

Muri-Gümligen JUNI 2026 reformiert.

Wer bin ich, wenn ...

... alles, was mich definierte, weg ist? Diese Fragen stellen sich Flüchtlinge, wenn sie alles zurück lassen und nochmals neu beginnen müssen. Am Flüchtlingssonntag hören und schauen wir genauer hin.



Das Zuhause, vertraute Umgebungen, Freunde, Verwandte ... nach einer Flucht ist alles weg – und alles anders.

Traditionell feiern auch wir in unserer Kirchgemeinde am dritten Wochenende im Juni den Flüchtlingssonntag. Wir halten uns vor Augen, dass Flucht weit mehr ist, als nur ein Ortswechsel und dass es für die Betroffenen den Verlust der bisherigen Lebensrealität und eine neue emotionale, soziale und

lichen sozialen Normen weg. Auch Qualifikationen und die bisherige Lebensleistung zählen vorerst oft nicht mehr.

Die Frage «Wer bin ich, wenn alles, was mich definierte, weg ist?» wird zur existenziellen Belastung. Flüchtlinge bedeutet, die eigene Biografie

nicht wissen, ob sie bleiben dürfen oder nicht. Die Herausforderungen sind gross, Sprachbarrieren, abweichende Werte und soziale Regeln führen zu Missverständnissen und Ausgrenzungen, Rassismus und Ablehnung sind keine Seltenheit.

Liebe Leserin, lieber Leser, wir alle wissen, wir hören es täglich, auch 2026 ist das Thema Flucht besonders aktuell. Die globale Lage bleibt überaus angespannt. Kriege und politische Verfolgung zwingen weiterhin Millionen Menschen dazu, ihre Heimat zu verlassen. Mit dem Flüchtlingssonntag wollen wir die Situation von Geflüchteten

hörbar machen, den abstrakten Statistiken aus den Nachrichten eine menschliche Stimme geben. Es geht darum, Empathie zu wecken und echte Einblicke in Lebensrealitäten zu ermöglichen, die in den Schlagzeilen oft untergehen.

Wir leben die biblische Tradition der Gastfreundschaft und des Willkommens, wir sensibilisieren für die Rechte und würdigen den Mut von Geflüchteten, blenden aber auch unsere Sorgen zu diesem sensiblen Thema nicht aus. Wahre Menschlichkeit zeigt sich doch darin, den Dialog zu suchen, statt Gräben des Schweigens zu schaffen. Ich freue mich auf unser Miteinander an diesem speziellen Gottesdienst, mit der Erinnerung daran, dass Würde unantastbar ist – unabhängig von Pässen, Herkunft oder Status. Ich wünsche uns einen Sonntag der Hoffnung und dass ein friedliches Zusammenleben möglich ist, wenn wir uns als Mitmenschen begegnen.

CHRISTINE RUPP SENFTEN, PFARRERIN

Gottesdienst zum Flüchtlingssonntag

Sonntag, 21. Juni,
10 Uhr in der Kirche Muri,
Thunstrasse 115.

Mit Christine Rupp Senften, Pfrn. und Jacques Pasquier, Orgel.

Anschließend: Kirchenkaffee.

Einladung zur ordentlichen Kirchgemeindeversammlung

Sonntag, 28. Juni 2026,
ca. 11 Uhr, Kirche Gümligen.

Die Versammlung findet direkt nach dem Gottesdienst mit Cantate Chor (10 Uhr) von Pfr. Christian Münch statt.

Vom 29. Mai bis 28. Juni 2025 liegen Unterlagen zu den Traktanden in der Kirchgemeindeverwaltung im Thorachhus, Kranichweg 10, Muri, während den Bürozeiten zur Einsichtnahme auf. Die Traktanden finden Sie auch online.

WWW.RKMG.CH/KGV

Monatsgedanke



FOTO: JANICE BAUMANN

Martin Häusermann, Vizepräsident des Kirchgemeinderats

Wir alle sind Kirche

Kirche lebt durch die Menschen, die zu ihr gehören. Sie prägen die Gemeinschaft, indem sie Werte wie Nächstenliebe, Hilfsbereitschaft, Versöhnung und Gerechtigkeit im Alltag leben. So entsteht ein Ort des Miteinanders, an dem Begegnung und Dialog möglich sind.

Mit dem Begegnungsort Altes Pfarrhaus hat unsere Kirchgemeinde einen solchen Raum geschaffen: ein Ort für Gespräche, gemeinsames Tun und Erleben. Viele Angebote werden von Gemeindegliedern selbst gestaltet. Dadurch bleiben sie nahe an den Menschen und ihren Bedürfnissen. Besonders freut mich, dass wir am Sommerfest das fünfjährige Jubiläum feiern – ein Zeichen dafür, dass sich dieser Ort etabliert hat.

Darüber hinaus gibt es weitere Möglichkeiten, sich einzubringen.

«Gemeinsam gestalten wir Kirche.»

Ein Schwerpunkt ist die Freiwilligenarbeit. Ein entsprechendes Konzept stärkt und unterstützt Engagement in verschiedenen Bereichen. Wer sich einbringt, gestaltet nicht nur Angebote mit, sondern erlebt Gemeinschaft und macht Kirche konkret.

Dem Kirchgemeinderat ist der Dialog wichtig – intern wie extern. Mit «GutBeRATen» schaffen wir Raum für Austausch in ungezwungener Atmosphäre. Ebenso zentral ist der regelmässige Dialog mit unseren Mitarbeitenden. Ihre Erfahrungen sind entscheidend für die Weiterentwicklung.

Denn Vertrauen, Beziehungen und offene Kommunikation sind die Basis unserer Gemeinschaft. Gemeinsam gestalten wir Kirche – lebendig, nah und menschlich.

SCHREIBEN SIE MIR:

MARTIN.HAEUSERMANN@RKMG.CH

Rund um die Uhr für Sie da.

Haben Sie Fragen zu kirchlichen Feiern oder brauchen Sie seelsorgerische Hilfe? Es ist immer eine Pfarrperson direkt erreichbar über Tel. 031 950 44 55.

«Wer flieht, verliert sein ganzes Gefüge.»

existenzielle Unsicherheit bedeutet. Wer flieht, verliert nicht nur ein Haus, sondern sein ganzes Gefüge, sein vertrautes Umfeld, seine Muttersprache, Gerüche und nicht zuletzt fallen die selbstverständ-

gegen das nackte Überleben einzutauschen. Es ist ein Prozess, der Mut und enorme Resilienz erfordert, nicht zuletzt in der bürokratischen Warteschlange, die die Menschen handlungsunfähig macht, weil sie

Sommerfest!
Wir feiern 5 Jahre
Begegnungsort Altes Pfarrhaus

Donnerstag, 4. Juni, 17-22 Uhr

17.30 Uhr: **Kinder- und Jugendchor der Musikschule**
18 Uhr: **Geburtstagsgrüsse** vom Kirchgemeinderat
18.30 Uhr: **Yoga im Park** und **Kinderprogramm**
ab 19.30 Uhr: Musik der Band **Hot Mojo**

Kulinarische Verpflegung ab 17 Uhr mit **Pizza** von Massi und **asiatischen Köstlichkeiten** von Fanny (www.eastbe.ch)

Für Kinder: Marshmallows-Bräteln im Garten.
Getränke und Kuchen von unserer Kaffeebar.

Wir freuen uns auf deinen Besuch!



GOTTESDIENSTE KIRCHE MURI UND KIRCHE GÜMLIGEN
WWW.RKMG.CH/GOTTESDIENST

Samstag, 6. Juni, 16 Uhr, **Gümligen,** Gottesdienst zum Kirchenfest mit den 1. KUW-Klassen; Eliane Diethelm und Dolores Hofmann, Katechetinnen.
Sonntag, 7. Juni, 10 Uhr, **Muri,** Gottesdienst; Annemarie Bieri, Pfrn.; Andreas Marti, Orgel.
Sonntag, 14. Juni, 10 Uhr, **Gümligen,** Gottesdienst; Christian Münch, Pfr.; Jacques Pasquier, Orgel.
Sonntag, 21. Juni, 10 Uhr, **Muri,** Gottesdienst zum Flüchtlingssonntag; Christine Rupp Senften, Pfrn.; Jacques Pasquier, Orgel.
Sonntag, 28. Juni, 10 Uhr, **Gümligen,** Gottesdienst mit Cantate Chor; Christian Münch, Pfr.; Musik: Cantate Chor, Leitung: Ewald Lucas; Jacques Pasquier, Orgel. Anschliessend Kirchgemeindeversammlung.

Taxidienst: Nach Absprache: «Muri-Taxi», Ahmad Ghandour 079 229 35 93.

HEIMANDACHTEN

Mittwoch, 3. Juni, 14.30 Uhr, Buchegg Thunstrasse, **Andacht**
Mittwoch, 24. Juni, 15 Uhr, Alenia Worbstrasse, **Andacht**
Montag, 29. Juni, 15 Uhr, Alenia Bahnhofstrasse, **Andacht**

KASUALIEN VOM APRIL

Todesfälle
 Elisabeth Gerber-Fankhauser, Muri
 Ursula Erika Hutz-Schütz, Gümligen
 Werner Fred Kropf, Gümligen
 Margaritha Lergier-Massarotti, Muri
 Adelheid Maurer-Beutler, Gümligen
 Nelli Portner, Gümligen

Markus Ruprecht, Gümligen
 Erwin Fritz Siegenthaler, Gümligen
 Thomas Jan Stankiewicz, Muri

Taufen
 Anaïs Claire In Albon, Gümligen

ZEITLIED: «SOLLT ICH MEINEM GOTT NICHT SINGEN» RG 724

«Sollt ich meinem Gott nicht singen» ist wohl eines der meistgesungenen und beliebtesten Lieder unseres Gesangbuches mit einer Melodie aus dem 19. Jahrhundert, die einem rasch ins Ohr und nicht mehr aus dem Kopf geht. Der Text von Paul Gerhardt aus dem Jahre 1653 beginnt mit der Frage, ob es nicht angemessen sei, Gott für dessen Fürsorge in allen Lebensbereichen zu singen. Das Lied handelt also von der Dankbarkeit für diese Fürsorge und für die Liebe Gottes zu den Menschen. Diese Liebe wird als unergründlicher Brunnen bezeichnet, den man niemals in seiner Ganzheit begreifen kann. Der Schluss des Liedes bringt zum Ausdruck, dass die Sehnsucht, Gott zu erleben und zu lieben, bis ins Ewige weitergeht. So wird die zentrale Botschaft verstärkt: Gottes Liebe währt in Ewigkeit.

CHRISTINE RUPP SENFTEN, PFARRERIN

UNSERE MONATSKOLLEKTEN

7./14./28. Juni: FIZ Fachstelle Frauenhandel und Frauenmigration
 6. Juni: Kirchenfest KUW 1. Klasse, wird im GD bekanntgegeben
 21. Juni: Flüchtlingssonntag: HEKS Flüchtlingsdienst, refbejuso.

www.refbejuso.ch | www.heks.ch | www.rkmg.ch/monatskollekte

WIR SAGEN DANKE! SAMMLUNGEN APRIL

CHF 1340.30 für das Forum RGOW – Religion & Gesellschaft in Ost und West
 CHF 158.50 für Intern. ökumenische Organisationen – Synodalratskollekte, 26. April
 Überweisungen zugunsten der Monatskollekte (Konto CH41 0079 0020 2432 0236 2
 Kirchgemeinde Muri-Gümligen, Kranichweg 10, 3074 Muri) sind möglich. Bitte den Monat oder das Projekt nennen, sonst kommt es der laufenden Monatskollekte zu.

Das läuft im Juni

Wir laden herzlich ein zum SOMMERFEST!
Am Donnerstag, 4. Juni, 17-22 Uhr

Eine Pfarrerin lädt ein. **Montag, 1. Juni,** 9 Uhr in der Gaststube
Apéro-Abend mit Strick-Café. Donnerstag, 3. Juni, 17-20 Uhr
Strick-Café am Nachmittag. Mittwoch, 10.+17. Juni/Freitag, 26. Juni, 14 Uhr
Spiel-Café. Donnerstag, 11. Juni, 14-17 Uhr in der Gaststube
Café littéraire. Dienstag, 9. Juni, 9-11 Uhr im Cheminéezimmer
Kamingsgespräche. Mittwoch, 17. Juni, 19.30 Uhr im Cheminéezimmer
Trauercafé. Dienstag, 23. Juni, 10 Uhr, im Cheminéezimmer
Pétanque-Kurs, Donnerstag, 25. Juni, 14 Uhr, auf dem Kiesplatz (Infos: Seite 16)

Pétanque. Mittwoch, 14-16 Uhr, auf dem Kiesplatz
Qigong & Tai Ji. Dienstag, 10-11 Uhr, auf Voranmeldung: 079 716 33 90.
Sommer-Yoga. Freitag, 7.30-8.30 im Garten (nur bei trockenem Wetter)

Öffnungszeiten Kaffeebar und Coworking:

Coworking: Montag bis Freitag von 8.30 bis 17.30 Uhr
 Kaffeebar: Mittwoch bis Freitag und Sonntag von 9 bis 17 Uhr
 Erster Mittwochabend im Monat von 17 bis 20 Uhr;
 Ruhetage: Mo, Di und Sa. Reservation: 031 950 44 56 oder per Mail: altes.pfarrhaus@rkmg.ch
 Adresse: Altes Pfarrhaus, Thunstrasse 96, 3074 Muri, www.altespfarrhaus.ch



SOZIALBERATUNG

Im Beratungsgespräch überblicken wir Ihre Situation und suchen mit Ihnen nach Lösungen. Die Beratung steht allen offen, die in Muri-Gümligen wohnen; sie ist kostenlos und vertraulich.

Beratungen nach Vereinbarung

bei Magdalena Zeindler,
 Dipl. Sozialarbeiterin
 Thoracherhus, Kranichweg 10, Muri
 magdalena.zeindler@rkmg.ch | 031 950 44 47.
 WWW.RKMG.CH/SOZIALBERATUNG

KINDER UND JUGEND

WWW.RKMG.CH/JUGENDARBEIT-TERMINE
Kontakt:
 Robert Altenburg, 031 950 44 48,
 robert.altenburg@rkmg.ch;
 Pascal-Olivier Ramelet, 031 950 44 57
 pascal.ramelet@rkmg.ch

MODITRÄFF

Programm online:
 WWW.RKMG.CH/MODITREFF

JUNGSTRÄFF

Programm online:
 WWW.RKMG.CH/JUNGSTRAEFF

SIMI – Singe mit de Chliene

Mo, 1.+8.+15.+22.+29. Juni
Do, 4.+11.+18.+25. Juni
 9.30-11 Uhr, Kirchgemeindehaus Muri.
 Info/Anm.: kristina.buehler@rkmg.ch
 WWW.RKMG.CH/SIMI

SENIORENANGEBOTE

WWW.RKMG.CH/SENIOREN
Kontakt:
 Stephan Kormann, 031 950 44 41,
 stephan.kormann@rkmg.ch

ThoracherZmittag

Donnerstag, 4. Juni, 12 Uhr,
 Thoracherhus. Beitrag: 13 Fr.

Café mit...

Dienstag, 2.+30. Juni, 14.30 Uhr,
 Kirchgemeindehaus Gümligen. Details nebenan.
 WWW.RKMG.CH/CAFEMIT

Seniorenorchester

Montag, 1.+15.+29. Juni, 14-16 Uhr,
 Kirchgemeindehaus Muri.
 WWW.RKMG.CH/SENIORENORCHESTER

Spaziergang

Mittwoch, 25. Juni. Gäbelbach – Bern.
 Flyer liegen auf. Infos: Heidi Hugli,
 079 630 32 62.

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

WWW.RKMG.CH/AGENDA

Absazit

Montag, 1.+15.+29. Juni, 14 Uhr,
 Thoracherhus.

Arbeitskreis Muri

Dienstag, 9.+23. Juni, 14 Uhr,
 Kirchgemeindehaus Muri.

Café Marhaba

Donnerstag, 10.+24. Juni, 9-11 Uhr,
 Kirchgemeindehaus Muri.

Cantate Chor Muri-Gümligen

Donnerstag, 4.+18. Juni, KGH Gümligen;
11. Juni, KGH Muri; **25. Juni,** Kirche Gümligen; jeweils 19.45 Uhr.

Tanzend ins Leben

Donnerstag, 4.+11.+18. Juni,
 9.30–11 Uhr, KGH Gümligen.

Trauercafé

Dienstag, 23. Juni, 10–12 Uhr,
 Altes Pfarrhaus Muri.

Bauernregel für Juni

Im Juni ein Gewitterschauer macht das Herz gar froh dem Bauer.

BESONDERE VERANSTALTUNGEN

Stille und Achtsamkeit

Mittwoch, 3.+10.+17.+24. Juni, 18 Uhr, Kirche Muri. WWW.RKMG.CH/ACHTSAMKEIT

Im Juni: 2 x «Café mit...»



PEXELS

Dienstag, 2. Juni, 14.30 Uhr, Kirchgemeindehaus Gümligen

Wir geniessen einen Spielnachmittag; unter der Anleitung von Hans Tröhler.



ELSBETH STALDER

Dienstag, 30. Juni, 14.30 Uhr, Kirchgemeindehaus Gümligen

Elsbeth Stalder aus Gümligen hat mehrfach Preise für ihr fotografisches Schaffen erhalten. Jetzt erzählt sie uns aus ihrem Leben als Fotografin.

Brauchen Sie ein Taxi? Anmeldung bis am Tag zuvor bei Stephan Kormann,
 stephan.kormann@rkmg.ch, 031 950 44 41.

WWW.RKMG.CH/CAFEMIT

Strick-Café am Nachmittag

Regelmässig am Mittwoch- oder Freitagnachmittag, Altes Pfarrhaus

Neben der Abend-Runde (jeden 1. Mittwoch im Monat, 17-20h) treffen wir uns auch wöchentlich 14-17 Uhr – bei gutem Wetter häkeln und listen wir draussen im schönen Garten. Bitte anmelden bei Monika Guldener: mo.guldener@sunrise.ch oder über Tel. 079 661 86 75.

WWW.RKMG.CH/STRICKCAFE



PEXELS

Neu: Spiel-Café

Donnerstag, 4. Juni, 14-17 Uhr, Altes Pfarrhaus

Hast du Lust auf einen gemütlichen Nachmittag in geselliger Runde? Kommen Sie vorbei zu unserem Spiel-Café! Freuen Sie sich auf unterhaltsame Spiele wie Brändi Dog und viele weitere Klassiker – ganz ungezwungen und in fröhlicher Gesellschaft. Kaffeebar für Getränke und Kuchen geöffnet. Weitere Termine online.

WWW.RKMG.CH/SPIEL-CAFE



PEXELS

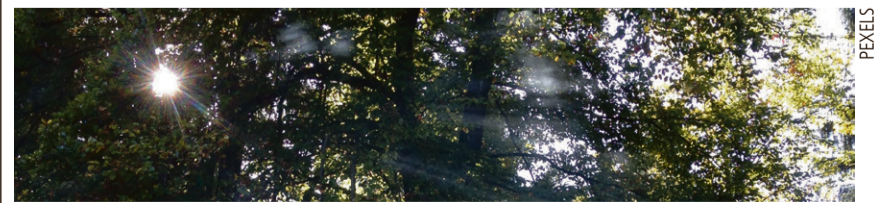
LAUFmerksam – Spaziergang mit Impulsen

Dienstag, 2. Juni, 9.15-11.15 Uhr, Treffpunkt: Kirche Muri

Ein Spaziergang in einer kleinen Gruppe in Muri-Gümligen (ca. 1 Stunde Gehzeit). Wir kommen in Bewegung und ins Gespräch, wir erleben Natur und Spiritualität. Wer möchte, kann den gemeinsamen Weg bei einem Kaffee ausklingen lassen.

Unsere Route am Dienstag, 2. Juni: via Villa Mettlen zur Aare, kurz vor Fähribezli retour via Mettlen an die Thunstrasse. Voraussetzung ist die Fähigkeit zu einem Spaziergang von rund 1 Stunde reiner Gehzeit. Mitnehmen: gute Schuhe, Regen- oder Windjacke, etwas zu Trinken für unterwegs. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Bei unsicheren Wetterverhältnissen informiert die Website über die Durchführung / Absage. Weitere Termine ebenfalls online.

ANNEMARIE BIERI, PFARRERIN | www.rkmg.ch/laufmerksam



PEXELS

IMPRESSUM & QR-CODE WEBSITE

Verwaltung Thoracherhus, Kranichweg 10, 3074 Muri, 031 950 44 44, verwaltung@rkmg.ch
Redaktion Gabrielle Ceppi, 031 950 44 54
Gestaltung Petra Frutig, 031 950 44 53 reformiert@rkmg.ch



Gefiederter Besuch

Alle Vögel sind schon da! Im Juni gibts wieder Führungen zu den Nistplätzen der Mauersegler im Dach der Kirche Gümligen.



Haben Sie gewusst, dass jährlich in der Kirche Gümligen mehr als 60 Mauersegler im Estrich absteigen? Ab Mai bis August ziehen sie unter Glockengeläute ihre Brut auf. Der Kirchen-Dachstock spendet dabei Schutz und bietet der Kolonie ein Dach über dem Kopf.

Open house – einmal im Jahr

Der Estrich der Kirche ist für Besucher normalerweise geschlossen, doch an der Führung darf für einmal ins Gebälk gestiegen werden. Geleitet wird die Begehung von Annemarie Rickli, Vereinsmitglied beim Natur- und Vogelschutzverein Muri-Gümligen-Rüfenacht. Sie betreut die Brutplätze, führt Zählungen durch und rettet Jungvögel, die aus dem Nest gefallen sind.

Hilfe für Jungvögel

Weil sich im Sommer unter den Dachziegeln die Hitze staut, wird es den Jungtieren im Nest viel zu heiss – und diese wandern dann ab.

Da die Nester aber in schwindelerregender Höhe angesiedelt sind, fallen die Vögel in die Tiefe und bleiben liegen. Schnelles Handeln ist gefragt! Die Mauersegler müssen in eine dunkle Schachtel mit Luftlöchern gepackt werden und man sollte so rasch wie möglich Annemarie Rickli anrufen (Kontakt siehe Box). Danke für Ihre Mithilfe!

GABRIELLE CEPPI

FÜHRUNG

Für Erwachsene und Kinder
Freitag, 19. Juni, 20-21.15 Uhr
vor der Kirche Gümligen.

Für die Teilnahme an der Führung bitten wir um eine Anmeldung:

Annemarie Rickli
annemarie3073rickli@bluewin.ch
Tel. 031 951 47 59

Anmeldeschluss: 18. Juni
(Platzzahl beschränkt)

Oh, Mann...

Männer gelten in vielen Kirchgemeinden als schwer erreichbar für Angebote. Warum ist das so?



Spielen verbindet, auch in Muri-Gümligen. Wir treffen uns regelmässig!

In Muri-Gümligen gab es in den letzten Jahren gerade mal ein Angebot, das ausschliesslich von Männern besucht wurde, die «Männer-Kochgruppe». Wieso? Die Gründe liegen sowohl in gesellschaftlichen Rollenbildern als auch in der Gestaltung kirchlicher Formate.

Traditionell wird Religion oft mit emotionaler Offenheit, Gemeinschaft und Fürsorge verbunden – Eigenschaften, die eher Frauen zugeschrieben werden. Männer aber lernen häufig, Distanz zu wahren, unabhängig zu sein und Probleme allein zu lösen.

Hinzu kommt, dass viele Veranstaltungen auf Austausch und Reflexion ausgerichtet sind – während sich Männer mehr von handlungsorientierten oder praktischen Formaten angesprochen fühlen. Auch

die Zeit spielt eine Rolle: Berufliche Verpflichtungen erschweren oft die Teilnahme.

Was wünscht ihr euch?

Ein weiterer Aspekt ist die fehlende Identifikation. Wenn Männer in Gemeinden kaum Vorbilder oder Räume für ihre Themen finden, entsteht wenig Bindung. Kirchliche Angebote müssen daher stärker auf Vielfalt setzen, neue Formen der Ansprache entwickeln und gezielt Räume schaffen, in denen Männer sich ernst genommen und angesprochen fühlen. So zum Beispiel unsere Jassnachmittage, die Pétanque-Treffen oder das Spiel-Café. Aber, liebe Männer, was wünscht ihr euch sonst noch? Schreibt mir!

STEPHAN KORMANN

STEPHAN.KORMANN@RKMG.CH

Wir gratulieren!

38 Jugendliche feierten Mitte Mai ihre Konfirmation; drei wunderschöne Anlässe in der Kirche Gümligen, die uns noch lange in Erinnerung bleiben.



KONFIRMATIONS-FOTOS: ANNUHUT FOTODATELER, KIRCHBERG

Die Konfirmations-Klasse mit Pascal-Olivier Ramelet, Pfarrer, am 10. Mai bei der Kirche Gümligen.

Amiet Peyman, Bärtschi Felix, Bürgel Darius, Burger Jaclyn, Haldemann Ava, Hartmann Lionel, Hohenauer Anna, Hohenauer Julia, Kempf Severin, Krebsler Kim, Krienbühl Lukas, Santschi Julia, Spycher Claudio, Zwiggart Julie



Die Konfirmations-Klasse mit Eliane Diethelm, Katechetin, am 14. Mai bei der Kirche Gümligen.

Albonico Louis, Chaponnier Lisa Anna, Decker Ilian, Föhr Chloë, Gfeller Céline, Kormann Julian, Reinhard Linda, Schwartz Adrian, Soder Kilian, von Rütte Samuel



Die Konfirmations-Klasse mit Christian Münch, Pfarrer, am 17. Mai bei der Kirche Gümligen.

Cepi Federico, Daudel Marie, Gempeler Lucas, In Albon Anaïs, Kearns Xavier, Keller Lia, Kipfer Robin, Knecht Lorena, Kölliker Lea, Lehmann Colin, Liechi Lenn, Lüthi Gian, Renn Maël, Winkler Lena

«Das Herzkissen gehört fest zu mir.»

Was klein anfing, wird gross: Die Herzkissen-Workshops zügelnd vom Alten Pfarrhaus in den Saal vom Kirchgemeindehaus – mehr Platz für noch mehr Näher:innen. Denn: Immer mehr Spitäler klopfen an und wünschen sich die praktischen Kissen für ihre Patient:innen. Ein Gespräch mit Regula Zehnder, Initiatorin der Aktion.



Regula Zehnder (vor dem Fenster, links in blauem Hemd) mit Näher:innen.

Reformiert: Frau Zehnder, Sie sind selbst vor fünf Jahren an Brustkrebs erkrankt.

Regula Zehnder: Ja, so kam ich das erste Mal in Kontakt mit dem Kissen. Sie können sich nicht vorstellen, wie viel Erleichterung mir das Herzkissen gab.

Wie geht es Ihnen heute?

Mein Tumor wurde bei der ersten Vorsorge-Mammografie entdeckt. Er hatte zwar nur die Grösse einer kleinen Erbse, war aber sehr aggressiv. Nach Chemotherapie, Bestrahlung, Immuntherapie und Antihormontherapie bin ich heute krebsfrei. Natürlich muss ich regelmässig zur Nachkontrolle. Und ich brauchte ziemlich lange, bis ich mich von meiner Behandlung erholt hatte.

Wann und wo half das Kissen?

Ich erhielt es unmittelbar nach der Operation im Salemspital Bern als Narbenschutz und Entlastung der Operationsstelle. Ich hatte das Kissen immer unter meinem Arm; beim Schlafen, aber auch den Tag hindurch. Was mir auch half: Das Wissen, dass das Kissen von Hand mit Liebe gemacht wurde – dass

Menschen an mich dachten und für mich genäht haben. Ich las dann auf der Etikette am Kissen, woher es kam und recherchierte.

«Mein Ziel: Pro Jahr möchten wir 500 Herzkissen für drei Spitäler nähen.»

Und?

Es stammte von einer Nähgruppe aus dem Thurgau rund um Katrin Kurth. Sie führte die Kissen in der Schweiz ein. Ursprünglich stammen sie aus den USA und fanden

den Weg über eine dänische Krankenschwester nach Europa. In zwölf Jahren nähte Kathrin Kurth mit ihren Gruppen rund 14'000 Kissen!

War sie die einzige Herzkissen-Näherin in der Schweiz?

Nein, es gibt auch andere Nähgruppen, beispielsweise eine in Saanen. Aber für mich aus der Region Bern lagen alle zu weit weg. Dann erhielt ich eine Mail von Katrin Kurth, dass sie aufhört. Das war meine Initialzündung: Jetzt starte ich selbst einen Workshop! Mittlerweile hat auch die Nähgruppe in Saanen aufgehört und wir werden jetzt auch ihre Spitäler beliefern.

Ihr erster Workshop fand im Alten Pfarrhaus im Januar 2026 statt. Die Kirchgemeinde stellte mir das

Sitzungszimmer kostenlos zur Verfügung und machte für mich Werbung. Das war natürlich eine tolle Unterstützung, für die ich dankbar bin.



Das «Nähatelier» im Alten Pfarrhaus. Neu zügelnd der Workshop ins KGH Muri.



Das Endresultat: Kissen in Herzform, die unter die Achseln gelegt werden.

Sie wurden überrannt.

Ja, das Sitzungszimmer platzte aus allen Nähten! Viele Frauen brachten mir vorgängig Stoffresten. Es war ein überaus erfolgreicher Anlass... Ich rechnete vor dem Workshop mit 40 Kissen – schlussendlich wurden es 92!

Da wurde es bestimmt eng!

Ja, deshalb zügelnd wir mit dem Nähatelier ins Kirchgemeindehaus. Dort werden wir am Mittag selbst etwas kochen. Aber die Kaffeepausen verbringen wir natürlich weiterhin im Begegnungsort.

Wohin gingen die 92 Herzkissen?

Wir beliefern in Bern das Salems- und das Frauenspital. Und wir übernehmen nun auch das Spitalzentrum Oberwallis in Visp. Das Salemspital gibt einen Teil der Kissen innerhalb der Hirslandengruppe weiter an die Klinik Linde in Biel. Das sind pro Jahr für alle vier Spitäler circa 500 Kissen.

Wie finanzieren Sie das Material und die Koordination?

Wir arbeiten komplett ehrenamtlich. Ich habe bislang selbst Geld investiert. Die Kirchgemeinde un-

terstützt mich weiterhin. Nun suche ich Spenden, damit wir mehr Näh- und Stopfmaterial kaufen können. Und um die fleissigen Helfer:innen – auch ein Mann näht fleissig mit – verköstigen zu können.

Haben Sie ihr eigenes Herzkissen eigentlich noch?

Natürlich! Alle Frauen die ich kenne, behalten das Kissen – selbst Minimalistinnen. Meines liegt neben dem Bett und gehört fest zu mir. Das Kissen ist später auch ideal für die Entlastung des Nackens beim Lesen.

INTERVIEW: GABRIELLE CEPPI

HERZKISSEN-WORKSHOPS im Kirchgemeindehaus Muri

Jeweils Freitag von 9-16 Uhr.

Daten: 12. Juni, 8. August und 16. Oktober (mit der Krebsliga Bern)

Anmeldung: Regula Zehnder, regulazehnder@hotmail.com, Tel. 078 766 86 84

www.rkmg.ch/herzkissen

Pétanquespieler:innen gesucht



Regelmässig trifft sich eine eingeschworene Pétanque-Gruppe am Mittwochnachmittag auf dem Kiesplatz beim Alten Pfarrhaus. Wegen reger Nachfrage wird nun ein neuer Pétanque-Kurs angeboten und anschliessend aus den Kursteilnehmer:innen eine neue Gruppe gegründet. Leitung des Kurses: Dres Baud von Bouilissima, Bern. Kosten: CHF 20. Die neue Gruppe spielt jeweils am Donnerstagnachmittag 14 Uhr auf dem Kiesplatz. Interessiert? Jetzt anmelden.

Donnerstag, 25. Juni 2026

14-16 Uhr beim Alten Pfarrhaus. Anmeldungen: Mirjam Stolz-Silberberg, Tel. 031 951 37 42, stolz.m@muri-be.ch

Der Ferienpass 65+ findet wieder statt

Nirgendwo ist es schöner im Sommer als in der Schweiz! Geniessen Sie auch dieses Jahr wieder Ausflüge mit uns.

Im Juli und August können Sie wie immer auch von daheim verreisen – gemeinsam mit uns.

Dieses Jahr organisiert die Kirchgemeinde das Sommerangebot selbstständig ohne Spitex-Mithilfe. Aus diesem Grund finden weniger Termine statt, jedoch alle wieder in altbewährter Qualität!

Fünf Ausflüge und das Sommerfest sind geplant; wir versenden die Anmeldung per Post. Die Platzzahl ist je Angebot beschränkt, Anmeldungen werden erst nach Versand des Talons entgegengenommen.

Wir freuen uns auf einen wunderbaren Sommer mit Ihnen!

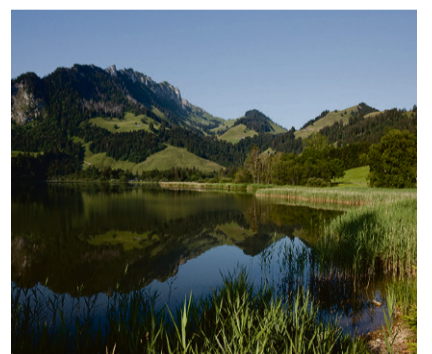
STEPHAN KORMANN



Mittwoch, 22. Juli 2026:
Ausflug auf den Weissenstein.



Freitag, 24. Juli 2026:
Spaziergang zur Rütiwäldli Hütte in Ittigen.



Mittwoch, 29. Juli 2026:
Rund um den Schwarzsee.



Freitag, 31. Juli 2026:
«Creaviva» im Zentrum Paul Klee.



Montag, 3. August 2026:
Olten mit historischer Stadtführung.



Freitag, 7. August 2026:
Das grosse Sommerfest im Thoracher.