KIRCHGEMEINDE KÖNIZ

«Uns muss klar sein: Wir nehmen Einfluss auf die Welt»

Ökumenische Kampagne 2018 – für eine bessere Welt / Pfarrerin Melanie Pollmeier macht sich im Folgenden Gedanken über den Leitsatz der diesjährigen Kampagne, der lautet: «Werde Teil des Wandels. Für eine Welt, in der alle genug zum Leben haben.»

Wir alle sorgen uns um die Entwicklungen in der Welt. Politische Spannungen, Ungleichheit und Klimawandel gehören zu den täglichen Nachrichten, die wir vernehmen. Viel mehr als wir jedoch leiden die Menschen, die bereits wenig haben. Ein Wandel ist dringend nötig.

Menschen in der Schweiz und weltweit sind sich dessen bewusst. «Brot für alle», «Fastenopfer» und «Partner sein», die drei Trägerorganisationen der jährlichen Spendenaktion in der Fastenzeit, sind überzeugt: Eine wirkliche Verbesserung der menschenunwürdigen Situationen in armen Ländern ist nur möglich, wenn auch wir uns verändern. **Insbesondere unsere Haltung zum Streben nach Wachstum muss sich ändern**. Die negativen Auswirkungen von Profitmaximierung und Raubbau an der Natur erfahren die Mitarbeitenden der drei Hilfswerke bei ihren Reisen in Projektländer: Es fehlt den Menschen oft nicht nur an Trinkwasser und Nahrung, es gibt auch keine staatlichen Dienstleistungen wie Schulen oder Gesundheitsversorgung.

Ein Ziel der Hilfswerke ist deshalb, die Bevölkerung über ihre Rechte zu informieren und sie dabei zu unterstützen, ihre Situation aus eigener Kraft zu verbessern.

Die langjährige Erfahrung zeigt, dass der Schlüssel zur Veränderung in der Gemeinschaft liegt. Für einen Menschen allein sind die Probleme übermächtig, gemeinsam aber können dauerhafte Lösungen gefunden werden. Die drei Trägerorganisationen der Ökumenischen Kampagne werben dieses Jahr mit dem Satz: «Werde Teil des Wandels. Für eine Welt, in der alle genug zum Leben haben.»

Es reicht nicht, immer nur auf die anderen zu zeigen und sich selbst vom Wandel auszuschliessen bzw. die Verantwortung abzugeben.

Handeln, aber wie?
Und was heisst das jetzt konkret? Wie kann jeder von uns bei sich anfangen? Für Menschen in der westlichen Welt gibt es einige Handlungsmöglichkeiten. Natürlich sollten wir mit einem bewussteren Leben beginnen. **Uns muss klar sein, dass wir mit allem, was wir tun oder nicht tun, einkaufen und konsumieren, Einfluss nehmen auf die Entwicklung der Welt**. Jedes Konsumieren hat eine politische Dimension. Ich gebe zu, dass es sehr mühevoll und verspannt sein kann, sich dieses Einflusses immer bewusst zu sein, aber die Augen davor zu verschliessen wäre sehr kurzsichtig. **Meine persönliche Devise: öfter mal nichts kaufen. Ich werde mir dabei bewusst, wie verblüffend wenig ich brauche**.

Und wenn ich doch einkaufen muss, dann greife ich zu mehr Gemüse statt zu Fleisch, zu biologisch angebauten und regionalen Produkten statt zu solchen mit langem Transportweg und so weiter. Die ökologisch- sowie sozialkorrekten Regeln für den täglichen Konsum sind hinreichend bekannt. Und da höhlt steter Tropfen den Stein. Nachahmenswert ist z. B. die Zero-Waste-Idee, bei deren Umsetzung der Kunde mit Behältnissen in ein Geschäft geht, etwa in den neuen «i-lade» im Spiegel, und dort seine Lebensmittel abgewogen, aber eben komplett ohne Verpackung, kauft.

Melanie Pollmeier ist überzeugt: Zu einer besseren Welt können wir alle beitragen.

Es gibt so viele Wege, bewusster zu konsumieren. Und damit das klappt, sollte man weitgehend konsequent, gleichzeitig aber undogmatisch bleiben. Denn sonst wird es schnell auch anstrengend, und die guten Vorsätze können nicht eingehalten werden.

Neben dem eigenen Konsumverhalten gibt es für uns vielfältige Möglichkeiten, mit finanzieller Unterstützung zu einer gerechteren Welt beizutragen. Die Ökumenische Kampagne unterstützt weltweit Projekte, die zu einer nachhaltigen Entwicklung beitragen.

Die OeME-Kommission der Kirchgemeinde Köniz empfiehlt Ihnen die Sammlung (siehe Kasten links). Entweder Sie tragen auf dem Einzahlungsschein die Projektnummern der ausgewählten ökumenischen Projekte ein. Die beiden Landesprogramme werden von reformierter, katholischer und christkatholischer Seite gleichermassen unterstützt. Oder Sie wählen kein konkretes Spendenziel, sondern überlassen «Brot für alle» die Verteilung der Gelder in bedürftigen Einsatzbereichen. Informieren Sie sich gern auf der Website von Bfa (www.brotfueralle.ch) über die Projekte und die Leitgedanken, die der Entwicklungshilfe zugrundeliegen.

Pfarrerin Melanie Pollmeier, Vertreterin des Pfarrkollegiums in der OeME-Kommission der Kirchgemeinde Köniz

Einem chinesischen Christen werden folgende Worte zugeschrieben:

Fange bei mir an
Herr, erwecke deine Kirche
und fange bei mir an.

Herr, baue deine Gemeinde,
und fange bei mir an.

Herr, lass Frieden
überall auf Erden kommen
und fange bei mir an.

Herr, bring deine Liebe
und Wahrheit
zu allen Menschen
und fange bei mir an.

INFO:
Ökumenische Kampagne 2018: Aschermittwoch, 14. Februar bis Ostersonntag, 1. April
www.sehen-und-handeln.ch

PROJEKTE 2018 DER KIRCHGEMEINDE KÖNIZ

Die OeME-Kommission der Evang.-ref. Kirchgemeinde Köniz empfiehlt den Gemeindegliedern folgende zwei Handlungsfelder der ökumenischen Hilfswerke zur Unterstützung:

1. Haiti, das ärmste Land der westlichen Welt, und
2. die Förderung von fairem Handel in Bezug auf die Textilherstellung.

Folgende Projektnummern können von den Spenderinnen auf dem Einzahlungsschein vermerkt werden zur gezielten Unterstützung:

- HEKS – Landesprogramm Haiti 383.001
- Heilsarmee – Schulen für Kinder und Jugendliche 450.5411
- Horyzon – Bildung für junge Frauen und Mädchen 450.4801
- Bfa – für faire Arbeitsbedingungen in der Textilindustrie, Fair Wear Foundation 835.8032
- Bra – gerechte Löhne für Teppichknüpferinnen, Label STEP 835.8019

FASTENKALENDER 2018

Wo suchen Sie nach einem gebrauchten Tisch oder Nachmietern und wo finden Sie Nachbarn, um einen Quartierkompost einzurichten? Im Internet, über Bekannte oder am Schwarzen Brett?
In der diesjährigen Ökumenischen Kampagne machen wir uns auf die Suche nach Ideen und Erfolgsgeschichten, die uns helfen, den zahlreichen Herausforderungen unserer Zeit zu begegnen. Einige Inspirationen, Geschichten von unseren Projektpartnern und Meditationen finden Sie im Fastenkalender, der 2018 in Form eines Schwarzen Bretts daherkommt. Wiederum begleitet dieser die Menschen während der Fasten- und Passionszeit und gibt auf frische und unterhaltsame Weise Informationen sowie Denkimpulse für die Fastenzeit.

Der Fastenkalender liegt dieses Jahr erstmalig «reformiert.Köniz» bei.

Zu dieser Nummer

Gut, besser, am besten

Sich kümmern – um andere, um unser Umfeld und um uns selbst; davon handeln die folgenden Texte.
Wie machen wir die Welt ein wenig besser? Mit diesem Thema setzt sich die Ökumenische Kampagne 2018 auseinander (mehr dazu auf dieser Seite). Wer wünscht es sich nicht? Eine harmonische Partnerschaft. Der «Eheabend» im KIZ Niederwangen bietet einen angenehmen Rahmen zur Beziehungspflege (ab S. 14). «Regelmässig bewegen» – diese Devise sollten wir in jedem Alter beherzigen. Dass das sogar Spass machen kann, lesen Sie auf S. 18.

EDITORIAL

Yvonne Mühlematter, Informationsbeauftragte reformiert.Köniz

Zur Ökumenischen Kampagne 2018

Die Ökumenische Kampagne von «Fastenopfer», «Brot für alle» und «Partner sein» widmet sich in diesem Jahr dem Wandel. «Denn ein Wandel ist nötig, sonst beraubt sich die Menschheit ihrer Lebensgrundlage.» Davon sind nicht nur die Projekt-Verantwortlichen überzeugt, sondern nehmen auch hier immer mehr Menschen wahr.

Wandel ist beispielsweise bei der Verteilung des Vermögens nötig: Auf das wohlhabendste Prozent der Bevölkerung entfällt mehr als die Hälfte des Weltreichtums. Die ärmsten drei Viertel besitzen hingegen keine drei Prozent der geldmässigen Vermögen der Welt. Ungleichheiten wie diese gibt es aber nicht nur zwischen den Ländern, sondern auch innerhalb eines Landes.

Der Ökumenische Rat der Kirchen bringt die Situation mit diesem Satz auf den Punkt: «Unsere Welt war nie wohlhabender und gleichzeitig ungerechter als heute.»

Veränderung braucht Zeit

Es zeigt sich aber auch Licht am Horizont: Gegenbewegungen zur heutigen Ordnung gibt es viele. Manche teilen sich gemeinsam einen Garten, kaufen Fleisch direkt vom Hof oder pflanzen ihr Gemüse selbst an.

Wandel geschieht nicht von heute auf morgen. Wandel setzt Ausdauer voraus. Die Ökumenische Kampagne 2018 möchte uns aber einen wichtigen Impuls geben und als Katalysator wirken: Sie ermuntert uns, (in irgendeiner Form) aktiv zu werden – entsprechend dem diesjährigen Motto «Werde Teil des Wandels: Für eine Welt, in der alle genug zum Leben haben.»

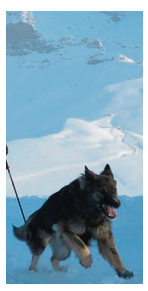
Gedanken und Anregungen finden Sie im Leittext von Pfarrerin Melanie Pollmeier (siehe links).

GLANZLICHTER FEBRUAR

Thomaskirche

Aus dem Leben

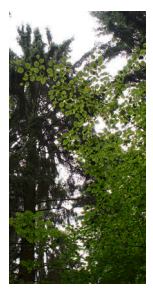
Manche Geschichten kann nur das Leben schreiben. Teilnehmende des Kurses «Biografie schreiben 2017» lesen Ende Februar eine Auswahl solcher persönlichen Texte und Geschichten vor. **Seite 14**



Schliern

Auf vier Pfoten

Mit ihrer hochsensiblen Nase sind Lawinenhunde bei der Suche nach Verschütteten nach wie vor unverzichtbar. Beim nächsten Treff 60 plus gibt Lawinenhundeführer Reinhard Böni Einblick in seine spannende Arbeit. **Seite 15**



Oberwangen

In die Natur

Die Sense ist auch im Winter einen Besuch wert. Überzeugen Sie sich selbst: Im Februar lädt die Wandergruppe Oberwangen zu einer geführten Wanderung ein, die rund zwei Stunden dauert und Sensebrügg zum Ziel hat. **Seite 17**

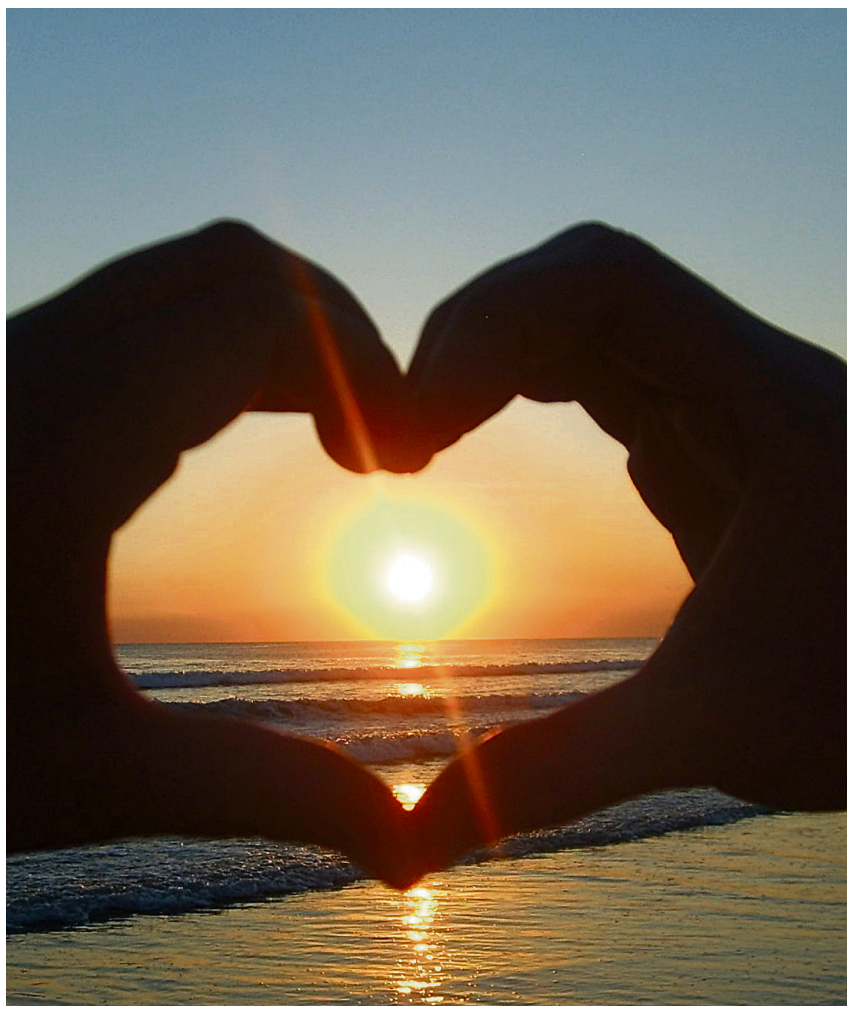
INHALT

Thomaskirche – Pilates mit Kinderbetreuung **S. 14**
Schliern – Pasta-Zmittag im Murrihuus **S. 15**
Köniz – Ökumenischer Suppentag **S. 15**
Spiegel – WildAway: Jungs und ihre Mentoren **S. 16**
Wabern – Willkommen zur Nähwerkstatt **S. 16**
Niederscherli – Russische Klänge **S. 17**
Oberwangen – Mensch/Natur am Nachmittag **S. 17**
Rüstzeug für eine harmonische Ehe **ab S. 14**
Je älter, je wichtiger: So bleiben Sie fit! **S. 18**

Bevor es zu spät ist...

Was macht Paare stark? / Dieser Frage widmet sich der «Eheabend», der Anfang Februar im KIZ Niederwangen stattfindet.

Schneller Herzschlag, unbeschreibliche Glücksgefühle und Schmetterlinge im Bauch. Verliebtsein wird nicht umsonst als eines der schönsten Gefühle der Welt bezeichnet. Am Anfang ist alles rosig, der Partner vermeintlich perfekt, die Beziehung läuft wie am Schnürchen. Doch irgendwann folgt auf die erste Verliebtheit der nüchterne Alltag. Wir werden unachtsam, lassen vielleicht unseren Stress am anderen aus oder hören auf, einander zuzuhören. Erste Krisen tauchen auf, die rosarote Brille weicht dem kritischen Blick. Dieser stellt nun so manchen Makel fest, der aus dem Traumprinzen oder der Herzallerliebsten einen durchschnittlichen Menschen macht – wie wir es eben alle sind.



Liebe – eines der schönsten Gefühle der Welt, aber auch mit Arbeit verbunden.

Kleine Gesten

Vom siebten Himmel auf den harten Boden der Realität – dieser Fall muss nicht zwangsläufig im Drama enden. Gibt es doch auch Paare, die es scheinbar kennen: das Geheimnis einer glücklichen und dauerhaften Beziehung. Doch wie gelingt es, den alltäglichen Stress, die Routine und unterschiedlichen Erwartungen aneinander auszuhalten und eine langfristige Partnerschaft voller Leidenschaft, Nähe und Vertrauen aufzubauen?

Mit dieser Frage beschäftigt sich der Psychologe und Autor Guy Bodenmann, der in seinen Büchern die Wichtigkeit kleiner Gesten, offener Gespräche und gegenseitiger Unterstützung betont. Denn nicht umsonst heisst es, die Liebe ist wie eine Pflanze, die sorgfältig gepflegt werden will.

Entspanntes Umfeld

Die Theorie ist das eine, deren Umsetzung das andere. Eine Möglichkeit, sich dem Thema auf praktische Weise anzunähern, bietet der «Eheabend». Bald zehn Jahre ist es her, als der Anlass des Kirchenkreises Oberwangen erstmals durchgeführt wurde. Seither findet dieser in regelmässigen Abständen im Kirchenzentrum Niederwangen statt.

Diese Abende bilden einen idealen Rahmen, um sich in entspannter Atmosphäre auszutauschen. Das Ziel: sich füreinander Zeit nehmen und gegenseitig inspirieren lassen.

Starke Paare

«Wir haben einen schön dekorierten Raum mit zwölf bis fünfzehn Zweiertischchen. Jedes Mal gibt es ein kleines Apéro und ein Nachtessen», erläutert Mitorganisator und Sozialdiakon Markus Dolder. Dieser Ablauf bildet einen festen Bestandteil des Programms. Der inhaltliche Teil hingegen läuft nicht immer gleich ab, manchmal werden Referenten oder Tanzcoaches eingeladen oder es wird ein bestimmtes Thema intensiver behandelt. Der Eheabend von Anfang

Fortsetzung auf Seite 18

Kirchenkreis Mitte

THOMASKIRCHE GOTTESDIENSTE

Liebefeld

So, 4.2., 10 Uhr	Kirchensonntag in der Thomaskirche (s. unten)
So, 11.2., 10 Uhr	Gottesdienst in der Kirche Köniz
So, 18.2., 10 Uhr	Pfr. Lorenz Hänni; Erica Zimmermann, Orgel
So, 25.2., 10 Uhr	Gottesdienst in der Kirche Köniz
So, 25.2., 20 Uhr	Abendgottesdienst im Murrihuus

Kirchenkaffee nach den Gottesdiensten

FÜR ALLE

Cardio-Pilates
Training mit Kinderbetreuung
Immer Di (während Schulferien kein Pilates), 8.55–9.50 Uhr, KGH Thomaskirche, Fr. 5.– pro Lektion (erste Lektion gratis und unverbindlich). Info: Stella, 077 415 61 35 / Andrea, 077 437 99 00

Stille am Abend
Meditation
Do, 8./22.2., 18.30–19 Uhr, Thomaskirche

MITTLERES ALTER/60PLUS

Perlen aus dem Kurs «Biografie schreiben»

Teilnehmende des Kurses «Biografie schreiben 2017» lesen für Sie eine Auswahl ihrer Texte und Geschichten aus ihrem Leben.

Sie sind herzlich eingeladen, mit uns in die Vergangenheit einzutauchen und anschliessend bei Kaffee und Kuchen zu plaudern.

Di, 27.2., 14–16 Uhr, Cheminéezimmer Thomaskirche. Info: B. Hildebrandt, 031 972 52 47

Turnen am Mittwoch
Immer Mi (während Schulferien kein Turnen), 9–10 Uhr, grosser Saal. Dem Körper etwas Gutes tun, Kraft und Ausdauer verbessern, die Geschicklichkeit und Beweglichkeit fördern sowie die Gemeinschaft pflegen. Info: V. Zahnd, 031 381 47 54

Spaziergruppe Thomas
Di, 13.2., 14 Uhr, Besammlung unter dem Baldachin bei der Heiliggeistkirche. Spaziergang der Aare entlang zum Altenbergsteg. Mit Zvierihalt im «Diaconis Altenberg». Info: R. Weber, 031 971 57 77

Café littéraire
Di, 13.2., 19.30–22 Uhr, Thomasstube. Info: B. Hildebrandt, 031 972 52 47

Essen am Dienstag
Di, 20.2., 12 Uhr, grosser Saal. Anmeldung und Info: B. Hildebrandt, 031 972 52 47

Wandergruppe Thomas
Do, 22.2. Info: M. Altorfer, 031 971 18 61

MUSIK

Kirchenchor Köniz-Liebefeld
Info: Siehe Köniz und www.ref.ch/kch-kl

Gospelchor Liebefeld
Di, 20–22 Uhr, kleiner Saal. Info: www.gospelchor-liebefeld.ch

Mehr Infos
www.kirchenmusik-koenizmitte.ch

VORANZEIGE

ThomasKinderTage 2018
Vom 17. bis 19. April zum Thema «Drachen». Der Anlass richtet sich an Kinder zwischen 6 und 12 Jahren. Anmelden bis 29. März: christine.egli@kg-koeniz.ch

KONTAKTE

Pfarrteam
Pfrn. B. Brunner Frey, 079 722 62 16
Pfrn. M. Clémençon, 077 474 06 53
Pfrn. R. Werthmüller-Albrecht, 031 971 22 77
Thomaskirche: Buchenweg 21, 3097 Liebefeld
Sozialdiakonie: B. Hildebrandt, 031 972 52 47; Chr. Egli, 031 971 75 51
Sekretariat: S. Schneider, 031 972 52 31
Katechetin: M. Werthmüller, 033 222 50 87
Musik: E. Jolliet, 076 503 11 05; E. Zimmermann, 031 331 94 00
Sigristendienst: R. Beyeler; S. Humbel; B. Röthlisberger, 031 972 52 24
Vermietungen: S. Humbel, Dienstag, 031 972 52 24
www.kirche-liebefeld.ch

INFOS KIRCHENKREIS MITTE THOMASKIRCHE LIEBEFELD MURRIHUUS SCHLIERN KIRCHE KÖNIZ

Neuer Sigrist

Wir freuen uns, im Kirchenkreis Köniz Mitte Reto Beyeler als neuen Sigristen zu begrüssen. Er ist in Schliern aufgewachsen und tritt am 1. Febr. den Dienst an. Dank seines freundlichen, aufgeschlossenen Wesens und seiner Erfahrungen als Schreiner und Maschinist kann er sich sicher gut im vielfältigen und anspruchsvollen Beruf eines Sigristen einbringen. Wir wünschen ihm viel Freude an der neuen Aufgabe.

Tildy Lengacher,
Kreiskommission Mitte

* * * * *

Abschied

Sabine Schneider hat während acht Jahren das Sekretariat der Thomaskirche geleitet. Sie hat jederzeit einen guten Job gemacht und sich weit über die normalen Sekretariatsarbeiten hinaus in der Kirche engagiert, so z.B. in Arbeitsgruppen, beim Jubiläumsfest, mit dem Aufbau eines Fotoarchivs und vieles mehr.
Sie war allen einen Schritt voraus, hat keine einzige Frist verpasst und uns stets auf die Einhaltung der Termine hingewiesen.
Sabine Schneider hat eine neue Herausforderung angenommen. Wir wünschen ihr einen guten Start, ein tolles neues Arbeitsteam und dass sie sich am neuen Ort wohlfühlt.

Robert Bürk, Kreiskommission Mitte

* * * * *

Sekretariat Kirchenkreis Mitte

Das Sekretariat Kreis Mitte wird ab März neu organisiert.
Die Telefonnummern bleiben unverändert und werden umgeleitet.

KIRCHENKREIS MITTE

«Unsere Geschichten erzählen»

Gottesdienst am Kirchensonntag / 4.2., 10 Uhr, Thomaskirche Liebefeld

Schon seit einigen Jahren essen wir an am Kirchensonntag gemeinsam in der Kirche Zmorge. Dass wir uns dabei unsere Geschichten erzählen, ist selbstverständlich – und dieses Jahr sogar Thema des Gottesdienstes. Wie immer ist auch für das leibliche Wohl gesorgt. Herzlich willkommen! Anschliessend an den Kirchensonntag wird die Kirchenkreiskommission in Form eines Jahresrückblicks und Ausblicks über die Entwicklung des Kirchenkreises Mitte informieren.

Elie Jolliet, Orgel
Kirchenchor Köniz-Liebefeld (Leitung Andreas Marti)
Vorbereitungsteam Kreis Mitte

Kirchenkreis Mitte

MURRIHUUS

Abendgottes-dienst im Murrihuus

So, 25. Febr., 20 Uhr
Abendgottesdienst mit Abendmahl, Pfrn. Ruth Werthmüller, 1. Korinther 11.17.20-29; Armin Waschke, Klavier

Kirchenkaffee im Anschluss

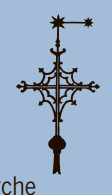
GOTTESDIENSTE

So, 4.2., 10 Uhr	Gottesdienst zum Kirchensonntag in der Thomaskirche Liebefeld
So, 11.2., 10 Uhr	Gottesdienst mit Pfrn. Monika Clémençon; Andreas Marti, Orgel
So, 18.2., 10 Uhr	Gottesdienst in der Thomaskirche Liebefeld
So, 25.2., 10 Uhr	Gottesdienst mit Abendmahl, Pfrn. Ruth Werthmüller; Andreas Marti, Orgel

Kirchenkaffee nach den Gottesdiensten

KIRCHE KÖNIZ

Ökumenische Vesper



Fr, 19–19.30 Uhr
2./9. Febr., Kath. Kirche
16./23. Febr., Chor Ref. Kirche

Info: Rosmarie Michel, 031 971 66 19

FORTSETZUNG INFOS KIRCHENKREIS MITTE

Pfarrverweserin bis März 2018

Seit Anfang Januar 2018 ist Pfrn. Monika Clémençon mit einem 30%-Pensum als Pfarrverweserin tätig. Einmal im Monat wird sie einen Gottesdienst gestalten und die übrige Zeit Pikettdienst und Amtswochen übernehmen.

INFORMATIONEN SCHLIERN

Fahrdienst
An unseren Angeboten interessierte, gehbehinderte Menschen melden sich am Dienstag vorher beim Sozialdiakonischen Dienst unter 031 972 17 57.

FÜR ALLE SCHLIERN

Gymnastik
FitGym
Do, 8.30–9.30 Uhr: kräftigen, bewegen, dehnen und entspannen mit Musik

Fit bleiben im Alter
Do, 9.45–10.45 Uhr: sanfte Gymnastik mit Musik, grösstenteils sitzend

Auskunft
Annette Mauerhofer, 031 971 90 85

Chor «Stimm dich froh»
Mi, 14./28.2., 9.30 Uhr, Murrihuus. Leitung Christine Lüthi, Einstieg jederzeit möglich, Unkostenbeitrag Fr. 5.–

Christliche Meditation
Mi, 21.2., 19.15–20.45 Uhr, Murrihuus. Leitung Regula Willi, 031 333 33 14

KINDER SCHLIERN

KUW
9. Klasse nach Stundenplan

FRAUEN SCHLIERN

Frauentreff
«Xund» – Schule und Gesundheit im Wandel der Zeit
Mi, 7.2., 14 Uhr, Schulmuseum. Besuch der Sonderausstellung im Schulmuseum in Köniz (Haberhuus Schloss Köniz). Eintritt Fr. 5.–

Monatstreff 60 plus

Der Lawinenhund
Was wird bei einem Lawinenunfall organisiert und in die Wege geleitet – und von wem wird das alles gemacht? Wie kommt ein Lawinenhund ins Unfallgebiet? Antworten darauf gibt Lawinenhundeführer Reinhard Böni.
Do, 15.2., 14 Uhr, Murrihuus

* * * * *

Pasta-Zmittag

Gemeinsam Pasta essen
Für Kinder bis zehn Jahre ist das Angebot kostenlos. Anmeldung bis Do, 15.2. (Mittag) unter 031 972 17 57 oder an susanna.graf@kg-koeniz
Fr, 16.2., 11.45–13 Uhr, Murrihuus

Strickgruppe
Mi, 7./21.2., 14.30 Uhr, Murrihuus. Stricken für Menschen in Notsituationen

MÄNNER SCHLIERN

Wanderung
Allmendingen – Egghölzli (keine Hauptstrassen)
Do, 15.2. Besammlung 13.15 Uhr, Bushaltestelle Köniz Zentrum. Rückfahrt zirka 16.30 Uhr mit Tram/Bus.
Auskunft:
Herbert Zaugg, 031 971 83 35
oder 079 315 19 24

60 PLUS SCHLIERN

Offener Mittagstisch
Fr, 23.2., 12.30 Uhr, Murrihuus. Anmeldung bis Di, 20.2. unter 031 972 17 57

Jassen und Spielen
Fr, 23.2., 13.30 Uhr, Murrihuus. Ohne Anmeldung

FÜR ALLE KÖNIZ

Ökumenischer Suppentag – miteinander essen

Erlös zugunsten Fastenopfer/Brot für alle
Sa, 24.2., 11.30–13.30 Uhr, Pfarreizentrum St. Josef, Stapfenstrasse 25, Köniz. Info: Christine Egli, 031 971 58 34 oder 031 971 75 51

KINDER/JUGENDLICHE KÖNIZ

KUW 3. Klasse Köniz
Mi, 28.2., 14–17 Uhr
Thema Abendmahl: Mi, 7.3., 14–17 Uhr/ Mi, 14.3., 14–17 Uhr, Wöschhuus Köniz
Vorankündigung
KUW-Gottesdienst am So, 18.3., 9.45–11.15 Uhr, Kirche Köniz, Thema Abendmahl

60 PLUS KÖNIZ

Montag-Jassen
Mo, 5./19.2., 14 Uhr, Ritterhuus. Mit feinem Zvieri.

Altersnachmittag

Wir schauen zusammen den Film Vitus
Dieser handelt von einem hochbegabten Kind, das brillant Klavier spielt. Doch dann verweigert er sich dem Leistungsdruck seiner Eltern. Die innige Beziehung zu seinem Grossvater ermöglicht ihm einen Ausweg.
Mi, 21.2., 14 Uhr, Rittersaal

Ökumenischer Mittagstisch
Do,8.2., 12 Uhr, Pfarreizentrum St. Josef. Anmeldung bis Montag vorher: 031 970 05 70

Gymnastik
Bewegung für SeniorInnen
Mi, 14./28.2., 9.30–10.30 Uhr, Rittersaal. Fr. 5.– pro Mal, bevorzugt mit Anmeldung: Eveline Rath, 079 502 15 84 oder eveline.rath@gmx.ch

Internet-Café
Kurs **ausgebucht**: Es werden keine Anmeldungen mehr entgegengenommen.
Sa, 17.2., 8.30–11 Uhr, Ritterhuus.
Info: beatrice.mueller@kg-koeniz.ch

FAMILIEN/KINDER KÖNIZ

Zusammen essen – zusammen sein

2. Treffen für Eineltern-Familien
Kochen und essen, sich austauschen, Hausaufgabenhilfe und das gemeinsame Spiel sind die Inhalte dieser Treffen, die vorerst bis Juni angeboten werden. Info: Chr. Egli (s. Kontakte Köniz) oder www.kirche-koeniz.ch
Mo, 12.2., 16 Uhr, Wöschhuus

KONTAKTE KÖNIZ

Katechetik
L. Hänni, 079 362 73 70
B. Müller, 031 971 50 37
M. Werthmüller, 033 222 50 87
Organist/Kirchenchorleiter
A. Marti, 031 971 72 15
Diakonie
Ch. Egli, 031 971 58 34
Pfrn. B. Müller, 031 971 58 33
Sekretariat
B. Bieri, 031 978 03 39
Sigrist
S. Leuenberger, 079 341 08 32
Reservationen
Kirche: A. Marti, 031 971 72 15
andreas.marti@kg-koeniz.ch
Ritterhuus: Kulturhof Schloss Köniz
031 972 46 46, info@kulturhof.ch
www.kirche-koeniz.ch

MUSIK

Proben Kirchenchor Köniz-Liebefeld
Do, 20 Uhr. 1.2.: Thomaskirche; 8./15./22.2.: Thomaskirche, kleiner Saal
Mitgestaltung Gottesdienst
Am Kirchensonntag (4.2.) in der Thomaskirche Liebefeld.
Info: www.ref.–ch/kch-kl

«...heiter ist die Kunst»

Fischer, Händel, Bach, Mozart
Ensemble 7: Annemarie Dreyer, Harry Leber, Violine; Christian Schraner, Urs Knecht, Viola; Anita Ferrier, Violoncello; Hans Ermel, Kontrabass; Andreas Marti, Cembalo
So, 11.2., 17 Uhr, Kirche Köniz

* * * * *

Orgelrezital

Bach, Buxtehude, Bruna, Sweelinck
Elie Jolliet spielt ein abwechslungsreiches barockes Programm voller Virtuosität, das aber auch von schlichter Polyphonie und schöner Melodik geprägt ist. Umrahmt von Bachs «Praeludium und Fuge Es-Dur» führt die Reise nach Norddeutschland, Spanien, Holland und zum italienischen Meister Vivaldi, dessen Werke Bach für Orgel und Cembalo bearbeitet hat.
So, 25.2., 17 Uhr, Kirche Köniz

VORANZEIGE

Weltgebetstag
Die Liturgie haben Frauen aus Surinam, einem kleinen Land im Nordosten von Südamerika, erarbeitet. Sie trägt den Titel «Gottes Schöpfung ist sehr gut».
Herzlich lädt ein: das Vorbereitungsteam, bestehend aus der Pfarrei St. Josef und dem Kirchenkreis Mitte
Fr, 2.3., 19.30 Uhr, Kath. Kirche Köniz

KONTAKTE SCHLIERN

Katechetik
A. Reber, 031 849 16 38
Diakonie: S. Graf, A. Gharatchedaghi, 031 972 17 57
Sigrist
H.U. Stettler, 079 886 37 74
Kirchenmusiker
A. Waschke, 031 972 82 18
Reservationen
Kirche: A. Marti, 031 971 72 15
Murrihuus: B. Zbinden, 031 972 39 29
Mo–Fr, 9–11/14–18 Uhr
www.kirche-schliern.ch

KIRCHENKREIS MITTE

AMTSWOCHEN KIRCHENKREIS MITTE

Woche 5 (29.1.–4.2.)
Pfrn. Ruth Werthmüller
Woche 6 (5.2.–11.2.)
Pfr. Michael Stähli
Woche 7 (12.2.–18.2.)
Pfrn. Béatrice Müller
Woche 8 (19.2.–25.2.)
Pfrn. Monika Clémençon
Woche 9 (26.2.–4.3.)
Pfr. Lorenz Hänni

PFARRTEAM KREIS MITTE

Pfrn. Barbara Brunner Frey, 079 722 62 16, Buchenweg 21, 3097 Liebefeld
Pfrn. Monika Clémençon, 077 474 06 53, Buchenweg 21, 3097 Liebefeld
Pfr. Lorenz Hänni, 079 362 73 70, Gutenbergstrasse 7, 3011 Bern
Pfrn. Béatrice Müller, 031 971 50 37, Muhlernstr. 5, 3098 Köniz
Pfrn. Christine Rupp Senften, 031 972 41 21, Schaufelweg 41A, 3098 Schliern
Pfr. Michael Stähli, 031 971 02 30, Muhlernstr. 3, 3098 Köniz
Pfrn. Ruth Werthmüller-Albrecht, 031 971 22 77, Buchenweg 21, 3097 Liebefeld

Monatslied Februar

Psalm Nr. 5: Herr, höre doch auf meine Rede

Glaubenskurs «Glauben selber denken»

Ein Kompaktkurs, der an neun Abenden auf lebensbezogene Weise in die Theologie einführt und unterschiedliche Themen des Glaubens in landeskirchlicher Offenheit erforscht.
Mit Pfr. Michael Stähli und Pfrn. Melanie Pollmeier
Erster Kurs:
Menschengott? Gottmensch? Jesusbilder in Kunst und Film
Mi, 28.2., 19 Uhr, Kirchgemeindehaus Spiegel
Weitere Daten: 14./28.3., 6./20.6., 4.7., 22.8., 5./19.9.
Unkostenbeitrag Fr. 40.– für den gesamten Kurs, der als Einheit aufgebaut ist. Mit der Anmeldung verpflichtet man sich zum Besuch aller Kursdaten, Neuanmeldungen während des fortlaufenden Kurses (freie Plätze vorausgesetzt) möglich
Anmeldung bis 15.2. an Pfr. Michael Stähli, 031 971 02 30, michael.staehli@kg-koeniz.ch

SPIEGEL GOTTESDIENSTE

So, 4.2., 9.30 Uhr Kirchensonntag zum Thema «Unsere Geschichten erzählen», Team Kirchensonntag 2018; Anett Rest, Orgel

So, 11.2., 9.30 Uhr Pfr. Bruno Leugger; Violetta Amendola, Orgel

So, 18.2., 9.30 Uhr Pfr. Bernhard Neuenschwander; Andreas Scheuner, Orgel

Mi, 21.2., 19.30 Uhr Taizé-Feier. Roger Vogt, Theologe; ad-hoc-Musizierende

So, 25.2., 17 Uhr Predigt am Abend. Pfrn. Melanie Pollmeier; Liturgie/Predigt; spiegelchor, Leitung Mona Spägele; Christine Heggendorn, Orgel

WABERN GOTTESDIENSTE

So, 4.2., 9.30 Uhr Kirchensonntag zum Thema «Unsere Geschichten erzählen» (s. unten)

So, 11.2., 9.30 Uhr Gottesdienst mit Taufe, Pfrn. Maria Fuchs Keller; Singkreis Wabern, Leitung Christine Guy; Andreas Scheuner, Orgel

Fr, 16.2., 17.30 Uhr Neu: Gottesdienst – kurz und bündig, ein biblischer Impuls für heute mit Musik; Pfr. Bernhard Neuenschwander; Andreas Scheuner, Orgel

So, 18.2., 11 Uhr Pfr. Bernhard Neuenschwander; Andreas Scheuner, Orgel

So, 25.2., 11 Uhr Ökumenischer Gottesdienst zur Fastenzeit und zum Jubiläum «50 Jahre ökumenische Suppe Wabern». Pfrn Maria Fuchs Keller, Christa Grünenfelder, Pfr. Matthias Fankhauser (in der katholischen Kirche St. Michael, Wabern)

AMTSWOCHEN

Wochen 5/9 (29.1.–4.2./26.2.–4.3.)
Pfrn. M. Pollmeier

Wochen 6/8 (5.2.–11.2./19.2.–25.2.)
Pfrn. M. Fuchs Keller

Woche 7 (12.2.–18.2.)
Pfr. B. Leugger
031 971 08 90 / 079 379 59 23

FÜR ALLE

Literaturkreis
Do, 1.2., 19–21 Uhr, kl. Zimmer. Lektüre: Léon und Louise von Alex Capus. Kontakt: Pfrn. Melanie Pollmeier, 031 971 30 74

Mittagstisch
Mi, 7.2., 12.15 Uhr, KGH. Salat oder Suppe, Hauptgang, Dessert und Getränke für Fr. 14.–. Anmeldung (bis Mo, 6.2.) an Petra Wälti, 031 971 40 46 oder petra.waelti@kg-koeniz.ch

Neu: Jass-Runde

Nach dem Mittagstisch noch eine Runde jassen! Auch Jasserinnen und Jasser von auswärts sind herzlich willkommen. Ernst Egolf, 031 971 63 97 oder Petra Wälti (s. Kontakt)
Mi, 7.2., 14 Uhr, Cheminéezimmer

FRAUEN

Damenrunde
Di, 13.2., 9.30–11.30 Uhr, Cheminéezimmer. Info: M. Pollmeier, 031 971 30 74

MÄNNER

Männertreff
Fr, 16.2., 9.30 Uhr, Cheminéezimmer. Austausch mit Teilete, zu der jeder etwas beiträgt. Info: Kurt Walther, 031 972 61 07

wildAway: starke Jungs – starke Männer
Männerrunde
Di, 27.2., 19–22 Uhr, KGH. Aus dem Alltag hinaustreten und innehalten. Mit Männern im persönlichen Austausch sein. Das innere Feuer nähren. Gestärkt weitergehen. Mit Philippe Häni.

KINDER/JUGENDLICHE

Glaubst du das?
Bibelgeschichten am Mittwoch
Mi, 14./28.2., 14–15 Uhr. Für Kinder vom 1. bis 4. Schuljahr. Anmeldung: Pfarrerin Melanie Pollmeier, 031 971 30 74

Cold Green – Giele-Club im Spiegel
Für Jungs vom 5. bis 7. Schuljahr
Mi, 14.2., 14–17 Uhr, Jugendtreff Pyramid, KGH. Begleitet von Philippe Häni

Placement

Die eigene Mitte stärken, inneren Halt und Ruhe finden
Mit zunehmendem Alter kann es sein, dass der Körper unsicher wird und nach Halt tastet. Gleichgewicht beginnt bei uns selbst. Mit langsamen, achtsamen Bewegungen und dem Boden als Partner lernen wir die Gesetzmässigkeiten unseres Skeletts kennen und platzieren den Körper neu. Unsere Bewegungen im Alltag werden klarer und leichter. Ein Kurs für alle älteren Menschen, die immer noch Lust haben, ihren Körper zu erforschen und sich auf ihn einzulassen.

Di, 13./27.2., 9–10.15 Uhr, KGH. Mitnehmen: bequeme Kleidung, rutschfeste Socken. Leitung, Info/Anmeldung: Petra Wälti, 031 971 40 46, petra.waelti@kg-koeniz.ch

* * * * *

wildAway: starke Jungs – starke Männer

Wildnisbande – Austauschtreffen für Jungs und ihre Mentoren
Mit den Wildniscamp-Teilnehmern zusammenkommen. Rausgehen und etwas unternehmen. Austauschen und miteinander am Ball bleiben. Das innere Feuer nähren. Gestärkt weitergehen. Mit Philippe Häni.
Do, 15.2., 18.30–21.30 Uhr, KGH

MUSIK

Kultur im Spiegel
Voskresenije
So, 12.2., 17 Uhr, Kirche, Kollekte. Lauschen Sie auch dieses Jahr den ergreifenden russisch-orthodoxen Liedern des Glaubens und den Volksweisen, vorgetragen von den herrlichen Stimmen des Vokalensembles aus St. Petersburg.

FREUD/LEID

Bestattungen
Verena Moser-Schmid, geboren 1928, gestorben am 8. Dezember; Gertrud Gantenbein-Wyler, geboren 1923, gestorben am 10. Dezember

KONTAKTE

Pfarrteam
M. Pollmeier, 031 971 30 74
B. Leugger, 031 971 08 90 / 079 379 59 23
Sozialdiakonie
Philippe Häni, 076 480 07 84
Petra Wälti, 031 961 64 22 / 031 971 40 46
Sekretariat/Reservationen
Doris Schneider, 031 971 40 46
(Di/Do, 8.30–12 Uhr)
www.kirche-spiegel.ch

FÜR ALLE

© Karin Berger

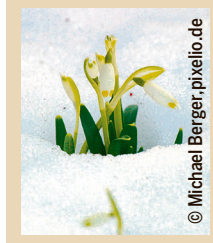
Offene Nähwerkstatt

Für jede und jeden
Am 1. Februar steht die Tür des Alten Pfarrhauses zum ersten Mal offen für alle, die Lust haben, in Gesellschaft zu nähen und zu stricken. Die Nähwerkstatt wird betreut von einigen Nähbegeisterten mit viel textilem Know-How und Lust aufs gemeinsame Werken. Nähmaschinen und Zubehör sind vorhanden; Stoffe, Faden und Wolle sind je nach Vorhaben selbst mitzubringen. Altes kann geflickt oder umgenutzt werden und Neues Gestalt annehmen. Nähkenntnisse sind nicht erforderlich; Hilfestellungen sind – soweit das Wissen reicht – garantiert.

Do, 1./15.2., 18.30–21 Uhr, Altes Pfarrhaus, Waldblickstrasse 26. Auskunft: Eva Schwegler (s. Kontakte)

* * * * *

Kirchensonntag


© Michael Berger, pixelio.de

Kraftgeschichten – was uns stärkt und beflügelt
Wir kennen sie alle, diese Momente, in denen wir an den Rand unserer Kräfte kommen. Alle Türen scheinen zuzugehen, am Ende des Tunnels ist kein Licht zu sehen. Und dann: Vermeintlich aus dem Nichts tut sich ein Weg auf, werden innere und äussere Kräfte geweckt. Oft wird eine solche Erfahrung im Nachhinein als stärkende Lebenserfahrung wahrgenommen. Am Kirchensonntag laden wir, das Team Kirchensonntag 2018, Sie ein, sich mit uns auf die Spuren unserer Kraftgeschichten zu begeben. Gemäss der Idee des Kirchensonntags wird der Gottesdienst von Menschen ohne theologische Ausbildung gestaltet.
So, 4.2., 9.30 Uhr, Kirche

Für sich sorgen – Placement
Durch Bewegung und Ruhe zu Lebendigkeit und Entspannung finden
Fr, 2./16.2., 12.15–13.45 Uhr, KGH: Placement und freies Tanzen
Fr, 9./23. 2., 17.30–19 Uhr, KGH: Placement und aufbauende Ruhe.
Info: Petra Wälti (s. Kontakte)

Lesekreis Mystik der Freiheit
Di, 6./20.2., 10.30–11.30 Uhr, Altes Pfarrhaus. Predigt: 29/30. Mit Pfr. Bernhard Neuenschwander

Mittagstisch
Do, 8.2., 12.15 Uhr, KGH. Gedeckter Tisch für alle. Anmeldung/Fahrdienst (bis 7.2., 12 Uhr): Petra Wälti, 031 961 64 22, petra.waelti@kg-koeniz.ch

Schreibwerkstatt I
Di, 13.2., 15–17 Uhr, Altes Pfarrhaus. Zu Hause schreiben – in der Gruppe vorlesen. Info: Eva Schwegler (s. Kontakte)

Spielnachmittag
Mi, 14.2., 14–16.30 Uhr, KGH. Wer gerne spielt, ist herzlich eingeladen. Mit Kaffee, Güezi und einer Geschichte. Ohne Anmeldung. Eva Schwegler und Team

Nachmittag 60+
Mi, 21.2., 14.30 Uhr, KGH. Walter Däpp liest aus seinen «Morgegschichte». Anschliessend Beisammensein bei einem Zvieri. Fahrdienst: Eva Schwegler, 031 961 64 39

Frytig-Zmorge
Fr, 23.2., 8.45 Uhr, KGH. Frühstück in geselliger Runde. Anmeldung: Sylvia Zaugg, 031 971 45 25

Theologischer Gesprächskreis
Di, 27.2., 14.30–16.30 Uhr, Altes Pfarrhaus. Diskussion über aktuelle religiöse Themen. Anschl. Kaffee/Kuchen. Info: Pfrn. Maria Fuchs Keller (s. Kontakte)

KINDER/JUGENDLICHE

Fiire mit de Chliine
Fr, 9.2., 16.15–16.45 Uhr, Kirche. Eingeladen sind alle Kinder bis acht Jahre mit ihren Geschwistern, Eltern, Grosseltern... Mit Imbiss. Auskunft: MariAnne Staub, Katechetin

Hero 5 – Giele-Club in Wabern
Für Jungs vom 5. bis 7. Schuljahr
Achtung: Ausnahmsweise am Fr, 16.2., 18–21 Uhr, Jugendtreff STAR/Villa bernau. Begleitet von Philippe Häni

MUSIK

Singkreis Wabern
Mo, 19.30–21.30 Uhr, KGH. Es ist immer noch möglich, am Projekt «Cherubini-Requiem» teilzunehmen.
Info: Claire Blaser, 078 649 25 75, admin@singkreis-wabern.ch

FREUD/LEID

Bestattung
Franz Vogt, geboren 1941, gestorben am 10. Dezember

Stille Meditation für alle – eine Oase in der Hektik

Mi, 7., 14., 21. + 28.2., 17.30–19 Uhr, Kirche. Das tägliche Rennen kann zur Qual und Entspannung zum raren Gut werden. Stille Meditation ist eine Oase in der Hektik, ein Moment, sich zu spüren und mit sich in Frieden zu kommen. Einstieg jederzeit möglich. Mit Pfr. Bernhard Neuenschwander

KONTAKTE

Pfarrteam
Pikettnummer 031 961 29 24
Bernhard Neuenschwander, 031 961 66 08
Maria Fuchs Keller, 031 961 66 09
Sozialdiakonie
Philippe Häni, 076 480 07 84
Eva Schwegler, 031 961 64 39
Petra Wälti, 031 961 64 22 / 031 971 40 46
Katechetin
MariAnne Staub, 079 324 10 79
Sigrist/in
Peter Sigrist, 079 408 39 21
Sekretariat
Doris Schneider, 031 961 64 36 (Mo/Mi, 8.30–12 Uhr)
www.kirche-wabern.ch

SPIEGEL UND WABERN

© Andreas Felger «Licht»

Fastenwoche:

12. bis 17. März

Fasten ist mehr als nicht essen

Der zeitlich begrenzte Verzicht auf Nahrung gehört seit Jahrhunderten zur spirituellen Praxis vieler Religionen, auch des Christentums. Fastend verzichten wir nicht nur auf Nahrung, wir geben dem Alltag eine andere Struktur, «horchen nach innen» und teilen mit anderen Menschen die Erfahrung des Verzichts. Wir beginnen auch darüber nachzudenken, was wir loslassen können und nehmen an uns selber wahr, wie die Sinne schärfer werden. An den Abenden der Fastenwoche kommen wir im Alten Pfarrhaus zusammen, essen die aus Flüssigkeit bestehende Fastensuppe, begegnen uns im Gespräch und beschliessen den Abend mit einer Meditation in der Kirche. Für alle, unabhängig von der religiösen Zugehörigkeit.
Informationstreffen: Mi, 14.2., 19.15–20.15 Uhr, Altes Pfarrhaus, Waldblickstrasse 26. Auskunft und Anmeldung: Petra Wälti, petra.waelti@kg-koeniz.ch (Tel. s. Kontakte)

NIEDERSCHERLI GOTTESDIENSTE

So, 4.2., 9.30 Uhr Kirchensonntag. «Unsere Geschichten erzählen». Urs Meier, Margrit Moser und Team. A. Waschke, Orgel.

So, 11.2., 9.30 Uhr Familiengottesdienst: 5. Kl. Pfr. J. Matthäus; M. Bloesch, Katechet; S. Leutenegger, Orgel; Sunday Singers

Mi, 14.2., 20 Uhr Abendgottesdienst in der Chäsi Liebewil. Pfr. R. Rychener

So, 18.2., 9.30 Uhr «Ein Schuh entscheidet: Ruth und Boas». Pfr. R. Rychener; A. Waschke, Orgel. Mit Apéro

So, 25.2., 9.30 Uhr «Das Hohelied der Liebe, 1. Kor.13». Pfr. R. Rychener; A. Waschke, Orgel

Kirchenkaffee am 4./11.2. im Anschluss an den Gottesdienst

AMTSWOCHEN

Wochen 6–9 (5.2.–4.3.)
Pfr. Res Rychener

Anwesenheiten Pfarrteam
Pfr. Res Rychener: Di–Do, 9–11 Uhr, Büro Niederscherli, ehem. Pfarrstübli beim Pfarrhaus

Pfr. Jochen Matthäus: Mi, 9–11 Uhr, Amtsraum Chiuche egge, Zur Station 5.

Abwesenheit Pfarrteam
Pfr. Jochen Matthäus: 19.– 23.2.

FÜR ALLE

Gotteslob am Morgen
Mi, 7.2., 9.30–10 Uhr, Kirche, Leni Augsburger

Meditation des Tanzes
Do, 8.2., 8.45–10.45 Uhr, Kirche, R. Ferrazzini

Inseltreff
Kindliche Gewalt und übermässige Aggressionen
Mi, 14.2., 9–11 Uhr, Stube KGH. Info: Ruth-Lisa Roder (s. Kontakte)

Bibel aktuell
Die Offenbarung, ein Buch mit sieben Siegeln
Do, 19.2., 19.30–21 Uhr, KGH, Pfr. R. Rychener

KINDER

Chinderfyr
Fr, 2.2., 17–18 Uhr, Kirche. Thema: Alois, der ungestüme junge Stier, wird ganz sanft. Vom Umgang mit den eigenen Kräften. Für Kinder von 3 bis 8 Jahren. Info: Ruth-Lisa Roder (s. Kontakte)

AKTIV 55PLUS

Forum
Vortrag von Mario Slongo
Fr, 2.2., 8.30–11 Uhr, KGH. «Die vier Elemente des Lebens: Erde-Wasser-Feuer-Luft» mit Dr. Mario Slongo, ehemaliger Wetterfrosch des Schweizer Radios

Wandergruppe
Fr, 9.2., von Saanenmöser nach Gstaad. Leitung: Daniel Müller / Gaby Adamek

Schneeschuhlaufen
Mi, 14.2., Leitung Erika Nobs

Kontakte Aktiv 55plus
Forum:
Ruth Steiner, 031 849 08 25

Schneeschuhlaufen:
Erika Nobs, 031 849 07 49

Wandergruppe:
Paul Gafner, 031 971 65 84

SENIOREN

Seniorennachmittag
Musik mit dem NEWA-Ensemble
Mi, 7.2., 14–17 Uhr, KGH

Mittwochstisch
Mi, 14.2., 12 Uhr, Rest. Rössli, Gasel. Info: Alice Reber (s. Kontakte)

Jungschi

Wir lernen Surinam, das Land des Weltgebetstages, kennen. Für Kinder von 6 bis 12 Jahren. Info: Ruth-Lisa Roder / Deborah, 079 382 60 69
Sa, 3.2., 13–16.30 Uhr, KGH

* * * * *

Konzert Newa-Ensemble

Unternehmen Sie eine musikalische Reise in die «gute alte Zeit» Russlands; von orthodoxen Kirchengesängen über russische Volkslieder bis zu klassischer Vokalmusik bekannter russischer Komponisten wie Peter Tschaikovski, Michail Glinka, Arthur Rubinstein und Dmitrii Bortniansky.

Mi, 7.2., 20 Uhr, Kirche, Eintritt frei, Kollekte

Kontaktnachmittag
Mi, 21.2., 14–17 Uhr, KGH. Spielen, jassen, zuhören.

MUSIK

Gospelchor
Mi, 20 Uhr, KGH,
www.gospelchor-niederscherli.ch

Kirchenchor
Do, 20 Uhr, KGH
Ausnahme:
Keine Probe am Do, 1.2.
Mehr Infos:
www.kirchenchor-niederscherli.ch

VORANZEIGE

Weltgebetstag

Zum Thema «Gottes Schöpfung ist sehr gut»
Der Weltgebetstag ist die grösste ökumenische Basisbewegung von Frauen weltweit und wird in über 120 Ländern gefeiert. Das jeweilige Partnerland bereitet die Inhalte des Gottesdienstes vor und steht mit dem Schwerpunktthema und Aktionen im Mittelpunkt.
Mit dem zentralen Bibeltext Genesis 1, 1-31, lädt das diesjährige Gastland Surinam dazu ein, innezuhalten und über die von Gott geschaffene Welt zu meditieren.

Fr, 2.3., 19 Uhr, Kirche Niederscherli

KONTAKTE

Pfarrteam
Res Rychener, 031 849 01 21
Jochen Matthäus, 031 842 06 09
Katechetik/Sozialdiakonie
Marc Bloesch, 079 786 02 38
Ruth-Lisa Roder, 079 456 75 85
Alice Reber, 031 849 16 38
Sekretariat
Beatrice Bieri, 031 849 16 46
www.kirche-niederscherli.ch

OBERWANGEN GOTTESDIENSTE

KIRCHENKREIS OBERWANGEN

So, 4.2., 9.30 Uhr **Kirche Oberwangen:**
Pfr. Mathias Gerber; Jodlerclub Flüehli Oberbottigen; Orgel Markus Reinhard

So, 11.2., 10.10 Uhr **KIZ Niederwangen:** Kirchensonntag.
Pfrn. Ulrike Schatz; B.I.G. Band; anschl. Imbiss
Gottesdienst 10 nach 10

So, 18.2., 9.30 Uhr **Kirche Oberwangen:**
Praktikantin Eliane Freiburghaus; Musik E. Feingold

So, 25.2., 9.30 Uhr **Kirche Oberwangen:**
Pfrn. Katharina Rutishauser; Kirchenchor Oberwangen mit Osvaldo Ovejero; Orgel Esther Feingold

AMTSWOCHEN

Woche 5 (29.1.–4.2.)
Pfrn. Ulrike Schatz

Wochen 6–8 (5.2.–25.2.)
Pfr. Mathias Gerber

GOTTESDIENSTE KINDER

Kinderhüeti/Sunntigsträff
So, 4./11.2., Barbara Barmettler, 031 984 19 00

FÜR ALLE

Wochengebet
Di, 9–9.30 Uhr/Do, 17.30–18 Uhr, KIZ Niederwangen

KIZ-Café
Di, 9.30–10.30 Uhr, KIZ Niederwangen. In ungezwungener Atmosphäre bei Kaffee und Gipfeli die Gemeinschaft pflegen. Käthi Strasser, 031 889 09 70

Raum der Stille über Mittag
Do, 11.30–13.30 Uhr, KIZ Niederwangen

Anbetungstreff
Gott begegnen durch beten, singen, musizieren und loben...
Fr, 16.2., 20 Uhr, Kirche Oberwangen. Urs Löffel, 031 982 09 86

FRAUEN

MüKi POiNT
Mi, 14./28.2., 9.30–11 Uhr, KIZ Niederwangen. Treffpunkt für Mütter und Kinder. Die Kinder hören Geschichten, basteln und spielen. Die Mütter haben Gelegenheit, Erfahrungen auszutauschen. Dominique Ziegler, 031 941 47 42

KINDER/JUGENDLICHE

Gesucht: Kinder für Kids-Band

Für die Kiwo vom 9. bis 12. April werden sing- und spielfreudige Kinder für die Kids-Band gesucht.
Interessierte melden sich bei markus.dolder@kg-koeniz.ch oder unter 031 980 60 62

Unihockey
Do, 17.30–19.15 Uhr, MZA Oberwangen. Für Jugendliche ab der 7. Klasse (bis 30+) aus dem Wangental, die Freude an Spiel und Sport haben.
David Berger, 079 716 90 69

Ice Age
Teenager-Treff (7.–9. Klasse)
Fr, 2.2., 19.30–23 Uhr/Sa, 10.2., 18.30–23 Uhr, KIZ Niederwangen. Spass, Action, Gemeinschaft und Glaube gemeinsam erleben. David Berger, 079 716 90 69

roundabout
Mi, 17.45–19 Uhr (Kids)/19.30–21 Uhr (Youth), KIZ Niederwangen. Tanzen für Girls von 8 bis 12 (Kids-Gruppe) und 13 bis 20 Jahren (Youth-Gruppe). Tanztraining und gemütliches Beisammensein.
Rahel Zürcher, 078 838 87 73

AMTSWOCHEN

Jugendgruppe
Für alle mit Volksschulabschluss und jünger als 25
Fr, 16.2., 20.15 Uhr, KIZ Niederwangen. Ein Ort zum Austauschen, die Gemeinschaft zu pflegen und mehr über Gott zu erfahren. Daneben kommen Spass und gemeinsame Aktivitäten nicht zu kurz.
Simeon Mathys, 079 385 99 52

SENIOREN/55PLUS

Wandergruppe
Mi, 7.2. Besammlung: Zug 2. Wagen, Abfahrt Niederwangen 12.57 Uhr, Oberwangen 12.59 Uhr. Wanderung ab Hale auf Höhe Schoren nach Landstuhl, Natershaus und Au der Sense entlang bis Sensebrügg (Dauer zirka 2 Stunden). Zvierihalt: Rest. Sternen Neuenegg. Hanni Moser, 031 981 34 05

Nachmittagsprogramm
Mensch und Natur
Mi, 14.2., 14 Uhr, KGH Oberwangen. Bildvortrag von Fabian Köchli zu den Themen Kulturlandschaftsentwicklung im Mittelland, artenreiche Trockenwiesen und -weiden, Trockenstandorte in Niederwangen. Info: Mathias Gerber (s. Kontakte)

Gemeinsames Mittagessen
Mi, 21.2., 11.30 Uhr, Rest. Sternen, Thörishaus. In Zusammenarbeit mit dem Landfrauenverein. Fr. 18.– inkl. Getränke/Dessert. Heidi Neuenschwander, 079 310 26 88

Handarbeiten
Di, 27.2., 14 Uhr, KGH Oberwangen. Käthi Strasser, 031 889 09 70

KONTAKTE

Pfarrteam
Mathias Gerber, 031 981 32 32
Ulrike Schatz, 031 980 06 61
Sigristendienst/Vermietungen
Otto Jost, Elizabeth Kehl, 076 451 92 95
Sozialdiakonie
Markus Dolder, 031 980 06 62
Pia Neuhaus, 079 272 77 28
Förderverein
Sven von Gunten, 079 315 16 70
KUW
Madeleine Geissbühler, 079 268 70 75
Hans-Martin Kromer, 026 322 79 62
Sekretariat
Cornelia Matthews, 031 980 06 63

www.kirche-oberwangen.ch

VORANZEIGE

Running Dinner

Lust, am selben Abend in 2 bis 3er-Teams Gäste zu bekochen, selber bekocht zu werden und Leute aus der Gemeinde besser kennenzulernen? Dann melde dich an! Anmeldeformulare siehe Homepage oder Stellwände.

Anmeldeschluss: 4. März.
Weitere Infos nach Anmeldung. Jeder der drei Gänge wird an einem anderen Ort eingenommen. Selbstverständlich muss zwischen den Orten nicht gerannt werden.

Katrin + Fredy Wiedmer, runningdinner@bluewin.ch, 079 795 47 82

Sa, 17.3., ab zirka 18 Uhr bis open end

* * * * *

Konzert mit den Raindrop-Singers

Gospel and more...

Von Gospel bis Klassik, von a cappella bis Jazz, es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Konzerterlebnis.

Hallelujah, Ave Maria, One voice, My love is always here, Jesus o what a wonderful Child, Lift up your voice, O Mary don't you weep, Senzenina...

So, 18.3., 17 Uhr, Türöffnung 30 Min. vor Konzertbeginn, Kirche Oberwangen, Kollekte

Fit werden und Spass haben

In Bewegung bleiben / Gymnastik, Pilates, Tanz oder Wanderungen: Die Kirche Köniz bietet Seniorinnen und Senioren vielfältige Bewegungs-Kurse. Weshalb sich eine solche Stunde auch für Sie lohnen könnte, erfahren Sie hier.

Die heutigen Rentnerinnen und Rentner sind topfit, immer auf Achse, haben einen übervollen Terminkalender und bereisen die Welt: So jedenfalls das Bild, das Werbung und Medien gerne vermitteln. Auch wenn die Realität nicht immer so aussieht, Fakt ist: Wir werden immer älter. «Frauen und Männer, die heute in der Schweiz pensioniert werden, haben noch ungefähr einen Viertel ihres Lebens vor sich», rechnet etwa die Stiftung Gesundheitsförderung in einem Bericht aus dem Jahr 2016 vor.

Die Lebenserwartung ist nicht nur gestiegen, die Menschen bleiben auch länger gesund – indem sie sich beispielsweise regelmässig bewegen.

Gerüstet für den Alltag

Die Kirchgemeinde Köniz engagiert sich in vielen Bereichen. So auch im Bereich Bewegung: Sie bietet eigens für Seniorinnen und Senioren eine Auswahl unterschiedlicher sportlicher Aktivitäten an, die in der Gruppe und unter Anleitung einer Fachperson stattfinden. Im Vordergrund steht nicht nur die Gesundheit, sondern auch der Spass und die Pflege sozialer Kontakte.

Eine solche Möglichkeit bietet z. B. der Gymnastik-Kurs von Eveline Rath, der im Rittersaal Köniz stattfindet. Zum Programm gehören Gymnastikübungen und Spiele, welche die Beweglichkeit und Reaktionsfähigkeit fördern sowie die Kraft, Koordination und das Gleichgewicht verbessern. «Alles, was wir im Training schulen, können wir auch im Alltag umsetzen», betont Eveline Rath. Dazu gehöre etwa die Fähigkeit, künftige Situationen erahnen und adäquat reagieren zu können, denkt sie etwa an Situationen im Strassenverkehr. Ebenfalls ein wichtiger Bestandteil des Kurses ist das Zusammensein in der Gruppe: «Sorgen und Freuden mitteilen, Humor und gemeinsam lachen gehören bei uns ebenfalls dazu.»

Wer seine Beweglichkeit und Mobilität im Alter aufrechterhalten oder verbessern möchte, ist in dieser Gruppe gut aufgehoben. Gezielte Übungen, die den gesamten Körper trainieren und stärken, stets individuell abgestimmt auf die Teilnehmenden, sind in diesem Kurs ebenso zentral wie auch der soziale Aspekt.

«Es ist nie zu spät, im Alter etwas für die Fitness und das Gehirn zu tun», betont die Gymnastiklehrerin. «Neueinsteiger sind übrigens jederzeit willkommen!»

Keine Bäume ausreissen, aber...

Zehn bis 14 Frauen im Alter von 65 bis 88 Jahren gehören der Gruppe «Fit im Alter» an. Diese trifft sich jeweils am Dienstagmorgen zum gemeinsamen Turnen im Kirchgemeindehaus Wabern. «Wir wollen keine Bäume mehr ausreissen», erklärt Kursleiterin Rita Stucki, «aber jede Turnerin versucht im Rahmen ihrer gesundheitlichen Möglichkeiten, an ihrer Fitness zu arbeiten.» Das Ziel ist, die geistige und körperliche Beweglichkeit zu erhalten sowie auf sicheren Beinen und mit einem starken Körper durch den Alltag zu marschieren – «und dies noch möglichst lange», betont die zertifizierte Vital-Trainerin und Erwachsenensport esa Expertin.

Auch bei diesem Angebot werden nebst der Bewegung die Freude und der Spass grossgeschrieben. «Unsere Stunden sind abwechslungsreich und nach dem Turnen staunen wir immer wieder, was wir noch alles machen können», erzählt Rita Stucki. Nach der Anstrengung wird der soziale Kontakt gepflegt: Wer will, geht nach dem Training noch mit zum Umtrunk. «Alle Seniorinnen sind herzlich eingeladen, sich unserer Turngruppe inklusive gemütlichem Beisammensein anzuschliessen.»

Tanzen – gut fürs Gemüt

Sie bevorzugen Bewegungen zu rhythmischen Klängen? Jeden Montagmorgen wird im Kirchgemeindehaus Wabern unter der Anleitung von Rita Stucki das Tanzbein geschwungen. Hinter dem Anlass steht «Pro Senectute Bern». «Wir tanzen eine Vielfalt an Tänzen aus verschiedenen Kulturen, vom Kreistanz bis zum Line Dance, gesellige und temperamentvolle, aber auch ruhige und besinnliche internationale Volkstänze», zählt sie auf. «Wie bunt, gesellig, abwechslungsreich und wie gesund Tanzen sein kann, egal ob Anfänger oder schon etwas Geübtere, erfahren sie beim Mittanzen!»

Yvonne Mühlematter

Kurse in allen Kirchenkreisen
Bewegungs-Kurse, Wanderungen, Tanzen sowie weitere Angebote zu «Fitness im Alter» werden in allen fünf Kirchenkreisen angeboten. Mehr Infos zu den einzelnen Anlässen finden Sie auf den jeweiligen Seiten der Kreise sowie regelmässig im Veranstaltungskalender von reformiert.Köniz.

Gymnastik-Kurs
Mi, 9.30–10.30 Uhr, Rittersaal Köniz. Details und Kursdaten werden vorgängig im Veranstaltungskalender von reformiert.Köniz sowie online publiziert: www.kirche-koeniz.ch. Info: 031 978 03 39

Tanzen/Fit im Alter
Kirchgemeindehaus Wabern, Auskunft: Rita Stucki, 031 961 70 82

Tanzen: Mo, 9.30–11 Uhr, ausser in den Schulferien

Fit im Alter: Di, 9–10 Uhr, ausser in den Schulferien

Tipp

«Allgemein gültige Tipps zu geben ist nicht einfach, da jeder Körper anders ist», betont Turnlehrerin Eveline Rath. Einen Tipp hat sie aber: Da alle Menschen meistens vornübergebeugt sind, empfiehlt sie folgende **Übung**: Sich mit dem Rücken an eine Wand stellen. Fersen, Schultern und Kopf berühren die Wand, dann die Arme hochnehmen und auch an die Wand drücken. Kurz so stehen bleiben – vorausgesetzt, es gibt kein Problem mit dem Gleichgewicht.
Ziel der Übung: Die Körpervorderseite einmal richtig zu strecken, vor allem den Brustkorb.

Gute Gründe, sich einem Bewegungs-Kurs anzuschliessen

Sie bleiben länger mobil und selbstständig
Sie trainieren Muskeln und Gleichgewicht: so vermeiden sie Stürze oder können einen kleinen Stolperer auffangen
Sie stärken nicht nur das körperliche, sondern auch das psychische Wohlbefinden
Sie fördern Ihre sozialen Kontakte

(Quelle: Pro Senectute)

IMPRESSUM

KIRCHGEMEINDE KÖNIZ
Präsidentin Kirchgemeinderat
Brigitte Stebler, 031 978 03 30
brigitte.stebler@kg-koeniz.ch
Verwaltung Kirchgemeinde Köniz
031 971 30 30, Fax: 031 971 30 35
Ritterhuus Schloss Köniz, Muhlernstrasse 5, Postfach 589, 3098 Köniz
info@kg-koeniz.ch, www.kg-koeniz.ch
Redaktion reformiert.Köniz
Yvonne Mühlematter, 079 752 66 48
kommunikation@kg-koeniz.ch
Stephan Ruch (Stv.), 079 612 94 04
Redaktionsschluss März.-Nr.
Mi, 24. Januar 2018

Reformiert. kann schriftlich abbestellt werden: Verlag reformiert., Abos, Gaswerkstrasse 56, 4900 Langenthal. abo.reformiert@merkurdruck.ch

FORTSETZUNG «BEVOR ES ZU SPÄT IST…»

Februar (mehr Infos siehe Kasten) beschäftigt sich mit dem Thema «Was Paare stark macht» und basiert auf Videopassagen von Guy Bodenmann. «Wir werden einige Aussagen aus einem Interview ansehen und uns dann zu zweit darüber austauschen.» Konkret geht es um Stress in der Paarbeziehung und wie er verhindert respektive abgebaut werden kann. Was an den Einzeltischchen besprochen wird, bekommen die Organisatoren aber nicht mit. «Das bleibt bei den Paaren», betont der Sozialdiakon.

Ein Geschenk
Markus Dolder ist seit 30 Jahren verheiratet. Allgemeine Empfehlungen, wie eine langfristige Partnerschaft gelingt, kann er keine geben. «Ich mache aber immer wieder die Erfahrung, dass eine (Liebes-) Beziehung Arbeit für beide Seiten ist.» Folgende Dinge versuche er stets zu beherzigen: «Immer wieder aufeinander zugehen, gemeinsam Zeit verbringen, Gespräche führen und sich für sein Gegenüber interessieren.» Er sei sich aber bewusst: «Es ist ein Geschenk, wenn es gelingt.»

Vor allem sollten solche Anlässe besucht werden, solange die Beziehung noch funktioniert und nicht erst, wenn es schon zu spät ist. «Deshalb machen wir auch diese Abende in Niederwangen…»

Yvonne Mühlematter

Infos Eheabend

Fr, 2. Februar, ab 19 Uhr,
KIZ Niederwangen (Hallmattstrasse 96)

Team
Elsbeth & Andreas Zürcher,
Mathias Gerber,
Ursula & Markus Dolder

Kosten pro Paar
Fr. 50.– (exkl. Getränke)

Mehr Infos zum Anlass
Markus Dolder, Sozialdiakon Kirchenkreis Oberwangen, Tel. 031 980 06 62 oder
per Mail: markus.dolder@kg-koeniz.ch

(Anmeldeschluss: 26. Januar)

Zur Person

Markus Dolder ist Liedermacher, Erwachsenenbildner und Sozialdiakon. Seit über 30 Jahren unterwegs für Konzerte, Gottesdienste und Bildungsveranstaltungen. «Es ist mir ein besonderes Anliegen, dass Orte des Gottesdienstes mit Anziehungskraft und Ausstrahlung entstehen, wo auch suchende und zweifelnde Menschen Raum finden können.»