

Ausgabe Frühling 2019 | Nr. 56

JUGEND UND AUFBRUCH



g

GANTRISCHPOST

www.gantrischpost.ch

Inhaltsverzeichnis

- | | | | |
|-------|--|------------|--|
| 4/5 | In, für und mit der Natur | 18/19 | Aktualität:
Drei Bücher mit Schätzen |
| 5 | Lagerplätze
im Naturpark Gantrisch | 20, 21, 23 | Kultur: Theater, Radio und
Kleinkunst |
| 7 | Familienparadies
Seilpark Gantrisch | 24 | Wirtschaft: Schaumühle |
| 10/11 | Rehkitzrettung
mit Multikoptern | 25 | Wirtschaftskolumne:
Vera Diener |
| 12/13 | Regionale Produkte:
Dittligmühle | 25 | Wettbewerb «Silberbär 2019» |
| 13 | Kolumne:
Es rumpelt im Fass | 26/27 | Gantrisch-Agenda |
| 14-17 | Titelstory:
Ankommen und aufbrechen | 29 | Auswertung Umfrage und
Cartoon, Impressum |
| | | 30/31 | Gantrywood: Der weisse
Hirsch vom Gantrisch |



Jugend und Aufbruch

Liebe Leserin
Lieber Leser

Der Frühling ist eine Zeit des Aufbruchs und die Jugendzeit wird oft als «Frühling des Lebens» bezeichnet. So widmen wir uns in dieser Ausgabe neuen Projekten, dem Wiederaufbruch von Bewährtem – und der Jugend.

Carmen Bezençon kam als Gymnasiallehrerin viel in Berührung mit Jugendlichen. Gleichzeitig wuchs sie in einer alten Mühle auf und übernahm deren Leitung. Sie entwickelt neue Produkte – und produziert daneben einen Film, in dem Jugendliche die Hauptrolle spielen (S. 30/31). So passt sie wunderbar für unsere Titelstory – lesen Sie mehr ab Seite 14. Auch die Mühle wird auf den Seiten 12 sowie 24 vorgestellt.

Nach dem verheerenden Sturm von Anfang 2018 musste sich das Team des Seilpark Gantrisch neu aufmachen. Diesen Frühling warten sie mit einer Neueröffnung auf, die es in sich hat (S. 7).

Seit vielen Jahren retten Jägerinnen und Jäger zusammen mit Landwirten jeden Frühling Rehkitze vor dem Mähod. Nun werden sie von innovativer Technik unterstützt (S. 10 – 11). Unsere Kolumnen berichten vom Rumpeln der Jugend und ihrem Engagement (S. 13 und 25).

Und wie Sie sehen, waren auch wir nicht im Winterschlaf: Die Gantrischpost erscheint in einem neuen Kleid! Claudia Bosshardt hat ein luftiges Layout entworfen, das Inhalte ins Zentrum stellt, ohne zu überladen.

So wünsche ich Ihnen viel Freude beim Lesen und einen Frühling mit Aufbrüchen!

Salome Guida, Redaktorin
redaktion@gantrischpost.ch



14-17
Titelstory:
Ankommen und
aufbrechen



10/11
Rehkitzrettung



30/31
Gantrywood



Ankommen und aufbrechen

Eine Mühle leiten und Geografie unterrichten. Im Wald meditieren und Kulturschaffende vernetzen. Tanzen, Drehbuchschreiben, Spielfilm produzieren, Jugendliche fördern. Carmen Bezençon sorgt für Aufbruch an vielen Fronten.

Es gab eine Zeit, da verreiste Carmen Bezençon bei jeder Gelegenheit. Die Längenbühlerin erkundete zu Fuss oder mit dem Tourenvelo ursprüngliche Inseln wie Island oder baumlose Gegenden in Marokko. Wochenlang war sie jeweils allein unterwegs. Zusammen mit ihrer Schwester ist sie in der 7. Generation in der Dittligmühle aufgewachsen. Vielleicht ist es diese tiefe Verwurzelung, die ein Fernweh nach fremden Gegenden auslöste? Vulkane, Wildnis, Wüsten: Naturkräfte und Extreme zogen die junge Frau in ihren Bann. Nach der Handelsmittelschule studierte die Naturliebhaberin darum auch Geografie und «rutschte dann in den Lehrerberuf». Sie vermittelte Wissen über unsere Erde an Jugendliche, zuerst am Gymnasium in Biel/Bienne, dann im Thuner See-feld.

«Ich bin heute mehr bei mir, darum spielt es mir auch keine Rolle mehr, wo ich bin»

Neu verbunden

Eine Mühle nutzt seit jeher die Kraft des vorüberfliessenden Wassers zur Verarbeitung dessen, was aus dem Boden gewachsen ist. An der Dittligmühle vorbei fliesst nicht nur der Dittligseebach, sie liegt auch an einer nationalen Veloroute und nur ein paar hundert Meter weiter verläuft der Jakobsweg. Verbunden mit der Heimat und mit der Welt – Carmen Bezençon, die früher Mühe hatte mit dem Nachhause kommen, ist angekommen. «Ich bin heute mehr bei mir, darum spielt es mir auch keine Rolle mehr, wo ich bin», reflektiert sie. Vielleicht hat es mit dem Qigong zu tun, mit der Meditation und dem bewussten Entspannen im Wald, das die 43-Jährige seit vielen Jahren praktiziert. Ohne diesen Ausgleich wäre ihr Engagement auch kaum machbar.

Carmen Bezençon, Besitzerin und ab Sommer 2019 Betriebsleiterin der Dittligmühle, steckt mit ihrem Team mitten in den letzten Vorbereitungen für die Eröffnung der ersten Schaumühle der Schweiz. In ihrer Jugend stand es zeitenweise nicht gut um die Mühle, doch nun finden sich deren Mehle sogar im Coop, als zertifizierte Naturparkprodukte. Diese garantieren, dass 80% der Zutaten aus dem Naturpark Gantrisch stammen. Bezençon war von Anfang an mit dabei, als diese Marke über die letzten zehn Jahre aufgebaut wurde: «Gantrisch Goldkorn ist auch mein Baby», so Bezençon. Lange arbeitete sie praktisch im Doppelpensum: Als Gymnasiallehrerin in Thun und als Co-Betriebsleiterin in der Mühle, wo viele Fäden bei ihr zusammenliefen und sie kaum eine Woche wegkonnte. Heute läuft der erfolgreich gewachsene Betrieb in den Händen eines kompetenten Teams. Trotzdem wird Carmen Bezençon nach 17 Jahren das Lehrerpult zurücklassen und sich auf die Mühle konzentrieren: Ausländische Gäste begrüssen, im Bistro Gastgeberin sein, die verschiedenen Zweige Schaumühle, Mühle, Goldkorn-Shop und das Bistro «Irmas Mahlwerk» untereinander koordinieren – und im Winterhalbjahr immer mal wieder ein Konzert vor Ort organisieren.

Tüfteln und Vernetzen

Die Konzerte und Abende mit Tanz und Erzählungen im ältesten Teil der Mühle waren ihre Idee. Grosse Gagen liegen nicht drin. Trotzdem reisen immer wieder hochkarätige Künstlerinnen und Künstler an und die Konzerte «im mikrokleinen Rahmen» werden geschätzt. Wie oft muss man sonst nach Thun oder Bern fahren, um eine gute Band, ein Theaterstück oder einen Film zu sehen? Im Naturpark Gantrisch sollen in Zukunft mehr kulturelle Anlässe und Projekte möglich sein. Ihr Mann Robin, Waadtländer Dentaltechniker und Schauspieler, gründete nach seinem Umzug nach Längenbühl die Theaterschule Espace Vivant. Seiner

Frau zog die Theaterwelt schnell den Ärmel rein. Mit einer kleinen Gruppe arbeiten sie an einem experimentellen Theaterstück. «Wir sind am Tüfteln», erklärt Bezençon. «Tanz ist integriert, an Text sind nur wenige Sätze dabei.» An Ideen mangelt es nicht. Etwa, eine Theaterperformance zu einem Text von Peter Imhof über die Gürbe zu machen. Vorerst aber organisiert Carmen Bezençon einen Vernetzungsanlass, der für alle Theaterschaffenden im Naturpark Gantrisch offen ist. Es ist ihr ein Anliegen, dass sich Kulturschaffende aus der Region vernetzen, sich im besten Fall gegenseitig unterstützen oder zumindest voneinander wissen. «Viele Leute wissen gar nicht, was es alles gibt», fasst sie ihre Motivation zusammen.

Förderung von Jungschauspielern

Gantrischsee und Grasburg, Cheserenloch und Schlosschällen: Schauplätze von Sagen – und eines neuen Films. «Der weisse Hirsch vom Gantrisch» heisst er, produziert wird er von Carmen Bezençon. Auch das Drehbuch hat sie geschrieben. Die Inspiration dafür kommt aus der Sagenwelt der Region Gantrisch. «Ich kannte die Geschichten dank dem Sagenwanderer und Autor Andreas Sommer», erklärt sie. Die urtümliche Natur bietet Raum für neue Geschichten. «Ich merkte, dass all diese versteckten Schauplätze perfekte Drehorte wären», erzählt Bezençon.

«Die urtümliche Natur bietet Raum für neue Geschichten.»

Sie verwob die verschiedenen Figuren der Sagen mit einer modernen Geschichte. Schauspielerinnen und Schauspieler sind nebst Profis wie Anne Hodler («Experiment Schneuwly») acht Jugendliche aus der Region.

Urtümlicher Wald beim Gantrischsee.



ZVG

«Ich schrieb das Drehbuch auf die Persönlichkeiten der Jugendlichen», so Bezençon. Mit dem Film werden jugendliche Talente aus der Region gefördert und die Schönheit der Natur wird über die Parkgrenzen hinausgetragen. Schauspiel und Schauplätze haben es in sich, merkte das Produktionsteam rasch: «Eigentlich wollten wir nur einen Kurzfilm produzieren, nun hat er schon fast Spielfilmlänge.» (Mehr Informationen zum Film auf S. 14)

« Draussen meditieren hat eine ganz andere Wirkung »

Entspannendes Waldbaden
Jugendliche, die in der Natur Filme über alte Sagen drehen – der Alltag sieht für Teenager meist ganz anders aus. Als Gymnasiallehrerin merkte Carmen Bezençon denn auch: «Das grösste Problem der Schüler ist Stress.» Sogar Burnout-Fälle erlebte sie als Lehrerin und Beraterin am Gymnasium. Selber praktiziert sie schon länger Meditation und Qigong (eine Methode zur Pflege und Stärkung der Energien) und bietet Stressprävention und Entspannungstechniken für Schülerinnen und Schüler an. Selbst meditierte sie immer öfters draussen und merkte: «Es hat eine ganz andere Wirkung.» Seit Menschen existieren, verbrachten sie stets den Grossteil

des Lebens in der Natur – erst in der heutigen Zeit nicht mehr. Kaum jemand, dem das Draussensein nicht guttut. In Japan werden Patienten mit unterschiedlichen Leiden ins «Waldbaden» geschickt. Diverse fundierte Studien legen nahe, dass der Aufenthalt im Wald bereits ab einer Stunde Blutdruck und Kortisolwerte senkt. Die Zahl der T-Helferzellen wird erhöht und somit das Immunsystem gestärkt. Grund dafür können die Duftstoffe der Bäume sein, mit dem Wald verbundene schöne Kindheitserinnerungen, evolutionsbiologische Gründe sowie natürlich schlicht die Umgebung ohne Hektik und Druck. Carmen Bezençon bietet ab diesem Jahr geführtes Waldbaden im Naturpark Gantrisch an – im Längenbühlwald, im Gurnigelwald oder auf der Stafelalp oberhalb von Wattenwil. Es tut gut, schon nur den Alltag hinter sich zu lassen und in einen Wald einzutauchen. Die «Waldbademeisterin» will ihr Angebot nicht verkomplizieren: «Manchmal ist weniger mehr.»

Trotzdem gehören einfache Elemente aus dem Mentaltraining, dem Qigong oder Entspannungstechniken dazu, sagt sie: «Diese Übungen helfen, die Wirkung zu steigern.» Eine tiefere Atmung etwa schafft mehr Sauerstoff in den Körper. Bezençon, die bereits Dutzende Kurse und Workshops absolviert hat, schwärmt vom Waldbaden: «Draussen zu meditieren ist ganz anders als in einem Kursraum!»

Die Gegend in der Region Gantrisch eignet sich perfekt dafür. Und Waldbadezeiten und -orte können gut auf die Postautokurse und -haltestellen abgestimmt werden.

«Ich möchte den Leuten zeigen, dass es so viel Schönes gibt!»

Das kulturelle Engagement – die Theaterschule, der Film, die Konzerte – und die Meditationen im Wald seien zwar brotlos, «aber es fägt». Carmen Bezençon arbeitet mit vollem Einsatz an vielen Fronten. Sie tut dies nicht fürs Geld, sondern weil sie Sinn darin sieht: «Ich möchte den Leuten zeigen, dass es so viel Schönes gibt!»

Waldbaden:

Von Mai bis November findet jeden ersten Samstagvormittag im Monat ein geführtes Waldbaden im Gurnigelwald statt.

www.waldbaden-gantrisch.ch
T 079 363 96 06



Salome Guida
Redaktorin Gantrischpost