

## Jahresbericht 2025

### KURSE

#### **Kurs 1 Geistig beweglich bleiben!**

Jacqueline Läderach, Beraterin Gesundheitsförderung von Pro Senectute Kanton Bern eröffnet den Abend mit einer Schatulle, ein Geschenk ihres Sohnes, wo sie ihre «Lismischen» aufbewahrt. Ein Durcheinander von angefangenen Arbeiten zu losen Garnen und fertigen Kunstwerken. Genau so sieht es manchmal in unserem Gehirn aus! Unser Hirn ist auch im Alter unglaublich flexibel, anpassungs- und lernfähig. Es verhält sich genau umgekehrt zu einer Maschine. Je mehr und je anspruchsvollere Aufgaben wir ihm stellen, desto leistungsfähiger bleibt es! Vorteil im Alter, wir haben ein breites Erfahrungswissen, mit dem wir das neu Gelernte verknüpfen, es bewerten und einordnen können. Dabei entstehen neue Verknüpfungen im Gehirn! Good news für uns alle!

#### **Kurs 2 Entdeckungsreise durch den Bernapark Deisswil: «Von der Kartonfabrik zum Quartier!»**

Als ich die Medienmitteilung über die Schliessung gelesen hatte, wusste ich, dass ich hier etwas tun musste! Ich entschloss mich die Kartonfabrik zu übernehmen – mit der Auflage kein Karton mehr zu produzieren – und freiwillig alle 253 Mitarbeitenden wieder einzustellen, um mit ihnen aus diesen Trümmern eine Zukunft zu bauen.» Das war im Jahre 2010. Das berichtete uns H.U. Müller an der eindrücklichen und inspirierenden Führung durch den Bernapark Deisswil. Schlaflose Nächte und viel Geduld waren nötig, um dieses Projekt voranzutreiben! Das Unternehmertum, seine Weitsicht und die unermüdliche Schaffenskraft haben ein beeindruckendes Werk entstehen lassen, das uns alle zum Stauen gebracht hat! Mit grossem Interesse und Begeisterung haben wir seine Ausführungen verfolgt und dabei einen Ort entdeckt, der nicht nur architektonisch, sondern auch visionär überzeugt! Es war eine grosse Freude einen so persönlichen Eindruck in den Bernapark zu erhalten!

#### **Kurs 3 Kochkurs: «Die Kartoffel – die vielseitige gesunde Knolle» mit Martin Nussbaum**

Im Gartenhaus am Trockenen starteten wir mit einem Apéro begleitet mit Kartoffelherzwaffeln und einem schön garnierten Kartoffelbrot unseren traditionellen Kursabend! Weitere Gerichte mit Kartoffeln folgten und der Favorit des Abends war die Kartoffel Tarte-Tatin! Die Kombination von Kartoffeln – Thymian – Zucker im Blätterteig ein Gourmetgenuss! Ein unterhaltsamer geselliger Abend endete mit einem Geschenksäckli gefüllt mit einem «Versucherli» von einem Kartoffel-Nusskuchen!

#### **Kurs 4 Die Nase vom Vater, den Humor von der Mutter, wir erben alle. Ausstellung Generationenhaus**

Es freute mich ausserordentlich, dass ich die Führung für den Frauenverein persönlich übernehmen durfte! In der Ausstellung geht es um die Vielfalt des Erbes. Sei es die Nase des Vaters, den Humor der Mutter, die Traditionen der Vorfahren. Wir alle erben, wenn auch ganz Unterschiedliches. Gemeinsam schreiten wir durch die drei nächsten Räume und erfahren mehr in Videoporträts «Was macht das Erbe mit uns», 1. Hilfe zum Erben,

was kann ich schon heute regeln, was sagen meine Gene über mich aus, ist erben gerecht und noch vieles mehr! Nicht alles zum Thema Erben, kann in dieser Ausstellung beantwortet werden, aber viel unausgesprochenes wird Besprochen!

Beim anschliessenden Zvieri im «toi et moi» wird noch anregend diskutiert und das Ziel der Ausstellungsmacher ist erfüllt, dass das Thema «Erben» den Weg in die Familien findet!

### **Kurs 5 Naturkranz**

Anfangs November trafen sich 10 bastelbegeisterte Frauen im Casino bei Müllers um einen Herbst-Naturkranz zu kreieren. Veronika Suter (sie hat uns schon oft mit ihren kreativen Ideen begeistert) hat viele "Natursachen" mitgebracht und wir konnten aus dem Volen schöpfen. Unter kundiger Leitung entstanden Naturkränze aus Nüssen, Zapfen, Eichen, Kastanien etc. Jeder Kranz ein wunderschönes Unikat. Mit einer Kerze in der Mitte wird uns dieser Kranz sicher auch durch die Adventszeit begleiten. Wiederum war es ein gelungener Bastelabend.

### **Kurs 6 Vereinsreise Besuch Gemüsegewächshäuser im Seeland-Historisches Städtchen Murten**

Trotz Regen erreichten wir planmässig unseren ersten Halt das Moos im Seeland mit seinen Gewächshäusern! Mit Kaffee warmem Zopf und geschnittenem Gemüse mit hausgener Mayonnaise stärkten wir uns für die anschliessenden Führungen mit Michael Moser und seinem Vater Fredy! Der Familienbetrieb gibt es seit 1931, er wurde vom traditionellen Betrieb mit Viehwirtschaft und Ackerbau zu einem tragenden Gemüseproduzenten in der Region. Seit 2011 wird auch Bio-Gemüse angebaut. Im 2015 schlossen sich dann die Familien Moser und Tschachtli in einer Betriebsgemeinschaft zusammen, um den wachsenden Anforderungen gerecht zu werden. Wie in Trance wandeln wir durch die Gewächshäuser, wo Gurken über 3.5 m in die Höhe wachsen und wunderschöne Blüten der Aubergine mit reifen Früchten um die Wette strahlen. Die «hors sol» Produktion mit dem geschlossenen Wasserkreislauf viele Vorteile und grösseren Ertrag bedeutet. Ebenfalls erfahren wir Wissenswertes über die schwarzen Böden, die Massnahmen, die erbracht wurden und die Fruchtfolge Probleme. Maschinen mit integriertem Förderband, das das Aussehen von Setzlingen erledigt kosten bis zu 400 000.- und in Zukunft werden Roboter getestet, die den perfekten Reifegrad des Gemüses erkennen können und diese selbstständig pflücken werden! Nach diesem Rundgang war allen klar, warum ein Nüsslialat, der von Hand gepflückt wird, diesen Preis hat!! Nach 15 Minuten Fahrt erreichten wir das Restaurant «Zum Bauernhof» in Ulmiz, wo uns die Gebrüder Keller mit der gegrillten Spezialität des Hauses verwöhnten, begleitet mit Seeländergemüse! Die Schlechtwetter Variante im rustikalen Raum mit schön gedeckten Tischen und Blick in den Garten stimmte auch! Als wir um 15 Uhr im historischen malerische Städtchen Murten eintrafen schien sogar zwischendurch die Sonne und wir erkundigen die Ringmauer, die Skulptur «Der Elefant von Murten» vor dem Museum Murten und gönnten uns noch einen echten Vully Nidlechueche! Sicher chauffierte uns Beat unser Chauffeur nach Belp zurück! Das neu erworbene Wissen wird uns sicher beim Einkaufen von Gemüse künftig begleiten!

*Marlis Zaugg*