



Residenz Au Lac
daheim sein

2/2014

RESIDENZ **ZEITUNG**

INFORMATIONEN FÜR DIE BEWOHNER UND PENSIONÄRE SOWIE FREUNDE DER RESIDENZ AU LAC



GLÜCKS-
MOMENTE

Editorial



GLÜCK – WAS IST DAS?

Liebe Leserin, lieber Leser

Vor etwa 900 Jahren wurde mit dem mittelhochdeutschen Wort «Gelücke» das gute Ende eines Ereignisses benannt. Laut Duden ist Glück eine angenehme und freudige Gemütsverfassung, ein Zustand der inneren Befriedigung und Hochstimmung. Glücksforscher sprechen von einem subjektiven Wohlbefinden, das für jeden etwas anderes bedeuten kann.

Glück bedeutet tatsächlich für jeden etwas anderes. Für unsere Mitarbeitenden der Residenz Au Lac ist es deshalb hohe Kunst herauszufinden, was unsere Kunden, Gäste, Bewohner und Pensionäre glücklich macht. Ist es für die einen der Besuch eines grauen Katers (Seite 5), ist es für andere ein Lächeln (Seite 6).

Wunderbar am Glück ist, dass es vielmals im Kleinen gefunden wird. Es braucht nicht jeden Tag Heldentaten, um glücklich zu sein und andere Menschen glücklich zu machen. Die Mitarbeitenden der Residenz Au Lac richten ihr gesamtes Tun und Handeln darauf aus, die Lebensqualität und damit auch die Glücksgefühle unserer Kunden zu steigern.

Mich macht unter anderem glücklich, dass ich Ihnen die Residenz-Zeitung in einem neuen Kleid präsentieren kann. In der vorliegenden Ausgabe 2/2014 lesen Sie Wissenswertes zum Thema Glück. Lassen Sie sich inspirieren und schmieden auch Sie jeden Tag ein wenig an Ihrem Glück.

Anna Ravizza, Direktorin

Inhalt

- 03 Musik – die Glücksdroge
- 04 Glück zu zweit
- 05 Glück auf vier Pfoten
- 06 Das Glück anlachen
- 08 Die glücklichsten Menschen
- 09 Glück kann man essen
- 10 Gestern – Heute – Morgen
- 12 Agenda

Thema der nächsten Ausgabe 3/2014

Die Y-Generation kommt. Die Y-Generation ist auch die Selfie-Generation. Haben auch Sie Selfies? Schicken Sie sie uns zu! Die besten Einsendungen werden in der Residenz-Zeitung 3/2014 publiziert. Unter allen Einsendungen wird ein Gutschein im Wert von CHF 50.- fürs Restaurant Côté Lac verlost. Zustellen an redaktion@residenz-au-lac.ch

IMPRESSUM

Herausgeber: Residenz Au Lac, Aarbergstrasse 54, Postfach, 2501 Biel-Bienne, Tel. 032 328 29 30, Fax 032 328 29 31, www.residenz-au-lac.ch, info@residenz-au-lac.ch

Redaktion: Barbara Bürgy, Danielle Engelmann, Nadia Merlo, Rita Morf, Anna Ravizza

Übersetzung: Nadia Merlo

Fotos: Rita Morf, Claudio Ravizza, ZVG, Titelbild iStock.com

Grafik/Konzept: Gassmann AG

Layout: Rita Morf

Lektorat: Brigitta Gerber, Nadia Merlo

Druck: Gassmann AG

Musik – die Glücksdroge

«Es schwinden jedes Kummers Falten, so lang des Liedes Zauber walten» sagte bereits Friedrich von Schiller. Es gibt wohl nur wenig, das uns auf so einfache Weise mit Glück erfüllen kann, das überall präsent ist und einen solch grossen Einfluss auf unser Leben hat, wie die Musik.



Sanfte Klänge gehen direkt ins Herz

In Filmen lässt oft erst eine gefühlvolle Melodie die Zuschauer in eine Liebesszene eintauchen oder ein schneller Beat den Puls bei einer Verfolgungsjagd in die Höhe schiessen. Beim Kochen schnippen wir im Takt zu Popsongs aus dem Radio. Wer joggt, lässt sich von seinen Lieblingsstücken antreiben. Eine lange Autofahrt wird mit den richtigen Songs erträglicher, ein schlechter Tag wird zu einem guten. Und wenn kleine Kinder schreiend aus einem Albtraum aufwachen, hilft oft nur ein sanftes Schlaflied.

Seit einiger Zeit nutzen nun auch Ärzte, Therapeuten und Pädagogen die Macht der Klänge: Musik kann Schmerzen lindern, Erinnerungen wachrufen, psychische Barrieren überwinden und Kommunikation ermöglichen.

Musik, so zeigt sich aus den Forschungsergebnissen, wirkt auf allen Ebenen des Gehirns. Sie hat einen direkten Zugang zu Emotionen. Musik hat zudem einen «Belohnungseffekt». Das Belohnungssystem im Gehirn, also die Gehirnregion, die auch dann aktiviert ist, wenn wir hübsche Personen sehen oder Drogen nehmen, ist beim Musikhören immer mitbeteiligt. Kurz gesagt: Musik macht glücklich.

In der Residenz Au Lac ist Musik allgegenwärtig. Sei es an den periodisch stattfindenden Tanznachmittagen, die sowohl bei Bewohnern wie auch Pensionären beliebt sind. Sei es beim Residenz-Chörli, das wöchentlich im Kulturraum übt. Aber auch einfach schlicht vor dem Schlafengehen in der Wohngemeinschaft bei einem gemeinsamen Lied. In der Residenz Au Lac stehen zwei Klaviere und mitten im Foyer ein prächtiger Flügel, die zum Spielen einladen. Ab und zu besuchen uns professionelle Pianisten, die dem Flügel wunderbare Melodien entlocken und die Zuhörer begeistern.

Musik macht aber nicht nur glücklich. Das Glück ist bei unzähligen Musikern das Thema schlechthin. Sei es Herbert Grönemeyer mit seinem Lied «Glück» bis hin zu «Züri West» mit ihrem Titel «Fingt ds Glück eim». Und weil es so glücklich macht, hier ein Auszug des Songtextes:

Züri West: Fingt ds Glück eim?

Irgendwann chunnt me immer a
irgendeinisch geit's gäng wieder witer
du chasch no so töiff ir Sosse schtah
irgendwann chunnt me immer a

Irgendwo geit e Türe uf
Vielleicht nume ganz e schmale Schpaut
Öpper schteit uf irgendöppis druf
u irgendwo geit e Türe uf

Irgendeinisch fingt ds Glück eim
irgendwo uf em e Parkplatz
plötzlech schmöck't's wieder wie daheim
irgendeinisch fingt ds Glück eim

Glück zu zweit

Seit Oktober 2013 lebt Anna Baumberger mit ihrem Emil in einer der 67 Wohnungen in der Residenz Au Lac. Wir haben sie gefragt, was für sie Glück bedeutet.



Anna Baumberger mit ihrem Mann Emil

Frau Baumberger, sind Sie glücklich?

Ich bin mit meinem Leben und meiner Situation zufrieden. Es gibt natürlich noch Wünsche. Eine Reise mit meinem Mann nach Château-d'Œx – das wäre mein grösstes Glück.

Welches war der glücklichste Moment in Ihrem Leben?

Die glücklichsten Momente in meinem Leben habe ich bei den Geburten meiner vier Kinder erlebt. In der Zwischenzeit ist unsere Familie weiter gewachsen und wir sind glückliche Grosseltern von 10 Grosskindern und Urgrosseltern von 7 Urgrosskindern.

Was denken Sie, beeinflusst das Glück?

Wer seine Erwartungen zu hoch ansetzt, läuft Gefahr enttäuscht zu werden. Es kommt darauf an, was man aus den Möglichkeiten macht, die einem das Leben bietet.

Ich habe mir zur Gewohnheit gemacht, nicht weit in die Zukunft zu planen. Ich gehe jeden Tag neu an und setze nur Erwartungen im Rahmen der Realität.

Glücksmomente erlebe ich, wenn ich mit wachem Auge die Schönheiten der Natur entdecke. In solchen Momenten werde ich von Gefühlen tiefer Zufriedenheit und Ehrfurcht erfasst.

Es macht mich auch glücklich, dass ich einen guten Partner gefunden habe. Für die funktionierende Partnerschaft haben wir stets beide dazu beigetragen. Immer wieder ist es meinem Mann und mir gelungen, uns für die verschiedenen Abschnitte, die das Leben mit sich bringt, bewusst zu öffnen.

Auch langjährige Freundschaften machen mich glücklich. Aber auch dort muss man stets seinen Teil dazu beitragen, dass sie sich glücklich entwickeln und auch Bestand haben.

Glück lässt sich nicht kaufen. Es bringt auch nichts, das Glück zu suchen. Es findet einem von selber. Das Besondere ist, dass man das Glück im ersten Moment nicht einmal erkennt.

Mit Frau Baumberger gesprochen hat Danielle Engemann, Leiterin Reinigung & Wäscherei

Glück auf vier Pfoten

Dass Katzen sieben Leben haben, gehört vermutlich ins Reich der Legenden. Dass sie Menschenleben verlängern können, ist hingegen statistisch belegt.

Zahlreiche Studien belegen, dass Haustiere ein nicht zu unterschätzender Faktor für unser physisches und emotionales Wohlbefinden sind. In der Schweiz ist die Tierliebe enorm gross. Es profitieren beide Seiten: Der Mensch gibt dem Tier Schutz, Nahrung, modernste medizinische Pflege und Liebe. Haustiere werden darum in aller Regel älter als wildlebende Artgenossen. Als Gegenleistung bekommt der Mensch bedingungslose Zuneigung.

Früher hatten Haustiere vor allem praktischen Nutzwert: Sie halfen bei der Jagd, bewachten Viehherden und Haus, fingen Ratten, Schlangen und Mäuse. Doch gerade Katzen werden seit Jahrhunderten auch eingesetzt, um nervöse Zustände bei Menschen zu kurieren.

Auch für ältere Menschen sind Haustiere wertvolle Freunde. «Tiere bringen ein Stück Leben in den Alltag», sagt Barbara Bürgy, dipl. Pflegefachfrau. Allerdings betont sie, dass es natürlich auch einen gewissen Aufwand bedeutet, die Katzen zu halten. Aber: «Wir denken mehr an die Wirkung und weniger an den Aufwand – jede Therapiestunde würde mehr kosten als das Reinigen des Katzenklos.»

Eine Katzengeschichte aus der Residenz Au Lac

Draussen weht ein eisiger Wind. Obwohl Frau Castoldi in ihrem warmen Bett liegt, hat sie die Bettdecke bis zur Nasenspitze hochgezogen. «Ich kann nicht aufstehen», murmelt sie. Bevor ich etwas sagen kann, dreht sie mir den Rücken zu. «Mir geht es nicht gut. Ich will nicht aufstehen. Lassen Sie mich in Ruhe». Mit der Absicht, sie später wieder zu besuchen, verlasse ich leicht ratlos das Zimmer. Während meiner weiteren Arbeit überlege ich mir, was ich zur Aufmunterung von Frau Castoldi unternehmen könnte. So merke ich nicht, wie mir der graue Hauskater Balu schnurrend um die Beine



Rita Castoldi mit «ihrem» Balu

streicht. Beinahe stolpere ich über ihn. «Was möchtest du denn, Balu?», frage ich, ohne eine Antwort zu erwarten. Mit grossen, kugelrunden Augen schaut er mich an, schleicht zwischen meinen Beinen hindurch und läuft direkt vor das Zimmer von Frau Castoldi. Kaum habe ich die Türe einen Spalt weit geöffnet, drängt Balu sich durch und springt sofort auf Frau Castoldis Bett. Da traue ich meinen Augen kaum: Mit viel Schwung macht die noch vor ein paar Minuten so in sich gekehrte Bewohnerin Platz in ihrem Bett. Sie dreht sich zu Balu und beginnt ihn zu kraulen. Die ganze Müdigkeit ist vergessen.

Leise schliesse ich die Türe hinter mir zu. Es braucht mich im Moment nicht. Balu ist jetzt der Einzige, der Frau Castoldi glücklich macht. Manchmal wirken Katzen einfach Wunder. Balu war zum richtigen Zeitpunkt am richtigen Ort. Hat er vielleicht doch einen siebten Sinn? Eigentlich spielt das gar keine Rolle. Kater Balu ist mein kleiner grauer Pflegehelfer.

Barbara Bürgy, dipl. Pflegefachfrau

Das Glück anlachen

«Glück kann man nicht anstreben. Man kann es erst im Nachhinein erkennen», sagt mein Mann (Emil Steinberger, Anmerkung der Redaktion). Das leuchtet ein. Man spricht ja oft in der Vergangenheitsform vom Glück: «Ich habe Glück gehabt.»

Mahatma Gandhi sagte einmal: «Das Glück entflieht uns, wenn wir hinter ihm herrennen. In Wahrheit kommt das Glück von innen.» Wenn das Glück sich nicht erzwingen lässt und eher von innen kommt, dann können wir uns doch innerlich bereit machen, ihm Einlass zu gewähren.

«Das Glück tritt gern in ein Haus ein, wo gute Laune herrscht», lautet ein japanisches Sprichwort. Warum rollen wir dem Glück nicht einfach den roten Teppich aus, indem wir uns in eine fröhliche Grundstimmung versetzen? Das ist leichter gesagt als getan. Krankheiten, Kriege und Katastrophen in aller Welt hindern uns daran, mit einer heiteren Gelassenheit durchs Leben zu gehen.

Aber es gibt einen Weg, fröhlicher gestimmt zu sein. Das Lachen. Der Schriftsteller Joseph Roth stellte fest: «Das Lachen ist ein leichtes silbernes Glöckchen, das uns ein guter Engel mit auf den Lebensweg gegeben hat.» Kann man mit diesem Glöckchen ein Glückchen herbei lachen?

Lachen ist für uns so lebensnotwendig wie Schlafen und Essen. Alle Menschen lachen, egal welcher Kultur sie angehören. Babys beginnen bereits im Alter von vier Monaten bewusst zu lachen. Leider verlernen viele Menschen im Laufe ihres Lebens das Lachen wieder. Kinder lachen bis zu 400 Mal am Tag, Erwachsene nur noch 20 Mal. Aber egal, was im Laufe eines Lebens passiert, jeder Mensch kann ein verloren geglaubtes Lachen zurück gewinnen.

Die Möglichkeit des Lachens verlässt uns nie ganz. Ein allererster Schritt, das Lachen wieder zuzulassen, kann einfach nur sein, sich vom Lachen eines anderen anstecken zu lassen. Lachen ist immerhin die gesündeste Ansteckung der Welt! Auch ein «Humorbuch», in das man alles einträgt, was einen

zum Lachen bringt, kann helfen. In diesem Buch sammelt man lustige Versprecher, witzige Cartoons, Lieblingswitze, komische Zeichnungen, Collagen und Karikaturen. Man kann darin auch festhalten, welche Komiker man gut findet und welche Musik einen fröhlich stimmt. Blättert man in diesem Humorbuch, versetzt es einen in eine humorvolle Stimmung und ab und zu huscht vielleicht ein Lächeln übers Gesicht. Wie sagte der Schauspieler Heinz Rühmann einmal so schön: «Lächeln ist das Kleingeld des Glücks.»

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen für die nächsten Jahre ganz viel Kleingeld für Ihr Glücks-Sparschweinchen.

Ihre Niccel Steinberger

«Mein Humorbuch» ist die beste Medizin

Halten Sie die komischen Seiten des Lebens in Ihrem eigenen Humorbuch fest. Füllen Sie dieses in echte Chinaseide gebundene Buch mit Sprüchen, Lieblingswitzen, Cartoons und witzigen Fotos. Niccel Steinberger gibt Ihnen die Leitplanken dazu. Seit zwanzig Jahren animiert sie in ihren LachsemiNarren Menschen zu mehr Fröhlichkeit im Alltag.

Niccel Steinberger «Mein Humorbuch»

Mit einem Vorwort
von Emil Steinberger
Edition E /Knapp

128 Seiten
ISBN 978-3-905638-45-5
CHF 24.90





Niccel Steinberger
an einem ihrer
Lachseminare

Biografie von Niccel

Am 13. April 1965 kam Niccel Steinberger in Wermelskirchen (das liegt in Nordrhein-Westfalen/ Deutschland) zur Welt. Vier Brüder begleiteten sie durch ihre Kindheit und Jugend, die sie zusammen mit ihrer Mutter in Nordrhein-Westfalen und Bayern verbrachten. Nach dem Abitur begann sie in München das Studium der «Theaterwissenschaften» und wechselte nach vier Semestern und einem kurzen Intermezzo als Schweizer Serviertochter in Samedan an die Uni Bayreuth, um dort «Interkulturelle Germanistik», «Ethnologie» und «Volkskunde» zu studieren. Während ihres Studiums absolvierte sie ein Auslandspraktikum an der Reformuniversität von Ålborg in Dänemark. 1993 schloss sie das Studium mit einer Magisterarbeit – bitte lachen Sie jetzt nicht! – zu folgendem Thema ab:

«Das Lachen und Weinen des Clowns. Studien zum interkulturellen Erkenntnispotenzial einer komischen Figur am Beispiel von Heinrich Bölls Ansichten eines Clowns».

Nach dem Studium entwickelte sie ein Lachseminar, in dem man während eines Wochenendes die Freude am Lachen und seinen Humor neu entdecken kann. Diese Lachseminare führt Niccel heute noch mit grosser Freude durch.

1996 hat sie die Liebe nach New York verschlagen. Nicht nur die Liebe zur Stadt New York City, nein, auch die Liebe zu ihrem heutigen Mann, Emil Steinberger. Sie verbrachte mit ihm zwei wunderschöne und sehr interessante Jahre in New York und im Jahr 1999 heirateten sie in der City Hall des «Big Apple». Dann zogen sie in die französische Schweiz und leben seither am Genfer See in einem Haus, das seit 1913 den schönen Namen «Riant Château» (zu deutsch: Lachendes Schloss) trägt.

Die glücklichsten Menschen

Lachen ist der Beruf der Clowns. Wieso macht Lachen eigentlich glücklich? Es aktiviert den gleichen Gehirnbereich wie Kokain – mit einem wichtigen Unterschied: Es fördert die Gesundheit!

Wie amerikanische Wissenschaftler erforscht haben, stärkt Lachen das Immunsystem, aktiviert die körpereigenen Glückshormone (Endorphine), wirkt schmerzlindernd, stressabbauend – und steht kostenlos jederzeit zur Verfügung.

Lachen: Balsam für die Seele

Lachen hat aber auch eine positive Auswirkung auf die psychische Verfassung. Unserer Seele tut manchmal sogar schon ein Lächeln gut. Es kann nicht nur äussere, sondern auch innere Spannungen lösen. Lachen schafft Distanz zu Problemen, hilft Hemmungen zu überwinden, fördert soziale Kontakte und steigert wesentlich das Wohlbefinden. Der Satz von Dr. Madan Kalaria (Arzt und Gründer des ersten Lachclubs in Indien) stimmt erwiesenermassen: «Humor ist die Medizin, die am wenigsten kostet und am leichtesten einzunehmen ist.»

Clownbesuche in der Residenz Au Lac

Experten darin, die Menschen zum Lachen zu bringen, sind Clowns. Bereits seit zwei Jahren besuchen deshalb Clown Pfupf (Claudia Hänni), Clown Tschini (Regina Kocher) und Clown Lulu (Monika Wüthrich) unsere Bewohnerinnen und Bewohner. Wir haben ihnen ein paar Fragen gestellt:

Clown Lulu, warum denken Sie ist es wichtig, einen Clown zu älteren Menschen zu schicken?

Wir bringen Farbe, Buntheit, Abwechslung, Musik, Singen, Erinnerungen. Als Clowns haben wir keine «Ansprüche» an die Leute, wir nehmen das auf, was gerade ist, wir beziehen auch das Pflegepersonal ein. Es ist jeweils für die Bewohnerinnen und Bewohner interessant, ihre Bezugspersonen in einem anderen Kontext zu erleben.

Clown Tschini, was macht ein guter Clown aus?

Ein guter Clown berührt die Menschen. Der Clown ist ganz im hier und jetzt, authentisch, intuitiv und empathisch. Ein Clown wird immer mehr Clown, indem er sich mit sich und seiner Umwelt auseinandersetzt (es ist ein Prozess). Clown zu



werden, bedeutet Knochenarbeit. Nicht nur was die Technik betrifft, sondern auch die intensive Arbeit mit sich selbst. Zudem besuchen wir diverse Weiterbildungen, wo wir uns weitere Inspirationen holen können.

Das Lachen der Clowns steckt an

Clown Lulu, würden Sie mir ein Erlebnis erzählen, das Sie persönlich sehr berührt hat?

Ich machte eine schöne Erfahrung mit einem Jungen mit Down-Syndrom im Spital. Die Ärzte konnten ihn nicht beruhigen und darum auch nicht behandeln. Zufälligerweise waren wir auf Clownvisite. Jemand vom Personal holte uns zu ihm. Mit viel Geduld und den richtigen Eingebungen konnten wir den Jungen für uns gewinnen. Danach war er wieder zugänglich. Das hat mich sehr gefreut.

Clown Pfupf, vielen Clowns wird ja nachgesagt, dass sie nach aussen lächeln, innerlich aber traurig sind – Sind Sie glücklich?

Glück ist für mich kein Dauerzustand, sondern Momente, Glücksmomente. Momente, in denen ich ganz im Hier und Jetzt bin. Ich bin dankbar, wo ich heute stehe und was ich alles erleben durfte (das Schöne und das Schwere, denn dank beidem bin ich heute Clown).

Wir freuen uns auf noch viele weitere Glücksmomente zusammen mit den drei Clowns. Vielen Dank fürs Interview.

Glück kann man essen

Für die glückbringenden Speisen in der Residenz Au Lac ist seit anfangs März Marc André Laubscher zuständig. Er arbeitet als Küchenchef und bekocht mit seinem Team sowohl die Pensionäre, die Bewohner wie auch die Restaurantgäste des öffentlichen Restaurants Côté Lac und des Businessrestaurants «à la CARTE».



Marc André Laubscher, Küchenchef

Sein Lebenslauf ist trotz seines jugendlichen Alters (31) beeindruckend. Schon die Lehre machte er im renommierten Steigenberger Hotel in Gstaad. Dann folgten Häuser wie das Fünf Sterne Hotel Baur au Lac in Zürich oder das Hotel Vier Jahreszeiten in Hamburg.

Der Duft der weiten Welt

Eine der prägendsten Stationen war aber sicher die Arbeit für den Käfer Partyservice in München. Das Unternehmen beschäftigt rund 1000 Mitarbeitende und gilt als renommiertester und exklusivster Partyservice. Dort organisierte er zum Beispiel das Catering für die Asian Games in Doha. Er kochte in Griechenland, Mallorca, Malaysia – auf der ganzen Welt. Im 2006 erhielten sie das Mandat des Formel 1-Teams von Red Bull. Mit «Toro Rosso» reiste Laubscher eine Saison lang von Rennstrecke zu Rennstrecke – von Bahrain, Malaysia, Singapur nach Australien, in die USA und wieder zurück nach Europa. Und in jeder dieser Stationen kochte er Gerichte mit den jeweils dort verfügbaren regionalen Produkten.

Mit vielen reichen Erfahrungen aus der ganzen Welt kehrte Laubscher im 2007 wieder nach München zurück und startete als Sous-Chef von Starkoch Alfons Schuhbeck. In dieser Zeit bereitete er Menüs für Weltstars zu. Der bekannteste Gast war wohl Papst Benedikt XVI. Er richtete aber auch die Hochzeit von Franz Beckenbauer aus und kochte für Günter Jauch und Uli Hoernes zu Hause. Glamourös ging es weiter. Laubscher arbeitete danach im Lenbach Palais gemeinsam mit Thomas Fesenmair. Im ehrwürdigen Bernheimer Palais aus dem späten 19. Jahrhundert stand Kreativität an oberster Stelle. Kein Gericht kam traditionell auf den Teller. Das erste Mal Küchenchef wurde er im Jahre 2009 bei der Wüger Gastronomie, die im Zürcher Hallenstadion die VIP's mit köstlichen Speisen versorgt.

Und doch etwas Heimweh

Und nun ist Laubscher Küchenchef in der Residenz Au Lac. Auf die Frage, was ihn dazu bewogen hat, den «Promi-Glemmer» zurückzulassen, antwortete er: «Ich wollte zurück in meine Heimat – das Bernbiet. Zudem ist es sehr spannend, für solch unterschiedliche Gäste mit den verschiedensten Bedürfnissen zu kochen.» Unterschiedlich sind Laubschers Gäste tatsächlich. Sei es eine Firma, die ein grosses Bankett bucht, seien es kunterbunte Guggenmusiker während der Fasnacht, die einen handfesten Kartoffelsalat mit Wurst schätzen, seien es die Rotarier, die Kiwanis oder die Junge Wirtschaftskammer, die ihr Stammlokal in der Residenz Au Lac haben. Insofern mangelt es nicht an Abwechslung. Seine Faszination ist die Verbindung von altbewährten Gerichten, neu, kreativ und mit grösster Perfektion zusammengestellt. Wir freuen uns, Herrn Laubscher hier zu haben und wünschen ihm weiterhin viel Freude.

Der glücklichste Moment

Meistens sind die kleinen Momente die ganz grossen. Jedes Leben hat gute und auch schwierigere Zeiten, aber jeder von uns erlebt glückliche Momente, die für immer im Gedächtnis und im Herzen bleiben. Für viele ist einer dieser Momente die eigene Hochzeit.

Gestern

Frau Edwige Cléménçon, Pensionärin in der Residenz Au Lac und ihr Mann haben am 10. April 1954 in Grandval geheiratet.

Wie haben Sie sich kennengelernt?

Das war im Jahre 1953. Robert Cléménçon war Sekundarlehrer in Tramelan und ich war zu dieser Zeit die Sekretärin und medizinische Hilfe in der Praxis von Dr. Hennig in Tramelan. Robert war dort Patient. Eines Tages kam er für eine Blutentnahme in die Praxis. Als ich die Nadel wieder herauszog, war ich zu wenig schnell. Vielleicht hat er mich so nervös gemacht. Jedenfalls lief Blut über seine Kleidung. Irgendwie gelang es mir, alles wieder in Ordnung zu bringen. Ab dann sahen wir uns häufiger.

Wie war Ihre Hochzeit?

Wir haben unsere Hochzeit sehr einfach organisiert. Früher hatten wir kein grosses Vermögen.

Ich trug ein Kleid mit einer passenden Handtasche. Mit unseren beiden Familien trafen wir uns in Moutier, um das Ereignis zu feiern.

Welches war Ihr Lieblingsmoment?

Die kirchliche Trauung und die zivile Hochzeit waren sehr feierlich, ich genoss beides sehr. Obschon ich voller optimistischer Erwartungen war, hatte ich gleichzeitig auch ein wenig Angst vor der Zukunft, weil es keine leichte Verpflichtung war. Leider ist Robert nicht mehr an meiner Seite, aber ich erinnere mich sehr gerne an die schöne Zeit zusammen mit unseren beiden Kindern.

Wo haben Sie Ihre Flitterwochen verbracht?

Wir waren drei Tage in Montreux, das war zu dieser Zeit schon eine tolle Sache.

Heute

Frau Najjba Rahimi, Mitarbeiterin in der Reinigung der Residenz Au Lac und ihr Mann haben am 1. Januar 1989 in ihrem ursprünglichen Heimatland Afghanistan geheiratet.

Wie haben Sie sich kennengelernt?

In Afghanistan war es zu dieser Zeit normal, dass die Eltern den Mann für eine Tochter aussuchen. Ich habe meinen Mann an meiner Verlobung kennengelernt. Ein Jahr später haben wir geheiratet. Ich hatte liberale Eltern, deshalb durfte ich im Verlobungsjahr manchmal mit meinem zukünftigen Mann spazieren gehen, aber nicht mehr. An der Verlobung trägt die Braut rosa (nicht grün oder weiss, weil diese Farben für die Hochzeit reserviert sind). Es waren ungefähr 400 Verwandte und Freunde dabei.

Wie war Ihre Hochzeit?

Die Hochzeit war wunderschön, sie dauerte sieben Tage lang. Rund 500 Menschen nahmen teil. Während der zweistündigen Zeremonie trug ich ein





grünes Kleid mit grünem Schleier (die Farbe Grün bringt Glück), danach zog ich mich um und trug ein weisses Kleid.

Welches war Ihr Lieblingsmoment?

Es gab kein eigentlicher Lieblingsmoment – die ganze Hochzeit war ein wunderbares Fest. Es gab ganz viele Geschenke, wie z.B. Schokolade, Blumen oder Parfum. Ebenfalls hatte es eine riesige Torte. Eine Woche lang war nur Essen, Tanz und Musik angesagt. Direkt nach der Hochzeit bin ich dann von meinen Eltern zu der Familie meines Mannes gezogen.

Wo haben Sie Ihre Flitterwochen verbracht?

In Afghanistan kannte man damals keine Flitterwochen. Und ich weiss nicht, ob das nicht immer noch so ist.

Morgen

Rea Hänni, 7-jährig, gern gesehener Gast in der Residenz Au Lac, möchte Thierry heiraten.

Rea, warum möchtest Du Thierry heiraten?

Er ist gleich alt wie ich, auch 7-jährig. Ich möchte ihn heiraten, weil er so nett ist und gut Fussball spielen kann. Und zudem «folget» (gehört) er gut.

Wie möchtest Du denn heiraten?

Ich möchte ein weisses, langes Kleid anhaben. Ich werde aussehen wie eine Prinzessin. In meinen Haaren möchte ich Blumen eingesteckt haben.

Wohin möchtest Du in die Flitterwochen?

Nach Ibiza.

Warum gerade Ibiza?

Weil es dort cool ist. Dort gibt es eine grosse Disco, dann können wir jeden Abend tanzen.



Agenda

Der vielfältige Veranstaltungskalender der Residenz Au Lac lädt zum Mitmachen und Teilnehmen ein.



KINOPROGRAMM

August bis November 2014

2. September 2014, 14.15 Uhr
FFFH Vorstellung Vorpremiere

7. Oktober 2014, 14.15 Uhr
Allein in vier Wänden
Dokumentarfilm A. Westermeier, Deutschland
2007, Originalversion/d UT, 85 Min.

4. November 2014, 14.15 Uhr
Jubiläum 10 Jahre cinedolcevita
Spezialvorstellung

Eintritt: Fr. 12.–
Fr. 5.– Ermässigung für Kunden der BEKB
Kino Apollo, Zentralplatz Biel
www.cinedolcevita.ch, info@cinedolcevita.ch

AUSSTELLUNG URS DICKERHOF

18. September bis 29. November 2014

Der renommierte Bieler Künstler Urs Dickerhof wird in der Galerie Residenz Au Lac seine Werke ausstellen. Dickerhof war 28 Jahre Direktor der Bieler Schule für Gestaltung. Er organisierte eine Vielzahl von Ausstellungen, schrieb diverse Publikationen, zuletzt «Mit dem Auge schreiben».

Vernissage: 18. September 2014, 18.00 Uhr

NATIONALFEIER

31. Juli 2014

Schon jetzt freuen wir uns auf einen stimmungsvollen Nationalfeiertag, den wir nach guter alter Bieler Tradition am Vorabend des 1. August feiern.



Foto: fotolia.de

Ganz besonders freuen wir uns, dass uns auch dieses Jahr der Stadtpräsident Herr Erich Fehr mit seinem Besuch und einer Festrede beehrt.

VORTRAG «UNTERGANG DER NEPTUN»

25. September 2014

Die Grafikerin und Künstlerin Flavia Travaglini erzählt uns auf spannende Weise die tragische Geschichte, die sich vor über 130 Jahren auf dem Bielersee zugetragen hat.

OKTOBERFEST

4. Oktober 2014



Foto: fotolia.de

Die «Wies'n» in der Residenz Au Lac: Das fröhliche Bierfest wird auch in diesem Jahr mit Musik, Tanz, Spielen und einigen Überraschungen aufwarten. Wer Lust hat kommt in Lederhosen oder Dirndl!