

Meet my life



Im Oktober des vergangenen Jahres bot U100 zusammen mit Regula Tanner, Schreibpädagogin, Journalistin und Autorin den Workshop „**Autobiografisches Schreiben - die eigene Lebensgeschichte erzählen**“ an.

Wie ist es wohl den Teilnehmerinnen und Teilnehmern in der Zwischenzeit ergangen? Wer schreibt an der eigenen Lebensgeschichte weiter? Gerne mache ich mit folgenden Hinweisen Mut zum Dranbleiben.

Vor Jahren begegnete ich der Autobiografie-Plattform MEET-MY-LIFE und erlebte in Zürich auch Verleihungen des Schweizer Autobiographie-Awards. Nicht dass ich einen solchen bekommen hätte und eine Preisverleihung Antrieb zum Schreiben sein sollte!

Vor mehr als 10 Jahren wurde die Autobiografie-Plattform durch Erich Bohli in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sozialanthropologie und Empirische Kulturwissenschaft (ISEK) der Universität Zürich entwickelt und gegründet.

Darauf können Lebensgeschichten einfach Nachvollziehen und Erforschen hinterlassen werden. Im Mai 2019 erzählte uns **Andreas Balmer** aus Thun in der Gemeindebibliothek Ittigen Lebenserinnerungen, die er auf MEET-MYLIFE festgehalten hat.

Auch **Walter Fust**, der leider verstorben ist, hinterließ seine eindrückliche Lebensgeschichte auf MEET-MY-LIFE.



Walter Fust



Andreas Balmer

Erich Bohli motiviert:
„Leute, schreibt euer Leben auf!“
Text: Christian Gerber

NEWSLETTER Februar 2026



OFFENES SINGEN für Seniorinnen und Senioren
Dienstag, 10. und 17. Februar, 10:00 – 11:00 h, in der Pulferstube
Donnerstag, 26. Februar, 15:00 – 16:00 h, im Altersheim Aespliz
Leitung: A. Heldner und J. Andenmatten
Kontakt: J.Andenmatten, amieuros@bluewin.ch

CAFE MED in der Pulferstube

Mittwoch, 18. Februar 2026

15:00 – 18:00 h

Haben Sie Fragen zu Ihrer nächsten Operation? Sind Sie verunsichert über die erhaltene ärztliche Diagnose oder deren Folgen oder brauchen Sie eine Erklärung zu einem fachlichen medizinischen Begriff? Herr Dr.med. Ernst Michel, allgemeine Innere Medizin, pensionierter Hausarzt unterstützt Sie bei solchen Fragen.. Anmeldungen bitte an Frau Heidi Hugi, heidi.hugi@bluewin.ch; Tel. 031 921 27 08



TANZEN FUER SENIORINNEN UND SENIOREN
Dienstag, 10. Februar 2026, 14.30 – 16.25, Bolligen Saal, Rest. Arcadia in Ittigen

Unkostenbeitrag Fr. 10.— pro Person und Nachmittag. Freddy Mierer spielt gepflegte Tanzmusik und Evergreens. Wir freuen uns auf Euer Kommen.

U100/Seniorenresidenz Ittigen/Robert und Rosa Pulfer Stiftung