



**Referat von Gemeinderätin Franziska Teuscher, Direktorin für  
Bildung, Soziales und Sport, anlässlich des Neupensioniertenanlasses,  
1. November 2021**

(Es gilt das gesprochene Wort)

Liebe Neupensionierte, liebe noch nicht Pensionierte,  
liebe Anwesende

Ich freue mich sehr, Sie zum heutigen Neupensioniertenanlass begrüßen zu dürfen. Herzlichen Dank, Heidi Maria Glössner, und auch Ihnen, liebe Anwesende, für die Statements, die wir von Ihnen bei den telefonischen Anmeldungen entgegennehmen durften.

Die meisten von Ihnen sind kürzlich pensioniert worden oder werden es demnächst. Sie sind mir damit einen Schritt voraus – und einen Schritt näher an dieser ganz besonderen Freiheit, die wir eigentlich nur aus unseren ersten Lebensjahren kennen, vor unserem Eintritt in den Kindergarten oder in die Schule. Sie erinnern sich sicher gut an diese Zeit, in der Sie morgens noch nicht pünktlich anzutreten hatten, noch keine Hausaufgaben erledigen, keine Prüfungen ablegen mussten? Eine Zeit, in der weder Stempeluhr noch Sitzungen den Tag takteten, die Zeit, in der uns kein Wecker aus dem Tiefschlaf holte, keine Weiterbildung und kein Personalgespräch anstanden.

Nun steht Sie also wieder vor – oder bereits in – der Tür zu dieser grossen Freiheit. Freiheit, das tönt gut, nicht? Das tönt nach Pippi Langstrumpf und Robinson Crusoe. Das tönt aber auch nach: raus aus der Komfortzone, aus dem vertrauten Alltag, rein in die Ungewissheit.

Ein Aufbruch, der Schönes verheissen, aber auch beunruhigend sein kann. Vielleicht machen Sie sich Sorgen wegen Ihrer finanziellen Situation, wegen möglicher Einsamkeit oder gesundheitlicher Einschränkungen. Vielleicht fürchten Sie eine Belastung für Ihre Beziehung, wenn Sie oder aber Ihr Partner, Ihre Partnerin plötzlich zu Hause ist und das Zusammenleben neu austariert werden muss.

Dafür haben Sie jetzt Zeit – sofern Sie nicht noch (Teilzeit) weiterarbeiten. Nehmen Sie sich diese Zeit, um sich in diesem neuen Leben einzurichten, um Ihre Beziehung, Ihre Beziehungen zu pflegen, um Ihrem Körper etwas Gutes zu tun und um die Welt neu zu entdecken. Vielleicht auch um Ihr vertrautes Bern neu oder näher zu erkunden. Sei es draussen in der Natur, im Tierpark, in der Elfenau, auf der Engehalbinsel, wo Sie sich ein römisches Bad ansehen und per Fähre die Stadt verlassen können. Auch haben Sie jetzt mehr Zeit für die tollen Museen, vielleicht für geführte Stadtrundgänge und vieles mehr. Für neue Bekanntschaften eignen sich auch die vielen Mittagstische, die z.B. von Quartierinstitutionen oder Kirchgemeinden angeboten werden.

Lieben Sie Kultur? Dann finden Sie im Progr, im botanischen Garten, im Generationenhaus und an vielen anderen Orten viel Spannendes und sicher auch die Gelegenheit, mit anderen Kulturinteressierten ins Gespräch zu kommen.

Ich möchte Sie ermutigen, die vielen Angebote für Kontakte, Kultur und Bewegung zu nutzen und in Ihrem Quartier nach weiteren Möglichkeiten zu suchen. Trauen Sie sich, gehen Sie hin, probieren Sie aus, worauf Sie Lust haben.

Eine Folge der Pensionierung wird bei den meisten von Ihnen ein etwas flacheres Portemonnaie sein. Vom vielfältigen Angebot in der Stadt kann man aber auch mit kleinem Budget profitieren. Viele Angebote sind güns-

tig oder kostenlos. Und vielleicht haben Sie ja Anspruch auf die Kulturlegi? Auf eine Vergünstigung der Krankenkassenprämie? Auf Ergänzungsleistungen zur AHV? Auf Betreuungsgutsprachen? Das städtische Alters- und Versicherungsamt bietet jeweils im Frühling und im Herbst Informations-Veranstaltungen an. Alle Informationen hierzu und zu anderen Fragen rund um die neue Lebensphase finden Sie auf den Web-Seiten der Stadt, die Adresse einfach zu merken: [www.bern.ch/alter](http://www.bern.ch/alter).

Sie sorgen sich wegen möglicher Einsamkeit oder fehlender Struktur? Auch hier bietet Bern viele Möglichkeiten. Besonders möchte ich Ihnen Nachbarschaft Bern empfehlen. Sie können sich dort melden, wenn Sie entweder Ihre Hilfe zur Verfügung stellen möchten, zum Beispiel indem Sie bis zu drei Stunden pro Woche für eine Person in Ihrem Quartier kochen, einkaufen, ihr vorlesen, mit ihr einen Ausflug machen, Kinder hüten, Administratives erledigen, Nachhilfe geben... Oder Sie melden sich, wenn Sie selber gerne jemanden hätten, die oder der Sie unterstützt. Auch hierzu finden Sie Informationen auf unseren Web-Seiten und im Flyer, der auf Ihrem Stuhl liegt.

Im Gegensatz zur Freiheit unserer frühen Kindheit, in der wir an die Hand genommen wurden, nehmen Sie nun Ihr neues Abenteuer selber in die Hand. Sie sind dabei aber nicht allein: Wir geben Ihnen unsere Hand beim Schritt in die Freiheit. Wenn dieser Schritt für sie ein flotter Sprung ist, winken wir mit dem kleinen Finger. Wenn er aber beschwerlich ist und Ihnen Sorgen bereitet, bieten wir Ihnen einen starken Arm.

Wie geht es heute weiter? Nach einer Lesung unterhält sich beim Sofa- oder eher Sesselgespräch die bekannte und bereits pensionierte Fernseh- und Radiomoderatorin Ursula Hürzeler mit ihren Gästen Maja Mores und Franco Castrovillari darüber, wie sie die Zeit nach ihrer Pensionierung erlebt haben.

Und nun gebe ich das Wort wieder der Berner Schauspielerin Heidi Maria Glössner, die Sie aus Filmen und dem Theater kennen. Sie liest nun Texte

aus dem Roman «Alte Liebe» von Elke Heidenreich, in dem es um das Zusammenleben eines Paares geht: Harry ist bereits pensioniert, seine Frau Lore noch nicht. Da dürfen wir gespannt sein.

Nach der ersten Hälfte der Lesung findet das traditionelle, sogenannte Sofagespräch statt. Zwei Pensionierte erzählen von ihren Erfahrungen der nachberuflichen Zeit. Ich wünsche Ihnen dabei viel Vergnügen – und für Ihre Zukunft von ganzem Herzen alles Gute!