

FORUM elle Post Nr. 9 aus der Sektion Bern

Mensch und Natur - Gewinner und Verlierer am Beispiel der Vögel

The Sam Singers

Bliib fit - mach mit!

Louisiana zu Besuch im Franz Gertsch Museum

Neuer Wind im Museumsquartier

Buchtip

Sehenswert im Kunstmuseum Bern

Liebe



Hast du ihn schon gehört? Etwa eine Stunde vor Sonnenaufgang? Ja, der Hausrotschwanz ist ein Frühaufsteher und gibt den Auftakt zum Vogelkonzert. Es geht ihm bei uns trotz den grossen Umweltveränderungen gut. Gebäude und Bauten ersetzen ihm die felsige Bergwelt. Er gehört zu den Gewinnern. Wer sonst noch Glück hat und wer nicht, hat uns Rolf Küpfer in seinem Referat eindrücklich geschildert.

Mensch und Natur - Gewinner und Verlierer am Beispiel der Vögel

Stamm vom 07.01.2025 mit Rolf Küpfer, Feldornithologiekursleiter bei BirdLife

Vieles ist im Argen. Erinnerst du dich noch, als man nach langen Autofahrten an der Tankstelle auch die Frontscheiben geputzt hat? Und heute? Der Insektenbestand, eine wichtige Nahrungsgrundlage vieler Vögel, hat um 75% abgenommen. Aber auch unser Bedürfnis nach Freizeitaktivitäten verursacht Probleme.

So gehört am Wasser der Flussregenpfeifer zu den Verlierern, weil er seine Eier in den Kiesbänken ablegt. Die Reiherente hingegen profitiert von der Einwanderung der Wandermuschel, ihrer Leibspeise.

Im Wald leiden der Auerhahn und das Birkhuhn besonders unter den Störungen. Im Gegensatz zum Buntspecht, der sehr anpassungsfähig ist. Er brütet jedes Jahr in neuen Baumhöhlen, die dann wiederum



andern Tieren als Wohnraum dienen.

Ein grosser Gewinner ist der Rotmilan. Durch das häufige Pflügen unseres Kulturlandes findet er immer wieder einen gedeckten Tisch vor. Umgekehrt leidet die Feldlerche genau aufgrund dieses Umstandes. Als Bodenbrüterin findet sie in der intensiv genutzten Kulturlandschaft kaum mehr unberührtes Gelände.

Wenn du gern noch mehr über die Vogelwelt bei uns erfahren möchtest, bei BirdLife findest du laufend Kurse und Veranstaltungen:

<https://birdlifebern.ch/>

The Sam Singers

Konzert vom 17.01.2025 im PROGR

Catriona Bühler, Julia Schiwowa, Noemi Jobst, Samuel Zünd, Fridolin Blumer



Es ist einfach erstaunlich, dass uns die Melodien aus der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts heute immer noch zum Mitsingen animieren oder sich als Ohrwurm einnisten. Die 5 Profi-Musikerinnen und Musiker versetzten uns mit den swingenden Melodien in eine fröhlich-beschwingte Stimmung, die uns die schwierigen Themen unserer Zeit für einen Moment vergessen liessen.

Übrigens, möchtest du auch singen? Aber nicht in einem Chor, sondern eher für dich? Diese Möglichkeit gibt es täglich immer um 9 Uhr: Einsingen-um-9 heisst das Format und wurde von Julia zusammen mit einer Kollegin ins Leben gerufen, als vor 5 Jahren plötzlich Chorsingen verboten wurde. Stimmbänder sind Muskeln, die trainiert werden wollen. Also haben die beiden einen täglichen Stream gestartet. Während einer halben Stunde kannst du mitsingen und lernst dabei immer noch viel Interessantes rund ums Singen.

<https://www.samsingers.ch/>

<https://einsingen-um-9.ch/>

Bliib fit

Veranstaltung vom 05.02.2025 mit Ursula Meier Köhler, Bewegungstherapeutin und Fachspezialistin Sturzprävention

Selbstverständlich wollen nicht nur unsere Stimmbänder trainiert werden, sondern auch die Muskeln und Gelenke. 1700 Menschen sterben jährlich an den Folgen eines Sturzes, eine Zahl, die wir kaum glauben wollen.

Ursula Meier Köhler zeigt uns, wie wichtig die tägliche Bewegung ist, und dass sich viele Menschen viel zu wenig bewegen. Bewegung verbessert die Stabilität, die Kraft, das Gleichgewicht und die Koordination. Zudem wirkt sie sich positiv auf unsere Psyche aus. Mit zunehmendem Alter wird ein tägliches Training immer wichtiger, um möglichst lange „auf eigenen Beinen zu stehen“. Übungen lassen sich auch täglich ganz einfach einbauen, zum Beispiel:



- L

Ihre Fernsehsendung Bliib fit - mach mit! ist - wie Einsingen-um-9 - in der Coronazeit entstanden. Also einschalten und mitmachen: Dienstag und Freitag jeweils 9:30 Uhr auf TeleBärn oder jederzeit auf Play SRF. Die gesamte Präsentation von Ursula Meier Köhler findest du auf unserer Webseite und viele weitere Hinweise und Übungen auf der Webseite der Beratungsstelle für Unfallverhütung.

[https://www.srf.ch/play/tv/sendung/bliib-fit---mach-mit?
https://powerpoint_präsentation.pdf](https://www.srf.ch/play/tv/sendung/bliib-fit---mach-mit?https://powerpoint_präsentation.pdf)
bfu.ch

Louisiana zu Besuch im Franz Gertsch Museum

Veranstaltung vom 30.01.2025, Führung mit Andreas Jahn



Die Führung durch die Ausstellung wurde versuchsweise kurzfristig per Mail ausgeschrieben. Die Rückmeldungen auf das neue Vorgehen waren durchwegs positiv. Es kommt auch jenen entgegen, die sich gerne spontan für ein Angebot anmelden. Erfreulicherweise hat auch das Gotte-System funktioniert und es wurden Kolleginnen ohne Mailadresse über das Angebot informiert und mit an Bord geholt.

Die Werke aus dem Louisiana Museum in der Nähe von Kopenhagen werden jetzt wieder sorgfältig verpackt und zurück in ihre Heimat geschickt. Umgekehrt reisen die ausgeliehenen Werke von Franz Gertsch ins Emmental zurück. Ein Besuch in Burgdorf lohnt sich also immer.

Neuer Wind im Museumsquartier

Erinnerst du dich noch, als wir im letzten Sommer im Museumsgarten zusammen mit der Geschäftsführerin Michèle Zweifel darüber diskutiert haben, was aus unserer Sicht für das Zusammenrücken der Museen förderlich wäre? Zum Beispiel ein gemeinsamer Eintrittspass? Dieser wurde jetzt realisiert. Auf der Webseite lesen wir: „1 Ticket, 5 Eintritte, 5 Monate - das alles für 30 CHF“.

Auf der neu gestalteten Webseite kannst du dich zentral über die vielen Angebote der einzelnen Museen informieren. Auch wollen die Museen vermehrt mit Projekten zusammenspannen. So wird das Historische Museum die aktuelle und höchst interessante Ausstellung „Grönland“ im Alpinen Museum mit einer kleinen Ausstellung über die eigene Grönland-Sammlung ergänzen.

<https://www.mqb.ch/>

Buchtip: Die Stickerin

von Margrit Schriber, bilgerverlag, 2024

In ihrem neusten Buch erzählt Margrit Schriber die Lebensgeschichte von Maria Antonia Räss, einer Appenzeller Bauerntochter, die bereits im frühen Kindesalter geschickt mit Nadel und Faden umzugehen wusste. Später als junge Frau reiste sie als Schaustickerin durch Europa und wanderte in den frühen 20er Jahren mit einer Nadel und einem Stoffballen nach Amerika aus. Ihre Stickereien waren bald heiss begehrt. In New York eröffnete sie ihr Broderiehaus an bester Lage im Rockefeller Center und Berühmtheiten wie Coco Chanel und Eleonor Roosevelt gingen bei ihr ein und aus. Eine unglaubliche Geschichte einer mutigen, selbstbewussten Frau.



<https://www.margrit-schriber.ch/>

<https://www.srf.ch/play/tv/>

Sehenswert: Marisa Merz. In den Raum hören

Kunstmuseum Bern, bis 01.06.2025



Marisa Merz (1926-2019) gehörte der Bewegung „Arte Povera“ an, einer Bewegung von bildenden Kunstschaffenden der 60er und 70er Jahre aus Norditalien. Diese arbeiteten mit einfachen, alltäglichen Gegenständen und Materialien - eben „armen“ Materialien. Für ihr Lebenswerk wurde sie 2013 an der Biennale von Venedig mit dem Goldenen Löwen ausgezeichnet. In der kleinen Ausstellung sind aktuell eine Auswahl ihrer Kunstwerke zu bestaunen, Kunst aus Kupferdraht filigran geflochten, aus Tonklumpen witzig geformt oder auf altem Karton gemalt.

<https://www.kunstmuseumbern.ch/de/ausstellung/marisa-merz>

Apropos Museum: Am Freitag, 31. März 2025 ist Museumsnacht und die Motten flattern um die farbig erleuchteten Gebäude. Dann kann der Frühling kommen.

<https://www.museumsnacht-bern.ch/>

Schön, bist du mit uns unterwegs!
Herzliche Grüsse

Maja Spillmann und Vorstand