

## Newsletter November 2025

Kennst du die Wirkung eines kurzen Wortwechsels über das graue Wetter mit der Kassiererin in der Migros? Oder des Lächelns eines Babys, das dich im Bus aus einem Kinderwagen erreicht? Verena Steiner, die Autorin des Buchs „Solo“ nennt solche Begegnungen „Mikro-Momente der Verbundenheit“. Sie als Biochemikerin weiss, dass diese in unserem Gehirn biochemische Prozesse auslösen und für unser Wohlbefinden mitverantwortlich sind. Zugegeben, manchmal braucht es etwas Mut auf andere zuzugehen. Aber ein Lächeln geht immer, wie Verena Steiner meint. Und wie man mutiger wird, lebensfroher, das erzählt sie mit ansteckender Fröhlichkeit in ihrem Referat.

„Solo“ steht auch das wuchtige Gebäude auf dem Hügel in Dornach. Was verbirgt sich hinter seinen Mauern? Wie ist es entstanden und weshalb gerade hier im Baselbiet?

### Inhalt

**Goetheanum Dornach**

**SwissSkills**

**SOLO - Alleinsein als Chance**

**Sind Frauen in der Gesundheitsversorgung benachteiligt?**

**Hinweise**

### **Besuch im Goetheanum Dornach, dem Sitz der Allgemeinen Anthroposophischen Gesellschaft**

September 2025



Obschon auf dem Hügel über Dornach gebaut, versteckt es sich vorerst hinter hohen, alten Bäumen. Nur hie und da erhascht man einen Blick auf das - wie es scheint - eher unförmige Gebäude. Steht man dann vor dem Hauptportal, fühlt man sich von seiner Grösse etwas erschlagen. So viel Beton, in eine Varietät von Formen gegossen, und das in einer Zeit, als es noch gar keine Betonbauten gab. Wie war das baugesetzlich überhaupt möglich?

Rudolf Steiner hatte insofern Glück, dass es zu Beginn des 20. Jahrhunderts im Kanton Solothurn noch gar kein Baugesetz gab und er seinen architektonischen Vorstellungen freien Lauf lassen konnte. Glück hatte er auch mit dem Gelände, das ihm ein Zahnarzt geschenkt hatte.

Hinter diesen Mauern treffen wir heute nebst Räumen für wissenschaftliches und künstlerisches Arbeiten auf einen kolossalen Theatersaal, ein monumentales Treppenhaus und riesige Glasfenster in den Farben Rot, Grün, Blau, Violett und Rosa. Die farbige Inngestaltung, die uns heute in den Bann zieht, erhielt das Goetheanum allerdings erst in den 90er

Jahren. Was unter vielen Vorbehalten entstanden ist, steht heute unter Denkmalschutz.

Einen interessanten Bericht über die bewegte Baugeschichte findest du hier:

<https://Goetheanum/Wikipedia>

<https://goetheanum.ch/de>

## SwissSkills

17.-21. September 2025, Bernexpo

An diesem Morgen bringen Tram, Bahn und Bus unaufhaltsam Schulklassen um Schulklassen ins Expo-Gelände, ein Strom, der nicht abzureissen scheint. So reihen sich auch Forumellen unter die Jugendlichen und strömen durch das Gewusel zum Info-Point. In der Schweiz können 250 verschiedene Berufe erlernt werden, von denen 150 hier präsent sind.

Die Jugendlichen stellen sich dem Wettbewerb um die jeweiligen Berufsmeisterschaften. Wir schauen am Coiffeur-Stand den Teilnehmerinnen über die Schulter, die unter Zeitstress und hohem Lärmpegel vor neugierigem Publikum höchste Präzisionsarbeit leisten.

Bis in die USA und nach China reicht der gute Ruf des Schweizer Lehrlingssystems und gilt weltweit als das beste Vorbild, wie man eben in den Medien lesen konnte. Die nächste Ausgabe der SwissSkills folgt bereits in zwei Jahren und bietet somit eine nächste Chance für viele motivierte junge Berufsleute.



## SOLO - Alleinsein als Chance

Referat von Dr. Verena Steiner, DienstagsForum, 7. Oktober 2025



„Als Solistin oder Solist ein glückliches und erfüllendes Leben zu führen, will gelernt sein.“

Aus eigener Betroffenheit beginnt Verena Steiner ihre Recherche zum Thema „Einsamkeit“. Es entsteht ein Buch, das wissenschaftliche Erkenntnisse geschickt mit eigenen Erfahrungen, Ideen und Erkenntnissen verwebt und als wertvolle Anleitung zum Üben dient.

Das Buch ist nicht nur für Menschen hilfreich, die ihren Partner verloren haben oder geschieden sind. Zu ihrem stetig wachsenden Lesekreis gehören auch solche, die sich Gedanken machen, wie es sein könnte, wenn man unverhofft allein wäre und die vertraute Gegenwart des Partners fehlt. Vieles ist ungewohnt und will geübt werden. Dabei spielen auch Projekte eine wichtige Rolle. Verena Steiner tüftelt bereits an ihrem nächsten: 2026 berichtet sie regelmässig in einem Podcast zum Thema Einsamkeit.

Links:

Webseite der Autorin: <https://www.explorative.ch/>

Verena Steiner in der Sendung Persönlich vom 06.04.2025: [SRFpersönlich](#)

## Sind Frauen in der Gesundheitsversorgung benachteiligt?

Referat von PD Dr. med. et Dr. phil. Berna Özdemir, DienstagsForum, 4. November 2025

Die Forschung zeigt ein deutliches Bild: Ja, Frauen sind benachteiligt. Frau Özdemir, Onkologin am Inselspital Bern, zeigt am Beispiel der Krebsforschung vielfältige Gründe auf:

- Das Geschlecht und die Geschlechterrolle wie Lebensstil, Ernährung usw. haben Einfluss auf die Erkrankungen.
- An klinischen Studien sind deutlich mehr Männer als Frauen beteiligt. Der Hormonzyklus bei Frauen verkompliziert die Studien. So sind Forschung und Medikamente meist nach Männern ausgerichtet.
- Medikamente werden hauptsächlich an Männern getestet. Es ist jedoch naheliegend, dass die optimale Dosis für Männer und Frauen unterschiedlich ist.
- Es besteht eine grosse Datenlücke zum Nachteil der Frauen.

In der Podcast-Folge Berna Özdemir: Geschlechterdifferenzen kannst du die Ausführungen nachhören.



## Hinweise

### Logistikplattform in Schönbühl - Blick hinter die Kulissen der Migros

Wer nicht an den Veranstaltungen von uns teilnehmen konnte, hat neu die Möglichkeit, die Logistikplattform als Einzelperson zu besuchen. Die Führungen sind gratis. Einfach über den Link einen Rundgang buchen:

<https://aare.migros.ch/de/ueber-die-migros-aare/betriebsbesichtigungen.html>

---

### Logistikplattform in Schönbühl



#### Blick hinter die Kulissen der Migros

Wie kommen die frischen Produkte vom Feld ins Regal der Migros? Bei der Besichtigung unserer Zentrale werden diese und viele weitere Fragen beantwortet. Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Wichtig: Ein Rundgang erfordert eine gute körperliche Verfassung.

**RUNDGANG BUCHEN**

### **Beiträge auf der Plattform Forum elle Sektion Bern**

Du hast das DienstagsFORUM verpasst und das Thema hätte dich interessiert? Einige Referierende überlassen uns ihre Präsentationen, die du hier findest. So zB die Studie über Fleischersatzprodukte von TA Swiss:

<https://www.forum-elle.ch/de/sektionen/bern/>