



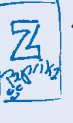












An einem  zigen Morgen erst  Sarah  
ein  unter ihrem Schlaf .



Ver  + steht sie auf und schaut sich um.



Im   spielt ihr   sitlich


 saune. Sarah erkennt sofort den !



W- vo Büroplatz! Sie be- + sich im  
Takt, bis es an der  klappt: ihr


B  Nikolaus! Trotz seines

W  wichts versp  er mit seiner

Sch  ja mit  ieschen und

Au\*. Ebenfalls p  ten sie die

 beerkonfi  e - was für ein

köftlicher Sch .

## Lauter Unsinn

Wenn ich lache, brauche ich mein Gehirn, meine Muskeln, Ohren und/oder meine Augen. Der Text links gelangt über das Auge und den Sehnerv in mein Gehirn. Dort wird er analysiert und von der linken in die rechte Hirnhälfte verschoben. Gleichzeitig wird verglichen, ob sich Inhalt und Gefühl entsprechen. Ist das nicht der Fall, findet das Gehirn den Text witzig, und es sendet den Reiz zum Lachen aus. Dabei weiten sich meine Nasenlöcher, und ich werfe meinen Kopf zurück. Ich schliesse meine Augen, und die Mundwinkel werden mit dem Zygomaticus-Muskel nach oben gezogen. Das alles bewirkt, dass ich auf meine Mitmenschen glücklich wirke. Auch mein Körper arbeitet auf Hochtouren – immer noch gesetzt den Fall, ich finde den geschriebenen Text lustig. Vom Gesicht bis zum Bauch werden an die 300 verschiedene Muskeln beansprucht – manchmal auch jene des Tränensackes – so dass ich eben Tränen lachen kann. Bei einem richtigen Lachanfall presst meine Bauchmuskulatur die Luft mit einer Geschwindigkeit von 100 km/h hinaus! Für diese körperliche Schwerstarbeit belohnt sich dann mein Gehirn mit einer Portion Glückshormonen. So gesehen, verstehe ich gut, dass sich Menschen in schwierigen und ausweglosen Situationen mit Humor «ablenken». Wobei «ablenken» nicht das richtige Wort dafür ist. Vielmehr geht es ums Überleben, darum, den Alltag lebbar zu machen und Erlebtes zu verarbeiten. «Ein Tag an dem man nicht lacht, ist ein verlorener Tag» – das hat Charlie Chaplin gesagt. Wie recht er doch hatte!

Katrin Marbach, Pfarrerin

### Angekommen und dann? 2-3

Das Integrationsprojekt MOSAIK unterstützt Menschen mit Migrationshintergrund dabei, sich zurechtzufinden.

### Veranstaltungen

5-7

Geplant ist einiges. Wir hoffen, die Angebote durchführen zu können und sind dankbar für alles, was möglich ist.

Im «bewegt»-Jahr 2022 entlocken Ihnen die Schreibenden ein Lächeln. Denn Humor tut gut und Lachen ist bekanntlich gesund!

## Zu Hause in einer fremden Welt

**Sprache, Kultur, Arbeitswelt, Erziehung, Schulsystem, Religion – vieles ist für Menschen, die aus fernen Ländern in die Schweiz kommen, zuerst einmal verwirrend anders. Niederschwellige Integrationsprojekte helfen, in der neuen Heimat erste Schritte zu wagen. So zum Beispiel im MOSAIK Frauen- und Familientreff.**

Ein Mittwochmorgen Mitte Dezember – Frauentreff in der Katholischen Kirche Guthirt Ostermundigen. Es ist 9.15 Uhr und die ersten Frauen treffen mit ihren Buben und Mädchen im kinderfreundlich eingerichteten Raum ein. Man kennt und begrüsst sich, die Kinder beginnen zu spielen. Puppenhaus, Autos, Garage, Kissen, Bauklötze und mehr laden dazu ein. Die Zertifikate werden kontrolliert. «Ein paar angemeldete Frauen fehlen noch», sagt Carmen Zürcher vom Team «Kinder, Jugendliche und Familien» der Reformierten Kirche Ostermundigen. Sie leitet zusammen mit Angela Ferrari,

Sozialarbeiterin der Pfarrei Guthirt, die MOSAIK-Treffen. «Wir sind alternierend für die Frauen- und Familientreffen verantwortlich», erklärt Carmen Zürcher. Zum Team gehört auch Ariane Huber, Fachfrau Betreuung, die von der Katholischen Gesamtkirche Bern angestellt ist. Wenn Frauentreff ist, betreut Ariane Huber die Kinder. Unterstützt wird sie seit bald einem halben Jahr von Marta Beyene, die selbst Teilnehmerin beim MOSAIK war, und nun ein Praktikum als Kinderbetreuerin machen kann.

Sechs Monate trifft MOSAIK sich in den Räumen der Katholischen Pfarrei Guthirt

und sechs Monate in jenen der Reformierten Kirche. Weil die Corona-Pandemie mit Schutzkonzepten und Massnahmen alles etwas komplizierter macht, haben die Frauen- und Familientreffen über Wochen im Freien stattgefunden. «Wir waren auf Spielplätzen der Umgebung, im Wald, haben am Feuer Tee gekocht oder Popcorn gemacht und Natur pur erlebt», berichtet Ariane Huber. Betty, eine Teilnehmerin, erinnert sich an ein Treffen auf der Münsterplattform. «Ich bin später mit Freundinnen dorthin gegangen», erzählt sie lachend. Carmen Zürcher stellt immer wieder fest, dass sich die Frauen dank der regelmässigen Treffen vernetzen: «Der Bekanntenkreis vergrössert sich, sie machen ausserhalb von MOSAIK zusammen ab oder begegnen sich zufällig im Dorf.» Dies verstärkt die Selbstwirksamkeit und trägt in

Bilder: Hildegerd Netos



Familientreff im Rosengarten bei winterlichen Temperaturen.



Konzentration beim Lotto spielen. Fünfundzwanzig – zwei, fünf. Dreizehn – eins, drei. Ziffern auf Deutsch sind nicht einfach.



Hinauf klettern. Rücksicht ist

kleinen Schritten dazu bei, sich sicherer und ein bisschen mehr zu Hause zu fühlen. Dieses Gefühl wiederum wirkt sich positiv auf die körperliche und psychische Gesundheit aus. Die Hemmschwelle, an Anlässen anderer Organisationen oder der Kirchen teilzunehmen, wird kleiner, was die Integration fördert. So haben Frauen mit ihren Familien das Herbstfest der Katholischen Kirche besucht oder waren im Skilager oder in den Herbstferien der Reformierten Kirche mit dabei. Bei solchen Veranstaltungen lernen die Frauen neue Menschen kennen. Sie haben Gelegenheit, Deutsch zu sprechen und ihre sprachlichen Kompetenzen zu erweitern. «Das sind alles kleine Dinge, die jedoch summiert das Gefühl stärken, Teil einer Gemeinschaft zu sein», betont Carmen Zürcher.

Mittlerweile sind weitere Frauen eingetroffen. Gesprochen werden Deutsch, Englisch und Sprachen, die fremd klingen. Eigene Erinnerungen werden wach, wie es war, in einem fremden Land, ohne Sprachkennt-

nisse einkaufen zu gehen. Das war in den Ferien – unvorstellbar der Gedanke, in einem Land, weit weg der Heimat, leben zu müssen, ohne Hoffnung, heimkehren zu können. Niemand entscheidet für sich, in welchem Erdteil er oder sie geboren wird – alles eine Frage des Zufalls, des Glücks oder Unglücks ...

### 34, 17, 8 ... Lotto!

Die Treffs beginnen stets mit einem kleinen Ritual. Alle setzen sich in den Kreis und singen zusammen ein Morgenlied: «Guete Morge, gute Morge ... ig wünsche dir e schöne Tag», berndeutsche Klänge. Danach lädt Carmen Zürcher die Frauen ein, sich in den Raum ins Untergeschoss zu begeben. Dort spielen sie Lotto, während die Kinder betreut sind. Mit Gesichtsmasken und Abstand sitzen die Frauen an Tischen. Jede hat zwei Lottokarten gezogen. In einer ersten Runde zieht Carmen Zürcher die Nummern aus dem Beutel und liest vor: «Sieben. Fünfzehn – eins, fünf. Vierunddreissig – drei, vier ...» Alle sind konzentriert dabei und lernen spielerisch, wie die Zahlen auf Deutsch heissen. Ist wer bei einer Nummer unsicher, helfen die anderen mit. «Lotto!», ruft schliesslich eine Teilnehmerin. Sie liest die Ziffern vor, während Carmen Zürcher kontrolliert. Alles tiptopp. Die Gewinnerin darf einen Preis auswählen. Sie entscheidet sich für ein Holzschneidebrett. Auf dem Tisch liegen unterschiedliche Gaben: ein Duschmittel, eine Kerze, ein Paket Servietten, eine Laterne, eine Dose Herbamare, ein Paket Berner Haselnusslebkuchen. Später im Spiel entscheidet sich eine Gewinnerin für das Herbamare, und nachdem sie kurz darauf noch einmal Lotto gerufen hat, nimmt sie die Haselnusslebkuchen. Interessiert schaut eine Tischnachbarin diese Preise an. Die Gewinnerin erklärt ihr in fließendem Deutsch, was sie gewählt hat, ein Gewürz, dass sie sehr schätze und Lebkuchen, aber eben besondere, solche mit Haselnüssen.

Ein wichtiger Teil des Projekts ist, dass die Frauen bei der Gestaltung der Frauen- und Familientreffen mitmachen. «Im Gespräch erfahren wir, was die Frauen interessiert und welche Talente sie mitbringen und in die Gruppe einbringen können», sagt Ariane Huber. Kürzlich haben die Frauen unter der Anleitung einer Teilnehmerin Ketten mit bunten Perlen gemacht. «Diese sind

sehr schön geworden», sagt Betty, die kaum ein Treffen verpasst. «Wenn ich nicht ins MOSAIK gehen kann oder wenn es in den Schulferien nicht stattfindet, ist in der Woche so etwas wie ein Loch», erklärt sie.

Beliebt bei den Treffen sind der Besuch der Mütter-, Väterberatung oder die selbst organisierte Kinderkleider-Tauschbörse. Ein nächstes Wunschprojekt ist es, Velofahren zu lernen. «Velofahren zu können, ist in der Schweiz eine sinnvolle Sache und bei der Arbeitssuche nicht unwesentlich, etwa wenn Frauen bei der Spitex eine Arbeit finden und es gut ist, wenn sie per Fahrrad unterwegs sein können», sagt Ariane Huber.

Die MOSAIK Frauen- und Familientreffen sind im Jahr 2018 entstanden. Und zwar auf Initiative der Katholischen Kirche Guthirt nach einer sorgfältigen Bedürfnisabklärung einer Projektgruppe unter der Leitung von Edith Zingg, Gemeindeleiterin. Die niederschwellige Integrationsarbeit ist ein ökumenisches Projekt beider Kirchen, welche die finanziellen und personellen Ressourcen zur Verfügung stellen. Die Katholische Kirche trägt den grösseren Teil der Kosten. Vor gut einem Jahr wurde das Projekt evaluiert und aufgrund des Erfolgs bis ins Jahr 2025 bewilligt.

Hildegard Netos



... und gleichzeitig hinunter rutschen geht nicht. gefragt.

## MOSAIK

Die MOSAIK Frauen- beziehungsweise Familientreffen finden – ausser in den Schulferien – alternierend am Mittwochmorgen statt. Bei den Frauentreffen sind die Frauen unter sich, während die Kinder betreut werden. Bei den Familientreffen machen alle etwas gemeinsam mit den Kindern. Eingeladen sind Mütter, Väter, Grossväter und Grossmütter mit Kindern.

Nächste Daten vgl. Seite 6.

## Fahrräder gesucht!

Steht bei Ihnen ein Fahrrad, das Sie nicht mehr brauchen und den Frauen im MOSAIK abgeben könnten? Info: Carmen Zürcher, 031 930 86 19, Angela Ferrari, 031 930 87 18.

## Meilenstein ist geschafft

Die Umsetzung des Projekts «Pfrundland» der reformierten Kirchgemeinden Bolligen, Ittigen und Ostermundigen ist einen wichtigen Schritt vorangekommen. Die Jury hat einstimmig das Sieger-Bauprojekt bestimmt.

Insgesamt wurden 16 Wettbewerbsprojekte eingereicht. Jenes der Marti Gesamtleistungen AG, Bern, zusammen mit dem Architekturbüro Bauart, hat die Jury am meisten beeindruckt. Dies wegen der Schlichtheit, die sich in Architektur und Erschliessung zeigt, der baulichen und betrieblichen Wirtschaftlichkeit, des guten ortsbaulichen, funktionalen und gestalterischen Bezugs zur bestehenden Nachbarschaft sowie der sozialräumlichen Qualitäten.

Ausgangslage des Projektwettbewerbs war die Absicht der drei Kirchgemeinden, das Baugrundstück «Pfrundland» im Baurecht einer Überbauung zuzuführen. Die heute landwirtschaftlich genutzte Parzelle liegt in einem sehr schönen Wohngebiet der Gemein-

de Bolligen an einem Südhang, mit Blick ins Worblental, auf den Schärmewald und den Gurten. Das in privater Hand liegende, südöstlich angrenzende unbebaute Grundstück, das teilweise für die talseitige Erschliessung benötigt wird, soll ebenfalls im Baurecht abgegeben werden. Dieses Grundstück war deshalb auch Teil des Wettbewerbs und unterlag den gleichen Regeln und Anforderungen wie das «Pfrundland».

Investor ist die Raiffeisen Pensionskasse Genossenschaft, St. Gallen. Beim Siegerprojekt mitgewirkt haben zudem Haenggibasler Landschaftsarchitekten GmbH, Bern, BPG AG Baumanagement Projektentwicklung, Thun sowie der Firma Urban Psychology Consulting & Research, Zürich. *plan:team/hn*



Die Ergebnisse des Wettbewerbs sind vom 13. bis 23. Januar, an Werktagen von 17–19 Uhr und am Samstag und Sonntag von 10–12 Uhr, im Kirchgemeindehaus Bolligen für die Öffentlichkeit zugänglich. Info: Fritz Spörri, Kirchgemeinderat Bereich Liegenschaften, 079 420 18 15.

## Aus dem Kirchgemeinderat



Bild: Foto Zumstein

### Willkommen

Der Kirchgemeinderat freut sich sehr, dass die Anwesenden der ordentlichen Kirchgemeindeversammlung vom 29. November 2021 der Wahl von Pfarrerin Cristina Betz einstimmig zugestimmt haben.

Cristina Betz wird ihr Amt am 1. Juli 2022 antreten. Ihr

Büro befindet sich im «Büro S» an der Oberen Zollgasse 9. Kirchgemeinderat und Team heissen Cristina Betz herzlich willkommen und wünschen ihr viel Freude bei ihrer Tätigkeit!

### Goldene Steine

An verschiedenen Stellen in Ostermundigen liegen goldene Steine mit einem QR-Code. Wir distanzieren uns von dieser Aktion einer Freikirche und entfernen konsequent Steine, welche sich auf dem Areal der Reformierten Kirche befinden. Als Teil der Landeskirche sind wir für alle Menschen da. Ganz im Sinne der Vision 21 «Von Gott bewegt. Den Menschen verpflichtet.»

### Alles Gute im neuen Jahr!

Der Kirchgemeinderat schaut auf ein arbeitsintensives und ereignisreiches Jahr zurück. Die Corona-Pandemie zwang uns, ein weiteres Jahr flexibel und kreativ auf die speziellen Herausforderungen zu reagieren.

Wir wünschen allen einen guten Start in ein glückliches neues Jahr! Möge es allen Menschen Frieden, Freude und Gesundheit bringen.

## Nachrichten

### Impf-Appell

Die Konferenz Europäischer Kirchen und die Kommission der Bischofskonferenzen der Europäischen Union fordern dazu auf, sich gegen Covid-19 impfen zu lassen. Weiter warnen sie vor Falschinformationen. Die europäischen Kirchen haben laut eigenen Angaben Experten aus Wissenschaft und Medizin konsultiert. Dadurch seien sie zum Schluss gekommen,

dass die Impfung das wirksamste Mittel sei, um die Pandemie einzudämmen und Menschenleben zu retten. Sie biete Schwächeren Schutz und sei ein Akt der Liebe und Fürsorge, aber auch der Verantwortung und der sozialen Gerechtigkeit. *ref.ch*

### Weniger religiös

Eine repräsentative Studie zeigt, dass in den USA immer mehr Menschen keine religiöse

Bindung haben. Der Trend der Verweltlichung der US-Gesellschaft halte an. 63 Prozent der befragten US-Amerikanerinnen und Amerikaner definierten sich bei der Erhebung als Christen. Im Jahr 2007 lag ihr Anteil noch bei 78 Prozent. 29 Prozent der Befragten gaben an, keine religiöse Bindung zu haben. Sie seien Agnostiker oder Atheisten oder sie glaubten «an nichts Besonderes». 2007

hatten 16 Prozent dieser Bevölkerungsgruppe angehört.

*ref.ch*

### Geringere Zufriedenheit

«72 Prozent der Menschen mit Beeinträchtigungen nehmen am Arbeitsmarkt teil. Sie sind jedoch weniger zufrieden mit ihrer Arbeit als Personen ohne Beeinträchtigungen und erfahren öfters Gewalt und Diskriminierung», teilt das Bundesamt für Sta-

tistik BFS mit. Frauen mit Behinderungen seien mit ihren Arbeitsbedingungen mit 70 Prozent zufriedener als Männer mit Behinderungen mit 64 Prozent. Bei der Bevölkerung ohne Behinderungen sei kein signifikanter Unterschied nach Geschlecht festzustellen. *diakonie.ch*

## Jahreslosung 2022

**Jesus Christus spricht: Wer zu mir kommt, den werde ich nicht abweisen.** Johannes 6,37

Bitte beachten Sie, dass im Veranstaltungskalender nicht stets die aktuellen COVID-Massnahmen berücksichtigt werden können. Informieren Sie sich bitte auf unserer Webseite ([www.refmundichen.ch](http://www.refmundichen.ch)) über die Durchführung sowie die geltenden Regeln bei Angeboten.

### Für Gottesdienste gilt derzeit:

- Teilnahme von weniger als 50 Personen: Kontakte erfassen & Maskenpflicht
- Teilnahme von mehr als 50 Personen: 2G-Regel (Zertifikat genesen oder geimpft) für Personen ab 16 Jahren & Maskenpflicht für alle ab 12 Jahren.

### Für alle Anlässe gilt:

- 2G-Regel (genesen oder geimpft) für Personen über 16 Jahren & Maskenpflicht für alle über 12 Jahren

## Gottesdienste

### Samstag, 1. Januar

17 Uhr, **ökumenischer Neujahrsgottesdienst** in der reformierten Kirche mit Franca Collazzo Fioretto, kath. Theologin, und Agathe Zinsstag, ref. Pfarrerin i. R. Musik: Markus Linder, Alphorn. 2G-Regel und Maskenpflicht.

### Sonntag, 9. Januar

9.30 Uhr, **Sing-mit-Gottesdienst.** Wir singen Lieder aus dem Gesangsbuch, die im Gottesdienst gewünscht werden. Mit Katrin Marbach, Pfrn.

### Sonntag, 9. Januar

17 Uhr, **Musik zu Dreikönige** in der kath. Kirche Gurthirt. Am traditionellen Anlass spielen Kinder und Jugendliche aus der Talentförderung der Musikschule Bantiger. Dabei erklingen Werke von J. S. Bach, W. A. Mozart, J. B. Vanhal, I. Perlman u. a. Eintritt frei, Kollekte. 2G-Regel und Maskenpflicht.

### Sonntag, 16. Januar

9.30 Uhr, **Allianz-Gottesdienst mit Abendmahl.** Mit Hansruedi Seiler, Blaues Kreuz, Daniel Heer, EGW, und Claude Belz, Pfr. 2G-Regel und Maskenpflicht.

### Sonntag, 23. Januar

9.30 Uhr, **Gottesdienst zum Thema «Die kleinen Dinge verändern die Welt. Meine Kleinigkeit ist, dass ich ...».** Mit Katrin Marbach, Pfrn.

### Sonntag, 23. Januar

15 Uhr, **Tauferinnerungsfeier** mit Katrin Marbach Pfrn. Wir erinnern uns in einem Gottesdienst an die Taufen des Jahres 2020, denken an das Geheimnis der Taufe und zünden dabei die Taufkerzen an. Danach gibt's ein Zvieri. Eingeladen sind auch Gotte, Götti, Grosseltern, Freunde und Freundinnen. Wohnen Sie neu in Ostermündigen? Wurde Ihr Kind auch im Jahr 2020 getauft? Dann sind Sie ebenfalls herzlich zur Erinnerungsfeier eingeladen. Info/Anmeldung (**bis 17.1. inkl. Anzahl Personen**): Katrin Marbach, Pfrn., 031 930 86 02, [katrin.marbach@refmundigen.ch](mailto:katrin.marbach@refmundigen.ch).

### Sonntag, 30. Januar

9.30 Uhr, **Familiengottesdienst** mit der KUV 5, Klasse, Myrtha Schwarzenbach, Katechetin, und Claude Belz, Pfr.

## Spiritualität

### Mittwoch, 19. Januar

9.30–10.30 Uhr, **Bibel heute.** Wir diskutieren über Gott, die Welt und unser Leben anhand eines Bibeltextes. Im Kirchgemeindehaus. Info: Andreas Scognamiglio, Pfr., 031 930 86 04.

## Kultur

### Montag, 17. Januar

18.45 Uhr, **Café littéraire,** Lese- und Diskussionsrunde für Frauen und Männer im Kirchgemeindehaus. Info: Madeleine Rumpf, 079 485 29 48.

## Kirchenchor

### Donnerstags

20–21.30 Uhr, Proben im Kirchgemeindehaus (ausser Schulferien). Info: Ariane Piller, Chorleiterin, 079 478 12 40, oder Irène Baumann, Präsidentin, 031 931 99 21.

## Kirche und Welt

### Samstag, 29. Januar

11–17 Uhr, **Kleidersammlung für Menschen auf der Flucht.** Im Saal des Kirchgemeindehauses. Organisiert durch den Verein IntegrationsBrücke Bern. Angenommen werden nur brauchbare, gute Sachen wie: Männer- und Unisexkleidung, Jacken, Schuhe bis max. Gr. 44, Zelte, Matten, Decken (keine Duvets), Rettungsdecken, Rucksäcke, Schals, Mützen, Handschuhe, Socken. Ausserdem Geldspenden für die Finanzierung der Transporte. Info: Stephanie Kunz, 078 620 91 45.

## Allianz

Zusammen mit unseren Glaubensbrüdern und -schwestern des Evangelischen Gemeinschaftswerkes und des Blauen Kreuzes Ostermündigen feiern wir einen Gottesdienst mit Abendmahl. Dieses Miteinander bezeichnen wir als Allianz. Das Motto dieses Gottesdienstes lautet «Innehalten». Sie sind herzlich eingeladen, mit uns innezuhalten. cb

*Sonntag, 16. Januar, 9.30 Uhr, Allianz-Gottesdienst. In der reformierten Kirche mit Hansruedi Seiler, Blaues Kreuz, Daniel Heer, Pfr. EGW, und Pfr. Claude Belz. 2G-Regel und Maskenpflicht.*

## Gesucht I

Am Sonntag, **6. Februar** um 17 Uhr ist **«Kirchensonntag»**. Dieser Gottesdienst wird in den Reformierten Kirchen Bern, Jura, Solothurn (refbejus) als sogenannter Laiensonntag gefeiert. Vorbereitet und durchgeführt wird der Gottesdienst ausschliesslich durch interessierte Gemeindemitglieder. Sind Sie, bist du interessiert, dabei mitzuhelfen? Selbstverständlich werden Sie, wirst du dabei von einer Pfarrperson begleitet. Interessierte dürfen sich gerne melden bei Pfr. Claude Belz, 031 930 86 01 oder [claud.belz@refmundigen.ch](mailto:claud.belz@refmundigen.ch). cb

**Die nächste Ausgabe von «bewegt» erscheint am 25. Januar 2022.**

## Valentin

Möchten Sie den Abend des Valentinstages mit einem Ihrer liebsten Menschen verbringen? Wir schaffen dafür einen zauberhaften Rahmen. *hn*

**Montag, 14. Februar, Candle Light Dinner.** 18.30 Uhr, Einstimmung in der Kirche mit **berndeutschen Liedbesliedern**, gesungen vom Kirchenchor. 19 Uhr, **Candle Light Dinner** im Kirchengemeindehaus. Ab 18 bis 21 Uhr, **Kinderhüten** im Cheminée-raum mit Kindermenü. Kosten pro erwachsene Person: Sie entscheiden und bezahlen einen Preis zwischen 12 und 25 Franken. Kinder gratis. Info/Anmeldung (**bis 4.2.**) (Platzzahl beschränkt): Katrin Marbach, Pfarrerin, 031 930 86 02, [katrin.marbach@refmundigen.ch](mailto:katrin.marbach@refmundigen.ch). Wir halten uns an die aktuellen Schutzmassnahmen von Bund und Kanton.

## Gesucht II

Für verschiedene Einsätze suchen wir freiwillig Mitarbeitende. Bringen Sie Ihre Talente ein, erfahren Sie, dass freiwilliges Engagement Freude bereitet, Ihnen und Ihren Mitmenschen. Zum Beispiel:

- Seniorinnen und Senioren Geburtstagsgrüsse überbringen.
- Für Kost und Logis in den Kurzferien vom 27.–29. Juni, Fahrten mit einem Kleinbus (16 Plätze) übernehmen.
- Eine Umweltgruppe ins Leben rufen, die Projekte im Bereich Nachhaltigkeit anpackt.

Info: Béa Hertig, Sozialdiakonin, 031 930 86 05, [bea.hertig@refmundigen.ch](mailto:bea.hertig@refmundigen.ch).

## Modi u Giele

### Mittwoch, 12./19. & 26. Januar

13.30–15.30 Uhr, **ZENTANGLE** für Kids ab der 4. Klasse. Im Kreativraum. Kosten: CHF 5.– pro Nachmittag (bar vor Ort), Info: Priska Vogel, Jugendanimatorin: 031 930 86 08; [priska.vogel@refmundigen.ch](mailto:priska.vogel@refmundigen.ch). Anmeldung: bis am Vorabend via E-Mail, Platzzahl beschränkt.

### Mittwochs – ohne Schulferien

18.15–19.30 Uhr, **Boyzaround – Breakdance** für Jungs ab der 3. Klasse. Im Kirchengemeindehaus. Info/Anmeldung: Oliver Spring, Tanztrainer, 078 736 14 45. Anfänger sind willkommen!

### Freitag, 14. Januar

17.30–20.30 Uhr, **Modi-Träff.** Lass dich überraschen! Wir werden einen gemütlichen Abend zusammen erleben. Treffpunkt: Cheminée-raum. Anmeldung: bis am Vorabend via E-Mail, Info: Priska Vogel, Jugendanimatorin: 031 930 86 08; [priska.vogel@refmundigen.ch](mailto:priska.vogel@refmundigen.ch). Das aktuelle Programm unter [refmundigen.ch](http://refmundigen.ch) und auf Instagram-Kanal [@ref.mundigen](https://www.instagram.com/ref.mundigen).

## KUW

Die Kirchliche Unterweisung KUW führt Schüler\*innen über neun Schuljahre verteilt in den christlichen Glauben ein. Info: Katrin Marbach, Pfrn., 031 930 86 02; Susanna Baldegger, Administration KUW, 031 930 86 15. Unterrichtsdaten und Info: [www.refmundigen.ch/kuw](http://www.refmundigen.ch/kuw). Über die aktuelle Unterrichtsform werden die Schüler\*innen von den zuständigen Unterrichtenden informiert.

## Ausfliegen

### MOVE – Wanderung

#### Freitag, 14. Januar

**Gemütliche Wanderung** auf dem Frienisberg. Anschliessend Einkehr im Rest. Hirschen in Frienisberg. Wir treffen uns beim «Treffpunkt» im Hauptbahnhof Bern: 13.15 Uhr. Ankunft Bern, 17.30 Uhr. Ticket bitte selbst besorgen. Anmeldung (**bis 11.1.**): Myrtha Schwarzenbach, Sozialdiakonin, 031 930 86 06.

## Begegnungen

### MOSAIK

#### Mittwoch, 12. & 26. Januar

9.15–11.15 Uhr, **Frauentreff.**

#### Mittwoch, 19. Januar

9.15–11.15 Uhr, **Familientreff.** Katholische Kirche Guthirt, Ob. Zollgasse 31. Info: Carmen Zürcher, Team Kinder, Jugendliche & Familien, 031 930 86 19.

#### Mittwoch, 12. Januar

11.30–13.15 Uhr, **Mittagstisch** im Kirchengemeindehaus. Das Essen kostet inkl. Getränke Fr. 14.–. Anmeldung bis am Vortag, 10 Uhr, an: Myrtha Schwarzenbach, 031 930 86 06.

#### Mittwoch, 12. Januar

13.30–16.30 Uhr, **Jassen, Spiel und Spass** im Kirchengemeindehaus. Info: Myrtha Schwarzenbach, 031 930 86 06.

#### Freitags – ohne Schulferien

9–10 Uhr, **Yoga für Frauen.** Für Anfängerinnen und Frauen mit wenig Deutschkenntnissen. Mit Kinderhütendienst. Im Saal der ref. Kirche, Ob. Zollgasse 15. Info: Carmen Zürcher, 031 930 86 19.

#### Dienstag, 18. Januar

9–11 Uhr, **Erzählcafé** im Kirchengemeindehaus. Einstieg mit Café und Gipfeli. Anschliessend Austausch zu einem Thema. Info/Anmeldung (**bis 13.1.**): Béa Hertig, Sozialdiakonin, 031 930 86 05.

#### Dienstag, 18. Januar

14.30–16.30 Uhr, **«Gemeinsam durchs Jahr»** – ein Nachmittag für Seniorinnen und Senioren, im Kirchengemeindehaus. André Weber, **Kriminalprävention**, Kantonspolizei Bern, informiert und berät zum Thema **«Sicherheit im Alltag»** (Enkeltricks etc.), anschliessend Zvieri, offeriert vom Frauenverein Ostermundigen. Info/Anmeldung erwünscht: Myrtha Schwarzenbach, 031 930 86 06.

#### Freitag, 21. Januar

18.30–20.30 Uhr, **meditatives Malen** im Kreativraum des Kirchengemeindehauses. Keine Vorkenntnisse. Kollekte für Materialkosten. Info/Anmeldung (**bis 18.1.**): Béa Hertig, 031 930 86 05 oder, [bea.hertig@refmundigen.ch](mailto:bea.hertig@refmundigen.ch).

#### Freitag, 28. Januar

18.15 Uhr **Offenes Singen** im Saal des Kirchengemeindehauses mit Ariane Piller, 079 478 12 40, Chorleiterin.

## Vorschau

#### Samstag, 5. Februar

11–15 Uhr, **Repair Café** (Flickcafé) im ref. Kirchengemeindehaus. Info: Béa Hertig, 031 930 86 05.

#### Ab Donnerstag, 24. Februar,

18.30–20.30 Uhr, Start **«Klima Gespräche»**, 10.3., 31.3., Mi 13.4., Do 28.4., 12.5., im ref. Kirch-

gemeindehaus. Anmeldung  
(bis 8.2.): Béa Hertig,  
bea.hertig@refmundigen.ch,  
031 930 86 05 oder unter  
www.sehen-und-handeln.ch/  
klimagesprache.

## Freiwillige

### Dienstag, 25. Januar

**Treffen Besuchsdienst** im  
Kirchgemeindehaus. 9.15 –  
10.15 Uhr, **regelmässige**  
**Besuchende.** 9.45 – 11.30 Uhr,  
**Geburtstagsbesuchende.**  
Info: Béa Hertig, 031 930 86 05.

## Kasualien

### Wochendienst

**KW 1** | 2.–8. Januar  
Pfrn. Agathe Zinsstag  
**KW 2** | 9.–15. Januar  
Pfrn. Katrin Marbach  
**KW 3** | 16.–21. Januar  
Pfrn. Katrin Marbach  
**KW 4** | 23.–29. Januar  
Pfr. Claude Belz  
**KW 5** | 30. Januar – 5. Februar  
Pfr. Andreas Scognamiglio

## Abdankungen

Rohrer Huldi  
Forelstrasse 38  
geb. 1927, gest. 17.11.2021

Strahm Erika  
Rütiweg 123  
geb. 1929, gest. 17.11.2021

Räz Werner  
Rütiweg 107  
geb. 1937, gest. 5.12.2021

Cauda-Dallo Lilly  
Rütiweg 96  
geb. 1932, gest. 7.12.2021

## Ausserdem

### EGW

Bahnhofstrasse, 39

### Donnerstag, 6. & 20. Januar

14.30 Uhr, **Gespräch** über die  
Bibel und das Leben.

### Samstag, 15. Januar

17.30 Uhr, **Teenager- und**  
**Jugendtreff.**

Veranstaltungen unter Vorbe-  
halt behördlicher Anordnun-  
gen und unter Einhaltung des  
Schutzkonzepts. Infos, Veran-  
staltungen, Onlinepredigten  
unter [www.egw-ostermundigen.ch](http://www.egw-ostermundigen.ch).

Info: Daniel Heer,  
Pfarrer EGW, 031 931 12 33,  
[info@egw-ostermundigen.ch](mailto:info@egw-ostermundigen.ch)

## Blaues Kreuz

### Freitag, 14. Januar

14 Uhr, **Informationsveranstal-**  
**tung** über die Arbeit der Fach-  
stelle Bern für Alkohol- und  
Suchtprobleme. Treffpunkt:  
Raum 3 im UG der ref. Kirche  
Ostermundigen.

### Sonntag, 16. Januar

9.30 Uhr, Teilnahme am  
**Allianz-Gottesdienst** in der  
ref. Kirche Ostermundigen.  
Info: Hansruedi Seiler,  
031 921 16 14,  
[www.blaueskreuzbern.ch](http://www.blaueskreuzbern.ch).  
2G-Regel und Maskenpflicht.

### Auflösung Seite 1

An einem sonnigen Morgen entdeckt Sarah ein Teppichmesser unter ihrem Schlafsack. Verzweifelt steht sie auf und schaut sich um. Im Vogelkäfig spielt ihr Wellensittich Posaune. Sarah erkennt sofort den Ohrwurm! W-Nuss vo Bümpliz! Sie bewegt sich im Takt, bis es an der Haustüre klopft: ihr Bruder Nikos! Trotz seines Übergewichts verspeist er mit seiner Schwester Kabeljau mit Radieschen und Austern. Ebenfalls probierten sie die Maulbeerkonfitüre – was für ein köstlicher Schmaus!

## «vo vor afaa ...»

**«Wenn i no einisch chönnt vo vor afaa  
U dert no mau dörf i die Reihe schtah  
U när chönnt useläse was i wett  
De würd i eifach säge bitte  
Gäbet mr dr rächt Fuess vom Ibrahimovic  
U dr Charakter vo re Quitte.»**

*Das sind die Wünsche von Züri West aus dem Lied «Quitte». Könnte Peter Christen, Pfr. i.R. nochmal in die Reihe stehen und um Talente bitten, würde er sagen:*

«Ich bin nicht sicher, ob ich nochmals von vorne beginnen möchte. Denn all das, was mir im Leben geschenkt wurde, möchte ich nicht missen. Was mir bleibt, ist gut. Vielmehr möchte ich immer neu lernen, bewusst und im Moment zu leben.

Drei Dinge sind mir heute wichtig:

Einmal wöchentlich einen Tag lang mit dem TIXI-Fahrzeug der Spitex mobilitätseingeschränkte Menschen zu chauffieren. Diese freiwillige Arbeit macht mich zufrieden. Hier begegne ich Menschen, deren Dankbarkeit und Freundlichkeit mich aufstellen.

Bei bestem Wetter Gleitschirmfliegen zu gehen und dabei die wunder-  
volle Natur zu geniessen. Das lässt meine Seele aufatmen und gibt mir  
immer wieder neue Energie.

Schliesslich pflege ich mit meiner Frau, meinen beiden Söhnen und  
mit Freunden wichtige Beziehungen.

Ich bin heute nicht am Punkt, an dem ich zurückkehren möchte, um  
dies oder jenes, das ich aus heutiger Sicht als mühsam oder unglück-  
lich wahrnehme, anders und besser zu machen. Mit meiner Lebenser-  
fahrung aber das Heute zu verantworten und zu gestalten, das will ich  
und dazu habe ich Lust und Zeit.»

## Farhad Haji, 27

Vor sechs Jahren bin ich aus dem kurdischen Teil Syriens als Flüchtling nach Bern gelangt. Dank der grossen Unterstützung von freiwilligen Helfern ist es mir nach kurzer Zeit gelungen, die deutsche Sprache zu erlernen und mich am neuen Wohnort in Bern zu integrieren und zurechtzufinden. Gleichzeitig habe ich unter den Migranten aus aller Welt im Asylzentrum erlebt, dass sich viele Mitgefährten äusserst schwertun, sich in diesen schweizerischen Gesellschaftsstrukturen zurechtzufinden.

Aus Dankbarkeit für die wohlwollende Unterstützung, die ich in Bern erfuhr, reifte in mir schon bald die Überzeugung, dass diese Unterstützung bei der Integration für alle Menschen mit Migrationshintergrund im gesamten Kanton Bern zur Verfügung stehen sollte. Bereits Ende 2017 begann ich damit, auf freiwilliger Basis kurdisch und arabisch sprechende Menschen bei der Integration zu beraten und zu begleiten. Dabei nahm meine Projektidee immer konkretere Formen und Ziele an. Im August 2018 wurde die IntegrationsBrücke Bern schliesslich offiziell als gemeinnütziger Verein gegründet. In diesem Verein – der finanziell durch freiwillige Sponsoren getragen wird – arbeiten gegenwärtig auch vier Frauen mit.

Meine Arbeit besteht darin, Personen mit kurdischem und arabischem Migrationshintergrund zu begleiten und zu beraten. Es sind Einzelpersonen, Paare und Familien, die sich im Prozess der Integration befinden



Bild: zVg

Ein Migrations-Brückenbauer – Farhad Haji.

und auf Unterstützung angewiesen sind. Mehrmals pro Woche suche ich im erweiterten Raum Bern Einzelpersonen auf, um ihnen bei der Integration zur Seite zu stehen. Sei dies bei den Formalitäten rund um eine Aufenthaltbewilligung oder beim Übersetzen von Dokumenten ins Deutsche. Kurzum, meine Arbeit besteht darin, eine niederschwellige Anlaufstelle zu sein für Menschen mit Migrationshintergrund und für Fragen und Problemen in allen Lebensbereichen da zu sein.

Die Kontaktaufnahme erfolgt telefonisch, elektronisch, per Mail oder Facebook und auch persönlich.

Ein grosser Teil der Anliegen sollte idealerweise direkt von der IntegrationsBrücke in der Muttersprache der Klient\*innen beantwortet, bzw. bearbeitet werden können. Dazu müssen wir uns in verschiedenen Themenbereichen auskennen und auf dem Laufenden halten. Die

IntegrationsBrücke Bern legt grossen Wert darauf, mit anderen Organisationen, Vereinen und Projekten eng zusammenzuarbeiten.

Eine ständige Weiterbildung ist unerlässlich. Deshalb habe ich mich entschieden, im nächsten Jahr die Ausbildung zum «Migrationsfachmann» in Biel zu beginnen, um mich noch professioneller diesen Menschen widmen zu können.

Damit wir unser Angebot in diesem Rahmen auch weiterführen können, sind wir auf finanzielle Unterstützung angewiesen.

O-Ton: Farhad Haji  
Aufgezeichnet: Claude Belz

Info: Farhad Haji, 077 966 31 44,  
IntegrationsBrücke Bern, facebook.com/integrationsbruecke  
integrationsbruecke@gmail.com  
Postkonto: IntegrationsBrücke  
CH61 0900 0000 1511 0962 5

Vgl. Seite 5

### Reformierte Kirche Ostermundigen

Obere Zollgasse 15  
3072 Ostermundigen  
031 930 86 00  
info@refmundigen.ch  
vorname.name@refmundigen.ch  
www.refmundigen.ch

### Kontakte

#### Pfarrteam

Claude Belz, 031 930 86 01  
Katrin Marbach, 031 930 86 02  
Andreas Scognamiglio, 031 930 86 04

#### Team Sozialdiakonie

Béa Hertig, 031 930 86 05  
Hildegard Netos, 031 930 86 16  
Myrtha Schwarzenbach, 031 930 86 06  
Nilüfer Utku, Sozialberatung, 031 930 86 07  
Priska Vogel, 031 930 86 08  
Carmen Zürcher, 031 930 86 19

#### Weitere Mitarbeitende

Sigristenteam:  
Silvia Keller, Marlies Grossenbacher,  
Hans-Peter Galli, Richard Nagarajah,  
031 930 86 10  
Hp-KUW:  
Regula Berger, 031 819 41 08  
KUW-Mitarbeiterin:  
Therese Schär, 031 931 58 11  
KUW-Administration:  
Susanna Baldegger, 031 930 86 15  
Administration:  
Mirjam Reichenwallner, 031 930 86 14  
Redaktion:  
Hildegard Netos, 031 930 86 16  
Claude Belz, 031 930 86 01  
Franziska Schwab, externe Begleitung

#### Kirchengemeinderat

Sandra Löhner, Präsidentin, 079 481 41 33

#### Raumreservationen

031 930 86 10

#### Fahrdienst Taxi

031 932 14 14

### Impressum

«bewegt» ist die Monatszeitschrift der Reformierten Kirche Ostermundigen. Sie geht gratis an alle Haushaltungen.

Auflage: 9360 Expl.

Herausgeber: Kirchengemeinderat  
Redaktion: Hildegard Netos (hn),  
Claude Belz (cb)  
Grafische Gestaltung und Layout:  
Atelier Bläuer, Bern  
Druck: Bubenberg Druck-  
und Verlags-AG, Bern

Zuschriften bitte an:  
«bewegt»  
z. H. Hildegard Netos  
Ob. Zollgasse 15  
3072 Ostermundigen

