

**Zeitschrift:** Clubnachrichten / Schweizer Alpen-Club Sektion Bern  
**Herausgeber:** Schweizer Alpen-Club Sektion Bern  
**Band:** 91 (2013)  
**Heft:** 3  
  
**Rubrik:** Verschiedenes

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 23.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Verschiedenes

## Immer etwas Schönes denken



SAC-Mitglied Ruth Forel: nur 50 Jahre jünger als die Sektion.

### Ruth Forel-Hirt wird 100

An einem kalten Februar-Abend empfängt uns Ruth in ihrem Senioren-Appartement im Egghölzli. Die Kälte bleibt draussen, denn die quirlige Jubilarin begrüsst uns mit viel Wärme. Bei einem Gläschen Prosecco beginnt sie sofort zu erzählen. Sie sprudelt mit dem Sekt um die Wette. Wir Jüngeren versuchen mitzuhalten und ihre Erinnerungen zu einem Leben zu formen. Am 19. Oktober 1913 wird Ruth in Lugano als ältere von zwei Schwestern geboren. Der Vater arbeitet in der Hotellerie. Ruth und ihre Schwester wachsen in Hotels auf und lernen ein «normales» Familienleben kaum kennen. Während der Primarschulzeit wechselt die Familie ihren Lebensort ins Wallis. Der Vater findet bei den Seiler-Hotels seine Lebensstelle. Das Hotel in Zermatt war nur sommers geöffnet, die Winter verbringt Ruth mit ihrer Familie in Brig. In der Klosterschule sind die beiden Schwestern als Protestantinnen ab der Sekundarstufe nicht mehr geduldet. Die «Heiden und Ketzer» werden zu Tanten in Bern und St. Gallen geschickt, um dort ihre Schulzeit zu beenden. Ruth übernimmt in Bern das Zimmer ihrer Cousine und besucht fortan die Sekundarschule Schosshalde. Die Ferien verbringt sie im Wallis, wo ihr die Klosterfrauen nun das Skifahren nicht mehr verbieten können. Der Examensausflug führt die Abschlussklasse zum Leidwesen der

neugierigen Teenagerin ausgerechnet nach Zermatt! Nach der Schule reist Ruth als Nanny in verschiedene Länder und lernt Sprachen.

Während der Aufenthalte bei den Eltern im Wallis begleitet sie ihre Mutter oft in die Berge. Ihr Vater war nicht schwindelfrei und auch sonst kein grosser Berggänger. Die Mutter aber erklimm das Breithorn und sah sich fortan als Alpinistin. Sie gründet 1932 in Brig die Frauengruppe der Ortsgruppe Brig, welche zur Sektion Monte Rosa gehört. Ihre Tochter Ruth wird gleich das jüngste Mitglied. Bald schon steht Ruth auf ihrem ersten 4000er, dem Breithorn. Spezielle Frauen-Bergführer bringen die Frauen in Röcken, welche sie am Saum zu Knickerbockern abnähten, auf die Gipfel im Wallis. So besteigt Ruth neben vielen anderen Bergen auch zweimal das Matterhorn und einmal in zwei Tagen Fletschhorn, Lagginhorn und das Weissmies. Für die Berge hat sie später nicht immer gleich viel Zeit. Aber dem SAC ist sie als Mitglied verschiedener Sektionen seit über 80 Jahren treu geblieben.

Die Arbeit treibt sie weiter hinaus in die Schweiz. Sie findet eine Anstellung bei Sturzenegger, dem berühmten St. Galler Textilunternehmen, welches seine Spitzen in Filialen an den besten Orten der Schweiz verkauft. Ruth bleibt Sturzeneggerts treu und springt bis zur Pensionierung immer wieder in verschiedenen Filialen ein. In Zürich lernt sie Anfang der 30er-Jahre beim Tennisspielen ihren Mann kennen. Das Paar

heiratet 1938 und lebt später in Bern. Da fährt sie als aktives Sektionsmitglied nicht nur mit Kollegen und Kolleginnen zum Bergsteigen und Skifahren in die Berge, sie näht auch die Vorhänge für das Chalet Teufi.

Vor 33 Jahren bezog Ruth die damals nigel-nagelneue Wohnung im Egghölzli. Sie fühlt sich sehr wohl hier. Bis zu ihrem Schenkelhalsbruch im letzten Herbst schwamm sie täglich frühmorgens im hauseigenen Hallenbad. Wenn ihre Beine ein wenig schwach werden und sie nicht mehr richtig tragen wollen, hockt sie sich auf die Fitnessgeräte und geht damit den ungeliebten Stöcken aus dem Weg. Ruth war immer ein Bewegungsmensch. Quirlig und unternehmungslustig ist sie auch heute noch. Sie fährt regelmässig in die Stadt, wo sie liebend gerne beim Globus feine Spezialitäten einkauft. Eine Reise nach Sri Lanka, geplant in ihrem 100. Lebensjahr, hat ihr aber der Herr Doktor ausgedet.

Noch lange könnten wir Ruths Erzählungen im reinen Züridütsch zuhören. Aber es ist spät geworden, die Beine müssen noch gepflegt werden und das allabendliche Schlücklein Whisky wartet. Ruth wird auch heute mit schönen Gedanken im Kopf einschlafen. Das ist übrigens nur eines von vielen Rezepten, welchen sie ihr hohes Alter zu verdanken glaubt.

Ruth, wir wünschen dir am 19. Oktober alles Gute zu deinem 100. Geburtstag!

Barbara Graber



Ruths erster SAC-Ausweis.



## Kampagne für lustvolle Bergwanderungen

Die Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu hat zusammen mit den Schweizer Wanderwegen und Seilbahnen Schweiz eine Kampagne für mehr Sicherheit auf Bergwegen lanciert. Der eingängige PEAK-Check fordert auf, unser eigenes Wanderverhalten zu prüfen. Er fasst die wichtigsten Punkte – Planung, Einschätzung, Ausrüstung, Kontrolle – zusammen und gibt dazu konkrete Handlungsempfehlungen.

**Planung:** Was habe ich vor?

**Einschätzung:** Ist diese Wanderung für mich geeignet?

**Ausrüstung:** Habe ich das Richtige dabei?

**Kontrolle:** Bin ich noch gut unterwegs?

### Mehr erfahren und Wanderferien gewinnen

Ein Besuch der Kampagnen-Website [www.sicher-bergwandern.ch](http://www.sicher-bergwandern.ch) lohnt sich aus zwei Gründen: Hier sind ausführliche Informationen zum sicheren Bergwandern zu finden sowie ein Wettbewerb, bei dem Seilbahntickets, Wanderausrüstung und Wanderferien zu gewinnen sind.



## Swisstopo

### Tag der offenen Tür

Am Samstag, 14. September 2013, von 9.00 bis 16.00 Uhr, öffnet swisstopo die Türen zu einer Reise durch die Zeit! Unter dem Motto «Gestern – Heute – Morgen» erfährt und erlebt der Besucher die Geschichte des Bundesamts für Landestopografie, das in diesem Jahr seinen 175. Geburtstag feiert. Mit einer Mischung aus Informationen, Vorführungen und Aktivitäten haben die Besucher die Möglichkeit, in die verschiedenen Zeitebenen einzutauchen und die Aufgaben der swisstopo besser kennenzulernen.

Seit der letzten Ausgabe der CN sind unter anderen folgende Kartenblätter nachgeführt oder neu publiziert worden:

## Alpenblumen Finder



Die iPhone-App «Alpenblumen Finder» gibt es neu mit einem Trainer für die Blumennamen. Das Lernspiel merkt sich die

richtigen und falschen Antworten der Spielenden und passt sich den jeweiligen Lernerfolgen an. So können App-Benutzer gezielt die Namen der 148 Alpenblumen lernen.

Wer noch nicht alle Namen kennt, wenn er sich bereits inmitten der Blumenpracht in den Bergen aufhält, den unterstützt die App bei der Bestimmung. Mit der Suchabfrage von einzelnen oder kombinierten Kriterien wie Blütenfarbe, Blüten-, Blattform oder Blütezeit führt der «Alpenblumen Finder» schnell zum Ziel.

<b>1:100 000</b>	Blatt 46	Val de Bagnes
<b>1:50 000</b>	Blatt 251 u. 251T Blatt 282 u. 282T Blatt 283 u. 283T Blatt 263T Blatt 5027T Blatt 5003 Blatt 5009	La Sarraz Martigny Arolla Wildstrubel Grand St-Bernard – Combins – Arolla Mont Blanc – Grand Combin Gstaad – Adelboden
<b>1:25 000</b>	Blatt 1248 Blatt 2502 u. 2502T Blatt 2515	Mürren Bern und Umgebung Zermatt – Gornergrat
<b>Neu</b>		
<b>1:25 000</b>	Blatt 2527 Blatt 2526	Lötschental Saas-Fe Zusammensetzung
<b>1:50 000</b>	Blatt 5080T Blatt 5013T	Tektonikarena Sardona Oberengadin
<b>1:33 333</b>	Blatt 3301T Blatt 3302T Blatt 3303T Blatt 3304T Blatt 3305T Blatt 3306T Blatt 3307T Blatt 3310T	Säntis Château-d'Oex Creux du Van Gstaad – Lenk – Adelboden Crans-Montana Zermatt – Saas-Fee Titlis Safiental – Lenzerheide

Weitere Informationen, Nachführungen und Neuerscheinungen unter [www.swisstopo.ch](http://www.swisstopo.ch).



## Alpines Museum der Schweiz, Bern (alps)

Biwak#07. Matratzenlager.  
531 m ü.M. – Schlafen im Museum  
Ab 12. Oktober bis 24. November  
2013

alpines museum  
alpine museum  
musée alpin  
musée alpin  
musée alpin



Ein Biwak ist gewöhnlich ein Biwak. Nur im Alpinen Museum ist das Biwak ein Ausstellungsraum. Ein Projekt-raum, der auch Experimentelles und Neuartiges zulässt. Eigenartig, frisch, selbstbewusst und überraschend zeigen sich die hiesigen Produktionen. Hier ist Platz, um eine Carte blanche an ein Künstlerkollektiv zu vergeben oder einen spezifischen Inhalt aus der Sonderausstellung zu vertiefen. Das Biwak zeichnet sich durch seine Kurzlebigkeit aus, ist schnell und prägnant und somit im stetigen Wandel. Immer wieder zeigt das Biwak Spezielles und Wundersames. Oder hatten Sie jemals die Gelegenheit, in einem Museum zu übernachten?

In der kommenden «Ausstellung» verwandelt sich der Projektraum Biwak zu einem realen Biwak. Vom 12. Oktober bis 24. November können Gruppen von 10 bis 18 Personen auf Anmeldung tatsächlich im Biwak übernachten. Parallel zur Sonderausstellung «Helvetia Club» zum 150-Jahre-Jubiläum des SAC ist das Angebot als Museums-Package buchbar. Das heisst, die Gruppe kann die aktuelle Ausstellung «Helvetia Club» besuchen und im Biwak des Museums übernachten. Und zwar nicht in irgendwelchen beliebigen Hotelbetten, sondern in den neuen Kajütenbetten der Gspaltenhornhütte, bevor diese in der renovierten SAC-Berghütte als Mobiliar installiert werden. Insgesamt vier grosse und etliche kleine Umbauetappen hat die Gspaltenhornhütte des SAC Bern seit ihrer Einweihung 1911 bereits erlebt. Wegen Platzmangel sind im nächsten Jahr Renovationsarbeiten an der bestehen-

den Hütte und ein Anbau geplant. Im Biwak #07 wird die Geschichte der Gspaltenhornhütte aufgerollt und das neue Umbauprojekt für die Museumsbesucher vorgestellt. Für die im Biwak übernachtenden Gruppen gibt es zudem ganz nach dem Motto «all inclusive» neben dem Ausstellungseintritt ein Nachtessen und Zmorge. Um das leibliche Wohl sorgen sich Edith Aebi und ihr Team vom museumseigenen Restaurant «las alps» (siehe Menü unten). Betreut wird die Gruppe von einem Hüttenwart.

Eine Übernachtung kostet pro Person CHF 75.– (Kinder bis 16 Jahre CHF 55.–). Das Biwak kann SAC- und andere weithergereiste Gruppen kostengünstig beherbergen. Einzige Bedingung: Eine Mindestanzahl von 10 Personen. Rund 18 Personen haben im Matratzenlager-Biwak Platz.

Anmeldungen nimmt gerne die Hüttenwartin Nicole Herzog unter 031 350 04 42 entgegen.

Es hat noch Plätze!

### Menü Biwak#07 im «las alps»

#### Nachtessen:

Gemüseintopf mit Kartoffeln und Siedwurst, Tobleronemousse in der Schüssel

#### Frühstück:

Hausgemachter Zopf und Ruchbrot, Butter- und Konfitüre-Portionen, Alpkäse, Milchkaffee und Orangensaft

## Impressum

Bern, Nr. 3-2013, 91. Jahrgang,  
Erscheint 4-mal jährlich  
Verantwortliche Redaktorin: Barbara Graber  
Zustellung an alle Sektionsmitglieder  
ISSN-Nummer: 1662-6761

Redaktion  
Text- und Bildbeiträge an SAC Sektion Bern  
Postfach, 3000 Bern 7,  
redaktion-cn@sac-bern.ch

Die männliche Schreibweise schliesst, wo nicht anders erwähnt, automatisch beide Geschlechter ein.

Layout, Gestaltung, Druck, Versand  
Rub Media AG, Postfach 6364, 3001 Bern  
Tel. 031 380 14 80  
E-Mail: info@rubmedia.ch

Inseratenannahme  
Rub Media AG, Postfach 6364, 3001 Bern  
Erich Kocher, 079 607 32 07  
E-Mail: zeitschriftenverlag@rubmedia.ch

Adressänderungen, Eintritte/Austritte,  
Todesfälle an:  
Urs Bühler, Mitgliederverwaltung,  
Seestrasse 18  
CH-3600 Thun  
031 931 54 54; mgv@sac-bern.ch  
oder online via Homepage:  
www.sac-bern.ch

Nr. 4-2013  
Postversand: 19.11.2013  
Redaktionschluss: 25.10.2013  
Redaktion: Barbara Graber  
Tel. 079 277 79 45

