



Weit mehr als ein musikalischer Farbtupfer von Bern: Steff La Cheffe.

Bild: z/vg

### Wer waren deine Herzschriftmacher während deinem «Sabbatical»?

Meine Mutter und meine Freundinnen.

### Du sagtest in einem Interview, du hättest nur noch Zeit für die Musik gehabt, keine Zeit mehr für dich. War das der Grund für deinen Rückzug?

Ich hatte mein Ziel erreicht. Ich wollte nicht «mehr vom Gleichen».

### Hattest du keine Freude mehr, auf der Bühne zu stehen?

Doch natürlich. Auf der Bühne stehen ist cool, neue Songs zu schreiben ist

cool. Aber der Stress rundherum ist gross. Und wenn man nicht gesunde «Coaching-Strategien» hat, wie man mit diesem umgeht, brennt man sehr schnell an beiden Enden ab...

### Wurdest du auch verletzt und wenn ja, von wem?

Von Menschen in der Musikindustrie, auch vom Publikum. Das hatte aber auch Positives: Es hat dazu geführt, dass ich mein Leben zu durchleuchten begann, geschäftlich und privat. Ich bin grosszügig, verschenke mich, teile alles, was ich habe. Wenn ich nichts mehr habe, kann ich nichts mehr geben, und dann reagieren Menschen oft mit Unverständnis, sind enttäuscht und sogar wütend.

### Bist du heute wieder an diesem Punkt?

Ja, effektiv. Ich durchlebe grad eine schwierige Zeit. Ich bin 32, habe kein abgeschlossenes Studium und wenn ich jetzt wieder arbeiten gehe, verdiene ich 20, 25 Stutz, gehe servieren oder in den Verkauf. Und ich vergleiche mich dann halt doch mit Menschen um mich herum, Leute, die studiert oder eine Ausbildung in der Tasche haben, und frage mich: Hey Stefanie, was hast du eigentlich erreicht?

### Du hast dich in der Musik verwicklicht. Das ist doch sehr viel.

Ich habe einen Teil von mir verwicklicht. Und jetzt verwirkliche in den anderen Teil. Den kennt niemand und wird wohl auch nie jemand kennenlernen oder verstehen. Ich spürte diese Seite an mir schon früher, merkte, es gab zu viele Erwartungen an mich, zu viel Stress, zu viel, das parallel lief, und es war einfach «too much». Ich war die letzten 15 Jahre nie in einer Komfortzone, kenne diese nicht. Ich bin in Unsicherheit aufgewachsen – wir lebten von der Sozialhilfe und mussten als Familie oft unten durch. Diese Dinge

realisiere ich jetzt. Ich weiss, was es heisst, kämpfen zu müssen. Und ich kämpfte als Rapperin auch im Musikbusiness doppelt so hart.

### Hattest du genug von der Musikbranche?

Ja, auch. Ich liebe die Musik, schreibe gerne Songs, aber ich mag «Das Business» nicht. Es ist immer noch «A man's World». Ich kann «ellbögele», ich kann streng sein und Leute mit meinen Worten «auseinanderfetzen», aber ich mag das einfach nicht mehr. Ich will nicht Leute kontrollieren, ich will auf einer Vertrauensbasis zusammenarbeiten. Finde mal Menschen in dieser Gesellschaft, bei denen das klappt... In der Hip-Hop-Szene werde ich nur teilweise akzeptiert...

### Musst du denn akzeptiert werden?

Nein, ich war schon immer sehr breit in meinem «Repertoire», ich mache mein Ding. Ich bin im Rap aufgewachsen, mit dieser Kultur, es ist auch die Art, wie ich Texte schreibe.

### Du hast für zwei Soloalben sehr eng mit Dodo Jud zusammen gearbeitet und ihr standet zusammen auf der Bühne. Das verbindet sehr.

Ja, sehr. Ich lernte Dodo 2007 kennen und er produzierte zwei meiner Alben. Wir arbeiteten auch danach noch zusammen, obwohl ich beschlossen hatte, mein letztes Album mit einem neuen Produzenten zu realisieren. Ich bin auch auf seiner letzten «Collabo-Scheibe» drauf (Dodo Friends, u.a. mit Nemo, Lo & Leduc) und ich hatte gerade einen Auftritt mit der ganzen Truppe an der «Pride» in Zürich. Es war ein cooler Abend.

ben. Wir arbeiten auch danach noch zusammen, obwohl ich beschlossen hatte, mein letztes Album mit einem neuen Produzenten zu realisieren. Ich bin auch auf seiner letzten «Collabo-Scheibe» drauf (Dodo Friends, u.a. mit Nemo, Lo & Leduc) und ich hatte gerade einen Auftritt mit der ganzen Truppe an der «Pride» in Zürich. Es war ein cooler Abend.

### Dein Rückzug hat dich verändert. Du bist sehr weiblich erwachsen geworden, wirkst gereift und hast das – entschuldige den Ausdruck, etwas Burschikose – abgelegt. Ist das nur mein Gefühl oder fühlst du es selber?

Ja, die Zeit, in der ich mich fragte, wer ich eigentlich bin, hat mich verändert. Das Feurige ist aber sicher noch ein Teil von mir und ich kann nach wie vor «burschikos» wirken, wenn man mich in eine Ecke drängt. Ich habe aber auch eine sehr weiche Seite und die begann ich in letzter Zeit zu kultivieren. Und diese Seite in mir hat absolut kein Interesse, sich zu exponieren oder jemandem etwas zu beweisen.

### Der Rückzug vor fünf Jahren, hatte der auch mit deiner Testosteron-geschwängerten Welt zu tun?

Jein. Es geht nicht nur ums Testosteron. Die eine Seite ist der aktive Part, die Yang-Kraft. Ich habe eine sehr starke Yang-Seite in mir, die, die ehr-

## CORINNAS QUARTIER TALK

mit STEFF LA CHEFFE

geizig ist, aktiv ist, sich Ziele steckt und diese auch erreicht. Diese Kraft ordnet alles Andere unter. Ich habe mal irgendwo gelesen, dass Autismus eine Extremform der männlichen Hirnstruktur sei. Davon bin ich auch etwas müde, dass viele Männer nicht bereit sind, sich in Frauen einzufühlen. Früher wollte ich ihnen helfen, Verständnis dafür zeigen, heute ist es mir egal und ich bin fertig. Man muss ohnehin zuerst mit sich zufrieden und mit sich selber «verheiratet» sein. Erst wenn man das Vertrauen in sich hat, hat man es auch in andere. Ich mag Menschen, die sich Gedanken über ihr Leben machen, sich ihrer Handlungen bewusst sind, wissen, was diese in anderen auslösen. Ich versuche herauszufinden, wie die Menschen, denen ich begegne, unterwegs sind. Und ich betreibe nicht nur Feng-Shui in meiner Wohnung, sondern auch mit Leuten.

### Gab es in deinem Leben auch Menschen, die gerne auf deiner Erfolgswelle mitritten?

Ja, sicher. Aber ich habe heute ein gut funktionierendes Sensorium, dass ich weiss, ob den Menschen nur mein Erfolg wichtig ist oder ich als Person. Aber jeder Mensch hat blinde Flecken und dort bist du wie taub. Und diese blinden Flecken gilt es zu beleuchten, sofern das möglich ist und du nicht zu fest verletzt wurdest. Es ist gut, die Narben dieser Verletzungen zu kennen und zu wissen, auf welche Muster und auf welche Art von Menschen ich verletzt reagiere.

### Wie stehst du zur Mundartszene?

Ich war letztes Jahr beim Arosa Mundartfestival dabei und es gefiel mir gut. Es war ein kleiner Schritt in diese Richtung. Ich habe mich für die Mundart entschieden. Ich liebe zwar alle Sprachen und vielleicht reizt es mich der-einst, einen Song – keinen Rap – in einer anderen Sprache zu schreiben. Ich habe aber kein Reissen danach, eher das Reissen, mich noch mehr mit dem Berndeutschen auseinanderzusetzen, dort noch an Finessen zu arbeiten und das Berndeutsche und die Freude am

Fortsetzung auf Seite 10

## ZUR PERSON

Stefanie Peter, besser bekannt als **Steff La Cheffe** und wie sie sich in einem Lied besang: «Es Meitschi vom Breitsch», wuchs mit zwei Brüdern und ihrer Mutter im Nordquartier an der Spitalackerstrasse und später an der Herzogstrasse auf und interessierte sich schon früh für den Reim. Inspiriert durch ihre ersten CDs von «Rahzel» und «The Roots», fand sie mit bereits 12 Jahren zum Beatbox, schrieb mit 13 ihre ersten Texte und trat schon mit 20 in Prag, Paris und Berlin auf. Sie studierte in Luzern ein Jahr Soziokultur an der Fachhochschule und unterbrach ihr Studium, als sie mit der Musik immer erfolgreicher wurde. Der Erfolg spiegelte sich auch in den Preisen, die sie erhielt; Sie war «Newcomer of the Year», Vizeweltmeisterin in der «Female-Category» der Beatbox-Weltmeisterschaften in Berlin, belegte den ersten Platz in der Kategorie «Urban», erhielt 2011 den «Swiss Music Award» für «Best Talent National» und 2014 den «Ida-Somazzi-Preis». Sie war mit Andreas Vollenweider auf Welttournee, trat mit Stephan Eicher in Frankreich und der Westschweiz auf und war Gast bei Kurt Aeschbacher in dessen Talksendung. Nach ihren Erfolgen: «Ha ke Ahnig», «Annabelle» u.w. war sie in den Medien sehr präsent. Nach einer 3-jährigen Pause kehrte Stefanie 2018 zur Musik zurück. Bisher erschienen drei Soloalben, das letzte 2018 mit dem Titel «Härz Schritt Macherin».

## HIRNNAHRUNG IM WYLERQUARTIER

## Pub Quiz im restaurant44

Wenn am Donnerstagabend sowohl spielfreudige als auch hungrige Gäste ins restaurant44 strömen, dann findet wieder das Pub Quiz statt. Einmal im Monat organisiert das vom Verein WOHnenbern geführte Restaurant den bekanntesten und beliebtesten Anlass.

Thomas Mosimann

Ein weiterer Tisch mit vier Personen ist reserviert. Die Liste füllt sich, und bald müssen Interessierte auf den übernächsten Pub-Quiz-Abend an der Scheibenstrasse vertröstet werden. Dieser Andrang ist bemerkenswert – doch das war nicht immer so.

## Neustart nach einer kreativen Pause

Das erste Quiz fand vor zwei Jahren statt. Die anwesenden acht Personen waren damals ausschliesslich Freundinnen und Freunde der Organisatorinnen. Nach einer kreativen Denkpause wurde der Anlass wieder aufgenommen, diesmal aber mit

Werbung im Vorfeld und mit einer professionellen Infrastruktur. Seither führt die Moderatorin mit Mikrofon durch den Anlass. Nach und nach stieg daraufhin auch die Gästezahl. Das Pub Quiz ist nun seit gut einem Jahr dank Mund-zu-Mund-Propaganda mit durchschnittlich 60 bis 80 Gästen regelmässig ausgebucht. Neben den Mitarbeitenden von WOHnenbern sind auch vom Verein unterstützte Personen anwesend. Sie essen im Restaurant, arbeiten in der Küche oder helfen im Service mit. Einzelne nehmen am Quiz teil oder geniessen den Trubel an der Bar. Soziale Inklusion ist am Pub Quiz nicht nur eine leere Floskel.

## Von der Insel in die Schweiz

Das Pub Quiz ist eine weitverbreitete britische Tradition. Gespielt wird in Gruppen verschiedener Grösse, wobei die Tische jeweils auch gleich die Teams bilden. Viele Gäste bereiten sich bei einem leckeren Essen auf das Quiz vor. Beliebt und authentisch sind insbesondere Hamburger und Pommes frites. Dabei können bereits mögliche Fragen aus dem Weltgeschehen besprochen werden. Wenn später das eigentliche Spiel beginnt, stellt die Moderatorin Fragen zu Themen wie «Aktu-

elles», «Kurioses», «Sport», «Natur», «Politik» oder «Literatur». Die TeilnehmerInnen notieren ihre Antworten gemeinsam auf zuvor ausgeteilten Bögen. Oft wird dabei diskutiert, nachgefragt, die Stirn gerunzelt und gelacht. Zwar kitzelt es manchen in den Fingern, denn Google kennt die Antwort bestimmt. Doch es ist eine Frage der Ehre, dass Smartphones nicht benutzt werden. Manchmal löst eine Frage Diskussionen aus. Dann liegt es an der Moderatorin, die Unklarheiten souverän zu klären.

## Nach dem Quiz ist vor dem Quiz

Nach rund 30 Fragen werden die Bögen gemeinsam ausgewertet. Jedes Team erhält dafür den Bogen eines Konkurrenten. Nun steigt die Spannung – die Resultate werden verkündet. Nach dem Jubeln oder dem Verkräften einer leisen Enttäuschung werden Rechnungen beglichen oder neue Getränke bestellt. Die Gäste erkundigen sich nach dem nächsten Pub Quiz und spazieren zufrieden mit gut gefüllten Mägen und mit neuem Wissen aus dem Restaurant. Die besten drei Teams begeben sich übrigens mit einem Preis auf den Heimweg. So viel sei verraten: Die Gewinner müssen bei einem nächsten Spielabend nicht hungrig antreten.

[zentrum44.ch/restaurant44/](http://zentrum44.ch/restaurant44/)

## GUT ZU WISSEN

## Im restaurant44 gehen Gastronomie und Sozialarbeit Hand in Hand

Mit dem restaurant44 betreibt WOHnenbern seit 2017 einen Begegnungsort, der ohne Konsumzwang zum Verweilen, Essen und Trinken einlädt. Das Restaurant ist offen für alle und ermöglicht es Kundinnen und Kunden von WOHnenbern, am sozialen Leben teilzunehmen. Verschiedene niederschwellige Möglichkeiten zur Beschäftigung und Freizeitgestaltung stehen den Gästen nebst dem Austausch mit Mitarbeitenden und anderen Gästen zur Verfügung: freie Computer-, Drucker- und Internetbenutzung, Zeitungen und Bibliothek mit aktuellen Büchern und ein Klavier. Ebenfalls bietet das Restaurant verschiedene Dienstleistungen wie Toilettenbenutzung ohne Konsumation, einen still- und kinderfreundlichen Bereich mit Kinderspielsachen sowie kulturelle Anlässe von und für Menschen mit oder ohne Einschränkungen an, die von Kundinnen und Kunden von WOHnenbern gratis besucht werden können.

## Öffnungszeiten Restaurant

Montag bis Donnerstag: 9.00–23.00 Uhr / Freitag und Samstag: 9.00–23.30 Uhr  
Sonntag Ruhetag

Die Daten der nächsten Pubquiz' sind: 5.9./ 3.10./ 7.11. / 5.12.2019

## Kontakt

Scheibenstrasse 44, 3014 Bern  
T 031 312 55 44, [restaurant44@wohnenbern.ch](mailto:restaurant44@wohnenbern.ch), [www.wohnenbern.ch](http://www.wohnenbern.ch) > Angebote

Fortsetzung von Seite 6

Leben zu erhalten. Zwischendurch tauchen wieder alte Worte aus der Versenkung auf. Die Berner haben «e u huere Fröid» an ihrem Dialekt und auch an ihrem Erbe. Auch mit dem Berndeutschen passiert, was mit allen Sprachen passiert, es wird angelifiziert und mit vielen anderen Sprachen durchmischt. Daraus entsteht ein eigener «Slang». Der Hip-Hop zelebriert genau diesen Mix, passiert dort an diesem Punkt. Das Berndeutsch verjüngt sich auch, und trotzdem erscheinen immer mal wieder alte Worte und Sätze unserer Ahnen.

**Deshalb gefällt dir auch das Guggisberg-Lied, das du auf deiner neuen CD singst, derart gut?**

Ja, absolut.

**Wie bist du unterwegs, offen, oder lieber unerkannt?**

Ich bin am liebsten unerkannt unterwegs, deshalb gehe ich auch so gerne in die Ferien und liebe es, dabei Leute zu beobachten. Wenn ich auf der Bühne und supergut gelaunt bin,

habe ich auch Freude, wenn man mich erkennt. Ich bin ein «Hans-guck-in-die-Luft», schaue alles rundherum an. Als Kind habe ich auch immer alle gegrüsst, bis ich frustriert war, weil niemand zurück grüsste oder Leute völlig irritiert waren, weil sie jemand grüsste... Ich weiche heute den Leuten mit meinen Blicken aus.

**Du bist im Breitenrain aufgewachsen. Welche besonderen Erinnerungen an das Quartier prägen dich bis heute?**

Das Herzogstrassenfest. Das war bis ins Jugendalter immer DER Wahnsinn. Wir wohnten mittendrin. Es war so cool, wir konnten rauf- und runterrennen, mit unseren «Gspänli» vom Balkon runterschauen, Wasser-Balons runterwerfen, lange aufbleiben und Musik hören. Der Schützenweg war auch immer ein sehr wichtiger Ort. Ich löste mich erst im Teenie-Alter ab und trank mit meinen Freunden dort «Pesca-Frizz». Ich bin auch immer gerne auf meinen grossen Baum im Altersheimpark Spitalacker raufgeklettert, bis ganz nach oben. Dort war mein Adlerhorst. Es war sehr schön, im Nordquartier aufzuwachsen.

**Und wo bist du besonders gerne unterwegs oder anzutreffen?**

Ich mag das «o capitaine», den Wartsaal, dort wohne ich gerade um die Ecke, die Brass gefällt mir und das Kairo. Im Falafingo bin ich auch gerne.

*Hinweis: 26. Juli, 20 Uhr, Kulturbühne im Dählhölzli, Steff la Cheffe Trio mit unmittelbarer Nähe zum Publikum, weil gewünscht!*

## Journal B

Die Online-Zeitung  
Journal B sagt,  
was Bern bewegt!

[www.journal-b.ch](http://www.journal-b.ch)



## Erinnerungen

Sie möchten sich selber oder andern Erinnerungen schenken?

Sie oder die Beschenkten erzählen, die Briefkrähe hört zu und bringt das Erzählte zu Papier. So, wie sie es auch mit den Quartier-Chöpf im Nordquartieranzeiger tut.

[www.briefkraehe.ch](http://www.briefkraehe.ch) oder  
Telefon 031 333 42 37

**HIER WERBEN:**  
[anzeigen@a-fdn.ch](mailto:anzeigen@a-fdn.ch)