Verfügung gestellt: einen

Zweiliter-Benziner mit 190 PS, einem automatisierten 7-Gang-DSG-Getriebe und Vierradantrieb. Man könnte auch das Basismodell mit Einliter-Benzin- oder 1,6-Liter-Dieselmotor mit jeweils 115 PS, Handschaltung und Frontantrieb bestellen oder das mittlere Diesel- und Benzin-Modell mit jeweils 150 PS. Doch der stärker motorisierte T-Roc macht mehr Spass: Er fühlt sich spritzig an, ist dank seiner Kürze und dem relativ leichten Gewicht ausgesprochen handlich und lässt sich, anders als viele andere SUV, stürmisch durch die Kurven treiben. Somit hat die oben kritisierte, stramme Aufhängung auch ihre positive Seite.

Der Motor hängt gut am Gas, und zusammen mit dem schnell und fast unmerklich schaltenden Getriebe verleiht er dem knapp anderthalb Tonnen schweren Gefährt Flügel. Eine (theoretische) Höchstgeschwindigkeit von

216 km/h und die Beschleunigung von 0 auf 100 km/h in 7,2 Sekunden sind beachtlich. Wenn man den Sport-Modus wählt, wenn Lenkung und Fahrwerk straffer werden und die Gänge höher ausdrehen, fühlt sich der T-Roc an wie ein geländetauglicher GTI. Er stürmt schneller los als zum Beispiel der um 60 PS stärkere und teurere Konkurrent von Jaguar, der E-Pace S P250, der eine halbe Tonne mehr auf den Hüften hat und mit 10,2 Litern auf 100 Kilometer laut TCS-Messung auch fast drei Liter Benzin mehr konsumiert als der VW in unserem Test. Auch der vergleichbare BMW X1 mit 192 PS beschleunigt nicht besser.

## Schick, aber vernünftig

Der T-Roc ist nicht ein Auto wie jedes andere; er soll bezeugen, dass VW neben rechtschaffenen, praktischen Alltagsgefährten wie Polo, Golf und Passat, Tiguan, Touran oder Touareg auch solche bauen kann, die modischen Ansprüchen genügen. Aber der T-Roc wäre kein richtiger VW, wenn er nicht auch an die Vernunft seiner Käuferinnen und Käufer appellierte. So präsentiert sich das Raumangebot dank langem Radstand (2,6 Meter) und geschickter Innenraumgestaltung grösser, als die sportlichknappe Silhouette erwarten lässt. Die Kopf- und Beinfreiheit ist auch auf der Rückbank beachtlich, und der Kofferraum ist, trotz der schräggestellten Heckklappe, mit 445 bis 1290 Litern sogar minim grösser als beim Golf. Auch die Ergonomie ist typisch VW, die Bedienung simpel, die Technik bewährt.

Dass die Liste der Optionen lang ist und ins Geld gehen kann, ist dem T-Roc mit allen anderen VWs (und überhaupt allen deutschen Autos) gemein. Neben den vielen Farbkombinationen können auch das digitale Cockpit, der Touchscreen mit umfassendem Online-Infotainment, elektronische Helfer wie Tempomat, Spurhalte- und Abstands-Assistent, Einparkhilfen und so weiter geordert werden. Der Preis dringt dann rasch in höhere Sphären vor: Unser umfassend ausgerüsteter T-Roc war mit rund 48 000 Franken angeschrieben und stiess damit ins Territorium des grösseren Tiguan vor. Ähnlich motorisierte und ausgestattete Audi Q2 und Q3, Mercedes GLA sowie BMW X1, X2 und sogar X3 bewegen sich ebenfalls in diesem

Der T-Roc ist trotzdem nicht einfach ein weiteres Angebot in der dicht gedrängten Meute der kompakten SUV. Weil er wirkt wie eine SUV-Variante des Golf, etwas teurer, dafür verjüngt und schick, und weil er gleichzeitig geräumig und praktisch ist, wird er viele VW-Fans ansprechen; der Verkaufserfolg dürfte trotz der zahlreichen Mitbewerber gesichert sein.



SILVESTER IM SEEGARTEN **FEIERN SIE MIT UNS!** ♦ 6 GÄNGE – GALA – DÎNER À CHF 98.00 P. P ♦ MITTERNACHTS-ÜBERRASCHUNG MUSIKALISCHE UNTERHALTUNG MIT MR DULY UNSER TIPP: ÜBERNACHTUNG SCHON AB CHF 183.00 P. P. ♦ INKL. SILVESTER-PACKAGE & REICHHALTIGEM FRÜHSTÜCK RESERVATIONEN UNTER:







grosse Auswahl von Imkereiartikeln Biofarm-Produkte Bio-Früchte + Gemüse Regionale Lebensmittel Tee + Kräuter aus der Region Honig vom Emmental Viele Geschenkideen

Zäzibiene, Thunstr. 3, 3532 Zäziwil Tel.: 031 712 05 24/079 378 68 08 www.zaezibiene.ch





## orchimed MEDIZINISCH-KOSMETISCHES INSTITUT

## Hier werden Sie schön.

feinen, innovativen Orchimed-Universum.

Nicht nur punkto Behandlungstechniken und Effektivität Orchimed bietet hebt sich Orchimed von allen anderen Beauty-Angeboten → kostenlose, persönliche Beratung ab. Vor allem auch hinsichtlich Betreuung, Diskretion → tiefe Einblicke – dank innovativer Haut-Analyse und Ergebnis: «Wer sich einmal in unsere Hände begeben → die BIA Analyse – für einen aktiven, gesunden Stoffwechsel hat, will immer wieder kommen», verrät Brigitte Züllig → kleine und grosse Wunder: Sichtbare Reduktion von mit einem schelmischen Augenzwinkern. Sie verkörpert, was sie anbietet: Den einfachen, schmerzfreien Weg zu mehr Schönheit und langanhaltender Jugendlichkeit.

## «Der Vorher-Nachher-Effekt ist sofort sichtbar.»

Orchimed bedient sich Anti-Aging Verfahren, die verblüffende Resultate bringen. Und das mitten im Herzen von Bern. «Viele Frauen reisen um die ganze Welt, um solch effektive Behandlungsmethoden zu finden», weiss Brigitte Züllig. Ob für die Reduktion von Fett, Falten, Flecken oder Narben - Orchimed bietet schmerzfreie, sofort sichtbare und nachhaltige Lösungen für Frauen und Männer.

Schönheit kommt von innen - das mag kein Geheimnis Das medizinisch-kosmetische Institut in der Neuengasse 8 sein. Das Mysterium, dass Schönheit auch einen Kick von hat sich ganz und gar der Schönheit und des Wohlfühlens aussen verträgt, gilt es zu entdecken: Willkommen im verschrieben – und bedient sich bahnbrechender Methoden wie z.B. der «Venus Legacy» für die Hautstraffung.

- Cellulite, Körperfett, Schwangerschaftsstreifen, Falten, Narben und Hautflecken in nur sechs Wochen
- → Mesoporation Hautverjüngung für Gesicht, Hals und Décolletée
- → die exklusive Pflegelinie Vivescence auch für zuhause
- → dauerhafte Haarentfernung SHR

Entdecken Sie alle Behandlungsmethoden auf orchimed.ch

♥ Neuengasse 8, 3011 Bern **C** 031 822 00 33 ☑ info@orchimed.ch



«Jede Frau möchte äusserlich so jung aussehen, wie sie sich innerlich fühlt».

Brigitte Züllig Geschäftsleiterin













# o a b o unterwegs



## Genussvoll von Hütte zu Hütte

Die Region Alta Badia, mitten im erhabenen Skigebiet der gigantischen Dolomiten, verbindet genussvolles Skifahren mit kulinarischen Genüssen in vollkommener Weise. «Skifahren mit Genuss», das kulinarische Konzept feiert in diesem Jahr sein 10-Jahre-Jubiläum.

## **SILVIA METTLER**



La Villa liegt im Herzen der Dolomiten und ist der ideale Ausgangpunkt für erlebnisreiche Ski-Rundreisen. Ein Skikarussell mit Zugang zu 500 Kilometern erstklassigen Pisten, inklusive der weltherühmten Sella Ronda

Übernachten: Im Hotel La Majun fühlt man sich besonders wohl. «Wir sind kein Hotel, sondern ein Zuhause», sagt die charmante Seniorchefin Roberta, Das 4-Sterne-Hotel hat alles, was sich ein Skifahrerherz wünscht. Direkt an der Piste, Wellness erster Güte und köstliches Essen zu fairen Preisen. lamajun.it

Ladinische Spezialitäten: Wer es ganz urchig mag, der soll unbedingt das Agriturismo Maso Runch Hof nicht verpassen. Da wird alles von Hand hergestellt. masorunch.it

Anfahrt: Die Anfahrt von Bern über den Brenner nach Bozen dauert mit dem Auto rund 5½ Stunden

Tourismusbüro Alta Badia, altabadia.org

meisterhaften Handbewegungen filetiert der Kellner den Steinbutt direkt am Tisch. Drei Kilogramm wiegt der Meerfisch und ist heute Morgen direkt aus der Region Venedig angeliefert worden. Dies erklärt der Chef im Restaurant Club Moritzino auf 2100 Meter über Meer. Es steht auf dem Piz Ila. im Herzen der Region Alta Badia. Von aussen unscheinbar, wie Berghütten eben so aussehen, drinnen aber wird mit Handschuhen serviert. Tischtücher und Servietten sind aus weissem Stoff. Fast vergisst man ob all den Köstlichkeiten, dass die Reise aus der Schweiz eigentlich des Skifahrens wegen gemacht wurde. Also, ab auf die Piste. Mehr Gaumenfreuden aus Alta Badia

## Das grösste Skikarussell der Welt

Irritierend und imponierend zugleich, mit welcher Konsequenz die Südtiroler ihren Skizirkus betreiben. Die Region «Dolomiti Superski» ist ein Verbund von zwölf Regionen. Neben Alta Badia gehören wohlklingende und bekannte Regionen wie Cortina d'Ampezzo, das Hochpustertal oder der Kronplatz dazu. 450 moderne Lift- und Bahnanlagen und 840 Kilometer gut präparierte Pisten machen die Dolomiten zum grössten Skikarussell der Welt – so steht es zumindest im Prospekt. Skitourismus wird hier als Industrie verstanden und betrieben. Es wird aufgerüstet, wo es geht: Neue Expressbahnen werden gebaut, fast jeder Erdbuckel wird flachgewalzt und bei Bedarf spuckt Schnee aus unzähligen Kanonen. Zehntausende Skifahrer transportieren die Italiener bei Vollauslastung stündlich in die Höhen. Dank diesem ausgeklügelten System verteilen sich die Besucher und können wochenweise täglich neue Pisten erkunden.

## Das schönste Bauwerk der Erde

Die Umrundung der «Sella Ronda», der imposanten Bergkette inmitten der Dolomiten, ist das erklärte Tagesziel. Dafür muss man früh aus den Federn. Die Tour, welche im oder gegen den Uhrzeigersinn genossen wird, ist gut beschildert. Sie verbindet die vier ladinischen Täler Val Gardena-Gröden, Alta Badia, Arabba und das Val di Fassa. Einfach nur den orangen Wegweisern folgen und es geht flott voran. So gut, dass spontan entschieden wird, auch noch die Marmolada, Königin der Dolomiten, so quasi als «pièce de résistance» mit in die Tour einzubauen. Welch ein Panorama, nahe dem Himmel auf 3342 Meter über Meer. Le Corbusier bezeichnete die nach dem Geologen Dolomieu (1750-1801) benannten Dolomiten als «das schönste Bauwerk der Erde». Wer könnte dem Begründer der modernen Architektur da widersprechen?

## Per «Deux Chevaux» nach Armentarola

Alta Badia zeichnet sich durch abwechslungsreiche Skitouren aus. Ohne Felle zu montieren und anstrengende Aufsteige gibt es da Rundtouren, die ebenso variantenreich wie genussvoll sind. Die Skitour Lagazuoi lohnt sich alleine schon wegen der Fahrt mit der Seilbahn auf 2778 Meter über Meer. Und eine Lektion in Geschichte gibt es gratis dazu. Lagazuoi war einer der härtesten umkämpften Gipfel während des Ersten Weltkriegs. Davon zeugen noch zahlreiche Schützengräben und Schutztunnels, in die man neben der Piste einen Blick werfen kann. Ausser Geschichte gibt es auch Unterhaltendes zu erleben. Nach der 7,2 Kilometer langen Abfahrt wartet zum Abschluss ein ebenso ungewöhnliches wie unterhaltsames Intermezzo. Zurück zum Ausgangspunkt «reist» man mit einer Art Öko-Taxi. Bis zu 60 Skifahrer gleichzeitig werden von zwei Pferden über der Capanna Alpina Richtung Armentarola gezogen. Trotz «Deux Chevaux»-Taxi kommen auch da einige Pistenkilometer und Höhenmeter zusammen, die auf der Tageskarte registriert und am Abend im Internet abrufbar sind.

## In Alta Badia liegt Genuss in der Luft

So viel Skifahren macht Hunger. Hochgenuss gibt es auch auf kulinarischer Ebene. Alta Badia verbindet seit vielen Jahren Skifahren mit hochstehender Kulinarik, da viele preisgekrönte Spitzenköche vor Ort sind. Frischen Meeresfrüchten, selbstgemachter Pasta, feinstem Käse in allen Variationen und noch vielen Gourmetköstlichkeiten mehr begegnet man auf den variantenreichen Touren immer wieder. Und dies nicht ohne Grund. Stefanie Irsara vom Tourismusverband Alta Badia Brand klärt auf: «Wir haben ein Konzept entwickelt, wo einheimische wie auch internationale Hauben- und Starköche Häppchen kreierten, die dann in unseren Hütten angeboten werden.» Von Häppchen zu Häppchen und Hütte zu Hütte – so das Konzept. Vor zehn Jahren haben die initiativen Tourismusmanager angefangen, Kulinarisches in den Skibetrieb zu integrieren. Nun findet «Skifahren mit Genuss» zum zehnten Mal statt. Immer wieder gibt es Neuerungen am Konzept.

Dieses Jahr werden zehn etablierte Küchenchefs einer Skihütte in Alta Badia zugeordnet, für die sie jeweils ein köstliches Gericht kreieren, das während der Wintersaison angeboten wird. Jeder Küchenchef wird dabei eine Veranstaltung präsentieren und ein Gericht nach dem Motto «Skitheitalianway» präsentieren. Das Besondere an diesen Gerichten wird sein, dass die italienische Küche mit ladinischen Zutaten vereint wird. Wo fein gekocht wird, ist auch guter Wein nicht weit weg. Zu jedem Gericht steht ein spezieller Südtiroler Wein im Angebot, der von einem ausgebildeten Sommelier mit Sorgfalt ausgewählt wird und sich perfekt mit dem Gericht ergänzt. Wiederkommen lohnt sich. Auch wegen dem drei Kilogramm schweren Steinbutt – der leider am Nebentisch genossen wurde.

## Leckerbissen aus dem Eventprogramm

.**7.12.2018** ALHSSIMO-The Dolomites' Most Exclusive Brunch

18.12.2018, 15. & 29.1.2019, 5. & 19.2.2019 sowie 12. & 26.3.2019 Mit dem Sommelier auf der Piste:

Skifahren und Weine degustieren 24.3.2019 Wine Skisafari, Verkostung der



18 UNTERWEGS SONDERBEILAGE WINTER

# Marokko lebt nach einem anderen Rhythmus



Ein abwechslungsreiches Land. Marokko deckt zwischen der hektischen Millionenstadt Casablanca und dem malerischen Essaouira die unterschiedlichsten Facetten ab.

## Casablanca, Essaouira, Marrakesch, das Atlas-Gebirge, die Wüste: Marokko weckt Fernweh. Das gilt nicht nur für Touristen; das gilt auch für Auswanderer. Wir haben einige von ihnen besucht.

ARTUR K. VOGEL

Marrakesch, umgeben von einer intakten Mauer mit neunzehn Toren, gehört seit 1985 zum Unesco-Weltkulturerbe. Marokko als Bezeichnung für das ganze Land ging aus dem Stadtnamen Marrakesch hervor. er Fahrer bekundet Mühe, die Villa Tabouka zu finden. Sie steht in einem 4000 Quadratmeter grossen Park neben einer halbfertigen Moschee in einem Dorf etwas ausserhalb von Essaouira, auf halbem Weg zwischen Casablanca und Agadir. Als laute, hässliche und hektische Millionenstadt wird Casablanca seinem mythischen Ruf aus dem Film mit Humphrey Bogart und Ingrid Bergmann nicht gerecht. Agadir seinerseits ist eine Hotelplantage am Meer, die irgendwo stehen und irgendeine Küste verschandeln könnte.

Essaouira hingegen, das alte Piratennest, hat seine orientalische Atmosphäre wahren können: weissgetünchte Lehmhäuser, Märkte, Cafés und kleine Ladengeschäfte, der Fischereihafen, in welchem kleine, blaue Boote dümpeln und Möwen kreischen, eine mächtige Bastion mit gusseisernen, aufs Meer gerichteten Kanonen. Die Unesco hat Essaouiras Authentizität 2001 mit der Aufnahme ins Verzeichnis des Weltkulturerbes honoriert.

## «Auf und davon»

Weil wir die Villa Tabouka nicht sofort gefunden haben, ist uns der Hausherr entgegengekommen, die Pfeife im Mund. Jean-Marie Suter und seine Frau Cornelia Breitschmid haben hier die grosse Villa gemietet und empfangen nun Gäste in zwei Zimmern im Haupthaus und zwei Bungalows am Eingang des gepflegten Parks mit Pool.

Bekannt geworden ist das Paar durch die Sendung «Auf und davon» des Fernsehsenders SRF. Aber im Aargau kannte man sie schon vorher: Die Juristin Breitschmid (51) war Leiterin des kantonalen Sozialdienstes; Suter (62), ursprünglich Briefträger, später Leiter eines Män-

nerheims, war im Aargauer Asylwesen tätig. Suter, Vater von acht Kindern, und seine Chefin verliebten sich. 2016 kündigten beide ihre Staatsstellen und machten Ferien in Marokko, um zu überlegen, wie es weitergehen solle.

Der Entschluss, hier etwas Neues anzufangen, kam spontan. Und die beiden bereuen ihn nicht. Das Leben hat einen anderen Rhythmus. Jean-Marie Suter kann seiner Leidenschaft nachgehen: Er hat alle Maschinen aus der Schweiz kommen lassen und baut in einer umfunktionierten Garage seine Pfeifen aus Bruyèreholz. Cornelia Breitschmid widmet sich unter anderem den Hühnern, Katzen, Schildkröten und dem Esel.

## Das Dorf von «Madame Doris»

200 Kilometer westlich von Essaouira liegt Marrakesch. Die Stadt, umgeben von einer intakten Mauer mit neunzehn Toren, gehört seit 1985 zum Unesco-Weltkulturerbe. Ihre verwinkelte Altstadt, der quirlige Marktplatz Djamaa el-Fna, Moscheen und eine Kasbah (Festung) aus dem 12. und eine Koranschule aus dem 14. Jahrhundert haben ihren legendären Ruf begründet. Doch ein reines Vergnügen ist der Besuch der Millionenstadt nicht: Billigflieger schaufeln Touristenmassen heran. Marrakesch ist zu einem Symbol des «Overtourism» geworden.

Dem Gewusel und Gedränge entflieht man aufs Land. Knapp zwanzig Kilometer ausserhalb von Marrakesch weist ein handgemalter Wegweiser auf einem Stein an der Hauptstrasse nach «Akrich». Auf einer Schotterpiste gelangt man zu einem uralten Dorf; Männer sitzen vor den rotbraunen Lehmhäusern und bestätigen, dass man auf dem richtigen Weg zu «Madame Doris» ist. Die Bernerin Doris Nufer war zwanzig Jahre

lang Arzthelferin am Kinderspital Basel. Dann wurde sie dank ihres damaligen Freunds, einem Fotografen, Food-Stylistin. Als dieser aufhörte, wollte sie nicht zurück in den alten Beruf. So kam der nächste Umbruch: Marokko kannte sie schon seit einer ersten Reise 1974 und vielen weiteren; das 3000 Quadratmeter grosse Grundstück bei Akrich fand sie nach längerer Suche und wusste sogleich: «Dies ist mein Platz.» Auf kariertem Papier zeichnete sie ihr künftiges kleines Dorf; eine befreundete Architektin fertigte daraus Baupläne. Beim Bau setzte sie auf lokale Handwerker.

«Am 8. Dezember 2004 bin ich definitiv angekommen», erzählt Doris Nufer. Wir sitzen an einem langen Tisch unter Sonnenschirmen auf einem Plätzchen zwischen dem Haupthaus mit seiner riesigen Küche und dem Ess- und Aufenthaltsraum und den Bungalows aus Lehm, geschmackvoll im marokkanischen Stil eingerichtet. Weisse Bougainvilleas ranken an den Häuschen empor; in einem kubistischen Brunnen plätschert Wasser. Bei Doris ist man nicht einfach Gast; man wird in den Kreis aufgenommen, isst gemeinsam, plaudert, trinkt, lacht.

Hunde tollen herum; ein paar Esel nähern sich neugierig; in einem Gehege gackern und schnattern Hühner und Enten. Von einer Dachterrasse blickt man auf den Garten mit Olivenbäumen, Palmen, Kakteen, Kräutern und Gemüse, auf die karge Landschaft und, im Hintergrund, das Atlas-Gebirge. Wie aber zieht sich Doris Nufer zurück, wenn sie Zeit für sich selber braucht? Sie zeigt uns ihr eigenes Haus etwas abseits, ein grosszügiges Loft mit Blick über Land und Berge. An den Wänden hängen Schwarzweissfotos mit afrikanischen Motiven. Der katalanische Fotograf und Autor Alexis de Vilar, der sie gemacht hat, ist gerade zu

Gast; am Tisch im Hof entwickelt sich bei marokkanischem Rotwein ein spannendes Gespräch.

## Safran mit Schweizer Zertifikat

EbenfallsinderNähevonMarrakesch,imOurika-Tal, treffen wir Christine Ferrari. In ihrem früheren Leben war sie Gemeindeschreiberin von Kaiseraugst AG und stieg 2008 aus. Jetzt betreibt sie auf zweieinhalb Hektaren Land, das sie vom Staat gepachtet hat, ihr «Paradis du Safran». Zusätzlich hat sie einen botanischen Garten angelegt, in dem Früchte, Sträucher und Kräuter gedeihen und man auf einem Barfusspfad seine Sinne schärfen kann. Zudem wird auf einem lauschigen Gartensitzplatz ein exzellentes marokkanisches Menü serviert.

Der Tourismus ist wichtiger Bestandteil ihres Betriebs geworden: Mehrere tausend Besucher kommen jedes Jahr. Doch Mittelpunkt bleibt der Safran, der ein schweizerisches Bio-Zertifikat besitzt. Jährlich um die zwei Kilo ernten ihre Angestellten. Tanja Grandits vom Restaurant «Stucki» in Basel ist Kundin und auch das «Alte Tramdepot», das Restaurant beim Bärenpark in Bern. «Reich werde ich damit nicht», sagt Christine Ferrari, die in einem bescheidenen Lehmhaus auf dem eigenen Terrain lebt. Doch das ist eh nicht ihr Ziel: Sie führe ein einfaches Leben und sei glücklich.

Wer in Marrakesch nächtigen will, findet mitten in der Medina bei der Schweizer Designerin Ursula Haldimann und dem aus Schweden stammenden, in Bern aufgewachsenen Architekten Björn Conerdings im nach ihrer Tochter benannten «Riad Enija» Unterkunft. Den 280-jährigen, um drei Innenhöfe gruppierten Wohnsitz eines reichen Einheimischen hat das Paar sorgfältig restauriert und in ein Refugium samt Innenpool verwandelt: sechs Zimmer, neun Suiten, jede individuell mit exquisiten Stücken aus der ganzen Welt ausgestattet. Der Riad Enija ist die perfekte Fusion von orientalischem und europäischem Stil, allerdings Reisenden mit grosszügigem Budget vorbehalten

## SCHWEIZER AUSWANDERER

Auf einer zehntägigen Gruppenreise durch Marokko vom 28. März bis 6. April 2019 kann man Cornelia Breitschmid und Jean-Marie Suter besuchen, bei Doris Nufer zu Mittag essen und Christine Ferrari in ihrem Safranparadies kennenlernen. Weitere Informationen und Buchung bei:

mediareisen.ch | atlas-reisen.ch







SONDERBEILAGE WINTER UNTERWEGS 19



## SILVIA METTLER

ür Fussballfans sind die Kapverden ein Begriff. Unser Fussball-Natistar Gelson Fernandes stammt aus dem Inselstaat. Unvergessen bleibt sein Tor 2010 im WM-Auftaktspiel in Südafrika gegen den späteren Weltmeister Spanien, das der Schweiz einen 1:0-Sieg einbrachte. Gelson ist als Fünfjähriger mit seiner Mutter nach Sitten ausgewandert. Heute, viele Jahre später, schwärmen die Jungs in seiner Heimat von ihrem Idol. Fussball ist bei den Jugendlichen auf der Insel allgegenwärtig. Die Familiengeschichte von Fernandes ist denn auch typisch. Viele Kapverdier sind vor Jahrzenten ausgewandert. Zu gross war Armut und Aussichtslosigkeit. Und so hat heute wohl jeder Einheimische Verwandte im Ausland. Sie sorgen dafür, dass die Kapverdier eine gute Ausbildung, auch im Ausland, erhalten.

## Tutu sorgt für gute Stimmung

Tutu, der ebenso lebenslustige wie engagierte Reiseleiter, ist einer dieser Art. Er liess sich in Lissabon ausbilden und kehrte nach Santiago, der grössten und «afrikanischsten» Insel zurück. In der Hauptstadt Praia, auf dem Mercado Municipal, wird lebhaft gehandelt, gefeilscht, gestritten – in der gleichen Minute getratscht und herzhaft gelacht. Es geht um Gemüse, Obst, Gewürze, Fisch, bunte Klamotten und allerlei für den Haushalt. Und inmitten dieses Gewühls lockt eine kleine, offene Bar mit frisch zubereiteten Leckereien. Die köstlichen Gerüche schmeicheln der Nase und das ausgelassene Lachen der Einheimischen wirkt einladend fröhlich. Paradiesisch eben, irgendwie aus der Zeit gefallen das Ganze.

Das war nicht immer so. Die Inselgruppe diente während Jahrhunderten als Herzstück des transatlantischen Sklavenhandels. Im äussersten Südwesten der Insel befindet sich die Kleinstadt Cidade Velha (Unesco-Weltkulturerbe), einst das Zentrum, von wo aus hunderttausende Sklaven von Afrika über die Kapverden nach Amerika verschifft worden sind. Auf dem gepflasterten Platz erinnert der «Pelourinho», ein Sklavenpfahl, an die dunkle Kolonialzeit. Heute bestimmt munteres Leben ohne Hektik den Tagesablauf. Kleine Jungs spielen fröhlich Fussball und beschwingte Souvenirhändler feilschen um gute Preise. Frauen tragen Flip-Flops und schwere Töpfe und Körbe auf den Köpfen und schlendern durch die Strassen. Männer sitzen vor dem Haus! Tutu erzählt stolz, dass Frauen auf der In-

# Inselhüpfen auf den Kapverden

Irgendwo in den Weiten des Atlantiks, westlich von Senegal, gibt es sie noch: die Freiheit, nach der wir oft vergebens suchen. Die Kapverden, eine afrikanisch geprägte Inselgruppe, auf der Zeit nicht Geld, sondern einfach Leben bedeutet. Ein Inselparadies das Sehnsüchte weckt – und stillt.

sel sehr emanzipiert seien. Das Parlament setzt sich aus 50 Prozent Frauen zusammen. Eigentlich paradiesische Zustände in den Augen von uns Zentraleuropäerinnen.

## Wandern über Vulkanlandschaften

Während die Einheimischen ihr Leben gemütlich angehen, zieht es Touristen in die Natur zum Wandern. Tutu begleitet uns zur Mitte der Insel, nach Assomada, dem landwirtschaftlichen Zentrum. Von hier aus gibts wunderschöne Wanderungen über die Vulkanlandschaften und in die Nationalparks. Auf Kapverden lohnt es sich übrigens, mit einem Führer unterwegs zu sein. Denn öffentliche Verkehrsmittel funktionieren (noch) nicht so ganz. Taxis gibt es wenige und Kleinbusse fahren erst los, wenn der letzte Platz belegt ist. Auch sonst kann sich ein Reiseleiter als nützlich erweisen. Das haben zwei deutsche Inselbesucher erfahren, sie wurden wegen Alkohol und Nachtlärm festgenommen. Tutu wusste, wie das weltklug zu regeln ist. Die zwei wurden subito wieder freigelassen.

## Traurige und fröhliche Musik

Pünktlich – auf den Kapverden eher unüblich – landet das Propellerflugzeug auf der Insel São Vicente. Mindelo, die lebhafte Hafenmetropole, besitzt den legendären Ruf, das Zentrum des

Nachtlebens der Kapverden zu sein. Rund 98 Prozent der Inselbewohner leben da. Sie tragen gemeinsam dazu bei, dass dieses Renommee erhalten bleibt. Tagsüber spürt man nicht allzu viel davon. Der Hafen Porto Grande gilt als sicherster Anlageplatz des Archipels. Häuser in knalligen Farben dominieren Mindelo. Perfekte Kontraste zum türkisblauen Meer, den grünen Palmen und den braunen Bergen im Hintergrund. Heftige Passatwinde erfreuen am Strand

von Mindelo die Surfer samt Badenixen-Anhang. Am Hafen treffen wir Reiseleiterin Gabriella Mendes, Sie führt durch die schmalen, verwinkelten Gassen zum Gemüsemarkt und stellt uns dort ihren Lieblingsfischer vor. Schon am Morgen besucht Gabriella mit uns ein Musikkaffee. Früher verstanden es die Sklaven bestens, mit Musik ihre Gefühle auszudrücken. Heute begleitet Musik religiöse Feste genauso wie politische Wahlkampagnen. Die Palette reicht von der sentimentalen, mit dem portugiesischen Fado verwandten Morna bis hin zum afrikanisch inspirierten Batuko. Musik als verbindender Lebensnerv überwiegt bis heute. Ein Besuch im Gitarrenatelier von Luis Bapista verdeutlicht das hör- und fühlbar. Spontan greifen die Instrumentenbauer zu ihren Gitarren, die in feinster Detailarbeit während mehr als zwei Wochen hergestellt werden. Mittendrin Gabriella. Sie singt fantastisch und erzählt so nebenbei, dass sie regelmässig in Europa unterwegs sei und auch schon in der Mahogany Hall in Bern aufgetreten ist. Abends gehts dann in den Musikkneipen erst richtig los.

## Das Trekkingparadies des Archipels

Vom quirligen Mendelo geht es - von kapverdischen Klängen begleitet - in einstündiger Fährfahrt zur Nachbarinsel Santo Antão. Die kleine Insel ist als das Trekkingparadies des Archipels bekannt. Die kunstvoll angelegten Pflastersteinwege führen durch schroffe Täler und über steile Bergrücken. Mitunter knirschen die Wanderschuhsohlen auf dem Vulkangestein. Und irgendwann erreicht man wohl den meistfotografierten Abschnitt von Santo Antão, der sogenannte Delgadim. Dramatisch senkrecht tief gehts runter. In weiterer Entfernung das üppige Inseltal, das den Namen «Cabo verde» echt verdient. Es ist grün, fruchtbar und gleicht einer Oase. Dank ausgeklügeltem Bewässerungssystem wachsen da Bananen und Zuckerrohr. Für Wanderer gibt es mit etwas Glück am Wegrand einen Zuckerrohrschnaps, offeriert von gastfreundlichen Bauern.

Letzte Etappe: Sal. Surfen, baden und geniessen ist hier die Devise. Traumhafte weisse Sandstrände und schicke Hotels stehen für Pauschaltouristen bereit. Es soll, so wird gemunkelt,

tatsächlich Gäste geben, die direkt nach Sal reisen und «nur» Badeferien machen. Schade — sie verpassen das Beste: Beim putzmunteren Inselhüpfen trifft man auf atemberaubende Natur und auf ausnahmslos lebensfreudig-gastfreundliche Einwohner, dazu Musik erster Güte. Auch begegnet man immer wieder Fussballnachwuchshoffnungen, die uns dann in der Schweiz wieder Freude bereiten werden.

## GUT ZU WISSEN

**Anreise:** TAP Portugal fliegt via Lissabon mehrmals auf die Insel Santiago, Sal, São Vicente und Boa Vista. Die einzelnen Inseln erreicht man mit den Propellerflugzeugen der Fluggesellschaft Binter Cabo Verde.

**Beste Reisezeit:** Das Klima ist ganzjährig ausgeglichen und nie übermässig heiss. Kältester Monat ist der Februar mit Temperaturen von 20 bis 25 Grad Celsius.

Organisierte Reisen: Auf den Kapverden lohnt es sich, eine Reise durch einen Spezialisten zu organisieren. Das Reisebüro Amin Travel hat sich auf Kapverden-Reisen spezialisiert.
Der Inhaber Reto Amin bietet zwölf verschiedene Reiseprogramme an und stellt massgeschneiderte Individualreisen zusammen.

amin-travel.ch

2 UNTERWEGS SONDERBEILAGE WINTER



Iglu-Dorf GmbH, die das Iglu-Dorf in Gstaad sowie Iglu-Dörfer an sechs anderen Standorten im deutschsprachigen Alpenraum betreibt. Im Igluinneren fühle es sich sogar stets warm an, SONDERBEILAGE WINTER

UNTERWEGS



da es windstill sei. Wem das noch nicht warm genug ist, kann als Gast des Schneehotels den vierzig Grad warmen Whirlpool mit Sternsicht oder die hoteleigene Sauna in einem umgebauten Zirkuswagen benutzen. Zudem gibt es eine sogenannte Kota, einen beheizten Raum mit offenem Cheminée zum Aufwärmen.

## 2000 Tonnen Schnee

Bis sich die Gäste in den Räumen des Iglus einquartieren können, stehen intensive Vorbereitungsarbeiten an. Bei geeigneten Temperaturen wird im Monat November mit der Schneeproduktion begonnen. Im Dezember fängt dann die eigentliche Aufbauarbeit an. Zehn bis fünfzehn Leute bauen aus 2000 Tonnen Schnee in rund 2000 Arbeitsstunden eine ganze Hotelanlage. Einer davon ist Marius Mosimann, Geschäftsführer des Gstaader Iglu-Dorfs. «Mich trifft man meistens an der grossen Schneefräse an», sagt er mit einem verschmitzten Lächeln.

Muskelkraft, Schneefräsen, Ballons und Leidenschaft – dies die vier Ingredienzien, mit denen

das Hotel aus Schnee gebaut wird. Jedes Jahr aufs Neue. In diesem Winter schon zum dreizehnten Mal. Und nach knapp hundert Tagen schmilzt die ganze Arbeit in der Frühlingssonne wieder weg.

## Kolosseum aus Schnee

Der Vergänglichkeit des Materials misst Sebastian Loibl viel Gewicht bei. Er ist Bildhauer und zusammen mit zwei Künstlern aus Finnland für die Erstellung der Innenausstattung zuständig. Jährlich wechselt das Thema in den einzelnen Iglu-Dörfern. Dasjenige in Gstaad lässt diesen Winter das alte Rom wiederauferstehen. Das Restaurant als Kolosseum und ein Cäsar mit Lorbeerkranz aus Eis sind Pflicht. Die Ideen zu weiteren Ausschmückungen befinden sich noch im Entstehungsprozess.

Loibl kommt von der Holzschnitzerei her. «Mit Holz lässt sich sehr präzise arbeiten und es bleibt. Eis hingegen schmilzt». Darin sieht der einheimische Künstler eine der Herausforderungen in seiner Arbeit für das Iglu-Dorf. Konkret heisst das: Bei der Produktion einer Eisskulptur muss der Schmelzprozess mitgedacht werden. Ein Vorteil gegenüber dem Holz weist das Eis jedoch auf. Es lässt sich mit Licht eindrücklich in Szene setzen. Ein Mittel, von dem im Inneren des Iglu-Dorfes reichlich Gebrauch gemacht wird, sei es mit Scheinwerfern, Lampen oder LED-Streifen.

## Mit SPA-Bereich

Checkt man im vergänglichen Hotel auf 1995 Metern über Meer ein, wird man von einem durch Gänge verbundenen Hotelkomplex en miniature überrascht. Es gibt ein Restaurant, verschiedene Zimmerkategorien – vom Gruppenzimmer bis zur Luxussuite – und sogar einen SPA-Bereich. Bis zu fünfzehn Personen arbeiten während des Winters im Gstaader Iglu-Dorf.

Um eine angemessene Betreuung bewerkstelligen zu können, fällt auf zehn Gäste ein Guide. Lässt das Wetter es zu, begeben sich die Gäste nach dem obligaten abendlichen Käsefondue auf eine nächtliche Schneeschuhwanderung. Am Morgen wird man nach einer Nacht auf dem

Schneebett vom Guide mit einem heissen Tee geweckt. Bei Tageslicht verwandelt sich das Iglu-Dorf in ein für alle Gäste offenes Restaurant und in eine Skibar.

## 100-Tage-Hotel

Im touristischen Angebot von Gstaad geniesst das Iglu-Dorf einen hohen Stellenwert. So empfindet es Sébastien Epiney, Tourismusdirektor der Destination Gstaad, und präzisiert: «Viele wissen, dass Gstaad zu den führenden Alpendestinationen in der Hotellerie zählt, speziell im 4- und 5-Sterne-Bereich. Die Destination Gstaad ist aber um einiges vielseitiger. Man findet hier eine breite Palette an Unterkünften wie Chalets, Ferienwohnungen, Bed & Breakfasts, Gruppenunterkünfte, eine Jugendherberge, einen Campingplatz, Bauernhöfe, Berghütten und eben das Iglu-Dorf.»

Das Iglu-Dorf wird auch in der kommenden Wintersaison nach rund hundert Tagen wieder Geschichte sein. Das alte Westrom existierte da doch ein paar Tage länger, bevor es 476 nach Christus unterging.

## DAS IGLU-DORF

Das Iglu-Dorf in Gstaad wird von der Iglu-Dorf GmbH betrieben, einer Firma mit Sitz in Stansstad, die seit 24 Jahren in der Schweiz, Deutschland und in Österreich Hotels und Restaurants aus Schnee errichten lässt. Im kommenden Winter werden an sieben Standorten Iglu-Dörfer entstehen, drei davon im Kanton Bern: in Gstaad ein Iglu-Hotel sowie auf dem Schilt- und Stockhorn Betriebe ohne Übernachtungsmöglichkeit. Im vergangenen Jahr haben über 8000 Gäste in den Schneehotels der Iglu-Dorf GmbH übernachtet. Besucherinnen und Besucher im fünfstelligen Bereich verköstigten sich in einem der Restaurants oder machten einen Halt an der Skibar.

iglu-dorf.com



# uf malerischen Routen

Winterzeit ist Schneeschuhzeit. Auch heuer werden in der kalten Jahreszeit wieder verschneite Landschaften in die freie Natur locken. Gemeinsam mit dem Verein Berner Wanderwege haben wir vier Schneeschuhrouten in der Region herausgepickt. Vier Wege zum Geniessen.

## **Brunni Trail**

Aeschiried - Brunnihütte - Aeschiried



In einem grossen Bogen und sanft ansteigend verlässt die signalisierte Schneeschuhroute den Ortsteil Aeschiried. Über verschneite Alpwiesen steigt sie zur Aeschiallmi auf. Rund um den Skilift und die bekannte Skihütte trifft man auf andere Wintersportler. Bereits hier eröffnet sich eine wunderbare Aussicht ins Kandertal. Um im etwas steileren Gelände weiter an Höhe zu gewinnen, folgt man dem verschneiten Sommerfahrweg bis auf die Alp Bireberg. Bei der Alphütte verlässt man den Weg und steigt über offenes Gelände zum Grat auf. Dem Geländerücken folgt die Route nun stetig steigend via Greberegg bis zum Fusse des Morgenberghorns. Die Greberegg lädt zum Verschnaufen ein und bietet einen fantastischen Ausblick auf Thuner- und Brienzersee. Anschliessend steht ein letzter steiler Anstieg an, der einem zur Alp Brunni mit der stattlichen Brunnihütte (nicht bewartet) führt. Bei einer ausgiebigen Rast geniesst man das tolle Panorama. Der Rückweg nach Aeschiried erfolgt auf gleicher Strecke.

Hinreise: Mit der Bahn nach Spiez und weiter mit dem Bus via Aeschi bis Aeschiried Schulhaus Rückreise: Auf selber Strecke wie bei der Hinreise **Schwierigkeitsgrad**: mittel-schwer Weglänge: 12 km Wanderzeit: Je nach Schneesituation zwischen 4 und 5 Stunden Gesamte Aufund Abstiege: 750 m Auf- und 750 m Abstieg **Empfohlene** Karte: swisstopo-Landeskarte 1228 Lauterbrunnen 1:25000 Ideale Saison: Ganzer Winter Gasthäuser am Weg: Restaurant Panorama Aeschiried,

Skihütte Aeschiallmi

## **Altösch Trail**

Trub - Ober Altösch - Ried



Vom Ausgangspunkt beim alten Schulhaus Ried (Parkplatz / WC-Anlage) führt der Schneeschuhtrail hinüber zum Fankhusbach. Es empfiehlt sich, die Schneeschuhe erst nach der Querung des Holzstegs anzuziehen. Talaufwärts führt der Trail zu den stattlichen Höfen von Unter und Ober Häusern. Kurz darauf steigt er durch den Wald und steil über versteckte Weiden zur Hütte bei Hüsereweid an. Vorbei an Gehöften folgen wir dem Fahrweg in Richtung Altösch. In Ober Altösch ist der höchste Punkt der Tour erreicht. Im Norden grüsst der Napf mit seinem markanten Berghaus. Gegenüber im Süden zeigt sich uns eine prächtige Aussicht in die Alpen. Nun beginnt der zuerst sanfte und ab Stoos immer steiler werdende Abstieg. Mit den Schneeschuhen im Tiefschnee ein voller Genuss. Vorbei am Hof Mühlebach erreichen wir im Talboden den Fankhusbach. Im Nu sind wir zurück am Ausgangspunkt beim alten Schulhaus in Ried.

Hinreise: Mit der Bahn via Langnau nach Trubschachen. Von dort per Bus nach Trub bis Haltestelle Ried Rückreise: Auf selber Strecke wie bei der Hinreise **Schwierigkeitsgrad**: leicht-mittel **Weglänge:** 7.2 km Wanderzeit: Je nach Schneesituation zwischen 3,5 und 4,5 Stunden **Gesamte Auf- und Abstiege:** 330 m Auf- und 330 m Abstieg **Empfohlene Karte:** swisstopo-Landeskarte 1168 Langnau i.E. 1:25000 Ideale Saison: Ganzer Winter Gasthäuser am Weg: Restaurant Alp Oberaltösch, offen von Freitagabend bis Sonntagabend

## **Eriz Trail**

Rüttegg – Stouffe-Grat – Innereriz



Der Eriz Trail startet im Ortsteil Rüttegg unweit der Bushaltestelle Eriz/Linden. Ab Rüttegg steigt die Schneeschuhroute in leichter Steigung vorbei an der Alp Vorderezugschwand auf die erste Anhöhe. Immer wieder eröffnen sich wunderbare Aussichten ins Zulgtal und weit hinaus ins Mittelland. Durch eine kleine Waldpartie gelangt man zur Alp Vordere Schöriz. Danach führt der Weg in stetiger Steigung zum Stouffeli. Die idyllische Hütte, unterhalb des Stouffe-Grats, zeichnet sich durch einen schönen Weitblick aus und lädt zum Verweilen ein. Frisch gestärkt, bewältigt man die letzte Steigung zum Grat hinauf im Nu. Gewaltig ist die Aussicht auf die Sieben Hengste und die Bergwelt rund ums Zulgtal. Der Abstieg führt über die Alpen Ober Schöriz und Vordere Schöriz durch offene und unberührte Landschaft. Entlang der verschneiten Alpstrasse erreicht man die Geissegg. Hier endet die Route. Vorbei am Verkaufsladen Zulgtal, mit regionalen Produkten, sind das Innereriz und die Haltestelle Säge bald erreicht.

Hinreise: Mit der Bahn nach Thun. Anschliessend per STI Bus nach Eriz, Haltestelle Linden. Von dort zu Fuss bis Rüttegg (25 min) **Rückreise:** Ab Innereriz, Haltestelle Säge, mit dem STI Bus nach Thun Schwierigkeitsgrad: leichtmittel **Weglänge:** 6.5 km Wanderzeit: Je nach Schneesituation 3 bis 4 Stunden **Gesamte Auf- und Abstiege:** 440 m Auf- und 420 m Abstieg Empfohlene Karte: swisstopo-Landeskarte 1207 Thun und 1208 Beatenberg 1:25000 Ideale Saison: Ganzer Winter

Gasthäuser am Weg: Restaurant Linde in Linden, Restaurant Säge und Gasthof Schneehas im Innereriz

## **Bellelay Trail**

Bellelay - Sur Montbautier - Bellelay



Hauptattraktion von Bellelay sind die ehemalige Abtei und die Tête-de-Moine-Schaukäserei. Von letzterer sind zwei Schneeschuh-Rundrouten signalisiert. Sie führen südwärts ins Moorgebiet La Sagne. Am Fusse des Nordhangs von Montbautier teilen sich die Trails. Die einfachere Route (blau) bleibt auf dem Plateau und führt weiter ostwärts ins Gebiet La Rouge Eau; die schwierigere Route (rot) steigt über eine verschneite Waldstrasse hinauf nach Sur Montbautier. Wer den Aufstieg geschafft hat, wird von einer bezaubernden Winterlandschaft empfangen. Oben hat man einen tollen Weitblick ins Vallée de Tavannes und in die Jurahöhen. Der Abstieg erfolgt in südlicher Richtung erst leicht abfallend über verschneite Matten, dann steil durch den Wald. Bald trifft man auf die Strasse Bellelay - La Fuet und damit auf die einfache Route. Beide Routen führen ohne grosse Höhenunterschiede via den Gehöften La Bottière und Grosse Fin über die Hochebene in Richtung Klosterdorf. Wer mag, besucht danach noch die Schaukäserei.

Hinreise: Mit der Bahn via Biel oder Moutier nach Reconvilier. Anschliessend per Bus bis Bellelay Rückreise: Auf selber Strecke wie bei der Hinreise **Schwierig**keits-grad: mittel Weglänge: 9.0 km Wanderzeit: Je nach Schneesituation zwischen 3 und 4 Stunden **Gesamte Auf- und Abstiege:** 260 m Aufstieg und 260 m Abstieg Empfohlene Karte: swisstopo-Landeskarte 1105 Bellelay 1:25000 Ideale Saison: Ganzer Winter Gasthäuser am Weg: Maison de Tête de Moine, Bellelay

SONDERBEILAGE WINTER UNTERWEGS 2







Dabei verlockt unter anderem die Wurzel einer mächtigen Buche zu einer Kletterpartie.



Elster Pica beobachtet die Ausstellung derweil von ihrem Nest aus.

# Früher Vogel fängt den Wurm ...

Seit wenigen Wochen lassen sich im Naturhistorischen Museum Bern Räumlichkeiten der etwas anderen Art entdecken. In Picas Nest lernen Kinder den Wald als Lebensraum kennen. Völlig unangestrengt.

#### PHILIPP MOOSER

n der Kinderausstellung Picas Nest sind die jüngsten Besucher mit viel Geschrei und grosse Augen machend auf Entdeckungstour. Zwischen überkletterbaren Ästen und Baumstämmen finden sie allerhand Unerwartetes. Während an der einen Stelle ein Schmetterling verborgen ist, will in einer anderen Ecke ein kleiner Zwerg entdeckt werden. Das Holz stammt von einer einst 35 Meter hohen Buche aus der Ostschweiz, die aus Sicherheitsgründen gefällt werden musste. Sie wurde extra für die Ausstellung nach Bern transportiert. Kein leichtes Unterfangen: Der Stamm musste wegen seines Gewichts in mehrere Teile zersägt werden. Ein Teil umfasst die über zwei Meter hohe Wurzel, welche die jungen Bewegungstalente nun zum Klettern verlockt.

Unzählige Tiere, ob präpariert oder nach den Entwürfen der Kinderbuch-Illustration Kathrin Schärer an die Wand gemalt, verpassen dem Spielraum der neuen Dauerausstellung rund um Pica das nötige Waldambiente. Da darf auch das Nest des Vogels nicht fehlen. Die freche Elster steht als Maskottchen des Museums im Einsatz und fungiert nun als Namensgeberin des Anfang November eröffneten Angebots. Ihr Nest hängt über den Köpfen der Besucher, gleich beim Leseraum. Neben dem grossen Spielraum und einem Aufenthaltsraum mit Bänken und einem Kaffeeautomaten können sich die Kinder nämlich über eine Treppe hinauf zu einem etwas ruhigeren Ort mit einer Bücherecke zurückziehen. Über klassen erwarten sie dort.

## Nicht nur mit den Augen schauen

Die Eröffnungsfeier am ersten Novemberwochenende habe zahlreiche interessierte kleinere und grössere Besucher angezogen, blickt Museumssprecher Simon Jäggi mit Freude zurück. «Wir hatten volles Haus. Noch ist es aber zu früh für ein erstes Fazit, wie das Angebot angelaufen ist.» Er freut sich über die Räumlichkeiten, die in der Museumslandschaft ein neues Format darstellen. Sie kommen ohne die üblichen Ausstellungsbeschriftungen in Museen aus. «Es ist eine Kinderausstellung, die auf die Bedürfnisse der Kinder zugeschnitten ist. Man schaut nicht nur mit den Augen, sondern kann sich mit dem ganzen Körper ausleben.» In Picas Nest kann man sich verstecken. Es wird geklettert und entdeckt. «Es ist alles erlaubt, was Freude macht.»

Gleichzeitig ist Picas Nest auch ein Aufenthaltsund Rückzugsort für Familien, wo die Eltern auch einmal einen Kaffee trinken oder eine Zeitschrift lesen können, während sich die jüngeren Familienmitglieder einige Meter entfernt austoben. «Wir haben festgestellt, dass ein solches Angebot bei Familien auf Interesse stösst. Es fehlte bislang.» Entstanden ist nun ein Familienterritorium, in dem sich Kinder austoben können, ohne gleich zu stören, wenn sie hin und wieder etwas lauter schreien. Überhaupt sind Kinder im Museum willkommen. «Naturhistorische Museen sind ein beliebtes Ausflugsziel für Familien», erklärt Jäggi. Man bemühe sich zwar um ein möglichst durchmischtes Publikum. Das Hauptklientel seien aber Kinder und ihre Begleiter.

## Lernen ohne Ausstellungstexte

Das Konzept von Picas Nest zielt darauf ab, die Kinder nicht mit Informationen zu überfluten. Didaktisch sei die Kinderausstellung sehr unangestrengt ausgerichtet, informiert das Museum. Wissen zum Thema Wald wird auf spielerische Weise vermittelt. Die Kinder bestimmen selbst. über welche Tiere sie mehr erfahren wollen. Beschriftet sind die Objekte der Ausstellung nicht: Picas Nest kommt gänzlich ohne Ausstellungstexte aus. Wen die Neugierde packt, der findet in der Ausstellung einen Folianten mit Informationen. In kurzen Texten erfährt man, dass sich der Zitronenfalter im Winter einfrieren lässt oder das Rotkehlchen-Männchen bis 275 Gesangsmelodien kennt. Konzipiert wurde die Ausstel lung gemeinsam mit dem Schweizer Ableger des deutschen Unternehmens Kukuk, das europaweit Spiel- und Bewegungsräume kreiert – in Bern etwa den Spielplatz in der Elfenau.

Picas Nest zählt zur einen von zwei Schienen des Familienangebots des Naturhistorischen Museums. Dabei wird das «Entdecken auf eigene Faust» grossgeschrieben. Ein ähnliches Angebot in dieser Sparte stellen beispielsweise die Entdeckerkoffer dar, die beim Eingang des Museums ausgeliehen werden können. «Es sind zehn Koffer vorhanden, die es ermöglichen, das Museum auf jeweils andere Art und Weise zu entdecken. Vom Kleinkind bis hin in die Primarschule, je nach Altersstufe gibt es andere Aufgaben zu meistern», beschreibt Simon Jäggi. Hinzu kommen die teilweise betreute Entdeckerecke im ersten Obergeschoss des Museums, in der verschiedene Dinge, wie zum Beispiel Felle un-

terschiedlichster Tierarten erkundet werden können, sowie das Geolabor im zweiten Obergeschoss, wofür an der Kasse der Schlüssel verlangt werden muss.

#### **Nachts im Museum**

«Zusätzlich dazu haben wir auch ein ausgedehntes Veranstaltungsprogramm für Kinder

und Familien», ergänzt Jäggi. Zu dieser zweiten Schiene zählen etwa Erzählstunden, Workshops oder auch Familienführungen. Dabei haben Familien unter anderem die Möglichkeit, aufregende Touren durch die Räumlichkeiten des Museums zu unternehmen, etwa indem sie mit Taschenlampen durch stockfinstere Gänge wandeln oder als Detektive einen frischen Tat-

ort untersuchen. Diese Veranstaltungen seien sehr beliebt und zumeist bereits auf Wochen ausgebucht, betont Jäggi im Gespräch. Bei Interesse lohne es sich, regelmässig auf der Webseite des Museums nachzuschauen und sich gleich dort anzumelden. Ohne Anmeldung möglich ist derweil der Besuch des Sonntagsangebots «Tiergeschichten» (mehr dazu im Kasten).

## ANZEIGE

NATUR HISTORI SCHES MUSEUM BERN

PLANS

RELEBNISRAUM

PLANS

PLAN

## EINE GESCHICHTE MIT FOLGEN

Seit Jahren gehören die Tiergeschichten im Naturhistorischen Museum in Bern zum fixen Sonntagsprogramm vieler Familien. Figurenspielerin Maya Silfverberg und Mimin Katharina Lienhard spielen und erzählen spannende und tiefgründige Geschichten. Im Moment läuft eine Premiere: Das Duo hat eine Tiersoap geschrieben, an jedem Tiergeschichten-Sonntag kommt eine neue Folge hinzu.

Forscherin Madame Oktopus Boffin, Künstlerratte Magellan, Kakadu-Sensationsreporterin Causette, das Kulleraugen-Kita-Kind und natürlich die Elster Pica, sind die Bewohner von Schnappschnarrpiconien und stehen im Zentrum der Tiersoap. Musikalisch begleitet werden die beiden Darstellerinnen von Mark Oberholzer (Tomazobi)

Der Anlass findet noch bis im April, jeweils am letzten Sonntag im Monat statt (ausser an Feiertagen): Nächste Vorstellung ist am 25. November 2018 um 11 und um 14.30 Uhr. Wer bei der letzten Folge nicht dabei war, verliert nicht gleich den Faden. Vor jeder Vorstellung wird erklärt, was bisher geschah. Der Anlass eignet sich für Kinder ab vier Jahren mit Begleitung und dauert rund vierzig Minuten.

Weitere Informationen gibt es unter **nmbe.ch** 

## **SWISS SKYLINE** EIGER . MÖNCH . JUNGFRAU





# SKYLINE SNOVPARK SCHILTHORN

www.schilthorn.ch