

BRIENZ *info*

INTERVIEW

**«Auf dem «Lötsch»
ist alles lebendig.»**

Martin Schild
Kapitän Dampfschiff
«Lötschberg»



April 2014 in der Brasse



Do. 3. April 2014, 21.00 Uhr:

COLOGNE BLUES CLUB – Blues vom Feinsten

«Die Wahrheit liegt auf der Bühne» ist die Maxime der Kölner Band, und sie meinen das ernst. In ihrer noch jungen Bandgeschichte wurden sie schon zweimal für die German Blues Challenge (2012/13) nominiert, ausserdem für den German Blues Award 2013 in der Kategorie «Beste Band». Die Band liebt die Bühne, das Publikum und die Emotionen. Sie haben unzählige Club-Gigs gespielt und auf großen Festivals musikalische Akzente gesetzt.



Do. 10. April 2014, 21.00 Uhr:

INTERSTELLAR FUNK CONNECTION – Funk Party

Die «Interstellar Funk Connection» oder kurz IFC hat auf ihrer nun seit mehr als vier Jahre dauernden Reise durch die Galaxien schon so manchen Stern akustisch mit Funky Music beglückt. Dabei fügen sich Vocals, Horn- und Rhythm-Section zu einem in ständiger Wechselwirkung stehenden Ganzen. Jeder Musiker asteroiden-ähnlich, chaotisch und doch rhythmisch, energiegeladen und spannungsreich im Groove-Schauer sich bewegend.



Do. 17. April 2014, 21.00 Uhr:

DOCTOR'S ORDER – rhythm'n blues auf rezept

Diese Band bietet eine Musikpille der besonderen Art: Rock'n'Roll + Rhythm' & Blues in reinsten Form: britisch – schnörkellos – schnurgerade! So hämmern die fünf Doctoren seit 1991 ihre 4/4 von der Bühne. Vom Opener bis zur Zugabe injizieren sie energiegeladenen Rock'n'Roll und kraftvollen Rhythm' & Blues in die Gehörgänge der Patienten.



Do. 24. April 2014, 21.00 Uhr:

MORE CASH – a tribute to Johnny Cash

Die Baselbieter Band «MORE CASH» wird in zwei Stunden einen musikalischen Querschnitt von Cash zu Gehör bringen. Von seinen ersten Country & Rockabilly-Erfolgen über die Pop/Folk/Gospel-Phase bis zu seinen späten American Recordings mit Alternativ Country & Folk. Nicht als pures Cover-Konzert, sondern als sehr persönliche Homage an einen Giganten der Musikgeschichte. Aus dem riesigen Repertoire haben die Musiker ein neues Programm zusammengestellt, das natürlich die grossen Hits des Man In Black nicht vergisst.



Do. 1. Mai 2014, 21.00 Uhr:

MONO BLUES BAND – Blues

Eine spielfreudige Crew, die mit viel Elan, Freude und Spass authentischen, schnörkellosen Blues zum Besten gibt. Die jahrelange Bühnenerfahrung, die vielen erfolgreichen Konzerte und die zahlreichen guten Kritiken von verschiedenen Seiten beweisen, dass die Mono Blues Band in der Blueszene ihren sicheren Wert hat.

Ciao, bis später!

Mehr Infos: www.brasse-events.ch

Doppelter Geburtstag auf dem Brienzersee

In diesem Jahr gibt es auf dem Brienzersee Grund zum Feiern. Gleich zwei Geburtstage fallen zusammen: 175 Jahre Schifffahrt auf dem Brienzersee und 100 Jahre Dampfschiff «Lötschberg».

Was wäre das Berner Oberland ohne seine beiden Seen und der grossen Flotte von stolzen Raddampfern und eleganten Motorschiffen? Der azurblaue Thunersee mit der majestätischen Kulisse von Eiger, Mönch und Jungfrau und der smaragdgrüne Brienzersee, der mit seinen steilen Berghängen, Felswänden und Alpwiesen einem norwegischen Fjord gleicht. Auf dem Brienzersee verkehren seit 175 Jahren Raddampfer. Über 80 Jahre, bis zur Eröffnung der Brünigbahnstrecke Brienzen-Interlaken im Jahre 1916, hatte die Schifffahrt auf dem Brienzersee ein Transportmonopol. Aber auch heute spielen die Schiffe auf dem Brienzersee eine zentrale Rolle im Sommertourismus des Berner Oberlands. Viele hunderttausend Touristen fahren mit dem nostalgischen Raddampfer «Lötschberg» oder den modernen und eleganten Motorschiffen zu den Ausflugszielen und Wanderwegen rund um den See; zum ehemaligen Fischerdorf Iseltwald, zur ältesten Stand-

seilbahn Europas und der romantischen Hotelanlage beim Giessbach oder zur dampfbetriebenen Brienzen Rothorn Bahn. Im Hochsommer verkehren die Schiffe im Stundentakt mit optimaler Verknüpfung in Interlaken Ost und Brienzen an Bahn, Bergbahn und Postauto von und nach allen Richtungen. Bis 1950 standen mit Ausnahme des kleinen Motorboots «Iseltwald» auf dem Brienzersee nur Raddampfer im Einsatz. Nach der Beschaffung von zwei Motorschiffen verschwanden in den Fünfzigerjahren vier Raddampfer aus dem 19. Jahrhundert, übrig blieb einzig das heutige Flaggschiff DS «Lötschberg», das 2014 seinen 100. Geburtstag feiern darf. Wir freuen uns, in diesem Sommer zahlreiche Gäste aus nah und fern auf unserem schönen Brienzersee zu begrüssen und mit ihnen zu feiern. Attraktive Aktionen und festliche Angebote warten auf Sie. Herzlich willkommen an Bord!



Hans Meiner
Leiter BLS Schifffahrt

Hans Meiner

Mitteilungsblatt für Vereine, Institutionen und Gewerbe von Axalp, Brienzen, Brienzenwiler, Ebligen, Hofstetten, Oberried, Planalp und Schwanden, Interlaken, Matten, Unterseen, Beatenberg, Bönigen, Därigen, Goldswil, Gsteigwiler, Habkern, Iseltwald, Leissigen, Niederried, Ringgenberg, Saxeten, Sundlauenen, Wilderswil, Gimmelwald, Gündlischwand, Isenfluh, Lauterbrunnen, Lüttschental, Mürren, Stechelberg, Wengen, Zweilütschinen.

Herausgeber/Realisation/Datenannahme für alle Beiträge/Inserate/Vereine Weber AG Verlag, Sibylle Dräyer, Eva von Allmen, Gwattstr. 125, 3645 Gwatt, Tel. 033 336 55 55, Fax 033 336 55 56, e-mail: boedeli-info@weberag.ch
Leitung Bödeli/BrienzenInfo, Inserate und Gewerbeseiten Doris Wyss, Brunnengasse 20, 3852 Ringgenberg, Tel. 033 822 33 54, e-mail: boedeli-info@weberag.ch Vertreter des Vereinskonzents Peter Wenger, Präs. Vereinskonzent, Postfach 336, 3800 Interlaken, Mobile 077 430 17 35; Nöldy Baumann, Präs. IG Sport Bödeli, Mobile 079 632 76 70 Titelseite Martin Schild Foto Erich Häslar Druck Schlaefli & Maurer AG, 3661 Uetendorf ISSN 1662-0984 Auflage 19500 Expl. Erscheinungsweise 12 x jährlich, jeweils am 1. des Monats

Beiträge per Mail an: brienzen-info@weberag.ch Annahmeschluss: Donnerstag, 10. April 2014
Alle Beiträge erscheinen auch im BödeliInfo

Lesen Sie uns
online – weltweit:
www.brienzen-info.ch



Als Gratis-App für
iPhone und iPad

Carreisen 2014



Flück-Reisen AG
 Museumsstrasse 21
 3855 Brienz
 Tel. 033 952 15 45
 info@flueck-reisen.ch
 www.flueck-reisen.ch

Kurzreisen – Festtagsreisen

Apfelblüte im Südtirol	8.–12. April	5	Fr. 855.–
Wildromantische Camargue	18.–21. April (Ostern)	4	Fr. 895.–
Frühlingszauber in der Cinque Terre	15.–18. Mai	4	Fr. 885.–
Salzburgerland – Salzkammergut	6.– 9. Juni (Pfingsten)	4	Fr. 745.–
Dolomiten – Südtirol	3.– 6. Juli	4	Fr. 695.–
Panoramafahrt mit dem Glacier-Express	8.–10. Juli	3	Fr. 745.–
Bernina-Express – durch das UNESCO Welterbe	11.–13. August	3	Fr. 575.–
Hamburg – Hansestadt an der Alster	20.–24. August	5	Fr. 895.–
Piemont – eine Welt für Geniesser	16.–19. Oktober	4	Fr. 825.–

Rundreisen

Apulien – Italien pur	2.–11. Mai	10	Fr. 1'795.–
Südingland – Cornwall – Isle of Wight	24. Mai–2. Juni	10	Fr. 1'955.–
Faszinierende Atlantikküste	22.–28. Juni	7	Fr. 1'545.–
Nordkap – Lofoten	13.–29. Juli	17	Fr. 4'395.–
Korsika und Sardinien – Juwelen im Mittelmeer	4.–12. Oktober	9	Fr. 1'755.–

Aufenthalts- und Standortreisen

Holland zur Tulpenblüte	22.–27. April	6	Fr. 1'195.–
Rügen – Trauminsel der Ostsee	31. August–7. September	8	Fr. 1'665.–
Pertisau am Achensee	21.–28. September	8	Fr. 1'215.–
Seefeld im Tirol	21.–28. September	8	Fr. 1'195.–
Traumhaftes Kärnten	23.–28. September	6	Fr. 1'035.–

Aktivferien – Radreisen

Aktive Erholung im Südtirol	8.–12. April	5	Fr. 765.–
Radreise Loireschlösser	14.–21. Juni	8	Fr. 1'655.–
Elb-Radweg von Prag nach Dresden	8.–17. August	10	Fr. 2'035.–
Radreise Münchner Seentour	14.–21. September	8	Fr. 1'775.–

Musikreisen

Opernfestspiele Verona	18.–20. Juli	3	Fr. 525.–
Kastelruther Spatzen im Südtirol	4.–7. September	4	Fr. 585.–

Ausflugsfahrten / Musicals / Konzerte

Osterfahrt Feusisberg	Ostermontag, 21. April	1	Fr. 88.–
Märit Luino	Mittwoch, 30. April	1	Fr. 63.–
Muttertagsfahrt Mont Crosin	Sonntag, 11. Mai	1	Fr. 105.–
Nadelwelt Karlsruhe, exkl. Ticket	Freitag, 23. Mai	1	Fr. 140.–
Musical «Mamma Mia!» in Basel, inkl. Ticket	Samstag, 24. Mai	1	ab Fr. 180.–
Musical «Dirty Dancing» in Zürich, inkl. Ticket	Samstag, 14. Juni	1	ab Fr. 171.–
Basel Tattoo, Vorstellung um 17.30 Uhr, Kat. C	Samstag, 19. Juli	1	Fr. 145.–
Basel Tattoo, Vorstellung um 17.30 Uhr, Kat. B	Mittwoch, 23. Juli	1	Fr. 150.–

salzburgerland – salzkammergut 6. bis 9. Juni 2014 (Pfingsten)

Die einzigartige Ferienregion Altenmarkt – Zauchensee ist in ein weites, offenes Tal gebettet. Rauschende Wälder, saftige Almwiesen, klare Gebirgsbäche, einmalige Berge und herrliche Weitblicke laden zum Verweilen fern des Alltags ein. Altenmarkt ist ein idyllischer Ort mit Tradition, umrahmt von einer zauberhaften Bergkulisse. Das Salzburger Land hat eine Vielzahl von Sehenswürdigkeiten zu bieten und Altenmarkt liegt zentral mittendrin.



Verlangen Sie unseren neuen Katalog!
 Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

EDITORIAL	3
INTERVIEW	6–8
GEWERBESEITEN	9
Reitbörse, Matten	9
Zurbuchen Plattenbeläge & Ofenbau AG, Unterseen	11
INFOSEITEN	13
Team H. Gosteli AG: Garten	13
Daniel Capelli: Liegenschaftsmarkt	15
Roman Seiler: Fitness	17
Markus Gerber: Maler & Schriften	19
Bernhard Frutiger: Japanische Akupunktur	21
Ursula Stucki: Kosmetik-Beautytipp	23
Sirin Scheidegger: Reisen	25
Nicole Wegmüller: Haarentfernung	27
Judith Lüthi: Bücherecke	28
Daniel Rolli: Finanzplanungs-Tipp	31
Martin Krauchthaler: Computer	33
Sandra Kammermann: Gesundheitstipp	35
VEREINE UND ORGANISATIONEN	37
Galerie Kunstsammlung Unterseen	37, 39
Interlaken Classics	41
Oberländerchörli Interlaken	43
Modelleisenbahnfreunde Eiger Zweilütschinen	45
Frauenverein Gündlischwand-Zweilütschinen	51
Heimatwerk Interlaken	53
Jodlerklub Unterseen	55
Musikgesellschaft Wilderswil	57
art7theater	59
Landfrauengruppe und Werkstube Habkern	61
Förderverein Trinkhalle am Kleinen Rugen	63
Chor Schlosskirche Interlaken	65
Ludothek Confetti Brienz	67
Jugendarbeit Bödeli	69
Evangelische Brass Band Interlaken	71
Verein Waldkindergarten Tatatuck	73
Claro Weltladen Interlaken	75
Stiftung Schloss Spiez	77
Stiftung Artilleriewerk Faulensee	79
Spiez Marketing	80
Schlosskonzerte Spiez	81
Wunderhuus Interlaken	83
Volkshochschule Oberhasli/Region Brienz	85
VERANSTALTUNGEN	47–50
TIERE SUCHEN EIN ZUHAUSE	87
WETTBEWERB	89
INTERVIEW MIT BLICK AUFS BÖDELI	91–93
KOLUMNE	94–95

Mobil sein

Krankensmobilen und Hilfsmittel

Verkauf und Vermietung





Reiserollator

Gerne beraten wir Sie
umfänglich über alle Produkte



Dr. Portmann
 Krankenmobilen- und Hilfsmittelzentrum

Apotheke Dr. Portmann AG
 Höhweg 4, 3800 Interlaken
 Tel. 033 828 34 34, www.portmann.ch



Frühling im Des Alpes, dem Treffpunkt in Interlaken:

Geniessen Sie unsere feinen Spargel-Spezialitäten

Bilderausstellung:
 Frau Heidy Tagliavini-von Segesser, Basel

So. 20.04. 15.30–16.30 Uhr
kommt der Osterhase zu allen Kindern ins Des Alpes

Täglich grosses Angebot an frischer Patisserie;
 Unser Konditor Egon berät Sie gerne!

Werktags täglich 2 Menüs (1 vegi) à CHF 18.00
Fragen Sie nach unserem Menüpass:
Jedes 11. Menü ist gratis!

Herzlich willkommen!



RESTAURANT • PIZZERIA • BAR • TERRASSE • KONDITOREI
 Höhweg 115 • 3800 Interlaken • Switzerland
 Tel. 033 822 23 23
 www.desalpes-interlaken.ch • info@desalpes-interlaken.ch

«Es ist eine Ehre, einen Hundertjährigen durchs Jubiläum zu steuern.»

Im Sommer 2014 hilft Kapitän Martin Schild gleich zwei Geburtstage zu feiern: 175 Jahre Schifffahrt auf dem Brienzersee und 100 Jahre Dampfschiff «Lötschberg».



Martin Schild
Kapitän Dampfschiff
«Lötschberg»

Zur Person
Martin Schild

Jahrgang: 1979

Zivilstand: in festen
Händen

Beruflicher Werdegang:
Lehre als Elektromonte-
teur, seit April 2001
bei der Schifffahrt BLS
als Betriebselektriker,
interne Ausbildungen
im nautischen Dienst,
zwei Motorschiffprüfun-
gen und im September
2013 dann die Prüfung
B III (Dampfschiff), 2014
erste Saison als Kapitän
auf dem Dampfschiff
«Lötschberg».

Hobbies: Snowboard
und Velo, lesen und
kochen

www.bls.ch/schiff

Martin Schild, Sie sind neuer Kapitän auf dem Dampfschiff «Lötschberg». Haben Sie damit einen Bubentraum verwirklicht?

Bei mir kann man das wirklich so sagen. Ich war als etwa achtjähriger Bub in Brienzen in den Ferien. Da stand ich an der Ländte und sagte mir: Ich möchte einmal dieses Schiff fahren können.

Vor genau 100 Jahren, am 25. Juli 1914, wurde der Salondampfer in Betrieb genommen. Das war ein grosses Ereignis...

...es war für den Brienzersee die Krönung der Flottenerweiterung. In der Belle Epoque war der Tourismus richtig aufgeblüht. In der Euphorie hat man das schöne, neue Schiff bestellt. Kaum war es geliefert, kam aber der Schock.

Ja, das Vergnügen dauerte nur wenige Tage, da der Betrieb wegen des Kriegsausbruchs für viele Jahre stillgelegt werden musste. Das war sehr schade, oder?

Alles war wie ein Kartenhaus zusammengebrochen. Es dauerte lange, harte Jahre, bis nach dem Krieg die Lage wieder besser wurde. England und Frankreich waren stark kriegsgeschädigt. Erst Mitte der Zwanzigerjahre konnte das Schiff wieder in Betrieb genommen werden.

Der Schiffsbetrieb kam also langsam wieder in Fahrt. Sah das Dampfschiff «Lötschberg» damals schon gleich aus wie heute?

Das Schiff wurde 1914 von Escher Wyss & Cie. Zürich für den Betrieb auf dem Brienzersee erbaut. Bei der Konstruktion wurde bewusst Wert auf Einfachheit und kostengünstige Lösungen gelegt, denn das Schiff sollte vorwiegend dem Tourismus, der Mobilität sowie dem Tier- und Warentransport dienen. 1968 folgte der Umbau von Kohlen- auf Leichtölfeuerung. Im Jahr 2000 wurde der Salondampfer nach über 540'000 gefahrenen Kilometern einer Grossrenovation unterzogen. Ausschlaggebend für die Generalüberholung war damals der Dampferzeuger, welcher ersetzt werden musste.

Und das äussere Erscheinungsbild wurde auch verändert?

Es wurde kein Aufwand gescheut, das Schiff nach denkmalpflegerischen Grundsätzen bis in kleinste Details wieder herzustellen und einzurichten. So wurde beispielsweise der Salon inklusive Restaurierung des Holzwerks stilgerecht renoviert und mit einer entsprechenden Beleuchtung ausgestattet. Das Flaggschiff der Brienzersee-Flotte zeigt sich heute wieder in seiner Originalfarbe grün

und weiss. Es hat von seiner Schlichtheit, durch die es sich von anderen Dampfschiffen aus seiner Zeit abhebt, nichts eingebüsst.

Solche Renovationen sowie die hohen Unterhaltskosten sind natürlich für das Unternehmen belastend. Gibt es dafür auch Unterstützung?

Wir sind vor allem sehr dankbar für die Unterstützung der Dampferfreunde Thuner- und Brienzersee. Sie helfen dort, wo man etwas am Schiff verschönern kann. Man berücksichtigt die Anliegen der Denkmalpflege und achtet ganz besonders auf die optischen Verbesserungen. So hat man zum Beispiel vor einigen Jahren den ganzen Salon neu polstern lassen. Bei dem aufwändigen Unterhalt springen die Dampferfreunde dort ein, wo die normalen Mittel nicht mehr reichen würden.

Auch jetzt gerade wird in der Werft eifrig gearbeitet. Was geschieht da?

Wir überholen die Schiffe im Turnus. Das ganze Personal wird dafür eingespannt. Wir sind alles Handwerker. Wir haben Schreiner, Schlosser, Maler, Mechaniker, Sanitärinstallateure und so weiter. Ich bin der Betriebselektriker. Alles was nicht sehr komplex ist, machen wir hier selber.

Noch immer ist der Dampfer für Kinder und Erwachsene die grosse Attraktion auf dem Brienzersee. Erleben Sie das auch so?

Ja, absolut. Das merkt man, wenn man mit dem «Lötsch» daherkommt. Die Leute nehmen die Fotoapparate hervor, die Kinder geraten in Aufregung und wenn das Dampfschiff einmal nicht fährt, was auch schon vorgekommen ist, dann sind alle enttäuscht und wollen wissen, was denn los sei. Auf dem «Lötsch» ist alles lebendig. Es ist eine sichtbare Technik.



Im Winter wird das Schiff überholt. Die Besatzung arbeitet als Handwerker, der Kapitän als Betriebs-
elektriker.

Man spürt die abgestrahlte Wärme und riecht die Dampfmaschine. Das lieben die Leute.

Gerade hier in der Werft erscheint das Schiff sehr gross und breit. Können Sie einige Zahlen nennen?

Zugelassen sind 800 Fahrgäste. Die Länge beträgt gut 56 Meter, die Breite 12 Meter 60 Zentimeter. Das Dock ist ausgefüllt. Rechts und links sind nur einige Zentimeter Platz, und damit wir das Halntor schliessen konnten, mussten wir den Heckmast umlegen.

Wie ist die Manövrierfähigkeit des grossen Schiffes? Unterscheidet sie sich stark von der Wendigkeit der neueren Motorboote?

Der Unterschied ist gewaltig! Die Wendigkeit ist nicht vergleichbar mit einem Motorschiff. Man kann schlechter korrigieren und muss mit viel flacherem Winkel an die Stationen heranfahren. Der grösste Unterschied ist, dass ich selbst an der Maschine nichts bedienen kann.

Ich fahre jedes Manöver mit dem Heizer oder dem Maschinisten. Ich muss die Bewegungen der Maschine übers Sprachrohr verlangen. Es ist ein wirkliches Teamwork.

Im Sommer gibt es ja manchmal fast ein Gedränge auf dem See: Boote aller Art,

«DIE SICHERHEIT
GEHT IMMER VOR –
UND DIE VERNUNFT!»



In der Halle wirkt der Dampfer riesig. Zum Schliessen des Tors musste der Heckmast umgelegt werden.

Wasserskifahrer, Surfer, Schwimmer – gibt das keine Probleme?

Auf dem Brienersee haben wir weniger Verkehr als etwa auf dem Thunersee. Aber man muss eben immer vorausschauend fahren und rechtzeitig erkennen, was einer für einen Kurs fährt. Man muss früh genug ausweichen, um nicht im letzten Moment noch zu einem Haken gezwungen zu werden. Es bringt auch nichts, auf dem Vortritt zu beharren, sogar wenn man ihn als Kursschiff hat. Die Sorgfaltpflicht kommt immer an erster Stelle.

Und die Seetüchtigkeit des Dampfers? Auf dem Brienersee kann es ja heftige Stürme und überraschende Gewitter geben.

Auch dort: Voraus schauen, das Wetter beobachten! Wenn es ganz schlimm ist, muss man halt einmal an einer Station ein paar Minuten warten. Ich habe aber noch nie erlebt, dass man den Betrieb ganz hätte einstellen müssen. Auch auf dem See kann es sein, dass man ein bisschen warten muss, bis man eine Station anlaufen kann. Wir nennen das «abwettern». Es bedeutet, dass man halt noch eine Schlaufe fährt bis das Schlimmste vorüber ist ...

... also haben Sie noch nie Angst gehabt?

Angst – nein! Respekt schon. Ich habe ja die Verantwortung. Die Sicherheit geht immer vor – und die Vernunft! Es bringt nichts, mit voller Fahrt durch eine Hagelfront zu dampfen und die Scheiben zerschlagen zu lassen. Da wartet man eben, bis es vorbei ist.

Und jetzt stehen Sie also vor ihrer ersten Saison als Kapitän auf dem Dampfschiff «Lötschberg». Und das ausgerechnet im Jubiläumsjahr! Ein gutes Gefühl?

Es ist eine Ehre, einen Hundertjährigen durchs Jubiläum zu steuern. Und man darf nicht meinen, auf dem Brienersee seien nur kleine Fahrten möglich. Eine Touristin aus Asien hat mir einmal gesagt, sie hätte den Pass nicht eingepackt und möchte nun wissen, ob die Endstation oben am See ganz sicher noch in der Schweiz sei ...

Welche Anlässe im Rahmen des Jubiläums sollte ich auf keinen Fall verpassen?

Vom 5. April bis zum 1. Juni gibt es Tageskarten zum Spezialpreis. Am 25. Juli ist der 100-jährige Geburtstag des Dampfschiffs «Lötschberg». Und am Wochenende vom 5./6. Juli ist ein grosses Brienerseeefest.

Ein «Hasler» erzählt sein Dampf-Erlebnis in Brienz

Ein reiselustiger Meiringer stieg einst beim Bahnhof Brienz aus dem Zug. An der Ländte war das Dampfschiff gerade startbereit. Es hupte und dampfte, dass es eine Freude war. Staunend verfolgte der Weitgereiste die Abfahrt des Schiffes und bestieg dann wieder den Zug ins Hasli. «Jetzt habe ich Glück gehabt und etwas ganz Interessantes erlebt», erzählte er am Abend daheim. «Heute habe ich zugeschaut, wie die Briener das Rothornbähnli gebadet haben!»



Reitartikel für Jedermann...

Reitbörse Interlaken Feldgässli 100, in Matten

Angefangen hat es vor x Jahren in einem, dann zwei Räumen zu Hause bei Silvia Mätzener. Die Idee dahinter war, dass intakte gebrauchte Reitsachen nicht in den Müll gehören, sondern günstig den Besitzer wechseln und da noch gute Dienste verrichten können.

Nicht Jedermann/Frau kann sich alles neu leisten und die, die es los werden wollen noch ein paar Franken daran verdienen können.

Aber da die Nachfrage sehr gross war, gesellten sich zu den gebrauchten auch neue Reitartikel dazu! Das Angebot wurde umfangreicher.

So wurde bald klar: Die beiden vorhandenen Räume sind zu klein!

Mit dem Bau der neuen Reitsportanlage von Iris Köpke gab es auch eine Ecke für den Reitladen. Im Jahre 2010 zog die Reitbörse Interlaken ins Feldgässli und konnte sich dort noch vergrössern. Zum Occasion-Sortiment kamen noch mehr neue und bekannte Reitsportartikel dazu, namhafte wie Mountain Horse, HV Polo, HKM, Horze, Casco Eurostar u.s.w. kann in der Reitbörse gekauft werden. Was nicht an Lager ist, kann fast immer bestellt werden.

Sucht man einen Sattel, ab in die Reitbörse, gegen eine Gebühr von Fr. 50.– kann man den Sattel eine Woche lang ausprobieren. Selbstverständlich be-

kommt man die Fr. 50.– angerechnet, wenn man den Sattel kauft. Oder suchen Sie Reitstiefel, kommen Sie vorbei und probieren Sie die diversen Modelle...

Jacken, Hosen, Helme, Handschuhe oder vielleicht eine Mistgabel? Dann sind Sie bei uns richtig...

Öffnungszeiten

Montag 14.00 bis 16.00 Uhr
Mittwoch 14.00 bis 14.00 Uhr
Freitag 17.00 bis 20.00 Uhr
Samstag 11.00 bis 15.00 Uhr

Silvia Mätzener und Brigita Guntern sind für Sie da und bedienen und beraten Sie gerne.

Silvia Mätzener
Reitbörse
Pferdesportcenter
Feldgässli 100
3800 Matten
Telefon 079 635 91 87
info@reitboerse.ch
www.reitboerse.ch





40 Jahre Zurbuchen Plattenbeläge und Ofenbau AG 1974–2014

Am 1. April 1974 wurde die Firma durch Urs Zurbuchen als Einzelfirma Urs Zurbuchen Plattenbeläge in Unterseen gegründet.



Das erste Firmenfahrzeug war damals der weisse VW Pick-up mit Doppelkabine auf dem Foto. Schon bald wurde die Firma für ihre Qualitätsarbeiten bekannt, welche Urs Zurbuchen als Einmannbetrieb prompt und zuverlässig erledigte. Die Auftragslage war sehr erfreulich und somit konnte man ein gesundes Wachstum mitmachen. Dabei wurde immer auf die individuellen Kundenwünsche eingegangen und keine Massenabfertigung begangen. Durch diese Vorgehensweise konnte der hohe Standard unserer Arbeit stets gehalten oder durch gezielte Schulung noch verbessert werden. Im Jahr 2000 trat der ältere Sohn Marco in die Firma ein. Nach intensiven Jahren der Sammlung von Praxis im Bereich Ofenbau/Cheminéebau und der Vollendung mit dem Meisterdiplom als eidg. dipl. Hafnermeister hat er eine neue, interessante und vielseitige Sparte in den Betrieb integriert. Sieben Jahre später, im Mai 2007 stieg auch Adrian, der zweite Sohn im Familienbetrieb ein. Er ist eidg. dipl. Plattenlegermeister und bringt so sein Fachwissen und seine gesammelten Erfahrungen in diesem vielseitigen Bereich ein. Unser Bestreben

ist es, wie bereits seit 40 Jahren, dem Kunden stets eine optimale Lösung zu präsentieren und diese fachgerecht und auf hohem Standard auszuführen. Durch stetige Weiterbildung und Entwicklung sind wir immer mit den neusten und besten Techniken und Materialien vertraut. Unser Betrieb beschäftigt heute 6 Mitarbeiter und wir bilden seit 1983 stets Lehrlinge zum Plattenleger aus.



Marco Zurbuchen
Eidg. dipl.
Hafnermeister

Wir sind Ihr Fachbetrieb für

Keramische Wand- und Bodenbeläge ■ Natursteinbeläge ■ Glasmosaik ■ Ofenbau/Cheminéebau ■ Cheminéeöfen/ Pelletöfen ■ Kaminbau



Adrian Zurbuchen
Eidg. dipl.
Plattenlegermeister

Im Jahr 2013 haben wir an der Bahnhofstrasse einen Showroom im Bereich des Cheminée- und Ofenbaus eingerichtet. Dort beraten wir Sie gerne in allen Bereichen der Kleinholzfeuerungen.

Wir freuen uns, auch in Zukunft viele schöne Kontakte zu pflegen und interessante Arbeiten für Sie ausführen zu dürfen.

Zurbuchen
Plattenbeläge und
Ofenbau AG
3800 Unterseen
Telefon 033 822 79 84
info@zurbuchen-
unterseen.ch
www.zurbuchen-
unterseen.ch
www.ofencheck.ch

Neu: Showroom
Bahnhofstrasse 21
Unterseen

FIT IN DEN SOMMER.

...UND WIR HELFEN DIR DABEI. <<

- MOTIVIERTE UND PROFESSIONELLE PERSONAL TRAINER HELFEN DIR, DEINE PERSÖNLICHEN ZIELE ZU ERREICHEN
- IDEALE TRAININGSBEDINGUNGEN FÜR GESUNDHEITS-, HOBBY- UND LEISTUNGSSPORTLER
- EINZELINTRITT WIRD BEI EINEM ABOKAUF ANGERECHNET

**JUNG UND ALT SIND BEI UNS
HERZLICH WILLKOMMEN!**

JAHRES-
ABO AB CHF
450
INKL. GERÄTE-
EINFÜHRUNG UND
TRAININGS-
PROGRAMM

GROUPFITNESSPROGRAMM

APRIL

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
08.30 – 09.25			Zumba Irene von Atzigen			
09.00 – 09.55	Fit im Alter Irene von Atzigen	Power Dumbell Andrea «Butzli» Feuz		Cycling Beni Brigglen	Power Yoga Susi Landmesser	
12.15 – 12.45			Smart Abs Corina Egger			
18.00 – 18.55	Power Dumbell Irene von Atzigen	Fitboxe 1 + 2 * Irene von Atzigen	M.A.X. (30 Min.) Irene von Atzigen	Power Dumbell Andrea «Butzli» Feuz		
19.00 – 19.55	Bodyforming BBP Irene von Atzigen	Zumba Karin Oberli	Cycling Andrea Straubhaar	Bodyforming BBP Irene von Atzigen		
20.00 – 20.55			Pilates Susi Landmesser			

*** FITBOXE NEU
2 LEKTIONEN!**
Dienstag, 17.30 – 18.10 Uhr Lektion 1
Dienstag, 18.15 – 18.55 Uhr Lektion 2
(beide Lektionen mit Irene von Atzigen)

Nicht im Abo begriffen: Kangatraining jeden Mittwoch von 10.00 – 10.55 Uhr

Weitere Infos auf unserer Website



Die BVG-Sammelstiftung Jungfrau – die Vorsorgelösung für Ihre Unternehmung

Seit 25 Jahren stellt die BVG-Sammelstiftung Jungfrau in Interlaken die berufliche Vorsorge für ihre angeschlossenen Firmen aus der «Bödeli»-Region solide und erfolgreich sicher.

Mit über 110% verfügt die BVG-Sammelstiftung über einen sehr soliden Deckungsgrad, was bei den Pensionskassen überdurchschnittlich ist. Bedingt durch die risikobewusste und konservative sowie flexible Anlagestrategie wurde eine Performance von rund + 6% erzielt. Dank diesem guten Resultat werden die Vorsorgegelder 2014 mit 2% verzinst, somit höher als der BVG-Mindestzinssatz.

Nehmen Sie für Ihre berufliche Vorsorge eine Standortbestimmung vor und vergleichen Sie diese mit der BVG-Sammelstiftung Jungfrau. Kontaktieren Sie Michael Reinle, Vorsorgeberater der Bank EKI, per Mail: michael.reinle@bankeki.ch; telefonisch: 033 826 17 94 oder den Geschäftsführer der BVG-Sammelstiftung Jungfrau, Ronald Biehler, per Mail: ronald.biehler@noventus.ch; telefonisch: 043 499 36 60.

Die BVG-Sammelstiftung Jungfrau konnte sich anlässlich eines Podiumsgesprächs im März an der Hochschule Luzern – Wirtschaft, Institut für Finanzdienstleistungen Zug IFZ, zusammen mit Experten der PWC, PPC Metrics und des ASIP, dem Schweizerischen Pensionskassenverband, einem interessierten Publikum vorstellen.



Ronald Biehler
Geschäftsführer
BVG-Sammelstiftung
Jungfrau

Weitere Informationen entnehmen Sie der Website: www.bvg-jungfrau.ch



WPC Terrassenholz und Sichtschutzwände

Wünschen Sie sich in Ihrem Outdoor-Bereich ein optisches Highlight?

Ein pflegeleichter und wunderschöner Terrassenboden oder eine schöne Sichtschutzwand könnte genau das Richtige sein...

Der absolute Renner in den letzten Jahren sind Terrassenböden und Sichtschutzwände aus WPC Holz. WPC steht für Wood Polymer Composites, dies wird in einem Spezialverfahren aus 60% Holzanteil und 40% Hightech Polymeren gefertigt. Durch diese Zusammensetzung haben die Terrassenböden eine enorme Strapazierfähigkeit und Haltbarkeit.

Sie sind sehr formstabil und zeichnen sich durch eine lange Lebensdauer aus, zur Freude des Nutzers sind diese sehr wartungsarm. WPC Terrassenböden wirken optisch wie Holz, sind aber pflegeleichter, viel wetterbeständiger und im Vergleich zu den Holzböden ist keine Behandlung wie Schleifen oder Ölen notwendig. Die WPC Decks sind rutsch- und wasserfest und haben gegenüber Holz kein Ausharzen oder Grauen. Zudem sind die Terrassenböden splitterfrei und werden auch als Barfussdielen bezeichnet. Pünktlich auf den Frühling wurde die Farbpalette angepasst, neu können Sie Ihr Terrassendeck in vielen verschiedenen Farben gestalten. Passend dazu sind Zaun- und Sichtschutzelemente, eine dauerhafte und ästhetische Lösung für den Aussenbereich. Man kann diese

Elemente für viele Einsatzbereiche verwenden, sei es als Wind- und Sichtschutzwand oder zum Beispiel als Begrenzung einer Terrasse.

Gerne geben wir Ihnen Auskunft bei einer persönlichen Beratung.

Ihr H. Gosteli Gartenbau-Team



H. Gosteli AG
Gartenbau/Gärtnerei/
Blumenladen
Metzgergasse 4
3800 Matten
Telefon 033 822 20 54
Telefax 033 822 92 69
info@hgosteliag.ch
www.hgosteliag.ch



Die Lagebeurteilung einer Liegenschaft

Die meisten Besitzer von Eigentumswohnungen oder bei Einfamilienhäusern glauben, dass sie an einer guten Wohnlage leben. Wer behauptet schon, dass er in einer schlechten Lage wohnt.

Was zeichnet jedoch eine gute Lage bei einem Wohnobjekt aus und wie erkennen Sie diese?

Die Lage ist der wichtigste Punkt, beim Kauf einer Immobilie. Alle anderen Kriterien sollten erst danach gewichtet werden. Denn der Wert des Landes wird aus der Gunst der Lage und dem Mass seiner Nutzung berechnet. Untenstehend sind die 5 wichtigsten Punkte aufgezählt und erklärt, welche bei der Lagebeurteilung berücksichtigt werden müssen:

Siedlungsart

Ist es eine Stadt, ein Dorf, ein abgelegenes Dorf oder ein Ferienort und ist die Lage im Zentrum, in einem Aussenquartier oder am Dorfrand. Für Ferienorte ist weiter zu beachten, ob es ein erstklassiger Ferienort, mittlerer oder kleinerer Ferienort ist.

Nutzungsqualität

Wo liegt das Grundstück in der Wohn- oder/und Gewerbezone, ist es Kernzone, gehobene oder einfache Wohnzone. Liegt das Grundstück sogar in der Landwirtschaftszone. Wie ist die Ausnutzungsziffer; sehr hoch, mittel oder schlecht!

Lagequalität

Wie attraktiv ist die Wohnlage? Ist es ein vornehmes Villenviertel mit bester Fernsicht und viel Sonne und keine Immissionen oder ist es eine Wohnlage mit Sonne, Teilsicht und mittleren Immissionen oder eine unattraktive Wohnlage ohne Sonne und Aussicht und starken Immissionen.

Infrastruktur

Wie sind die öffentlichen Verkehrsmittel. Hat es diverse ÖV in unmittelbarer Nähe oder sind die Verbindungen eher schlecht oder gar nicht vorhanden. Hat es Primar- und Sekundarschulen, Gymnasium, Einkauf und Kultur in kurzer oder mittlerer Entfernung.

Marktverhältnisse

Wie ist die Nachfrage und das Angebot, gross, klein, genügend oder nicht vorhanden!

Alle diese Faktoren zusammen gewichtet, ergeben schlussendlich die Lagebeurteilung ob sehr gut, mittel oder eher schlecht. Für die optimale Lagebeurteilung auch beim Kauf einer Immobilie lassen Sie sich daher auch von einem Experten (Architekten, Schätzungsexperten oder Immobilien-Treuhandhändler) beraten.



Daniel Capelli
Geschäftsführer
Martha Ruf
Immobilien-Treuhand AG
3800 Unterseen
Telefon 033 822 69 55
info@martharuf.ch
www.martharuf.ch



2014



06.04.2014
GROSI

11.04.2014
NICOLE BERNEGGER
ABGESAGT!
MARTEMARIE

25.04.2014
ABBA GOLD



IM THEATERSAAL KURSAAL INTERLAKEN

VERANSTALTER: JUNGFRAU WORLD EVENTS GMBH, INTERLAKEN TOURISMUS, CONGRESS CENTRE KURSAAL INTERLAKEN



Altersflecken

Wenn die Sonne ein Zeichen setzt.



vor der Behandlung



nach der Behandlung

Altersflecken verschwinden nicht von alleine. Aber sie können durch eine Behandlung mit dem Laser effektiv und schonend entfernt werden. Die Spezialisten vom Laserinstitut Thun wissen wie.

Wie entstehen Altersflecken?

Plötzlich sind sie da – und wollen nicht mehr weichen: Altersflecken sind bräunliche, wenige Zentimeter grosse Pigmentstörungen. Sie entstehen durch Pigmentansammlung in der Oberhaut und sind Ausdruck einer Zellschädigung aufgrund langjähriger UV-Bestrahlung der Haut. Es handelt sich hierbei um gutartige Hautveränderungen, die meistens im Gesicht, im Bereich des Dekolletés oder am Handrücken auftreten.

Effektiv, schonend und schmerzarm

Für die Entfernung verwenden wir den gepulsten Alexandrit-Laser. Die dunklen Pigmente werden unter Schonung des umgebenden Gewebes vom Laserlicht zersprengt und die verbleibenden Teile vom Körper abgebaut. Nach der Behandlung bilden sich leichte Krusten, die nach 1-2 Wochen abheilen. Die Behandlung ist schonend und verursacht lediglich ein leichtes Brennen.

Sichtbare Erfolge nach einer Behandlung

In der Regel ist nur eine Behandlung notwendig. Der Erfolg ist jedoch nicht sofort nach der Laserbehandlung erkennbar, dieser stellt sich erst nach 2-4 Wochen ein.

Vorbeugung ist die beste Behandlung

Vermeiden Sie lange Sonnenbäder und schützen Sie Ihre Haut konsequent mit einem hohen Sonnenschutz – auch im Winter und besonders auf der Skipiste.

Wir geben unser Bestes, damit Sie sich schön fühlen.

Wir behandeln Altersflecken, Couperose, Falten, Narben, Cellulite, Besenreiser und Lippen und bieten Haarentfernung, Hyperhydrose, Mesotherapie, Hautverjüngung, Peeling, Tattoo-Entfernung sowie die fraktionierte Laserbehandlung an.

Vertrauen Sie auf langjährige Erfahrung und seriöse Behandlungsmethoden.

Weitere Informationen über unsere vielfältigen Behandlungen erhalten Sie unter www.laserinstitut.ch oder in einem persönlichen, kostenlosen Beratungsgespräch.

Schön, Sie bei uns begrüssen zu dürfen.



Dermatologisches Laserinstitut
Hofstettenstrasse 15E, 3600 Thun
Telefon 033 223 35 33
info@laserinstitut.ch
www.laserinstitut.ch



**DERMATOLOGISCHES
LASERINSTITUT**



Der Wandel der Fitnessbranche

Zeiten ändern sich. Dies ist auch in der Fitnessbranche so. Immer mehr Fitnesscenter werden eröffnet und Kunden wird die Entscheidung schwieriger gemacht.

Aber was brauche ich zum Trainieren? Sind Öffnungszeiten entscheidend für mich oder doch die Betreuung?

Die Bedürfnisse der Gesellschaft und deren Strukturen haben sich in den letzten Jahren stark verändert und mit ihnen die Ansprüche an ein Fitnesscenter. Flexibilität und Individualismus stehen immer mehr im Vordergrund der Gesellschaft und deshalb ist ein traditionelles Fitnesscenter mit fixen Öffnungszeiten und stetiger Betreuung nicht mehr zeitgemäss.

Das Ziel ist es, den Kunden die am besten mögliche Trainingsplattform zu bieten. Dies ist auf verschiedene Wege möglich:

Es gibt nur noch eine Öffnungszeit – rund um die Uhr

Auf der ganzen Welt ist dieser Ansatz auf dem Vormarsch. Diese Änderung bewirkt, dass Sie Ihr Training individuell an Ihre Tagesabläufe und Ihren Lebensrhythmus anpassen können. Es gibt keine lästigen zeitlichen Beschränkungen mehr und Sie können Ihren Körper zu jeder Tageszeit nach Ihren Wünschen trainieren – Die Flexibilität in Ihrer Planung ist gewährleistet.

Individuelle Preise – Sie bezahlen nur Leistungen, die Sie beanspruchen

Fitnesstrainierende, welche bereits jahrelange Erfahrung haben, haben andere Bedürfnisse als Neutrainierende. Deshalb wird das Fitnessabonnement in verschiedene Module aufgeteilt. Das Grundmodul beinhaltet den Zutritt zum Fitnesscenter zu allen Zeiten. Desweiteren kann man verschiedene Module dazukaufen, wie z.B. Ernährungsberatung, Personaltraining und erstellen von Trainingsplänen. Der Preis passt sich Ihren individuellen Bedürfnissen an und ist auf Sie persönlich abgestimmt. Sie bezahlen nur, was Sie auch in Anspruch nehmen!

Einen weiteren spannenden Bereich ist das Groupfitness. Sie wollen regelmässig in einer Gruppe trainieren? Dann entscheiden Sie sich für einen unserer Kurse, wie z.B. Fitboxen, Fit for fun, etc. Weitere Infos und ein gratis Probetraining sind jederzeit möglich.

Wenn man sich auf dem Fitnessmarkt umschaute, findet man im Moment noch beide Varianten. Wobei auch deutlich zu bemerken ist, dass die Preisschere gross ist – beträgt die Differenz ca. Fr. 500.– pro Jahr.



Roman Seiler
Geschäftsführer
Power Plaza
Eichzunft 4
3800 Unterseen
Telefon 033 823 07 37
roman.seiler@powerplaza.ch
www.powerplaza.ch

Fitness und Gesundheit

Bauch weg in 4 Wochen! Der Sommer rückt näher...

Abnehmen mit Spass! So lautet die Devise dieses Abnehm-Konzepts.

Sie trainieren an modernen Ausdauergeräten, dabei aktiviert der mobile Bauchgurt Slim Belly durch sanfte Wechsellagerung die Durchblutung und den Fettabbau am Bauch. Zusätzlich erhalten Sie bewährte Ernährungsregeln.

Auch für untrainierte Personen ohne Fitnesserfahrung geeignet.

Dauer: 4 Wochen mit 3 Einheiten/Woche je 30-40 min
Teilnahmegebühr: 180.- SFr.

... mehr Informationen erhalten Sie bei inform plus Interlaken oder unter www.slim-belly.com

Jetzt anmelden unter:
033 822 04 00

Wir freuen uns auf Sie!

**8-fach höhere
Fettreduktion**
An der Hüfte durch
Airpressure Bodyforming
mit Slim Belly.



www.inform-plus.ch

inform plus Interlaken | Oberland Shopping | 3800 Matten bei Interlaken | 033 822 04 00

Denkmal an den Untergrund

Was nützt der beste Anstrich, wenn der Untergrund nichts taugt?

Das ist eine Frage, mit der sich nicht nur jeder Maler, sondern auch Architekten oder Mitglieder der Denkmalschutzbehörden auseinandersetzen. Wer kennt das nicht? Es werden historische Anstriche empfohlen, seien es Kalkfarben, Silikatfarben oder Ölfarben, diese werden eingesetzt und nach relativ kurzer Zeit kommt es zu Schäden. Warum? Sind die «alten», historischen Anstriche ungeeignet in unserer modernen Welt?

Dem bestehenden Untergrund wird zu wenig Beachtung geschenkt. Alte Fassade bedeutet nicht gleichzeitig historischer Anstrich.

In der Regel werden Fassaden alle 15 bis 25 Jahre renoviert, da ist es durchaus logisch, dass in den letzten Jahrzehnten auch Acrylfarben, Dispersionen, Latexfarben, Alkydharzanstriche usw. gestrichen wurden. Auch gilt zu beachten, dass Anstrich auf Anstrich auf Anstrich irgendwann nicht mehr funktioniert und diese «Vergangenheit» komplett wieder entfernt werden muss. Dies trifft zumindest bei «modernen» Anstrichsystemen zu, die nicht durch natürliche Abwitterung mit der Zeit matt werden und sich in der Schichtstärke durch Kreidung reduzieren.

Was sind historische Anstriche:

Historische Anstriche sind zeitlich weit zurückliegende Technologien zur Beschichtung von Baustoffoberflächen in

solider handwerklicher Ausführung. In der Regel mit ökologisch und ökonomisch günstiger Rohstoffgrundlage. Gebäude mit wirklich alten (historischen) Anstrichen sind heute eher selten anzutreffen und dann meistens «Sache» des Denkmalschutzes in Zusammenarbeit mit dem Handwerk. Und genau hier stellen sich immer wieder zwei Fragen:

- Um was für einen Altanstrich handelt es sich?
- Wie entfernt man einen Altanstrich um einen intakten Untergrund richtig instand zu stellen?

Hier ist es ganz wichtig, ganzheitlich an entsprechende Objekte heran zu gehen.

- Mangelhafte oder fehlende Konstruktionen verursachen oftmals Schäden an Untergründen.
- Finden Sie heraus, wie das Gebäude genutzt wird, wie alt es ist, und wann die letzte Renovation durchgeführt wurde.
- Werfen Sie einen Blick auf die umliegenden Gebäude, weisen diese dieselben Probleme auf?
- Prüfen Sie den Untergrund mit oftmals einfachen Massnahmen; z.B. Benetzungsprobe, Gitterschnitt, Wärmeprüfung, Lösemitteltest, Säuretest oder pH-Indikator.

Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



Markus Gerber
Geschäftsführer
Dällenbach + Co. AG
Malergeschäft
General-Guisan-
Strasse 21
3800 Interlaken
Tel. 033 822 28 56
Fax 033 823 35 08
Mobile 079 340 96 74
daellenbach@
farbwelten.ch
www.farbwelten.ch

SCHWEIZER PREMIERE
NEW SWIFT SERGIO CELLANO®:
KUNDENVORTEILE VON Fr. 5 940.-*

IHR VORTEIL Fr. 5 940.-*
NEW SWIFT 1.2 SERGIO CELLANO FÜR NUR Fr. 18 990.-

Auch als 4x4 oder Automat. Limitierte Serie. Nur solange Vorrat.
*** Ihr Sergio Cellano Vorteil:** Sergio Cellano Paket, LED-Tagfahrlicht, 16" Leichtmetallfelgen, Nebelscheinwerfer, getönte Scheiben, Tempomat, elektrische Fensterheber, Sergio Cellano Sitzbezüge inkl. Kopfstützen sowie Dekorstreifen, sportliches Lederlenkrad, Navigationsgerät und 5 Jahre Suzuki Premium- und Mobilitätsgarantie.



SC Sergio Cellano
5 JAHRE
PREMIUM
*New Swift 1.2 Sergio Cellano, 5-türig, Fr. 18 990.-, Treibstoff-Normverbrauch: 4.9l/100km, Energieeffizienz-Kategorie: C, CO₂-Emission: 113g/km; Durchschnitt aller Neuwagenmarken und -modelle in der Schweiz: 148g/km.

Jubiläumsausstellung

10./11. Mai 2014

Für alle Besucher halten wir Speis und Trank bereit.

SUZUKI NEW HIT-LEASING
 Gerne unterbreiten wir Ihnen ein auf Ihre Wünsche und Bedürfnisse abgestimmtes Suzuki Hit-Leasing-Angebot. **Sämtliche Preisangaben verstehen sich als unverbindliche Preisempfehlung, inkl. MwSt.** Limitierte Serie. Nur solange Vorrat.



HARDERGARAGE HILBER

Hardergarage Hilber GmbH
 Hauptstrasse 4
 3800 Matten b. Interlaken
 +41 (0)33 822 36 51
 info@hardergarage-hilber.ch
 www.hardergarage-hilber.ch

Die kompakte Nr. 1

SUZUKI Way of Life!

www.suzuki.ch

frutiger sarbach
 akupunktur und osteopathie

Schultergelenkentzündung (Frozen Shoulder)

Japanische Akupunktur für die Beweglichkeit und Schmerzen der Schulter

Hinter dem Begriff **Schultergelenkentzündung** können verschiedene degenerative Veränderungen im Schultergürtel stecken, die mit einer schmerzhaften und eingeschränkten Beweglichkeit der Schulter einhergehen. Diesen Zustand bezeichnet man per Definition auch als **Frozen Shoulder** oder schmerzhafte **Schultersteife**.

Die für eine Schultergelenkentzündung mit Schultersteife typischen Symptome sind Schulterschmerzen und Bewegungseinschränkung. Ist keine vorangegangene Schädigung oder Verletzung der Schulter als Ursache zu finden, entwickelt sie sich typischerweise in drei Phasen: In der **Anfangsphase** treten die Schmerzen in der Schulter vor allem nachts auf. Die Betroffenen erwachen dann, wenn sie sich von einer Seite auf die andere drehen. Die Schulter ist druckempfindlich und versteift zunehmend. In der **zweiten Phase** steht die eingeschränkte Beweglichkeit der Schulter im Vordergrund. Infolge der Schultersteife und der damit verbundenen Minderbelastung verkleinert sich oft die Schultermuskulatur. Ausserdem nehmen die Betroffenen wegen der Beschwerden meist eine Fehlhaltung ein und versuchen die Bewegungseinschränkung durch Ausgleichsbewegungen zu umgehen. Dies kann zu neuen Schmerzen führen, die vom Nacken oder Brustkorb ausgehen. In der **letzten Phase** der Schultergelen-

kentzündung geht die Schultersteife zurück. Wie lange dies dauert, ist von Fall zu Fall unterschiedlich. Die Symptome der Frozen Shoulder verschwinden auch nicht immer völlig: Es können deutliche Bewegungsdefizite zurückbleiben. Die Japanische Akupunktur therapiert mit Erfolg zunehmende Versteifung der Schulter. Durch die bewährten Techniken von Okyu (kleinste Hitze Applikation) können sich die entzündlichen Gewebestrukturen regenerieren. Die differenzierten Nadeltechniken der Japanischen Akupunktur lösen Verspannungen in der Schulter und Nacken Muskulatur. Diese Anwendungen helfen massgeblich eine totale Versteifung der Schulter zu verhindern und die Regenerationszeit erheblich zu verkürzen.

Wir bemühen uns, mit einer multimodalen Therapie aus Akupunktur und Entspannungstechniken, eine effiziente und nachhaltige Therapie anzubieten. Die gute Zusammenarbeit mit Ärzten und Therapeuten bringt einen koordinierten und ganzheitlichen Therapieansatz. Unsere Praxis und Therapeuten sind von kantonaler Stelle geprüft und zugelassen. Die Behandlung mit Akupunktur wird im Rahmen der Zusatzversicherung von sämtlichen Kassen unterstützt.

Ich wünsche Ihnen schöne Frühlingstage!
 Bernhard Frutiger



Bernhard Frutiger
 Japanische/Chinesische Akupunktur SBO-TCM
 Rosenstrasse 27
 3800 Interlaken
 Telefon 033 821 61 56
 www.akupunktur-interlaken.ch

Wir sind umgezogen. Sie finden uns neu an der Marktgasse 21, 3800 Interlaken.



Pilates mit Anita Kälin, diplomierte Pilates Studio Personaltrainerin

Im Trainingsraum für effizientes Personaltraining auf den Original Pilates Geräten «Reformer», «Trapez», «Chair» und «Barrel»:

Neu! Kleingruppentraining zum Schnuppern

Pilates am Allegro trainiert die tieferliegende Bauch- und Rückenmuskulatur, lockert und entspannt die Schulter- und Nackenmuskeln, verbessert die Beweglichkeit und kräftigt dabei den Bauch, die Beine, den Po und die Arme. Die gleichmäßige Dehnung und Kräftigung des gesamten Körpers hilft die muskulären Dysbalancen auszugleichen. Die Körperhaltung verbessert sich und das Körperbewusstsein wird gestärkt. Auch geeignet für Männer!

Mittwoch Abend um 18.45 Uhr für maximal 4 Personen
Schnupper-Abo: 5 Lektionen SFr. 200.—, ab 23. April 2014


Personaltraining

Pilates Personaltraining kann sogar bei Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates wie Rückenschmerzen oder Nackenverspannungen helfen!
Personaltraining-Abo: 11 x SFR. 990.—

Frühlingskurs Spezial: Hormon Yoga

Im 5 Tage Intensiv-Kurs erlernen Sie spezielle Atemtechniken und Körperstellungen der gesamten Hormon Yoga Übungsreihe und erhalten eine Audio-CD und Unterlagen um die Übungen danach sicher und alleine zu Hause durchzuführen.
Von Mittwoch 9. April bis Sonntag 13. April jeweils von 19.00 bis 21.00 Uhr.

Gruppenkurse: Neues Sommerprogramm ab 22. April

- Pilates
- Yoga
- Yogilates
- Bodytoning
- Pilates für Senioren
-  ZUMBA Fitness
- Step Intervall

Neu am Montag Abend um 17.45 Uhr:
Zumba Fitness für Anfänger
Probekurs: 8 Lektionen
SFr. 140.—, ab 28. April 2014

Fit schon vor der Arbeit? Mit Yogilates! Jeweils am Donnerstag um 7.00 Uhr

Studieleitung & Infos: Anita Kälin, Tel. 033 822 02 51 / 078 876 86 50
Pilates Studio Anitafit, alte Mühle, Spielmatte 3, 3800 Unterseen



Der Weg zur perfekten Haut!

Die ideale Behandlung um Ihre Haut auf den Frühling vorzubereiten.
Sagen Sie grossen Poren, unreiner und schlaffer Haut – Adieu!

Mikroexfoliation ist eine schmerzfreie Behandlung, welche in der Dermatologie und Kosmetik eingesetzt wird. Das neuartige Mikroexfoliations System verbessert das Hautbild und die Hautstruktur bereits ab der ersten Anwendung. Der Teint erscheint danach fühl- und sichtbar reiner, straffer, glatter und gleichmässiger.

Die Aufsätze entfernen die obersten Hautschichten, während eine sanfte Ansäugung die Produktion von Collagen und Elastin stimuliert und die Durchblutung fördert. Die Mikroexfoliation ist ein sicheres Verfahren zur Porenverfeinerung, Glättung der Haut und Hauterneuerung. Abgestorbene Hautzellen werden entfernt und das Wachstum gesunder neuer Zellen angeregt. Das Ergebnis ist ein glatter, strahlender und makelloser Teint.

Die Behandlung ist absolut schmerzfrei und Sie können danach direkt wieder unter die Leute gehen. Eine häufige, aber harmlose Erscheinung ist eine kurzfristige Rötung und Empfindlichkeit der Haut, dieser Effekt klingt jedoch schnell wieder ab. Sie geniessen eine angenehme und entspannte Behandlung. Die Behandlung ist auch für sensible Haut geeignet und hypoallergen.

Wann wird Mikroexfoliation angewendet:

- feine Linien + Fältchen
- vergrösserte Poren
- unreine Haut + Mitesser
- Akne- + Verletzungsnarben
- Pigmentflecken und ungleichmässige Hautstruktur
- fahler Teint + müde Haut
- sonnengeschädigte Haut

Unsere Kundinnen und Kunden sind begeistert!



Ursula Stucki
Kosmetikinstitut
Eichzün 9
3800 Unterseen
079 434 43 44
kosmetik@
ursulastucki.ch
www.ursulastucki.ch

Gratis Kundenparkplätze!



**MONT
BLANC**
EYEWEAR

Cartier

GUCCI

BVLGARI
EYEWEAR

LOTOS
SINCE 1872

BOSS
HUGO BOSS

LINDBERG

Ray-Ban
GENUINE SINCE 1937

POLICE
eyewear

PRADA

Dior

adidas

weltmode. spitzenqualität. bestpreise.

Import Optik 15 JAHRE

Import Optik Interlaken - Höheweg 24 - 3800 Interlaken
Telefon 033 822 70 00 - www.import-optik.ch



Lissabon – die Perlenstadt

Die Hauptstadt von Portugal am Fluss Tejo auf sieben Hügeln ist ein beliebtes Reiseziel für Alt und Jung.

«Wer Lissabon nicht gesehen hat, hat nichts Schönes gesehen» – so ein portugiesisches Sprichwort.

Ein optimales Reiseziel für jeden Monat.

Anreise Flug

Von der Schweiz aus kann man mit den Fluggesellschaften Swiss oder TAP direkt in die weisse Stadt an der Atlantikküste fliegen. Der Aeroporto de Lisboa ist der grösste und wichtigste Flughafen in Portugal. Er liegt ca. 7 Kilometer nordwestlich von der Hauptstadt Lissabon entfernt. Aeroshuttle und Aerobus bringen Sie direkt in die Stadtmitte, die Fahrkarten sind erhältlich für ca. CHF 2.50 pro Fahrt.

Zug

Die Reise mit der Bahn dauert von der Schweiz ca. 30 Stunden. Die Fahrt ist über Paris mit dem TGV möglich, dann weiter von Irun mit dem «Südexpress» Nachtzug nach Lissabon. Vom Ankunftsbahnhof in Lissabon besteht Anschluss zur Innenstadt.

Sehenswürdigkeiten

Ponte 25 de Abril

Eine Hängebrücke die über den Tejo Fluss in Lissabon führt. Sie verbindet die Metropole Lissabon mit der Stadt Almada und verfügt über eine sechsspu-

rige Autobahn. Die Bauweise ähnelt der «Golden Gate Bridge» in San Francisco.

Torre de Belem

So heisst das Wahrzeichen von Lissabon. Ein Wehrturm der zwischen 1515 und 1521 im manuelinischen Stil errichtet wurde. Der ehemalige Leuchtturm befindet sich am Ufer vom Tejo und bietet einen traumhaften Blick auf seiner Aussichtsplattform in 35 Meter Höhe.

Eléctrico

Die alten gelben Kabelbahnen gehören zu Lissabon wie der Tejo. Die Strecken führen durch die engen Kurven und schmalen Gassen der Altstadt von Lissabon. Die Kabelbahnen sind ein Muss für die Touristen in Lissabon, eine Fahrt kostet ca. CHF 3.50.

Elevador

Lissabon verfügt über einen historischen Vertikalzug Elevador da Santa Justa. Von der Aussichtsplattform hat man einen tollen Blick über das Castelo und den Tejo. Tickets gibt es jeweils vor dem Aufzug, die Auf- und Abfahrt kostet ca. CHF 6.00.

Shopping

Die traditionellen Einkaufszonen in Lissabon sind die Baixa und das Warenhaus Chiado. Viele Geschäfte haben bis zehn Uhr geöffnet.



Sirin Scheidegger
Reiseberaterin
BLS Reisezentrum
Interlaken West
Bahnhofstrasse 28
3800 Interlaken
Telefon 058 327 47 50
interlaken@bls.ch
www.bls.ch/reisezentren

Gerne beraten wir Sie über unsere Städtereiseangebote mit Bahn, Flug und Hotel in unserem BLS Reisezentrum Interlaken West.



silken

Jetzt buchen und profitieren.

Frühlingsaktion

Achselbehandlung CHF 80.– statt CHF 100.–
Gültig vom 1. April bis 30. Mai 2014

Ostergutschein

Bringen Sie dieses Inserat zu Ihrem kostenlosen Beratungstermin und **sparen Sie CHF 50.–** bei der ersten Behandlung.
Gilt nicht für Achselbehandlungen.

silken · Nicole Wegmüller
Aarestrasse 2 · 3800 Interlaken · 033 821 16 55 · www.silken.ch

Immer gut unterwegs mit seidiger Haut



Der Osterhase kommt...

- Gefärbte Unterbach Ostereier – es het so lang's het
- Colomba, das typische Ostergebäck aus Italien
- Butterhase für den Osterbrunch
- Bärlauchfrischkäse hausgemacht
- Osterdekorationen und Geschenke

Hauptstrasse 90, Brienz
033 951 11 34
Jungfraustrasse 46, Interlaken
033 822 14 00
www.chaefritz.ch

Neu: Bärlauchraclette



ROLF BENZ | TEAM7 | DE SEDE | JORI | TEAM BY WELLIS | BONALDO | LEOLUX | HÜLSTA | MONTIS | BICO
KETTNAKER | INTERLÜBKE | CREATION BAUMANN | VIFIAN | WALTER KNOLL | KARTELL | SPRENGER | RIPOSA



ALLES UNTER EINEM DACH UND GANZ IN IHRER NÄHE!

von Allmen

INTERLAKEN

www.wohncenter-vonallmen.ch

ALLES UNTER EINEM DACH

Möbel | Bettwaren | Küchen | Gartenmöbel | Bodenbeläge | Parkett | Polsterei
Vorhänge | Leuchten | Büro-, Objekt- und Hoteleinrichtungen

3800 Interlaken | Unt. Bönigstrasse 8 | 033 828 61 11



HAARENTFERNUNG

silken

Sanft und dauerhaft, die professionelle Haarentfernung mit «silken»

Der Sommer naht und der Wunsch nach haarfreien Körperstellen wie Beine, Bikinizone oder Männerrücken wächst. Nutzen Sie die «Body Sugaring» und «SHR», um sich Ihren Wunsch zu erfüllen.



Nicole Wegmüller
silken
Aarestrasse 2
3800 Interlaken-
Unterseen
Telefon 033 821 16 55
info@silken.ch
www.silken.ch

Haarfreie Damenbeine, eine sanfte Bikinizone oder enthaarte Männerrücken gelten seit Jahrhunderten als Schönheitsideal. Aber neben der Optik und dem Empfinden der Umwelt wird das eigene Körpergefühl durch die Enthaarung gefördert. Kein Nachdenken mehr über eingewachsene Haare oder stoppelige Stellen trüben das Sommerempfinden. Die Hauptunterschiede der beiden angebotenen Methoden zur sanften Haarentfernung liegen in der Art der Behandlung, der Dauerhaftigkeit und im Preis.

Die Methode «SHR» (Super Hair Removal) wird für dauerhafte Ergebnisse gewählt. Mittels eines modernen Gerätes wird die Haarwurzel mit gepulstem Licht bearbeitet. Das Ergebnis: Bereits wenige Tage nach der Behandlung fallen die zerstörten Haare aus. Die Poren der Haut schliessen sich und es entsteht seidig-weiche Haut, die Ihnen dauerhaft Freude bereitet. Günstiger und lang

anhaltend (aber nicht dauerhaft) ist die Behandlung beim «Body Sugaring». Ungewollte Körper- oder Gesichtsbehaarung wird bei dieser Anwendung durch erwärmte Zuckerpaste entfernt und kann daher bei allen Haar- und Hauttypen angewendet werden. Aufgrund des schonenden Verfahrens übrigens auch bei Neurodermitis, Schuppenflechte oder Krampfadern!

Nutzen Sie die kostenlose und professionelle Beratung von Nicole Wegmüller zu Ihrem Vorteil – für einen entspannten Sommer ohne lästige Körperbehaarung und eingewachsene Haare.

Weitere Informationen zu beiden Themen finden Sie auf unserer Website. Machen Sie jetzt Ihren Beratungstermin und nutzen Sie den Gutschein auf der gegenüberliegenden Seite.

Melden Sie sich noch heute – für seidig-weiche Haut mit silken.

Tapetenwechsel

Unvergessliche Ausbrüche aus dem Alltag

Die reizvollen Gaststätten liegen oft nicht am Weg. Sie befinden sich abseits an einem See, auf einem Berg, versteckt in der Stadt oder in einer Oase mitten im Grünen – dahin entführt Sie der «Tapetenwechsel». Das Autorenteam war unterwegs, hat sich zu Tisch gesetzt, die Umgebung erkundschafte, fotografiert und notiert. Die spannenden Porträts und die Fotos sind Vorfreude pur.

Alfred Häfeli und Erika Lüscher:
Tapetenwechsel – Ausflugsrestaurants in der Deutschschweiz
 Faro Verlag, Fr. 29.90



Krebsler AG, Judith Lüthi
 Höheweg 11, 3800 Interlaken
 Tel. 033 822 35 16, Fax 033 823 35 60
 buchoberland@krebser.ch
 www.krebser.ch

Krebsler

» Bürostuhlaktion Girsberger Reflex

Spezial-
angebot ab
765.-

Kommen Sie zum Probesitzen in
unser Bürocenter in Steffisburg.

Bücher | Papeterie | Büromöbel | Copy-Print
www.krebser.ch

Top 5 Belletristik

1. Der Hof / Simon Beckett / Verlag Wunderlich
2. Das Rosie-Projekt / Graeme Simsion / Verlag Krüger
3. Die Seltsamen / Stefan Bachmann / Verlag Diogenes
4. Die Anphabetin, die rechnen konnte / Jonas Jonasson / Verlag Carl's Books
5. Hab und Gier / Ingrid Noll / Verlag Diogenes

Top 5 Sachbuch

1. Die Besserköner / Wolfgang Koydl / Verlag Orell Füssli
2. Platzspitzbaby / Michelle Halbheer / Verlag Wörterseh
3. Der neue Tugendterror / Thilo Sarrazin / Verlag DVA
4. BodyReset – Schnelle Küche / Jacky Gehring / Verlag Weltbild
5. ZeroZeroZero / Roberto Saviano / Verlag Hanser



«Steinbockkonto – mehr Zins bei garantierter Sicherheit.»

Seit der Einführung vor 22 Jahren begeistern sich stetig mehr Kunden für unseren Klassiker. Wann werden Sie Teil dieser Erfolgsgeschichte?

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- aktueller Zinssatz 0.70 % für Genossenschafter
- kein Maximalbetrag
- kein Kursrisiko
- mündelsichere Anlage

Sicherheit, Kontinuität, Zuverlässigkeit, Innovation und Vertrauen. Das Steinbockkonto vereint diese Werte perfekt.

Liliane Zurschmiede

Seit 25 Jahren bei der Bank EKI

Unser Ziel ist die Schaffung von langfristigen Partnerschaften mit nachhaltigem Nutzen. Ihre zahlreichen Vorteile bei der Bank EKI verteilen sich auf die Bereiche Sparen, Zahlen, Anlegen, Finanzieren und Vorsorgen. Im Bödeli-Info zeigen wir Ihnen in Serie pro Bereich einen spannenden Vorteil auf. Entdecken Sie Schritt für Schritt Ihren persönlichen Gesamtnutzen.

Sparen	mehr Zins
+ Zahlen	spesenfrei zahlen
+ Anlegen	mehr Ertrag
+ Finanzieren	Bonus für Sie
+ Vorsorgen	optimal versichert
= 5 Vorteile	= Ihr Gesamtnutzen

Frühlings- Aktion am Thunersee



CHF 45.-

Wählen Sie drei aus fünf Ausflügen,
einlösbar 18.4. bis 31.5.2014.
Nur im Vorverkauf bis 17.4.2014!



Information & Verkauf:
Verkauf online sowie bei
den drei Bergbahnen,
der BLS Schifffahrt, den
St. Beatus-Höhlen, den
BLS Reisezentren, STI-
und RBS-Verkaufsstellen.

Tel. +41 (0)33 225 90 00

Verlorene Pensionskassenguthaben

In der Schweiz liegen mehrere Milliarden Franken Pensionskassenguthaben brach. Kontrollieren Sie regelmässig Ihre Pensionskassenguthaben und werfen Sie ein Auge auf Ihre AHV-Auszüge!

Wann geschehen Fehler?

Häufig bei Stellenwechsel gehen Pensionskassenguthaben verloren, denn Ihre Guthaben werden nicht automatisch auf den neuen Arbeitgeber übertragen. Kontrollieren Sie deshalb, ob alle Ihre Altersguthaben auf die neue Pensionskasse überwiesen wurden. Verlangen Sie von der «alten» Pensionskasse eine Abrechnung und überprüfen Sie, ob Ihr Guthaben auch tatsächlich auf Ihrem Konto bei der neuen Pensionskasse gutgeschrieben wurde.

Wer hilft?

Fehlen Ihnen Pensionskassenguthaben, müssen Sie selber aktiv werden. Sie können sich bei der Zentralstelle 2. Säule in Bern melden (Telefon 031 380 79 75 oder info@zentralstelle.ch). Ein kleiner Trost bleibt: Verlorene Pensionskassengelder verjähren nicht.

Wie parkiere ich Pensionskassenguthaben?

Wenn Sie sich selbstständig machen, arbeitslos werden, ins Ausland auswandern oder aus dem Pensionskassenobligatorium fallen (Aufgeben Ihrer Arbeitsstelle oder der jährliche Lohn fällt unter Fr. 21'060), rate ich Ihnen, Ihr Guthaben auf ein Freizügigkeitskonto bei einer Bank oder auf ein Freizügigkeitspolice bei einer Versicherung überweisen zu lassen.

Pensionskasse, die wichtigste Altersvorsorge!

Ich empfehle Ihnen, sich mit Ihrer Pensionskasse auseinanderzusetzen. Vergleichen Sie die jährlichen Leistungsblätter, die Sie von der Pensionskasse erhalten. Wenn Sie Unregelmässigkeiten erkennen oder gewisse Punkte nicht verstehen, erkundigen Sie sich beim Verantwortlichen in Ihrem Betrieb.

Die Kontrolle der AHV-Auszüge ist empfehlenswert

Verlangen Sie alle fünf Jahre bei der Ausgleichskasse Ihren persönlichen Auszug. Schauen Sie nach, ob Ihr Arbeitgeber die richtigen Bruttolöhne abgerechnet hat. Wenn diese Zahlen nicht stimmen sollten, haben Sie die Möglichkeit, innert dreissig Tagen Einsprache zu erheben. Beweisen können Sie dies mit Ihren Lohnausweisen.

Neutrale Beratung

Haben Sie Fragen zu Steuer-, Anlage- und Vorsorgethemen sowie rund um Ihre Pensionierung? Ihnen ist eine unabhängige Beratung garantiert, weil ich weder für eine Bank noch eine Versicherung arbeite. Nicht der Verkauf von Bank- und Versicherungsprodukten steht im Vordergrund (Provisionen), sondern Sie mit Ihren Bedürfnissen und Wünschen.



Daniel Rolli
neutraler und unabhängiger Finanzplaner
mit eidg. Fachausweis
Bahnhofstrasse 37
(Stedli-Zentrum)
3800 Unterseen
Telefon 033 823 60 53
info@rolli-finanzplanungen.ch
www.rolli-finanzplanungen.ch



Schmocker

Sanitär- Heizung- Solaranlagen
Beatenberg
schmocker-sanitaer.ch

Oldies raus aus dem Keller! «Aktion Heizungstausch»

«Es läuft und läuft und läuft...», scheint das Motto in vielen Heizungskellern zu sein. Auf den ersten Blick trifft das oft auch zu, denn zahlreiche alte Heizkessel scheinen ihren Dienst noch zu tun.

Wer aber genauer hinschaut, erkennt schnell, dass die lange Lebensdauer im Fall der Heizung nicht nur ein Segen ist. Der Grund ist, dass vor 20 und mehr Jahren das Energiesparen noch nicht angesagt war und so verbrauchen alte Heizungen häufig deutlich mehr Gas, Öl oder Strom als wirklich nötig. Dadurch belasten sie den Geldbeutel und natürlich auch die Umwelt.

Fotowettbewerb

Die älteste Heizungsanlage gewinnt! Wir rufen alle Hausbesitzer auf, in die Keller zu steigen und ihre Heizungsanlage zu fotografieren. Schicken Sie das Foto mit Angaben zum Baujahr und Jahresverbrauch bis am **30. August 2014** an:

Schmocker Sanitär-Heizung, Lehn 131a, 3803 Beatenberg oder info@schmocker-sanitaer.ch

Preise

Rang 1 (älteste Heizanlage)

Förderungsbeitrag von **Fr. 10'000.-** für den Einbau eines neuen effizienten Heizsystems

Rang 2 bis 5

Förderungsbeitrag von **Fr. 1'000.-** für den Einbau eines neuen effizienten Heizsystems

Unter allen Einsendungen verlosen wir zudem:

- Curlinglektion inkl. Abendessen mit Team Adelboden
- Bobfahrt inkl. Übernachtung in St. Moritz
- Wellness-Gutschein

Teilnahmebedingungen

Teilnahmeberechtigt sind alle Besitzer von Wohn- und Mehrfamilienhäusern, welche damit einverstanden sind, dass wir über die Modernisierung berichten. Um die Unterstützung in Anspruch zu nehmen, muss innerhalb der nächsten 2 Jahre die Anlage durch uns saniert werden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, ebenso die Auszahlung des Gewinns oder die Teilnahme von Mitarbeitern. Als Heizung wird hier eine Wärmeerzeugungsanlage bezeichnet, die mit Gas, Öl, Holz oder elektrisch betrieben wird. Die Heizung muss im Berner Oberland in Betrieb sein. Bei Heizungen gleichen Alters entscheidet das Los.



Was ist eine Firewall

In diesem Artikel erkläre ich Ihnen, in nicht-technischen Begriffen, was eine Firewall ist und wie Sie sich damit vor Hackern schützen können.

Land mit geschlossenen Grenzen

Stellen Sie sich vor, Ihr Computer wäre die Schweiz und das Internet der Rest der Welt. Jede Person dieser Erde kann in die Schweiz einreisen, wenn sie dies möchte und wenn sie die notwendigen gesetzlichen Voraussetzungen erfüllt. Die Schweiz hat eine Grenze und nur an bestimmten Stellen kann dieser Grenzübertritt erfolgen. Dies sind Flughäfen, Häfen und Zollstellen auf Strassen. Diese Schnittstellen zu einem anderen System in einem Netzwerk nennt man in der Computersprache «Ports». Wenn nun eine Person aus dem Ausland in die Schweiz einreisen möchte, so wählt sie einen Grenzübertritt ihrer Wahl und reist dort ein.

Grenzen sind kontrollierbar

So ist es in der nicht-virtuellen Welt. Die Schweiz kann einen Grenzübertritt schliessen, falls Sie hier keine Personen mehr einreisen lassen möchte, oder sie kann den Grenzübertritt nur noch bestimmten Personen erlauben, die sich entsprechend ausweisen müssen.

Ihr Computer – Land ohne Grenzen

Ohne Firewall hat Ihr Computer 65'535 Grenzübertritte, ohne dass dort auch nur ein Zöllner steht. Es kann also kommen und gehen wer will. Sie haben keine Kontrolle darüber wer, wo und wann in ihr «Land» einreist.

Lücken schliessen

Verständlich, dass man diese Grenzübergänge kontrollieren möchte. Genau diese Aufgaben übernimmt eine Firewall. Mit ihr lassen sich diese Grenzübertritte (Ports) schliessen und öffnen, ausserdem ist es möglich, den Zutritt nur noch bestimmten Personen (Computerprogramme) zu gewähren. Das heisst, Sie können selber bestimmen, welcher Port geöffnet ist und welche Programme darauf zugreifen können. Somit können Sie verhindern, dass unerwünschte Programme (Spyware) oder Trojaner Daten ins Internet senden oder daraus empfangen.

Ich kann doch nicht 65'535 Grenzübergänge managen?!

Brauchen Sie auch nicht. Ihre Firewall wird standardmässig alle schliessen und nur noch diejenigen öffnen, die es auch wirklich braucht, damit Sie problemlos im Internet surfen können.

Firewall-Produkte

Es gibt viele Firewall-Produkte und Lösungen für alle Bedürfnisse auf dem Markt. Gerne beraten wir Sie im privaten wie auch geschäftlichen Bereich!

Der Einsatz einer Firewall ist nicht zu unterschätzen und heute ein Muss für jeden Internetanschluss!



Martin Krauchthaler
Geschäftsinhaber
AIS-Computer AG
Untere Bönigstrasse 33
3800 Interlaken
Telefon 033 826 11 22
ais@ais-computer.ch
www.ais-computer.ch

Lippenfarbe bekennen

Jetzt unsere Frühlingfarben ausprobieren

Der Lippenstift wurde schon vor tausend Jahren getragen. Es ist vielfach bestens dokumentiert, dass Königinnen wie Nofretete in Ägypten (um 1350 v.Chr.) nicht nur den Mund rot schminkten, sondern auch die Augen deutlich betonten. Was hat sich auf heute verändert?

Der Frühling macht Lust auf Farbe. Endlich wieder mehr Zeit draussen verbringen, die Natur auf sich wirken lassen und die längeren und helleren Tage geniessen. Nun haben wir wieder Lust die neue Frühlingsmode auszuprobieren. Was darf dabei nicht fehlen? Natürlich das passende Make-up. Die neuen Farben sind frisch, leuchten und versprühen eine pure Lebensfreude, sei es für die Augen, die Wangen oder die Lippen. Heute gibt es bei der Lippenpflege ein neues «Must-have». Ein Lippenstift der neusten Generation. Alleine der Verschluss ist das Praktischste, was «Frau» haben muss. Ein magnetischer Deckel lässt den Lippenstift in jeder noch so tiefen Handtasche zu und die Farbe kommt auf ihre Lippen und wird nicht in der Tasche unnötig verschmiert. Dazu kommt die speziell angeschnittene Form, womit blitzschnell und ohne Spiegel selbst ein knalliges Rot präzise aufgetragen werden kann. Die Farbpigmente dieser neuen Lippenstifte sind erstmals nicht rund (wie bisher), sondern eckig und haben die Form kleiner Diamanten. Diese Struktur ermöglicht eine grosse Farb-

dichte, die nicht verläuft. Konkret heisst das, ein Lippenstift, der Ihren Look und Ihre Ausstrahlung revolutionär verändert. Eine Farbpigmentierung, die bis zu sechs Stunden perfekt hält und ein wirksamer Feuchtigkeitskomplex, der die Lippen über Stunden mit reichlich Feuchtigkeit versorgt. Was wollen Sie mehr? Die Wangen mit den neusten Farben passend zu den Lippen in Szene setzen und Sie haben den Frühling in der Tasche!

Kommen Sie vorbei, lassen Sie sich von unseren ausgebildeten Visagistinnen eine der zwanzig neuen Farbtönen auftragen, überzeugen Sie sich selbst von der Qualität und den tollen Farben.

Wir beraten Sie gerne und zeigen Ihnen, was für Sie das Beste ist!

Bis bald in der DROPA Drogerie Günther
Herzlich, Ihre Sandra Kammermann
dipl. Drogistin HF, Betriebsleiterin
DROPA Drogerie Günther Interlaken



Sandra Kammermann
dipl. Drogistin HF
Betriebsleiterin
DROPA Drogerie Günther
Interlaken
Filiale Interlaken Ost
Untere Bönigstrasse 12
3800 Interlaken
Telefon 033 823 80 30
dropa.interlaken@dropa.ch
www.dropa.ch

DROPA Drogerie Günther
Beim Stedtlizentrum
Bahnhofstrasse 25
3800 Unterseen
Telefon 033 826 40 40
Telefax 033 826 40 41
dropa.guenther@dropa.ch



feel well fitness



Goldey Bödelibad, Pf 614, 3800 Interlaken
033 822 36 36, www.feelwell-fitness.ch

Die beste Investition ist immer die Investition in sich selbst!

Gesundheitsorientiertes und betreutes
Fittnesstraining inklusive:

- persönliche Beratung und Betreuung
- erprobtes und Erfolg bringendes Trainingskonzept
- Hallenbad und Freibad

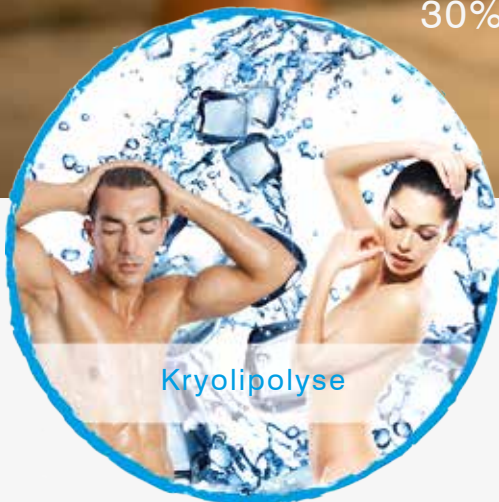
Ihre Bewegungs- und Gesundheitsexpertin Heidi Matter und Team heissen Sie herzlich willkommen!





Fitness & Schlankheitsstudio
Bei uns kriegen Sie Ihr Fett weg!

April/Mai
30% Rabatt



Kryolipolyse



Vibrationstraining

Fett weg mit Kälte. Bis zu 30% Fettreduktion pro Behandlung. Weitere Informationen unter www.formavita.ch

Weitere Informationen unter www.power-coach.ch

1 Zone	350.-	
Jubiläumspreis	245.-	
2 Zonen	490.-	
Jubiläumspreis	340.-	
+ 4 x Vibrationstraining im Wert von 100.- kostenlos		

10er Karte		
10 x Vibrationstraining mit Betreuung		250.-
30% Rabatt		75.-
Jubiläumspreis		175.-

power-coach . spielmatte 6 . 3800 Unterseen . 033 821 67 60 . info@power-coach.ch . www.power-coach.ch
Dieses Inserat gilt als Gutschein für 1 kostenloses Vibrationstraining. Gültig im April und Mai 2014 . 1 Gutschein pro Person



GALERIE KUNSTSAMMLUNG
UNTERSEEN

An die Maler, Bildhauer und Kunstschaffenden des Berner Oberlandes

Neu: Ausstellung «Stille Zeit»



Blick vom Stadthaus Unterseen – Sitz der Kunstsammlung Unterseen – zur «Jungfrau».

Galerie Kunstsammlung Unterseen
Dachstock Stadthaus
Untere Gasse 2
3800 Unterseen
Telefon 033 822 16 09
mail@kunstsammlung-unterseen.ch
www.kunstsammlung-unterseen.ch

Weihnachtsausstellung war gestern – «Stille Zeit» ist heute. Wir bieten eine neue Form Ihre Arbeiten im Januar 2015 jurirt auszustellen. Es bietet sich Künstlern des Berner Oberlandes die Möglichkeit, einen Ausschnitt Ihrer Arbeiten des letzten Jahres einer breiten Öffentlichkeit zu zeigen.

Ernst Hanke
Brandstrasse 32
3852 Ringgenberg
steindruckhanke@quicknet.ch

Die Teilnahmebedingungen und die Anmeldung können auch von unserer Webseite heruntergeladen werden.
www.kunstsammlung-unterseen.ch

Sind Sie interessiert?

Unterlagen und Teilnahme-Bedingungen erhalten Sie unter folgender Adresse:

Wir freuen uns auf Sie!
Galerie Kunstsammlung Unterseen

Seidige Treuepunkte



TREUE WIRD BEI UNS SEIDIG BELOHNT

Für jede SENSAI SELECT SPA Anwendung ab 50 Minuten erhalten Sie Treuepunkte. Bereits ab 10 Punkten wartet eine SENSAI-Treueprämie im Wert von CHF 145.– auf Sie. Bei 20 Punkten erhalten Sie zwei Prämien im Wert von CHF 290.–. Die ersten 40 Teilnehmer, die 20 Punkte erreichen, werden zusätzlich mit einem Geschenk im Wert von CHF 90.– belohnt.

Gerne stellen wir Ihnen, bei Ihrem nächsten Termin im SENSAI SELECT SPA Ihre persönliche Treuekarte aus.

Das SENSAI SELECT SPA -Team freut sich auf Sie auf Ihre Reservierung unter sensai@victoria-jungfrau.ch oder unter Tel. 033 828 27 25.



VICTORIA-JUNGFRAU Grand Hotel & Spa | Höheweg 41 | CH-3800 Interlaken



GALERIE KUNSTSAMMLUNG
UNTERSEEN

Ausstellung

5. bis 27. April 2014



- Ernst Hanke, Ringgenberg
- Sue Testi, Unterseen
- Ann Lee Zwirner, Murten

Vernissage

Samstag, 5. April 2014, 17.00 Uhr

Begrüssung

Sue Testi, Präsidentin KSU

Einführung

Paul-Anthon Nielson, Erlenbach im Simmental. Live-Interview mit den Künstlern

Öffnungszeiten

Donnerstag bis Samstag,
15.00 bis 18.00 Uhr

Sonntag, 11.00 bis 16.00 Uhr

Karfreitag, 18. April 2014, geschlossen

Die Künstler sind an der Vernissage und an folgenden Tagen anwesend

Sue Testi und Ann Lee Zwirner jeweils am Samstag. Ernst Hanke jeweils samstags und sonntags.

Galerie Kunstsammlung
Unterseen
Dachstock Stadthaus
Untere Gasse 2
3800 Unterseen
Telefon 033 822 16 09
mail@kunstsammlung-unterseen.ch
www.kunstsammlung-unterseen.ch





54. Interlaken Classics 2014

Das Programm

Mittwoch, 2. April 2014, 19.30 Uhr
Kursaal Interlaken
Sinfoniekonzert Zakhar Bron Festival Orchestra
u.a. mit Natalia Gutman (Haydn Cellokonzert Nr. 1) und Mone Hattori (Mozart Violinkonzert Nr. 3)

Donnerstag, 3. April 2014, 19.30 Uhr
Kursaal Interlaken
Galakonzert Zakhar Bron Festival Orchestra
u.a. mit Sabine Meyer (Mozart Klarinettenkonzert)

Samstag, 5. April 2014, 19.30 Uhr
Kirche Unterseen
Feierliches Abschlusskonzert Meisterkurs
Prof. David Geringas, Violoncello

Sonntag, 6. April 2014, 10.30 Uhr
Kursaal Interlaken
Matinee Zakhar Bron Festival Orchestra

Donnerstag, 10. April 2014, 19.30 Uhr
VICTORIA-JUNGFRAU
Meisterkonzert Prof. Zakhar Bron, Violine

Samstag, 12. April 2014, 19.30 Uhr
Kursaal Interlaken
Klavier-Rezital mit Aurelia Shimkus und Alexander Sinchuk

Sonntag, 13. April 2014, 17.00 Uhr
Kirche Unterseen
Feierliches Abschlusskonzert Meisterkurs
Prof. Zakhar Bron, Violine

Karsamstag, 19. April 2014, 19.30 Uhr
Kursaal Interlaken
Sinfoniekonzert Gustav Mahler Jugendorchester
u.a. mit Emily Magee (Bruckner Sinfonie Nr. 7)

Ostersonntag, 20. April 2014, 17.00 Uhr
Kursaal Interlaken
Sinfoniekonzert Gustav Mahler Jugendorchester
u.a. mit Christiane Karg (Mahler Sinfonie Nr. 4)

Montag, 21. April 2014, 17.00 Uhr
Lindner Grand Hotel Beau Rivage
Meisterkonzert Reinhold Friedrich, Trompete

Dienstag, 22. April 2014, 19.30 Uhr
Kunsthaus Interlaken
Feierliches Abschlusskonzert Meisterkurs
Reinhold Friedrich, Trompete

Für weitere Auskünfte
Telefon 033 821 21 15
www.interlaken-classics.ch
info@interlaken-classics.ch

Für Tickets
Telefon 033 821 21 15



Latour
Hanspeter Latour ist ein Mann, der nicht nur ein erfolgreicher Fussballtrainer ist, sondern auch ein motivierender Mensch. In diesem Buch erzählt er von seinen Erfahrungen als Trainer und von den Menschen, die er auf seinem Weg getroffen hat. Er erzählt von den Herausforderungen, die er als Trainer erlebt hat, und von den Menschen, die er auf seinem Weg getroffen hat. Er erzählt von den Herausforderungen, die er als Trainer erlebt hat, und von den Menschen, die er auf seinem Weg getroffen hat.

Das
Das Buch erzählt von den Herausforderungen, die Hanspeter Latour als Trainer erlebt hat, und von den Menschen, die er auf seinem Weg getroffen hat. Es ist ein Buch, das für alle Menschen, die sich für Fussball interessieren, ein Muss ist. Es ist ein Buch, das für alle Menschen, die sich für Fussball interessieren, ein Muss ist.



April 2014

HANSPETER LATOUR DAS ISCH DOCH E GRÄNNI!

Vom «Gränni» zum echten Gewinner – Anekdoten aus dem Leben des leidenschaftlichen Menschen und Motivators Hanspeter Latour.

Er ist der Mann mit den kernigen Sprüchen und der leidenschaftlichen Gestik an der Seitenlinie: Hanspeter Latour, bekannt aus der Zeit als Trainer des FC Thun, des Grasshopper-Clubs Zürich und des 1. FC Köln und beliebt als kompetenter SRF-Fussballlexperte. In seinem sehr persönlichen, mit vielen Hintergrundinformationen und herrlichen Anekdoten bereicherten Buch gewährt er erstmals Einblick in seine Visionen und Träume und wie er diese mit Fleiss, Mut und Glück verwirklichen konnte. Lesen Sie zudem exklusiv, wie er es bis heute versteht, mit seiner unkonventionellen, aber äusserst erfolgreichen Art Menschen und Teams zu motivieren und sie mit Feuer und Leidenschaft für ein gemeinsames Ziel zu begeistern.

AUTOREN
PHILIPP ABT, Texter mit eigener Agentur in Langenthal (BE), wirkt bei Magazinen, Buchausgaben und PR-Aktivitäten national wie auch international tätiger Unternehmen mit. Zudem realisiert er immer wieder auch Herzensangelegenheiten, zu denen er sich bei regelmässigen Reisen nach Nordamerika inspirieren lässt.



Nach einer Berufslehre als Typograf in Thun arbeitet **BEAT STRAUBHAAR** heute als Werbeberater/-texter beim Weber Verlag und als freischaffender fotografierender Journalist und Bildautor.

PHILIPP ABT
HANSPETER LATOUR
DAS ISCH DOCH E GRÄNNI!
AUS SEINEM LEBEN,
MIT UND OHNE BALL

248 Seiten, 17 x 24 cm, gebunden
Zahlreiche farbige Abbildungen, inkl. DVD
ISBN 978-3-906033-98-3, CHF 39.-
Erscheint Ende April 2014

Bitte senden Sie mir ___ Ex. «DAS ISCH DOCH E GRÄNNI!» zum Preis von je Fr. 39.-

Name/Vorname _____ Datum _____

Adresse/PLZ/Ort _____ Unterschrift _____

Talon einsenden/faxen an: Weber Verlag AG, Gwattstr. 125, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56.
ODER BESTELLEN SIE ONLINE ODER PER MAIL: www.weberverlag.ch, mail@weberag.ch



bzi

**Weiterbildung
im Berner Oberland**

Aktuelles Kursprogramm

Unser breitgefächertes Weiterbildungsangebot in den Bereichen: Wirtschaft, Informatik, Sprachen, Holz und C-Tech ist jetzt buchbar. Erkundigen Sie sich unter www.bzi-interlaken.ch, Link: Weiterbildung.

Starttermine Lehrgänge 2014

NEU Sachbearbeiter/ -in Mark. und Verkauf edupool.ch	ab 22. April 2014
Sachbearbeiter/ -in Tourismus und Event bzi	ab 3. Mai 2014
Technische Kaufleute	ab 12. August 2014
Handelsschule edupool.ch	ab 12. August 2014
Sachbearbeiter/ -in Personalwesen edupool.ch	ab 13. August 2014
Sachbearbeiter/ -in Rechnungswesen edupool.ch	ab 13. Oktober 2014
Vorbereitungslehrgang Langzeitpflege FaGe	ab 12. November 2014

Weiterbildung - Ihre persönliche Chance

Kursangebot Informatik

ECDL Core Excel	ab 23. April 2014
Tastaturschreiben OCG Certificate	am 21. Mai 2014

Sichern Sie sich Ihren Kursplatz indem Sie sich unverzüglich anmelden. Herzlichen Dank.

Beratung und Anmeldung

Bildungszentrum Interlaken
Weiterbildung bzi
Obere Bönigstrasse 21
3800 Interlaken

T 033 828 11 17
F 033 828 11 00
weiterbildung@bzi-interlaken.ch
www.bzi-interlaken.ch



Frühlingskonzert Oberländerchörli Interlaken

Samstag, 26. April 2014, 20.15 Uhr, Türöffnung: 19.15 Uhr
Schlosskirche Interlaken

Mitwirkende

- **Arlette Wismer, Solojodlerin**
Gewinnerin Jodelnachwuchs-
Wettbewerb 2013
- **Jodelduett Arlette und
Priska Wismer**
- **Jodelerzett Arlette und
Priska Wismer und Marie-Theres
von Gunten**
- **Akkordeon-Begleiterin Doris Erdin**
- **Bläser-Ensemble**
Leitung: Dario Hodler
- **Organist Martin Heim**
- **Oberländerchörli Interlaken**
Leitung: Marie-Theres von Gunten

Eintritt

Fr. 15.– (Kinder bis 16 Jahre gratis)

Platzreservation/Vorverkauf ab 7. April

Expert Friedrich
Centralstrasse 14/16
3800 Interlaken
Telefon 033 822 33 36 oder
rtv-friedrich@quicknet.ch
oder bei den Chörlimitgliedern

Wir freuen uns auf Ihren Besuch und
wünschen viel Freude!



Foto: Paul Schenk

Belvédère

★★★★

Strandhotel & Restaurant

Blues and Jazz in Concert Spiez

Donnerstag, 3. bis Sonntag, 6. April 2014

Spiez lebt auf, dies auch in Sachen Kultur. Vom Donnerstag bis Sonntag geniessen Sie musikalischen Hochgenuss!

Frühlingsball – eine Tradition lebt

Samstag, 12. April 2014

Auch in diesem Jahr erleben Sie ein einmaliges Ballvergnügen zum Preis von CHF 125.– pro Person. Buchen Sie noch heute mit Ihren Freunden den geselligen Anlass – viel Spass!

Ostertage im Belvédère

Geniessen die warmen Frühlingstage, erleben Sie in der Familie die wunderbaren Ostermomente. Wie immer verwöhnen wir Sie mit ausgesuchten lukullischen Leckerbissen.

Swiss Grand Cru – am Knochen gereiftes Fleisch

Für Fleischliebhaber ein besonderes Highlight. Vom Wagen können Sie Ihr Lieblingsfleischstück aussuchen. Nur die besten Stücke werden selektioniert, am Knochen aus Tradition über lange Zeit gereift, damit das volle Aroma zum Tragen kommt – ein Erlebnis der besonderen Art!

Strandweg-Eröffnung – auch wir sind dabei

Ostersamstag, 19. April 2014 von 11.00 bis 17.00 Uhr
Erleben Sie aktiv mit, wie der wohl bekannteste Weg in Spiez zu neuer Blüte erwacht. Schlendern Sie dem malerischen Weg entlang und lassen Sie sich kulinarisch verführen.

Spargel, Morchel & Co.

Dank dem zaubernden Wetter bieten sich die Frühlingsboten bereits an. Auch wir haben die Frühlingsgenüsse in unsere beliebte Speisekarte aufgenommen und freuen uns, Ihnen Morcheln, Bärlauch, Fische aus dem Thunersee und vieles mehr zu präsentieren.

60 Jahre «Wunder von Bern» – «guter Geist von Spiez»

Am Freitag, 25. April eröffnen wir die einmalige und wohl grösste Ausstellung im Bezug auf das Wunder von Bern, die Fussballweltmeisterschaft 1954! Zur Deckung der Unkosten ist der Eintritt CHF 5.–, Kinder haben freien Eintritt.

Bis bald in Ihrem Belvédère
033 655 66 66
www.belvedere-spiez.ch



Burehuus

Restaurant

Ländliche Gastfreundschaft mitten in der Stadt

Gastfreundschaft und Emotionen,
der Ort an dem sich Geniesser treffen

Burehuus-Agenda 2014

Sonntags-Brunch

6. April, 1. Juni, 6. Juli mit Panflötengruppe Thun,
3. August

Ab 9.30 Uhr erwartet Sie ein bezauberndes
Burebüffet zum Z'mörgeli «unverschämt guet».
CHF 35.– pro Person (Reservation erwünscht)

Panflöten-Dinner

Freitag, 23. Mai ab 18.30 Uhr heissen wir Sie
willkommen zum Aperitif. Ab 19.00 Uhr begleitet Sie
zum 4-Gang-Menü oder à la carte
ein Trio der Panflötengruppe Thun.

CHF 75.– pro Person (Reservation erwünscht)
Im Einklang mit Musik und Genuss.

Herz & Rosen Erlebnis

Traumhaft schön dekoriertes Tisch mit Rosenblätter
und Kerzen. 1 Glas Schaumwein, ein köstliches
4-Gang-Menü, 3 rote Rosen zum mitnehmen
Auf Vorbestellung

Sommer-Party mit der Steelband Burgdorf

Samstag, 16. August ab 18.30 Uhr
Vorspeise-, Grill- und Dessertbüffet
Wieso denn in die Ferne schweifen,
wenn das Gute liegt so nah?
CHF 65.– exkl. Getränke
(Reservation erwünscht)



Herzlich
willkommen!

Hohmadpark, Frutigenstrasse 44, CH-3600 Thun
Telefon 033 224 08 08, Fax 033 224 08 09
info@burehuus.ch, www.burehuus.ch



Modelleisenbahnfreunde
Eiger Zweilütschinen

VEREINE 4|14

Öffentlicher Fahrabend Karfreitag, 18. April 2014

Unsere Modelleisenbahnanlage in Spur H0 und H0m ist am Karfreitag von 16.00 bis 21.00 Uhr in Betrieb.

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Modelleisenbahn und verfolgen Sie die Züge auf der 12 x 6 m grossen Anlage – ein Erlebnis für Gross und Klein.

In der Eigerstube bieten wir Getränke und Wurst vom Grill als kleine Zwischenverpflegung.

Der Eintritt ist kostenlos – wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Öffnungszeiten

Karfreitag, 18. April 2014
16.00 bis 21.00 Uhr, Eintritt frei

Standort

Zweilütschinen, hinter Depot BOB
(ab Bahnhof signalisiert)

Anreise

Bitte benützen Sie die Parkplätze beim Bahnhof Zweilütschinen oder reisen Sie mit dem öffentlichen Verkehr an.



BailArte

Tanz und Lebensfreude Salsa cubana

Movimientos Sensual

Montag, 21. April–26. Mai 14 (6x), 18.30–19.25 Uhr, Fr. 117.–

Zumba

Montag, 21. April–26. Mai 14 (6x), 19.35–20.30 Uhr, Fr. 117.–

Salsa Anfänger

Montag, 21. April–26. Mai 14 (6x), 20.35–21.35 Uhr, Fr. 132.–

Salsa Ladystyle

Dienstag, 22. April–27. Mai 14 (6x), 18.30–19.25 Uhr, Fr. 117.–

Zumba

Dienstag, 22. April–27. Mai 14 (6x), 19.35–20.30 Uhr, Fr. 117.–

Salsa Fortgeschrittene

Dienstag, 22. April–27. Mai 14 (6x), 20.35–21.35 Uhr, Fr. 132.–

Zumba Für Kinder und Jugendliche von 9–14 Jahren

Mittwoch, 23. April–28. Mai 14 (6x), 14.00–15.00 Uhr, Fr. 90.–

HipHop/Streetchance für Kinder und Jugendliche 9–14 Jahre

Mittwoch, 23. April–28. Mai 14 (6x), 15.00–16.00 Uhr, Fr. 90.–

Tanzreise nach Kuba mit Luis 15. bis 29. November 2014

BailArte

Kammistrasse 11
3800 Interlaken
Telefon 076 421 41 86
info@bailarte.ch
www.bailarte.ch



OrthoMedio

Orthopädie Schuhtechnik GmbH

Orthopädische Einlagen | Fussberatung | Hilfsmittel
Massschuhe | Korrekturen | Spezial-/Bequemschuhe

Neue Frühlings-Schuhmodelle



BETRIEBSFERIEN SA 5.–SA 12. April 2014

Filiale im Stedtlizentrum Coop 1. Stock
Bahnhofstrasse 33, 3800 Unterseen
Tel. 033 822 14 44 www.orthomedio.ch

elementnails
Nails - Feet - Lashes
079 378 28 35
www.elementnails.com

Kochen ist Leben.

IDEEN FÜR KÜCHEN, FENSTER UND INNENAUSBAU



Bei uns bedient Sie der Chef persönlich. Sie haben im gesamten Projekt den gleichen Ansprechpartner, der Sie kompetent berät, den Kochraum sorgfältig plant und mit grosser Erfahrung in Ihrem Eigenheim einbaut. So bleibt für Sie mehr Zeit zum Kochen und Leben.

CHUCHI WYSS

KÜCHEN SCHREINEREI INNENAUSBAU

Besuchen Sie uns auf dem Böldeli:
CHUCHI WYSS GmbH · Weissenaustrasse 72
3800 Unterseen bei Interlaken · www.kuechentrend.ch

MINERGIE
FACHPARTNER

Der Schreiner
Ihr Meister

Piatti
Fachhändler



RESTAURANT TAVERNE

7 TAGE GEÖFFNET

MITTAGSMENÜ AB 18.50
MODERNE UND PFIFFIGE
SCHWEIZER KÜCHE

WWW.HOTELINTERLAKEN.CH
HOTEL INTERLAKEN, INTERLAKEN
TELEFON 033 826 68 68

VERANSTALTUNGEN


April 2014



Dieser Veranstaltungskalender wird ohne Gewähr auf Vollständigkeit veröffentlicht. Diese Auswahl an Veranstaltungen, welche für die einheimischen LeserInnen von Interesse sein könnten, stammt aus den offiziellen Datenbanken von Interlaken Tourismus und Brienz Tourismus. Bei den aufgeführten Veranstaltungen handelt es sich um Kurzeinträge. Um detaillierte Informationen zu erhalten, bitten wir Sie Interlaken Tourismus direkt zu kontaktieren: www.interlaken.ch oder **Tel. 033 826 53 00**. Besten Dank für Ihr Verständnis.

MUSIK & KONZERTE

Mi.–Fr. 2.–22.4.	INTERLAKEN CLASSICS. Festival der jungen Elite der klassischen Musikwelt: Jugendorchester und Starsolisten-/Dirigenten. Die Konzerte finden an verschiedenen Orten zu verschiedenen Zeiten statt. Detailliertes Programm unter: www.interlaken-classics.ch	
Fr. 4.4.	DJ MIG. 20.30 bis 01.00 Uhr, Las Rocas Latino Bar, Marktplatz, Interlaken.	
So. 6.4.	FRÜHLINGSKONZERT DER MUSIKGESELLSCHAFT BRIENZ. 14.30 Uhr. Gemeindesaal Dindlen.	
So. 6.4.	TOUCH THE MOUNTAINS CONCERTS – GROSI «GIGANTENSTADL». Nach überwältigendem Solo-Erfolg mit «Therapie die doppelte Dosis» startet «Grosi» Grossenbacher seine neue Music-Comedy-Show «Gigantenstadl» – für alle Comedy- und Musikfans! 19.30 Uhr, Congress Centre Kursaal Interlaken, Theatersaal, Strandbadstrasse 44, Interlaken.	
Fr. 11.4.	GALA-KONZERT, «INTERLAKEN JAZZ-WORKSHOP». «Steamboat Rats – Gala Konzert – Jazz Workshop Interlaken». 20.30 Uhr, Mattenhof, Hauptstrasse 36, Matten bei Interlaken.	
Fr. 11.4.	DJ MARLO. 20.30 bis 1.00 Uhr, Las ROCAS Latino Bar, Marktplatz, Interlaken.	
Fr./Sa. 11./12.4.	KONZERT DER MUSIKGESELLSCHAFT BRIENZWILER. Jeweils um 20.15 Uhr in der Mehrzweckhalle Brienzwiler. Eintritt CHF 10.–. Musikalische Unterhaltung und Barbetrieb. Warme Küche ab 19.15 Uhr.	
Sa. 12.4.	FRÜHLINGSKONZERT DER MUSIKGESELLSCHAFT OBERRIED. 20.00 Uhr. Schulhaus Oberried.	
Fr. 25.4.	DJ PAULITO. 20.30 bis 1.00 Uhr, Las ROCAS Latino Bar, Marktplatz, Interlaken.	
Fr. 25.4.	TOUCH THE MOUNTAINS CONCERTS – ABBA GOLD – 40 JAHRE «WATERLOO». Die Legenden und ihre unzähligen Hits sind aktueller denn je... wenn ABBA Gold als Benny, Björn, Agnetha und Anni-Frid loslegen, leben die goldene Zeiten mit «40 Jahren Waterloo» wieder auf! 20.00 Uhr, Congress Centre Kursaal Interlaken, Strandbadstrasse 44, Interlaken.	
Sa. 26.4.	FRÜHJAHRSKONZERT DES OBERLÄNDERCHÖRLI INTERLAKEN. 20.00 Uhr, Schlosskirche, Interlaken.	

Sa. 26.4.	MUSIKALISCH-LITURGISCHE ABENDFEIER DER OSTERING-WOCHE SKGB. Leitung: Annedore Neufeld. Der Projektchor singt Psalmen englischer Komponisten von Purcell bis Britten, von Händel bis Bernstein. Eintritt frei, Kollekte. 19.30 Uhr, Zentrum Artos, Alpenstrasse 45, Interlaken.	
Di. 1.4.	VORSORGEFORUM INTERLAKEN. Das Vorsorgeforum Interlaken beleuchtet das Marktumfeld stellt Strategien vor und analysiert die zukünftige Positionierung der Pensionskassen. 9.15 bis 14.30 Uhr, Hotel Victoria-Jungfrau, Höhweg 41, 3800 Interlaken. Anmeldungen an: info@biehler-stiftungen.ch	
Sa./So. + Feiertage 5.–17.4.	JUBILÄUMSAKTION – 175 JAHRE SCHIFFFAHRT BRIENZERSEE. Anlässlich des 175. Geburtstags der Schifffahrt auf dem Brienzensee laden wir Sie zum Spezialpreis auf den Brienzensee ein. Weitere Informationen auf: www.bls.ch	
So. 6.4.	SONNTAGSBRUNCH. Was gibt es Schöneres an einem Sonntag, als reichlich Zeit, ein gutes Gespräch, viele Leckereien und eine wunderschöne Aussicht? CHF 45.– pro Person, 10.00 bis 13.00 Uhr, Panorama-Restaurant Top o'Met, Hotel Metropole, Höhweg 37, Interlaken.	
Di. 8.4.	VORTRAG REISEN IN AFGHANISTAN. Josef Häfliger berichtet in seinem Vortrag über seine Reisen in Afghanistan. Eintritt frei. 20.00 Uhr, Schulhaus Saxeten.	
Do.–So. 10.–13.4.	JAZZ-WORKSHOP. Rolf Häsler: Klarinette, Saxophon; Sandro Häsler: Trompete, Flügelhorn; Vincent Lachat: Posaune; Jérôme De Carli: Piano; Hans Ermel: Bass; Pius Holzer: Schlagzeug, Gesang; Stephan Urwyler: Gitarre, Gesang; Stefan Dorner: Klavier. Mattenhof, Hauptstrasse 36, Matten.	
Sa. 12.4.	SAISONERÖFFNUNG FREILICHTMUSEUM BALLEMBERG. Jahresthema: Handwerk – heute. Täglich geöffnet, 10.00 bis 17.00 Uhr. www.ballenberg.ch	
Sa. 12.4.	MÄRLISTUNDE FÜR KINDER VON 4 BIS 6 JAHREN. 9.15 bis 10.00 Uhr, Bödeli-Bibliothek, Marktgasse 4, Interlaken.	
So. 13.4.	BALLEMBERG SCHWINGET. Ab 10.00 Uhr auf der Wiese beim Haus von Madiswil BE. Verschiebedatum: 19. April 2014. www.ballenberg.ch	
So. 13.4.	DINNERKRIMI «SHOPPEN UND KILLEN». Ein mörderisch gutes Abendessen. CHF 135.– pro Person inkl. Apéro, 4-Gang Menu, Wein, Mineral & Kaffee. Reservation: Telefon 033 828 66 66. Panorama-Restaurant Top o'Met, Hotel Metropole, Höhweg 37, Interlaken. 18.00 Uhr.	
Do. 17.4.	VIHRSCHAU IN SAXETEN. 10.00 Uhr, Parkplatz Dorf, Saxeten.	
Do. 17.4.	SENIORANTANZNACHMITTAGE CASINO KURSAAL 2014. Geniessen Sie einen Tanznachmittag im Casino Kursaal mit verschiedenen Künstlern. Das Programm finden Sie unter: www.congress-interlaken.ch/de/events/kursaal-events.html. Wir freuen uns auf Sie!	
Do. 17.4.	VERNISSAGE DER AUSSTELLUNG «SKULPTUR STRUKTUR» IN DER BURGERGALERIE BRIENZ. 18.00 Uhr. Laudatio: Peter Huggler, Musik: Roman Arthur Wiedemar.	
Fr. 18.4.	KINDER-OSTERSCHIFF MIT MÄRLITANTE BARBARA BURREN. Willst du wissen, wie «unser» Wassergespent Glüntschi Pflotschnass Ostern feiert? Barbara Burren verrät es dir und erzählt von den Abenteuern, die das Wassergespent Glüntschi Pflotschnass erlebt. Information/Reservation: www.bls.ch	
Fr.–So. 18.4.–1.6. (Täglich)	JUBILÄUMSAKTION – 175 JAHRE SCHIFFFAHRT BRIENZERSEE. Anlässlich des 175. Geburtstags der Schifffahrt auf dem Brienzensee laden wir Sie zum Spezialpreis auf den Brienzensee ein. Weitere Informationen auf: www.bls.ch	
Fr.–Mo. 18.–21.4.	OSTERTAGE IM FREILICHTMUSEUM BALLEMBERG. 10.00 bis 17.00 Uhr. «Eiertütschen», Backen, Osterhasen giessen. www.ballenberg.ch	

Sa./Mo. 19./21.4.	OFFIZIELLE DRESSURPRÜFUNGEN KRVI. Am Ostersonntag und Ostermontag werden GA, L und M Prüfungen gezeigt. Zuschauer sind herzlich willkommen – eine gepflegte Festwirtschaft ist vorhanden. Pferdesportzentrum, Matten bei Interlaken.
So. 20.4.	LUSTIGE OSTERHASEN BESUCHEN BRIENZ. 11.00 bis 17.00 Uhr. Die Hasen verteilen entlang der Hauptstrasse und bei guter Witterung entlang der Seepromenade bunte Eier.
So. 20.4.	OSTERNESTCHEN SUCHEN. 10.00 Uhr im Rischerental. Information: Beatenberg Tourismus, Telefon 033 841 18 18.
So. 20.4.	DER OSTERHASE ZU BESUCH IM MYSTY LAND. Zusammen mit seiner Frau besucht der Osterhase das Mysty Land! Ob der Osterhase auch ein Geschenk mitgebracht hat? Eintritt CHF 14.– pro Kind zwischen 2 bis 10 Jahre (Kinder unter 2 Jahre und Erwachsene gratis), 14.30 bis 15.30 Uhr, JungfrauPark, Obere Bönigstrasse 100, Matten.
Mo. 21.4.	OSTERBRUNCH IN SCHWANDEN. Mehrzweckhalle Lamm.
Sa. 26.4.	SAMSTAGSMALEN FÜR ERWACHSENE. 9.00 bis 11.00 Uhr. Reservation: Malatelier Rybiweg 6, Brienz. Telefon 079 661 61 19, suz.hoesli@bluewin.ch
Mo./Di. 28./29.4.	MEDIZINKONGRESS. Congress Centre Kursaal Interlaken, Strandbadstrasse 44, Interlaken.
Mi. 30.4.	KINO VORSTELLUNG DER ZAUBERLATERNE BÖDELI. Ein Film zum Lachen im Kino Rex Interlaken. Filmklub von der 1. bis 6. Klasse. Einschreiben 15 Minuten vor der Vorstellung. Auskunft: Telefon 033 822 34 37. 14.00 bis 15.30 Uhr, Kino Rex, Interlaken.
Jeden Di.	KUH-SCHNITZEN IN HOFSTETTEN BEI BRIENZ. 18.00 bis 19.00 Uhr bei Fuchs Holzschnitzkurse. CHF 32.– pro Person, CHF 22.– mit Gästekarte. Anmeldung bei Brienz Tourismus, Telefon 033 952 80 80.
Jeden Mi.	SCHACH- UND SPIELABEND IM RESTAURANT STERNEN IN BRIENZ. Ab 19.00 Uhr. Ein Spielabend für Jedermann/frau! Es stehen diverse Spiele zur Verfügung, man trifft sich zum gemeinsamen Spielabend.
Jeden Mi.	GEFÜHRTER RUNDGANG DURCH DAS SCHNITZLERDORF BRIENZ. 9.30 Uhr Treffpunkt Tourismusbüro Brienz. Gratis mit der Gästekarte Brienz. Anmeldung: Telefon 033 952 80 80.
Jeden Sa. & So. (ab 17.4.)	AUSSTELLUNG IN DER BURGERGALERIE BRIENZ – SKULPTUR STRUKTUR. Ausstellung von Holzbildhauer Markus Flück und Fotograf Urs Zimmermann. Geöffnet samstags 11.00 bis 18.00 & sonntags 11.00 bis 17.00 Uhr.
Jeden Sa. & So.	LAMA-TREKKING IN BRIENZ. Lassen Sie Ihr Gepäck von einem Lama tragen! Anmeldung bei Oxi M. Flück unter Telefon 079 333 70 35. www.lama-ranch-brienz.ch
Jeden Sa.	ZMÖRGELE À DISCRETION. Kommen Sie vorbei und geniessen Sie ein leckeres Frühstück. Jeden Samstag von 8.00 bis 11.00 Uhr für CHF 18.– pro Person. Wir freuen uns auf Ihre Reservation: Telefon 033 828 88 44. Zentrum Artos, Alpenstrasse 45, Interlaken.
Jeden So.	SONNTAGSBRUNCH. In der «Jungfrau Brasserie». 11.00 bis 14.00 Uhr, CHF 78.– pro Person. Victoria-Jungfrau Grand Hotel & SPA, Höhweg 41, Interlaken.

Hier gibt es nichts zu meckern.



a+s design

möbel allenbach

hintergasse 17, 3110 Münsingen
031 721 12 36 www.asdesign.ch




Täglich, Mo.–Fr.	LIVE-SCHNITZEN IM SHOP DER HOLZBILDHAUEREI HUGGLER. 9.00 bis 12.00 Uhr und 13.30 bis 17.30 Uhr – Schauen Sie den Holzbildhauern über die Schultern. www.huggler-woodcarvings.ch
Täglich	RUNDFAHRTEN MIT DER BÖDELIBAHN. Tägliche Rundfahrten durch Interlaken, Matten und Unterseen ab der Haltestelle am Höheweg. Kommentar aus 6 Sprachen wählbar. Für weitere Informationen: Telefon 079 764 62 60.
Täglich	TÊTE À TÊTE IM SPEZIALITÄTENRESTAURANT BELLINI. Wählen Sie Ihr Menu aus der Speisekarte unseres Spezialitätenrestaurants Bellini aus. CHF 90.– pro Person. Reservation: Telefon 033 828 66 66. Ab 18.00 Uhr, Hotel Metropole, Interlaken.

AUSSTELLUNGEN IN DER REGION

Jeden Di.–Sa.	AUSSTELLUNG IM SCHWEIZER HOLZBILDHAUEREI MUSEUM BRIENZ – Brienzer Holzschnitzerei, immaterielles Kulturerbe und lebendige Tradition. Bei der Ed. Jobin AG in Brienz. Information und Öffnungszeiten: www.jobin.ch
Jeden Mi.–Fr. bis 18.5.	«STADT EINRICHTEN / STADT BERICHTEN / STADT AUSRICHTEN». «Urbane Interventionen zwischen den Seen». Die Ausstellung präsentiert Künstlerinnen und Künstler, die international arbeiten und gleichzeitig lokal agieren und reagieren. Mittwoch bis Freitag, jeweils 15.00 bis 18.00 Uhr, Kunsthau, Jungfraustrasse 55, Interlaken.
Täglich bis 27.4.	KUNSTAUSSTELLUNG KARL FEUZ, UNTERSEEN. Mit seinen Bildern vom Tal bis zu den Gletschern in Oel, Couache und Bleistift. Besichtigung täglich jedoch zu bestimmten Zeiten eingeschränkt. Informationen: Telefon 033 828 88 44. Zentrum Artos, Alpenstrasse 45, Interlaken.
Täglich	SKULPTUR AUSSTELLUNG. Von Dominic Müller in den öffentlich zugänglichen Räumen. Eintritt frei, Hotel Metropole, Höheweg 37, Interlaken.
Täglich	KUNSTAUSSTELLUNG RENATE MADER-BURRI. In den öffentlich zugänglichen Räumen. Eintritt frei, Hotel Metropole, Höheweg 37, Interlaken.
Täglich bis 19.10.	AUSSTELLUNG BLAUSEEBILD «BLAU HÄLT WEISS». Vom Künstler Hansueli Urwyler. Täglich 10.00 bis 18.00 Uhr, JungfrauPark, Obere Bönigstrasse 100, Interlaken.
Täglich bis 31.12.	AUSSTELLUNG VOM KÜNSTLER HANSUELI URWYLER. Geboren 1936 in Oey-Diemtigen im Simmental, arbeitet seit 1961 als bildender Künstler in Interlaken. Ausstellungsort: IHB Spectrum, Centralstrasse 22 (Depot), Interlaken.

RESTAURANTS MIT LIVE MUSIK

Jeden Di.	RESTAURANT CHALET, HOTEL OBERLAND. Interlaken. Verschiedene Duos und Schwyzerörgeli, Gesang, Jodel und Alphorn. 20.00 bis 22.00 Uhr. Restaurant Chalet Oberland, Höheweg 7, Interlaken.
Täglich (ausser Mi.)	RESTAURANT SCHUH. Musikalische Unterhaltung mit Pianist. 14.30 bis 16.30 Uhr, Grand Café Restaurant Schuh, Höheweg 56, Interlaken.
Täglich	VICTORIA-BAR. Victoria-Jungfrau Grand Hotel & Spa, Höheweg 41, Interlaken. 18.30 bis 20.00 und 21.30 bis 01.00 Uhr.

Der Frauenverein kocht für Sie

Am Samstag, 26. April 2014 ab 11.00 Uhr im Restaurant Bären Zweilütschinen

Leckere Äplermakkaroni mit Apfelmus

Kinder von 6 bis 16 Jahren: Fr. 8.–
Erwachsene: Fr. 15.–

Gemütliches Beisammensein mit Volkstümlicher Unterhaltung.

Kaffeestube mit hausgemachten Kuchen und Torten.

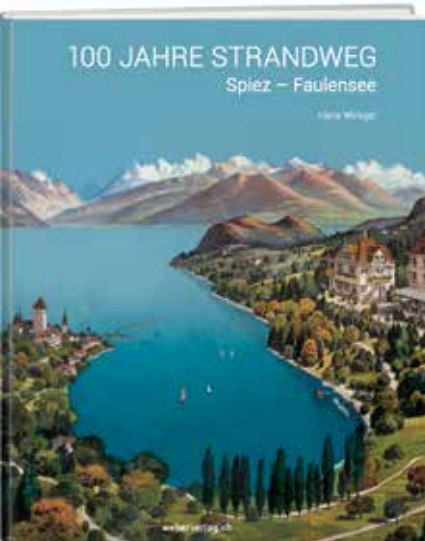
Sind Sie nicht so gut zu Fuss? Möchten Sie dass wir Sie zu Hause in Gündlischwand abholen oder bringen? Kein Problem, rufen Sie bei Nathalie oder Patricia an.

- Nathalie Gomes-Kley:
033 855 38 29 oder 079 544 58 39
- Patricia Gertsch:
033 821 13 71 oder 079 289 15 05

Wir freuen uns auf viele Besucher.

Der Frauenverein
Gündlischwand-Zweilütschinen





HANS WINIGER
100 JAHRE STRANDWEG SPIEZ-FAULENSEE

Das Buch ist diesem wunderschönen Spaziergang gewidmet und zeigt den Weg durch die Bucht Spiez bis nach Faulensee in vielen prächtigen und interessanten Ansichten der letzten 100 Jahre.

Die Region des Thunersees im Berner Oberland gilt historisch, mystisch und touristisch als Kraftort. Milde Ufer und Täler wechseln sich ab mit steilen Gipfeln und Garten, aber auch mit fruchtbaren Weinbergen und Alpweiden. Daher wird Spiez gerne auch als Kurort bezeichnet. Der gesamte Tourismus hat sich ursprünglich wegen der Kraft der Natur entwickelt, so dass Kurhäuser und Hotels gebaut wurden.

Die Bucht von Spiez war schon immer ein ideales Siedlungsgebiet am einst fischreichen und gut schiffbaren Thunersee. Die Burg, Schlosshügel und der Spiezberg boten ideal zu verteidigende Standorte, und die Bucht bildet einen geschützten Hafen. Noch heute erlaubt das milde Klima den Anbau von Wein.

Wunderschön ist der Spaziergang dem Strandweg entlang mit Blick auf die gegenüberliegende Seeseite. Strandbad, Städtchen, Schloss Spiez und die vielen Seerestaurants bilden eine harmonische Einheit.

HANS WINIGER
100 JAHRE STRANDWEG SPIEZ-FAULENSEE

ca. 80 Seiten, 23 x 27 cm, gebunden
ISBN 978-3-03818-015-9, CHF 29.-
Ab 19. April 2014 erhältlich

Bitte senden Sie mir ___ Ex. «100 JAHRE STRANDWEG SPIEZ-FAULENSEE»
zum Preis von je Fr. 29.- (inkl. Versandkosten)

Name/Vorname _____ Datum _____
Adresse/PLZ/Ort _____ Unterschrift _____

Talon einsenden/faxen an: Weber Verlag AG, Gwattstr. 125, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56.
ODER BESTELLEN SIE ONLINE ODER PER MAIL: www.weberverlag.ch, mail@weberag.ch

Ostern: Es muss nicht immer Hase sein

Oft haben auch die Schafe «schwein» und laufen klangheimlich den Hasen den Rang ab. Besonders, wenn sie frisch und fröhlich aus dem Keramik Atelier von Beatrice Flentje-Frutiger losmarschieren.



Im Heimatwerk am Höheweg sind die Schafe in guter Gesellschaft mit Hühnern und Hasen. Wer mit dem Osterrummel nichts anfangen kann, findet hier grosse und kleine Geschenke, die zu jeder Jahreszeit passen. Feine, mit viel Liebe gestaltete Einzelstücke aus den Werkstätten innovativer Kunsthandwerkerinnen und Handwerker, wie die friedlichen, munteren Schafe aus dem Keramik At-

elier von Beatrice Flentje-Frutiger aus Interlaken. Seit Jahren verblüffen ihre Figuren durch Kreativität und Scharm. Auf stille Weise zaubern sie eine fröhliche, heitere Stimmung in jeden Raum.

Wir sind im Heimatwerk für Sie da
Montag bis Freitag
9.00 bis 12.00 und 13.30 bis 18.30 Uhr
Samstag, 9.00 bis 16.00 Uhr

Heimatwerk Interlaken
Höheweg 115
3800 Interlaken
Telefon 033 822 16 53

zimmerrmann **carwash**

Wellness für Ihr Auto!

- ✓ Mit automatischer Portalanlage und 3 Lanzenwaschboxen
- ✓ Täglich von 6 bis 23 Uhr geöffnet
- ✓ Für Autos, Lieferwagen, Camper, Bikes usw.
- ✓ Nach neusten technischen und ökologischen Erkenntnissen

am 5./6. April 2014, 10-17 Uhr
Autowäsche für nur Fr. 5.-
 Besuchen Sie unsere Volvo und Toyota
 Frühlingsausstellung



Seestrasse 109 • 3800 Unterseen • Telefon 033 822 15 15
Ihre Vertrauensgarage im Berner Oberland



Open 30

Weltweit erste und einzige wiederaufladbare Linse!

Die neueste Bio
Silikon-Hydrogel
 Monatslinse aus der
 Safilens Forschung



Erhältlich bei:

MARTINAGLIA
OPTIK
 Interlaken Grindelwald

Martinaglia Optik AG
 Agnes und Mario Martinaglia, dipl. AO HFAK
 Jungfraustrasse 7 • 3800 Interlaken • 033 822 94 13
 Diego Martinaglia jun. dipl. Augenoptiker
 Dorfstrasse 123 • 3818 Grindelwald • 033 853 41 21



Frühlingskonzert

Leitung: Marcel Kipfer
 Samstag, 5. April 2014, 20.15 Uhr in der Turnhalle Steindler, Unterseen

Gastklub

Jodlerklub Habkern

Mitwirkende

Schwyzerörgeltrio Arva, Grindelwald
 Genschtrychler Frutigtal

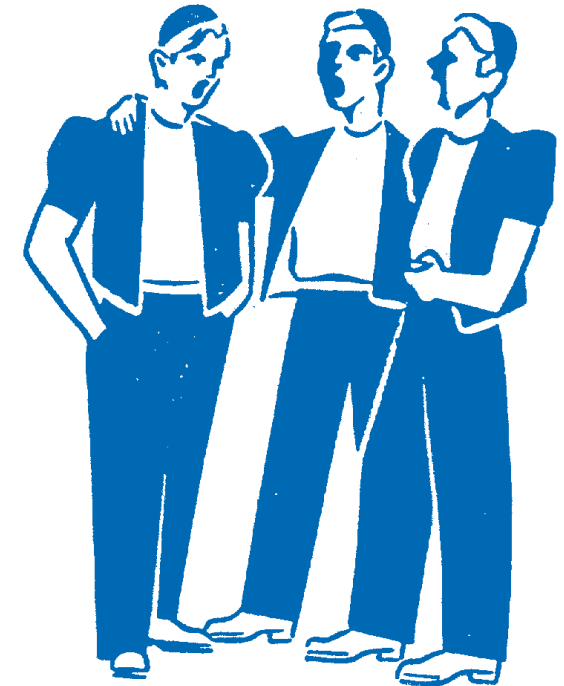
Anschliessend Tanz mit den

Schwyzerörgeltrio Arva, Grindelwald

Schöne, grosse Tombola und
 Barbetrieb

Eintritt: Fr. 10.-
 Platzreservation: Telefon 079 213 83 88

Freundlich laden ein:
 Jodlerklub Unterseen und Mitwirkende





OSTERN IM

KARFREITAG – GENIESSEN SIE UNSER TRADITIONELLES FISCHMENU AUS DER BRIENZER FISCHKÜCHE

OSTERSONNTAG – REICHHALTIGER BRUNCH
KALTE UND WARME KÖSTLICHKEITEN MIT VERSCHIEDENEN BROTSORTEN, WURST- UND KÄSEPLATTE, EIERSPESSEN, LACHS, PROSECCO, LAMMBRATEN, RÖSTI, DIVERSE DESSERTS UND VIELES MEHR

10.00 BIS 14.00 UHR, À DISCRÉTION
PREIS PRO PERSON: CHF 39.– KINDER 6 BIS 12 JÄHRIG CHF 15.–



OSTERMENU UND A LA CARTE
AB 12.00 UHR BIS 14.00 UHR

OSTERMONTAG – KLASSISCHER KÄSEKUCHEN



FAMILIE WETTACH UND TEAM
FREUEN SICH AUF IHREN BESUCH!
RESERVATIONEN ERWÜNSCHT UNTER
TELEFON 033 951 35 51
INFO@HOTEL-BRIENZ.CH



Höheweg 115
3800 Interlaken
079 213 27 27
info@spirit-of-life.com
www.spirit-of-life.com



Andrea Kölliker
dipl. Integral Coach ECA

Therapeutin und Ausbilderin
AUNDA healing

Supporterin in Angst- und
Stress-Situationen

Mehr Infos dazu unter 079 213 27 27
oder auf www.spirit-of-life.com

Dauerhafte Auflösung von Mustern

Gemeinsam löschen wir im Gespräch und mittels energetischer Heilbehandlung nach Attilio Ferrara Ihre seelischen Blockaden. Dies können Ängste, alte unaufgelöste Themen, traumatische Erlebnisse, negative Glaubenssätze und Verhaltensmuster aller Art sein.

Sie haben die Möglichkeit, diese Themen innerhalb von ein bis zwei Sitzungen **dauerhaft und sofort** loszulassen und gewinnen so an frischer Lebensenergie, Klarheit und Harmonie. Die Frequenz AUNDA löscht dabei jeden mentalen, emotionalen und physischen Schmerz aus Ihrem Zellgedächtnis und bringt Körper, Seele und Geist wieder ins Gleichgewicht.



MUSIKGESELLSCHAFT
WILDERSWIL

Frühlingskonzert der Musikgesellschaft Wilderswil

Samstag, 26. April 2014, 20.00 Uhr in der Mehrzweckhalle in Wilderswil

Direktion MG Wilderswil
Roger Kipfer

Direktion Jugendmusik
Markus Brunner

Direktion Tambouren
Hans Feuz

Eintritt: Fr. 10.–

Anschliessend Festwirtschafts- und Barbetrieb sowie Tanz mit dem Schwyzerörgeli quartett «Wilergruess».

Liebevoll zusammengestellte Tombola.



Centro Estetico

Ihre Haut wird strahlen ...

... dank der neuen **Ultraschall- und Elektrotherapie wie Galvanic und Radiofrequenz**

Mein Eröffnungsangebot bis Ende April:

nach einer halben Stunde zu Fr. 30.- wird Ihre Haut sichtbar und spürbar erfrischt sein – und das für viele Wochen.

Die neue High-Tech-Behandlung regt den Stoffwechsel und die Durchblutung der Zellen für längere Zeit an, festigt das Gewebe und reduziert Fältchen und Unreinheiten.

- **Kollagenaufbau**
 - **Hautstraffung**
 - **reine, geschmeidige Haut**
- beseitigt:
- **Unebenheiten wie Wasser und Fettpölsterchen**
 - **Pigmentflecken**
 - **grossporige Haut**
 - **Tränensäcke**
 - **Augenringe**



Centro Estetico

Julia S. Erb
staatl. anerkannte
Kosmetikerin

Spielmatte 3
3800 Unterseen

Montag bis Samstag
Telefon 033 821 21 77

art7 theater

MOMO

Mai und Juni 2014, Freilichttheater Heimwehfluh

Theaterstück nach dem Roman von Michael Ende

Inszenierung: Deborah Lanz

Sprache: Mundart

Michael Endes Welterfolg ist eine Parabel auf unsere rastlose Zeit. Eine wundervolle Geschichte über das Kind- und das Erwachsensein, vor allem darüber, wie wichtig es ist, sich Zeit zu nehmen.

Verschenken Sie einen erlebnisreichen Theaterabend! Gutscheine sind online oder telefonisch bestellbar.

Reservation für Abendessen

Telefon 033 822 89 33 oder E-Mail an alouis.henggeler@gmx.net
(Essen ab 18.00 Uhr)

www.art-7.ch

Auf der Heimwehfluh in Interlaken am

Donnerstag, 29., Freitag, 30.,
Samstag, 31. Mai 2014

Donnerstag, 5., Freitag, 6.,
Samstag, 7. Juni 2014

Donnerstag, 12., Freitag, 13.,
Samstag, 14. Juni 2014

Donnerstag, 19., Freitag, 20.,
Samstag, 21. Juni 2014

Donnerstag, 26., Freitag, 27.,
Samstag, 28. Juni 2014

Spielbeginn

20.15 Uhr

Eintritt

CHF 48.- inkl. Heimwehfluhbahn

Vorverkauf

Buchhandlung Krebsler AG
Höheweg 11, 3800 Interlaken
Online: www.art-7.ch
Telefonisch: 079 709 96 94



Einladung zur Frühlingsausstellung

Samstag/Sonntag, 5./6. April 2014
10.00 – 17.00 Uhr

- ✓ Probefahrten mit den neusten Volvo- und Toyota-Modellen
- ✓ Kaffee und Kuchen
- ✓ Autowäsche für nur CHF 5.-



garage
zimmermann ag
unterseen
www.garage-zimmermann.ch

★★★★★
zimmermann
carwash

Seestrasse 109 • 3800 Unterseen • Telefon 033 822 15 15
Ihre Vertrauensgarage im Berner Oberland





**Überzeugen Sie sich von unserer Dienstleistung
und dem örtlich einzigartigen Verkaufssortiment**

General-Guisanstrasse 18, 3800 Interlaken
Gratis Parkplätze vorhanden

Ostermärt

Sonntag, 6. April 2014 ab 11.00 bis 17.00 Uhr
im Schulhaus Habkern (Turnhalle)

- Werkstube mit Habkern
Kunsthandwerk
- Scherenschnitte
Barbara Seiler, Bönigen
- Ostereierkünstlerinnen
- Osterdekorationen
- Habcher-Ruschtig
- Kinderschminken
- Holzschnitzereien/Holzhandarbeiten
- Glasritzen
- Filzhandarbeiten
- Besichtigung Alphornbau Bernatone
- Kaffeestube: belegte Brötli, Torten,
Gebäck



Steiner & Söhne Plattenbeläge und Cheminéebau GmbH



3800 Unterseen Eichzun 4

Natel 079 311 05 47

Telefon 033 822 35 34

Telefax 033 822 35 50



André Steiner Thomas Steiner
Geschäftsführer

www.steiner-soehne.ch

info@steiner-soehne.ch

**Die neue Generation von
Balkon- und Terrassenböden...**

**Keramikplatten auf Stelzenlager
die pflegeleichte und moderne Art.**

**Gerne beraten wir Sie in unserer
Ausstellung Eichzun 1, Unterseen**



**Wander-Abonnement
für CHF 400.00
1 x pro Monat**



Gratis Schnupperwanderung 12. April 2014
Kondition für 2-4 stündige Wanderungen
Infos und Anmeldung: www.bergwild.ch / 079 395 29 28
Walter Zybach, Wanderleiter Asp. Habkern



Thema:
Februar, Wildruhegebiete ?
März, Wandern mit Langlaufskier
April, Hähne und ihre Balz
Mai, Wild im Frühjahr



Juni, Bergfrühling, Moorlandschaft
Juli, Hirsche im Sommer
August, Höhlen um Habkern
September, Kohlenstellen am Niederhorn
Oktober, Hirschbrunft
November, Gemsbrunft
Dezember, Weihnachtseinstimmung
Januar, Mondwanderung

Noss Schulzentrum
Schlösslistrasse 7 3700 Spiez
Tel. 033 655 50 30

NOSS

**INFORMATIONSPRESENTATION
Mittwoch, 23. April 2014**


Beginn: 19.30 Uhr im Schulhaus
Es ist keine Anmeldung erforderlich

9. und 10. Schuljahr
Real- oder Sekundarschule
Berufs- oder Mittelschulvorbereitung

Kaufmännische Grundbildung
Handelschule mit Bürofachdiplom VSH
Hotel-Tourismus-Handelschule *hotelleriesuisse*
KV-Abschluss mit eidg. Fähigkeitszeugnis

Wir freuen uns auf Ihr Erscheinen!

die noss in spiez macht schule 033 655 50 30



noss.ch Schulzentrum



Feiern Sie den Frühling in der Trinkhalle

Wunderbare Feste mit grandioser Aussicht



Für Informationen
und Reservationen
Förderverein Trinkhalle
am Kleinen Ruger
Telefon 079 784 79 21
www.trinkhalle.ch





Oster-Lunch-Bufferet

FEIERN SIE MIT IHRER FAMILIE UND GENIESSEN SIE DAS
EINMALIGE AMBIENTE UND UNSER OSTER-LUNCH-BUFFERET
IM HOTEL ROYAL-ST.GEORGES.

- Ostersonntag und Ostermontag jeweils von 11.30 bis 15 Uhr
- Grosses Oster-Lunch-Bufferet im Hotel
- Willkommensdrink in der Bar-Lounge Royal

Preis p. P. CHF 59.–.
(Kinder bis 5 Jahre kostenlos. Kinder von 6 bis 15 Jahren CHF 3.– pro Lebensjahr.)

Reservationen sind erwünscht und werden per E-Mail oder
Telefon entgegengenommen.

HOTEL ROYAL-ST.GEORGES INTERLAKEN-MGALLERY COLLECTION
Höheweg 139 3800 Interlaken Switzerland
T 033 822 75 75 F 033 823 30 75
h8983@accor.com hotelroyal.ch

Aluminium-Fensterläden



Sonnenstoren
Lamellenstoren
Rollläden

Wetterbeständig
Pulverbeschichtet
Einbrennlackiert

- Schaufensteranlagen
- Treppen
- Geländer
- automatische Tore und Türen
- Garagen und Garagentore
- Wintergärten
- Fenster
- Fenstergitter
- Aluminiumfensterläden
- Unterstände/Zäune

Metallbau, Garagen und Tore
Rugenstrasse 31, 3800 Matten
Tel. G 033 822 88 28
Fax 033 822 88 29
www.zwahlen-metallbau.ch

Albert Zwahlen

Wir liefern Storenstoff
und überziehen alte Storen!

Kommen Sie zu uns in die
Trinkhalle am Kleinen Ruger

- tiptop ausgerüstete Küche
- heizbare Räume
- beleuchteter Gehweg

Ob Geburtstagsfeiern, Hochzeiten, Fir-
menanlässe, Sitzungen – **diese einzig-
artige Atmosphäre** wird auch Ihren
Anlass verzaubern!



KOSMETIK
HARMONIE

**Nuad Tao:
Lächelnde Füsse**

Lassen Sie Ihre Füsse mit dieser wohltuenden Behandlung schön pflegen und geniessen Sie die warme Open-Air-Saison in offenen Schuhen!

Dauer ca. 2 Std. **Fr. 95.-** (anstatt Fr. 120.-)

Hauptstrasse 47, 3800 Unterseen, Tel. 033 821 16 00
www.kosmetik-harmonie.ch

Gültig bis 31. 5. 2014 - bitte inserat mitbringen.



**Lust auf
Frühling?**

ABRO
ARCHE
ALLROUNDER
BRUNATE
GARDENIA
JOYA
MEPHISTO
SANO BY MEPHISTO
THINK
KENNEL & SCHMENGER

INA-K

Marktgasse 31 · 3800 Interlaken
Tel. 033 821 68 58
info@ina-k.ch · www.ina-k.ch

Schuhe für
Sie & Ihn

INA-K



Passionskonzert mit getanzten Bildern

Gründonnerstag, 17. April 2014, 19.30 Uhr und Karfreitag, 18. April 2014, 17.00 Uhr
Schlosskirche Interlaken

Texte von Jörg Zink zu Tod und Auferstehung

Werke von

- Joh. Seb. Bach 1685–1750
- Marin Marais 1656–1728
- J. H. D'Anglebert 1629–1691
- Felix Mendelsson 1809–1847

- Barbara Leitherer, Gambe
 - Vital Julian Frey, Cembalo
 - Markus Maibach, Kontrabass
 - Roland Klingbeil, Sprecher
- Tanzensemble ultra Schall
Leitung und Choreographie:
Julia Medugno

- Chor der Schloskirche Interlaken
Leitung: Kathrin Cordes

Nummerierte Plätze: Fr. 45.–/40.–/35.–
Unnummerierte: Fr. 25.–
Jugendliche und Studierende:
Fr. 5.– Ermässigung

Öffnung der Abendkasse 45 Minuten vor
Beginn.

Vorverkauf bei

Expert Friedrich
Centralstrasse 14/16
3800 Interlaken
Telefon 033 822 33 36
rtv-friedrich@quicknet.ch

Mittwoch, 16. April, 19.00 Uhr

Generalprobe

Richtpreis: Fr. 20.–

**Spargelzeit
ab 5. April 2014**
im Hotel Bären Wilderswil



...so schmeckt
der Frühling

unser Küchenteam verwöhnt
Sie wieder mit frischen Spargel-
spezialitäten, hausgemachter
Sauce Hollandaise, und jungen
Kartoffeln.

Oster-Bärebrunch, 20. April 2014

Lassen Sie sich kulinarisch verwöhnen
ab 9.00 bis 13.00 Uhr

Überraschen Sie Ihre Kinder und laden Sie Ihre
Familien und Freunde ein.

...der Osterhase besucht unsere Jüngsten

ab 14.00 bis 17.00 Uhr Kaffee & Kuchen
Feine Auswahl an hausgemachten Kuchen und
Torten

Wir freuen uns auf Ihren Besuch. Herzlichst Ihr Bären Team.
365 Tage geöffnet / Grosser Parkplatz

Ihre Tischreservation nehmen wir gerne entgegen.
Hotel Bären – Oberdorfstrasse 1 - 3812 Wilderswil
Telefon 033 827 02 02 – www.baeren.ch

Ihr Service- und Ansprechpartner für Sat Anlagen



expert Friedrich

Centralstrasse 14/16
3800 Interlaken
033 822 33 36
rtv-friedrich@quicknet.ch
www.expert-friedrich.ch





SEEHOTEL BÖNIGEN **RESTAURANT ELEMANT**

SCHÖNE AUSSICHTEN IM SEEHOTEL!

Entspannen Sie sich beim Ausblick auf den Brienzensee und geniessen Sie das Ambiente im RESTAURANT ELEMANT!
Familien Hohermuth & Budd | 3806 Bönigen/Interlaken | Tel. +41 (0)33 827 0770 | www.seehotel-boenigen.ch

Bei uns liegen Sie immer richtig!

Boxspring-Betten, Matratzen,
Duvets und Kissen.

Grosses Bettenstudio
zum Probeliegen!

FLÜBO

Haus für schönes Wohnen
Hauptstrasse 109 · 3855 Brienz
Telefon 033 951 38 03 · fluebo.ch

beosolar.ch
Erneuerbare Energie

**Solarwärme · Solarstrom
Heizungssanierung**
Beratung/Planung/Ausführung

beosolar.ch GmbH
Stutz 2, 3700 Spiez
Tel. 033 654 88 44
www.beosolar.ch



25 Jahre Ludothek Confetti

Dieses Jahr feiern wir unser 25-jähriges Bestehen. Feiern Sie mit uns am Samstag, 24. Mai 2014 auf dem Quai in Brienz beim Wasserspielplatz.



Ludothek Confetti
Hauptstrasse 190
3855 Brienz
Telefon 033 951 73 53
www.ludo.ch
ludothek@brienz.ch

In der Ludothek Confetti können Spiele und Spielsachen zu günstigen Konditionen ausgeliehen werden. Das vielseitige Angebot bietet jeder Altersstufe entsprechende Spiele und Spielgeräte an.

Die Ludothek Confetti wurde am 10. Februar 1989 eröffnet und inzwischen gehört diese Dienstleistung für die Bevölkerung von Brienz und Umgebung ganz selbstverständlich dazu. Der Verein ist selbst tragend, das heisst die Ausgaben werden vor allem durch die Jahresbeiträge, Spenden und durch den Erlös aus dem Ausleihebetrieb gedeckt. Einen willkommenen Zustupf erzielt die Ludothek auch durch den jährlichen Kuchenverkauf beim Suppenhaus. Alle diese Einnahmen ermöglichen es, immer wieder aktuelle Spiele einzukaufen und die Kosten für den Ausleihebetrieb möglichst tief zu halten.

denn in der Ludothek könnte man, anstatt Kinderspielsachen zu kaufen vieles sehr günstig für die Dauer von 4 Wochen ausleihen und testen. Sobald dann das Interesse am Spielzeug nachlässt, kommt es wieder zurück in die Ludothek. Die Ludothek dankt allen Mitgliedern, Mitarbeiterinnen und den Kunden die dieses Angebot nutzen ganz herzlich für Ihre Treue. Ohne Sie gäbe es jetzt kein Jubiläum zum Feiern.

Mitglieder zahlen einen Jahresbeitrag von 15 Franken. Selbstverständlich steht die Ludothek **auch für alle Nichtmitglieder während der Öffnungszeit offen.**

Die Besucherzahlen haben in den letzten Jahren stark abgenommen. Schade,

Öffnungszeit der Ludothek
Freitag, 16.00 bis 18.00 Uhr



Ich begleite und unterstütze Menschen in Veränderungs- und Entwicklungsprozessen, u.a. beim...

- » Klarheit gewinnen über eine Situation respektive über deren Ablauf
- » Treffen einer bevorstehenden Entscheidung
- » Planen Ihrer Zukunft
- » Für Sie folgerichtigen Umgang mit einer „besonderen“ Person oder einem speziellen Thema
- » Erkennen und Lösen von Lebenskrisen
- » Optimieren Ihrer Verhaltensmuster

Entdecken Sie Ihre Stärken und entwickeln Sie Ihr Potential. Ich freue mich, Sie zu unterstützen.

Bernhard von Gunten info@lebensraum-interlaken.ch
079 689 98 77 www.lebensraum-interlaken.ch

STEIN UND GARTEN
Ueli Stähli
3812 Wilderswil
079 236 24 18

GARTENBAU
TROCKENMAUERN
STEINGÄRTEN
FINDLINGE
GARTENUNTERHALT

info@STEIN-UND-GARTEN.CH
STEIN-UND-GARTEN.CH

Konfirmation 2014
Dein Alter → Dein Rabatt

HERRENKONFEKTION AG
ZENTRUM INTERLAKEN OST

PARTY-SERVICE

Catering von A-Z
Alles für Ihr Event von einem Anbieter.

Geburtstagsessen, Konfirmation, Bankette, Geschäftsessen, Apéro, Hochzeit, Grillplausch, Dekorationen. Wir liefern alles an den von Ihnen gewünschten Ort. (z.B. Bauernhof, Waldhütte, Festhalle, Schiff, Garten, Forsthaus, Zelt, Hangar, Gewächshaus,...)

SYDECA, Dekorationen- & Partyservice

033 650 93 00
www.sydeca.ch
info@sydeca.ch
FAX 033 650 96 33



Agenda Jugendarbeit Bödéli

April bis August 2014

JUGENDTREFF SIXTYSEVEN

Mittwoch, 7. Mai, 17–19 Uhr, **Filmabend**

Freitag, 23. Mai, 19.30–22 Uhr

Eltern-Kind Töggelturnier *#

Samstag, 24. Mai, 17–19 Uhr

Mix it! Barkeeperkurs *#

Samstag, 24. Mai, 20–22 Uhr, **Disco \$#**

Mittwoch, 4. Juni, 17–19 Uhr, **Filmabend #**

Mittwoch, 16. Juli, 14–16.30 Uhr

T-shirt malen #

Mittwoch, 23. Juli, 17–19 Uhr, **Filmabend #**

Samstag, 2. August, 20–22 Uhr, **Disco \$#**

Mittwoch, 6. August, 17–19 Uhr

Filmabend #

Samstag, 30. August, 20–22.30 Uhr

Disco \$#

JUGEND (ab 12 Jahren)

Freitag, 25. April, 17–20 Uhr

InsideOutside

Samstag, 10. Mai, 17–22 Uhr

Schulbandplattform

Restaurant Anker, Unterseen

Freitag, 23. Mai, 17–20 Uhr

InsideOutside

Mittwoch, 4. Juni, 14–18 Uhr

Petri heil – Fischen mit Jungs *#

Freitag, 20. Juni, 19–22.30 Uhr

Konzert *#

Freitag, 27. Juni, 17–20 Uhr

InsideOutside

Freitag, 25. Juli, 17–20 Uhr

InsideOutside

Freitag, 22. August, 14–18 Uhr

Petri heil – Fischen mit Jungs *#

Freitag, 29. August, 17–20 Uhr

InsideOutside

KINDERANGEBOTE

ab 6 Jahren, Eltern willkommen!

jeweils von 14–17.00 Uhr

Freitag, 25. April: Schulhaus Wilderswil

Mittwoch, 30. April: Schulhaus Leissigen

Freitag, 2. Mai: Schulhaus Unterseen

Mittwoch, 7. Mai: Schulhaus Matten

Freitag, 9. Mai: Schulhaus Bönigen

Mittwoch, 14. Mai: Schulhaus l'laken Ost

Freitag, 16. Mai: Schulhaus l'laken West

Mittwoch, 21. Mai: Schulhaus Wilderswil

Mittwoch, 4. Juni: Schulhaus Leissigen

Mittwoch, 11. Juni: Schulhaus Unterseen

Freitag, 13. Juni: Schulhaus Matten

Mittwoch, 18. Juni: Schulhaus Bönigen

Freitag, 20. Juni: Schulhaus l'laken Ost

Mittwoch, 25. Juni: Schulhaus l'laken West

Mittwoch, 2. Juli: Schulhaus Wilderswil

EXTRAS

Samstag, 17. Mai, 9–16 Uhr

Selbstverteidigungskurs für

Mädchen *\$#

Freitag, 23. Mai & 27. Juni, 15–18 Uhr

Cupcake backen für Mädchen *#

Samstag, 28. Juni, 19–22 Uhr

Mädchendisco *\$#

Mi/Do, 9./10. Juli, 14–16 Uhr

Tanzwerkstatt für Mädchen *#

Samstag–Dienstag, 5.–15. Juli

Sommerlager in Kroatien *\$#

Öffnungszeiten

Sixtyseven

Mittwoch:

16.00 bis 19.00 Uhr

Donnerstag:

16.00 bis 19.00 Uhr

Freitag:

15.00 bis 19.30 Uhr

ab 10 Jahren

Jeweils Disco für alle

ab 12 Jahren

Freitag:

20.00 bis 22.30 Uhr

Informationen und

Beratung

Nach telefonischer

Abgabe oder

kurzfristig im Sixtyseven

möglich.

Jugendarbeit Bödéli

Bahnhofstrasse 5b

3800 Unterseen

Telefon 033 823 10 69

www.jabinfo.ch

ANGEBOTE MIT *\$#

* Bitte anmelden

unter www.jabinfo.ch

oder per Telefon

033 823 10 69

\$ es wird ein kleiner

Unkostenbeitrag

erhoben

Altersangabe beachten auf extra Flyer



Raum für Gesundheit

Umgezogen:
Ab sofort bin ich an der **Marktgasse 59 im Hotel Bellevue** mit gewohnter Leistung und Qualität für Sie da!

Suchen auch Sie einen Weg zu Gesundheit und Lebensfreude?
Gerne begleite ich Sie mit ganzheitlichen Methoden der Naturheilkunde um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.

Annetta Kennedy, Dipl. Naturheilpraktikerin
www.naturheilkunde-interlaken.ch



Feiern Sie mit Stil

BANKETTE, FAMILIENFEIERN, JUBILÄEN, GEBURTSTAGE, HOCHZEITEN, DIPLOMFEIERN, GESCHÄFTSANLÄSSE – FEIERN SIE IN EINMALIGEM AMBIENTE UNVERGESSLICHE FEIERN UND FESTE.

- Beratung bei der Planung
- Kreative Vorschläge für Speisen und Getränke
- Tipps für spezielle Dekorationen

Melden Sie sich jetzt bei unserem Team, wir freuen uns darauf, Ihnen Ihre Wünsche zu erfüllen.

HOTEL ROYAL-ST.GEORGES INTERLAKEN-MGALLERY COLLECTION
Höheweg 139 3800 Interlaken Switzerland
T 033 822 75 75 F 033 823 30 75
h8983@accor.com hotelroyal.ch



Evangelische Brass Band Interlaken

Frühlingskonzert – «E gschänkte Tag»

Sonntag, 27. April, 15.00 Uhr, Kirchgemeindehaus Spiez

Der Posaunenchor Spiez zusammen mit der Evangelischen Brass Band Interlaken lädt herzlich ein zu einem Musiknachmittag. Erleben Sie den Jodel «E gschänkte Tag» von Adolf Stähli in der Brass Band-Bearbeitung des Dirigenten Walter Liechti, flotte Märsche, Song Selections, Solis und diesmal sogar einen Tango. Freuen Sie sich an den

frühlingshaften Melodien, geniessen Sie Kaffee und Kuchen!

Weiteres Konzertdatum

Samstag, 26. April, 20.00 Uhr
Kirche Gsteig bei Interlaken

Eintritt frei – Kollekte am Ausgang



WAT PHOO KLASSISCHE THAI-THERAPIE®™ IN BERN SEIT 2004

traditionelle Thai-Massage hilft bei:

- Kopfweg, Migräne + Schleudertrauma
- Nacken- + Schulterproblemen
- Nervenbeschwerden + Ischias
- Verspannungen + Erschöpfung
- und aktiviert die Selbstheilungskräfte des Körpers

Aroma-Öl-Massage wirkt entspannend, erfrischend und regenerierend

Fussreflexzonen-Massage: Jede Zone auf der Fusssohle steht in Verbindung mit einem Körperorgan. Massage der Zonen hilft bei Verdauungs- + Kreislaufproblemen, Rheuma u. a. m.

WAT PHOO KLASSISCHE THAI-THERAPIE

Höheweg 195, 3800 Interlaken / 033 821 24 82 / www.watphoo.ch

Mo bis Sa 10.00 bis 20.00 30' 60.- / 60' 90.- / 90' 120.- / 120' 150.- Kreditkarten akzeptiert



Wir freuen uns, Sie in unserer **Pizzeria «La Bohème» ab 3. April** und im **Seerestaurant «La Gare» ab 11. April** wieder verwöhnen zu dürfen.

Öffnungszeiten IM APRIL: Seerestaurant «La Gare»
von Mittwoch bis Samstag von 8.00 bis 14.00
und ab 18.00 Uhr, sonntags und Ostermontag ganzer Tag geöffnet.
Pizzeria «La Bohème» von Donnerstag bis Montag ab 18.00 Uhr.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Familie Zingg und Team

Hotel Seiler au Lac · 3806 Bönigen bei Interlaken · Eine Oase inmitten der Hektik
www.seileraulac.ch · hotel@seileraulac.ch · Telefon 033 828 90 90 · Fax 033 822 30 01



Restaurant Shanthi
INDIAN & SRI LANKAN CUISINE

in Unterseen
Stedtlizentrum

Indisches & srilankisches Restaurant

Jeden Samstag Buffet auf Reservierung (35.- inkl. Dessert)
Take Away Angebot: Mittagmenü mit Getränk 12.50

Indische und Srilankische Kochkurse
Asiatisches Lebensmittelgeschäft

Shanthi Tel. Restaurant: +41 33 821 28 81
Hauptstrasse 55 E-Mail: restaurant@shanthi.ch
3800 Unterseen www.shanthi.ch

Gutschein für eine SAMOSA
Gegen Vorlage dieses Gutscheins erhalten Sie eine Samosa als Vorspeise gratis zum Hauptgericht.
Nicht kumulierbar mit anderen Vergünstigungen.



Liebe Kinder
Osterhasen zeichnen und
Eintritte fürs Mysty Land in
Interlaken gewinnen!



Zeichnung einsenden per MMS mit dem
Stichwort „Grafik“ an die Zielnummer 959
(Kosten: 1 Franken) oder per Post

Grosse Ticketverlosung am Ostersonntag,
20. April, zwischen 15:00 und 16:00

96.8 MHz
www.RadioBeO.ch / www.BeO.FM



VEREIN WALDKINDERGARTEN TATATUCK

Spielgruppe, Kindergarten – natürlich?

Tatatuck Waldkindergarten – Das innovative Angebot im Oberland Ost mit Standort in Ringgenberg

Das freie Spiel geniesst im Waldkindergarten Tatatuck einen hohen Stellenwert. Es eröffnet den Kindern vielfältige, individuelle Lernfelder und lässt ihr Kind spielend schulreif werden. Ihr Kind nimmt sich aus dem reichen Angebot das heraus, was seinen Bedürfnissen und seinem Alter entspricht. So findet individuelle Förderung ohne Überforderung statt. Rhythmus, Wiederholung und eine umfangreiche Sinnespflege sind unsere Grundanliegen.

Die Spielgruppen-Kinder werden auf sanfte Weise in unseren Waldkinderalltag integriert, ein fließender Übergang in den Kindergarten ist, sofern erwünscht, optimal gewährleistet. Das bewährte, altersgemischte Konzept mit 3- bis 6-jährigen Kindern fördert die sozialen Fähigkeiten. Über die Jahreszeiten hinweg erleben die Kinder die Natur mit all ihren Geheimnissen. Eltern von Waldkindern schätzen die liebevolle Beziehung zu Mensch und Umwelt, welche ihr Kind während der Zeit im Tatatuck aufbaut. Die Tage sind frei, in Halb- oder Ganztages-Modulen wählbar.

Besuchervormittage 25. April und 9. Mai von 8.30 bis 12.00 Uhr

Lernen Sie unser regionales Angebot kennen und besuchen Sie uns an einem Besuchervormittag oder an einem individuell vereinbarten Termin.

Sie erleben bei einem Besuch unseren Waldalltag direkt mit und erhalten Antworten auf Ihre Fragen. Weitere Infos unter: www.tatatuck.ch oder Marianne Tschan, 033 821 13 84, info@tatatuck.ch

Verein Waldkindergarten Tatatuck
Hauptstrasse 115
3852 Ringgenberg
Telefon 033 821 13 84
info@tatatuck.ch
www.tatatuck.ch

Vortrag, Öffentlicher Tatatuck
Themenabend, 15. Mai 2014, 19.30 Uhr
«Wirkungen-Nebenwirkungen»

Wie werden kleine Kinder medienkompetent?

Wie finden wir als Eltern und Pädagogen zu einer entspannten Haltung im Umgang mit den elementaren Bedürfnissen der Kinder und der, von der Medienindustrie empfohlenen digitalen Frühförderung?

Vortrag mit Katinka Penert, Medienfachfrau (Ausbildung – IPSUM Institut für Sinnes- und Medienökologie, Stuttgart)

Weitere Infos zum Anlass unter www.tatatuck.ch




Hobby-Baumschule
Jetzt beste Pflanzzeit!

Freie Besichtigung jederzeit
Untere Bönigstrasse / Moos
Gewerbezone Interlaken-Ost
Kurt Sonderegger
Tel. P 033 822 47 28

Aktuell:

- Sichtschutz: Thuja, Buchs, Lorbeer...
- Blütensträucher
- jap. Bluthorn etc
- Bodendecker



Fusspflagestudio

Margrith Inäbnit

Rugenstrasse 4
3800 Matten
078 624 17 12
meggi.inaebnit@bluewin.ch



BEO-STOREN

Sonnenschutz
Wetterschutz
Lamellenstoren

Markus und Heidi Fuchs
Renggliweg 5 · 3806 Bönigen
033 821 24 37 · 079 689 23 90
www.beo-storen.ch · info@beo-storen.ch



Hotel***
Chalet Du Lac
Iseltwald

F(r)ischen zu Tisch

... an der idyllischen Fischerbucht direkt am Brienzensee

Tel. 033 845 84 58
www.dulac-iseltwald.ch



claro Weltladen Interlaken

für fairen Handel

Seit der Eröffnung unseres Ladens im Jahr 1978 arbeiten wir mit Organisationen zusammen, welche sich mit ihren Fair-Trade-Produkten und der Idee des Fairen Handels auf dem Markt profilieren. In den ersten Jahren war dies die Genossenschaft OS3. 1997 wurde diese Genossenschaft in eine AG umgewandelt, die als claro fair trade AG seither unter dem Namen «claro» auftritt. claro fördert den Handel mit Fair-Trade-Produkten und unterstützt insbesondere den Fachhandel, sprich die claro Weltläden, bei deren Verkauf.

- Wir behalten die Wertschöpfungskette so lange wie möglich im Ursprungsland
- Unser Verteilernetz findet ausschliesslich im Fachhandel statt

claro Weltladen
Marktgasse 46
3800 Interlaken

· Lebensmittel
· Kunsthandwerk
· Soglio- & Heldprodukte

Wir freuen uns, auf dem Bödeli seit Jahren einen claro-Vertragsladen zu betreiben, der unseren Kundinnen und Kunden claro Produkte aus wirklich fairem Handel anbietet.

Kommen Sie doch vorbei und überzeugen Sie sich selbst!
Ihr claro Weltladen-Team

Doch was ist das Besondere an claro? Was macht claro anders als die andern? claro selbst definiert sich so:

- Fair Trade ist unsere «raison d'être»; wir sind kein Label, wir sind ein Unternehmen mit langjähriger Geschichte
- Wir kennen unsere Produzentinnen und Produzenten
- Wir pflegen langfristige und partnerschaftliche Handelsbeziehungen
- Wir arbeiten mit Kleinproduzenten-Strukturen
- Wir zahlen existenzsichernde Preise und leisten die Vorfinanzierung der Ernte
- Unsere Produkte werden so umweltverträglich wie möglich hergestellt
- Überall wo fair trade möglich ist, ist 100% fair trade drin



Mai
2014

WILLY KNECHT LANDJÄGER NR. 701

Es gehört wohl zum guten Ton, wenn sich sogenannte VIP-Menschen mit ihrer Biographie zu erklären versuchen. Dieses Buch soll lediglich einem Rückblick in die jüngste Vergangenheit der faszinierenden Polizeiarbeit dienen.

Bis in die 1980er-Jahre galt der Landjäger an seinem Stationierungsort als Respektsperson. Er war für die Bevölkerung aber auch der kleine «Anwalt» für die Behandlung von Alltagsorgen. Er war am Ort ganz einfach ihr Landjäger. Dann erfolgte der Riesenschritt von der mobilen Schreibmaschine hin ins digitale Zeitalter. Vorbei war plötzlich der angesehene Status des ortsansässigen Uniformierten. Die Beziehungen zum Landjäger gingen verloren. Und heute ist der Autoritätsverlust gegenüber Menschen im öffentlichen Dienst nicht nur bei der Polizei festzustellen. Das Buch beinhaltet aber auch ein Kapitel des jüngsten Balkankrieges mit seinen grausamen Folgen. Willy Knecht lernte das grosse Leid der Menschen im Rahmen seiner Einsätze als Gerichtsexperte kennen und betreut seither Waisen und kranke Kinder im Kosovo.

AUTOR

WILLY KNECHT, geboren 1943, wohnhaft in Bönigen. Absolvierte nach der Schule die vierjährige Ausbildung zum anatomischen Präparator an der Uni Basel. 1965/66 Grundausbildung bei der Kantonspolizei Bern. 1966 Ernennung zum Landjäger. 12 Jahre Dienst bei der Uniformpolizei. Ab 1978 als Brandfahnder und Dezernatschef KRIPO bis zu seiner Pensionierung im Jahr 2003. 1999 als Kripoexperte im Kosovo. Seit 2000 widmet er sich kranken Kindern im Kosovo.



EINLADUNG ZUR VERNISSAGE MITTWOCH, 7. MAI 2014, 18.30 UHR SCHLOSS SPIEZ, EINGANGSHALLE

- Gerne melde ich mich zur Vernissage an
- Gerne bestelle ich ___ Ex. «LANDJÄGER NR. 701» zu je CHF 35.– (inkl. Versandkosten)

Name/Vorname _____

Begleitperson _____

Adresse _____ PLZ/Ort _____

Datum _____ Unterschrift _____

Talon einsenden/faxen an: Weber Verlag AG, Gwattstr. 125, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56.
ODER BESTELLEN SIE ONLINE ODER PER MAIL: www.weberverlag.ch, mail@weberag.ch



WILLY KNECHT
LANDJÄGER NR. 701
ERZÄHLUNGEN AUS DEM LEBEN
EINES KANTONSPOLIZISTEN

ca. 144 Seiten, 14 x 21 cm, gebunden
ISBN 978-3-03818-003-6, CHF 35.–
Erscheint im Mai 2014



ORCHESTERVEREIN INTERLAKEN

Konzert Orchesterverein Interlaken

Samstag, 3. Mai 2014, 19.30 Uhr, Kirche Unterseen
 Sonntag, 4. Mai 2014, 17.00 Uhr, Kirche Meiringen

Leitung: **Leonardo Muzi**
 Solist: **Markus Würsch**, Trompete

Muzio Clementi: Ouvertüre in D-Dur
 J. Haydn: Konzert in Es-Dur für Trompete und Orchester

L. van Beethoven: Sinfonie Nr. 4, B-Dur, op. 60



Konzert in Unterseen: Vorverkauf bei Foto Schenk, Bahnhofstrasse 23, 3800 Unterseen, Telefon 033 823 20 20, Abendkasse ab 18.45 Uhr. Preise: Fr. 35.-/30.-, Lehrlinge/Schüler Fr. 15.-, Kinder gratis

Konzert in Meiringen: Vorverkauf bei Tabak Lanz, Bahnhofstrasse 27, 3800 Meiringen, Telefon 033 971 19 19, Abendkasse ab 16.15 Uhr. Preise: Fr. 35.-/30.-, Lehrlinge/Schüler Fr. 15.-, Kinder gratis



Bahnhofstrasse 27a
 3800 Interlaken

Ihr Partner auf dem Bödeli
 Rascher Batterieservice (auch bei Digitaluhren)



jost gartenbau gmbh
Ihr Garten liegt uns am Herzen
 3806 Bönigen
 Tel 033 822 34 30 / Fax 033 822 34 75 / Mobile 079 311 81 20
 jost-gartenbau.ch



Die Schloss Highlights im Frühling

Herzlich Willkommen!



Mit diesem Gutschein erhalten Sie im Loeb Thun, als Leser der Bödeli Info

CHF 10.-

Rabatt bei einem Einkauf ab CHF 50.-

Gültig bis 26. April 2014. Rabatt nicht kumlierbar. Exkl. einige Mietpartner. Weiter Ausnahmen www.loeb.ch

Bewusst leben.



Karfreitag, 18. April 2014, ab 10.00 Uhr
Das Schloss öffnet seine Tore

21. April 2014, 11.00 – 14.00 Uhr
OSTERMONTAG IM SCHLOSS

Traditioneller Eröffnungsanlass mit dem neuen Spiezer Wein, Käse- und Zwiebelkuchen vom Strandhotel Belvédère und musikalischer Begleitung.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Patronat: Freunde Schloss Spiez

... und übrigens

Ostermontag, 21. April 2014, 14.00 Uhr

Das Schloss und seine Bewohner
 Führung mit Gerhard Schafroth
 Kosten: CHF 13.- (inkl. Führung, Eintritt und 1 Glas Wein)

Neue moderne Dauerausstellung zur 1300-jährigen Geschichte von Schloss Spiez



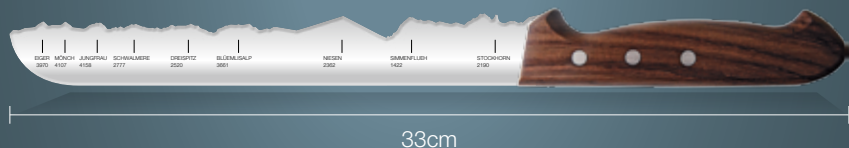
DAS THUNERSEKNIFE IST EINE AUSSICHT UND EIN RÜCKBLICK.

Eine Erinnerung. Ein Gefühl. Eine Idee, die aus dem Nebel auftaucht; an einem wunderschönen, klaren Morgen. Dass man mit dieser Idee Brot schneiden kann, ist nebensächlich. Viel wichtiger ist das tausendfache Wiedererleben der Emotion. Jeden Tag.



The Original

89.– CHF
inkl. MwSt.



JETZT KAUFEN:

WWW.THUNERSEE-KNIFE.CH

JETZT BESTELLEN.

Bitte senden Sie mir Ex. «Thunersee Switzerland Brotmesser» zum Preis von CHF 89.– inkl. MwSt. exkl. Versandkosten.
Das ThunerseeKnife kann auch in unserem Büro an der Gwattstrasse 125 abgeholt werden.

Name: Vorname:

Adresse: PLZ/Ort:

Datum: Unterschrift:

Bestellalon bitte einsenden oder faxen an: Werd & Weber Verlag AG, Gwattstrasse 125, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56, www.thunersee-knife.ch, Bestellung per E-Mail: info@thunersee-knife.ch

Öffnungszeiten 2014

April bis Oktober



Jeden ersten Samstagnachmittag im Monat von April bis Oktober ab 14.00 bis 17.00 Uhr

- 5. April
- 3. Mai
- 7. Juni
- 5. Juli
- 2. August, 10.00–17.00 Uhr
- 6. September
- 4. Oktober

Zusätzlich

- 19. April, 11.00–17.00 Uhr
- 21. Juni, 11.00–17.00 Uhr

Stiftung Artilleriewerk
Faulensee
Kirschgartenstrasse
3705 Faulensee
Tel. 033 654 25 07
info@artilleriewerk-faulensee.ch



Neu: Die Werkführung kann auf Wunsch noch mit einer Besichtigung einer Sperrstelle im Zielraum des Artilleriewerks erweitert werden.

Zusätzliche Öffnungszeiten Juli und August

Beginn jeweils um 17.00 Uhr. Bitte pünktlich erscheinen!

- Mittwoch, 9. Juli
- Mittwoch, 23. Juli
- Mittwoch, 6. August
- Mittwoch, 20. August

Kontakt

Ursula Schaller
Leiterin Bistro und Reservationen
Tel. 033 654 93 40
Mobile 078 749 48 29
info@artilleriewerk-faulensee.ch

Jubiläums- und Einweihungstag

Samstag, 19. April 2014

Koordiniert durch
Spiez Marketing AG
Tel. 033 655 90 00
spiez@thunersee.ch
www.spiez.ch

Das Jahr 2014 ist ein Jahr von Jubiläen und Einweihungen in Spiez. Dies wollen wir zusammen mit Ihnen und unseren Gästen am 19. April ab 11.00 Uhr feiern.

Detaillierte und aktualisierte Informationen zu den verschiedenen Programmpunkten und den Organisatoren finden Sie unter: www.spiez.ch/events



Zeit	Aktivität	Standort/Treffpunkt
6.00–8.00	Kostenlose Führung: Vögel am Strandweg Anmeldung Tel. 033 655 90 00	Frei- und Seebad
10.45	Eröffnung Minigolf Open Standard Anlage	Minigolfanlage Bucht Spiez
Ab 11.00	Über die neuen Sitzbänkli lachen, plaudern und philosophieren	Am Strandweg entlang
Ab 11.00	Verkauf Neuerscheinung Jubiläumsbuch «100-Jahre Strandweg»	Eingang Strandweg Spiez
Ab 11.00	Spielmobil der KJAS	Wiese bei Pura Vida
Ab 11.00	Vermietung Kanuweg Thunersee	Neben Frei- und Seebad
Ab 11.00	Schiffli basteln wie vor 100 Jahren	Schattenbedli
Ab 11.00	Osterschwimmen (Badeanzug mitnehmen)	Schattenbedli
Ab 11.00	Erinnerung an Früher – Dein persönliches Foto	siehe www.spiez.ch
Ab 11.00	Motorsägekünstler live	Am Strandweg
Ab 11.00	Artilleriewerk Faulensee	Artilleriewerk Faulensee
Ab 11.00	Kulinarisches vom Hotel Belvédère	Strandbad Hotel Belvédère
Ab 11.00	Würste vom Grill, Ostereier mit Zöpfe und Gebäck	Schattenbedli
Ab 11.00	Fischknusperli vom Fischereiverein	Fischzucht Faulensee
Ab 11.00	Hotel Seeblick wie vor 100 Jahren mit Afternoon Tea mit live Piano-Musik	Hotel Seeblick, Faulensee
Ab 11.00	Eisessen auf dem Spielplatz Faulensee	Spielplatz Strandweg Faulensee
Ab 11.00	Schon mal einen Longdrink «gepumpt»?	Am Strandweg
12.00–15.00	Ein Blick ins Fischbecken	Fischzucht Faulensee
Ab 12.00	Eröffnung Spielplatz Strandweg Faulensee	Spielplatz Strandweg Faulensee
Um 12.00	Auftritt des Musikvereins und Jugendmusik Spiez	Spielplatz Strandweg Faulensee
12.00/14.30	Kostenlose Führung «60 Jahre Wunder von Bern»	Strandbad Hotel Belvédère
Ab 19.30	Hunderte von Kerzen beleuchten den Strandweg!	Entlang des Strandweges (Filmfestival Thunersee)
Ab 19.30	Stummfilm: Ein Rückblick in frühere Arbeitsweisen am Spiezer Rebbberg!	Schattenbedli (Filmfestival Thunersee)
Ab 11.00 Uhr fährt das Spiezer Zügli gemäss speziellem Fahrplan zum Preis wie vor 18 Jahren den ganzen Tag.		

Schlosskonzerte Spiez

Programm Mai 2014

Sonntag, 4. Mai 2014, 17.00 Uhr
Klarer Geist und reine Seele
Vokalmusik der Renaissance
mit dem Ensemble Orlando Fribourg

Freitag, 9. Mai 2014, 20.00 Uhr
Volksmusik grenzüberschreitend
Mit «Anderscht» auf neuen Pfaden

Sonntag, 11. Mai 2014, 10.30 Uhr
Kinderkonzert mit «Peter und der Wolf»
Ein musikalisches Märchen nicht nur für Kinder ab 5 Jahren

Freitag, 16. Mai 2014, 20.00 Uhr
Glanz und Gloria
Die Tubadours und Alexandre Dubach

Sonntag, 18. Mai 2014, 17.00 Uhr
Emotionale Schönheit in strenger Form
Meisterwerke für Cello und Klavier

Sonntag, 25. Mai 2014, 10.30, 12.15 und 14.00 Uhr
Tastenfeuerwerk
Ein Sonntag rund um das Klavier mit drei Pianisten

Mittwoch, 28. Mai 2014, 19.00 Uhr
Jung und Leidenschaftlich
Klaviertrio Rafale

Freitag, 30. Mai 2014, 20.00 Uhr
Melancholische Weite und Intensität
Jazzkonzert mit dem Donat Fisch Quartett

Wir freuen uns auf Sie!



www.kunsttherapie-malatelier.ch

Kinder, Jugendliche und Erwachsene ◊ Workshops und Seminare ◊ Einzel-, Paar- und Familientherapie ◊

**im Schloss Unterseen
Hauptstrasse 1**

Silvia Jakob, Kunsttherapeutin
079 431 75 12

**Workshops April und Mai:
25.4. Malen in der Schwangerschaft
2.5. Frouemorge, 10.5. tanze u male**



Gross in Fahrt - Klein im Preis!

**Flusskreuzfahrten
Musikfahrten
Messefahrten
Wellness-
fahrten
Tages-
fahrten**

**Nicht
lange suchen!
Jetzt sofort buchen!
www.friendly-clever.ch
033 821 61 61**



www.matrix-schmid.ch

Matthias Schmid
Feldenkrais-Methode
Cranio-Sacral-Arbeit
Golf-System-Training
Physiotherapie

Beatrice Schmid
Yoga
Meditation
Energetische
Behandlung

079 679 26 57 079 690 74 72

Feldenkrais-Atelier
Rosenstrasse 14, 3800 Interlaken

**fusspflege
fussreflexzonen-
behandlung
auch mobiler dienst
tel: 079 732 91 14**

barbara häni
general-guisanstr. 27
3800 interlaken

gepflegt - entspannt - gesund geschenkgutscheine

Das kleine Paradies am Brienersee

Geniessen Sie unser
BELLEVUE-FISCHTELLER direkt am See.

Hotel Bellevue
Jeannette und Andreas
Unterberger - Tschan
3807 Iselewald
Tel 033 / 845 11 10

**Alle Elektroinstallationen
für Privat und Gewerbe**

AHB elektro ag
Tel. 033 847 01 35
www.ahbelektro.ch

Spezialisiert für Einbruchalarm,
Videoüberwachung, Brandmeldung,
Zuko, Telematik, Photovoltaik

**Leissigen
Matten
Schlosswil
Oberhofen**

Zaun- & Torsysteme
Grösste Auswahl an Holz-, Kunststoff-, Metall- und Aluminiumzäunen und -toren sowie fachgerechte Montage.
Fordern Sie jetzt kostenlos den Katalog oder eine Beratung vor Ort an.
Zaunteam Daniel Frutiger AG
Hagenstrasse, 3852 Ringgenberg
Tel. 033 823 11 92, frutiger@zaunteam.ch

www.zaunteam.ch **Gratis-Tel. 0800 84 86 88**

Plüss Metallbau
Weissenastr. 54
3800 Unterseen
Tel. 033 822 27 06
metallbaupluess@bluewin.ch



Der ganzheitliche Kindergarten
Die fröhliche Spielgruppe
Der tägliche Mittagstisch

Wunderhuus Interlaken

Wir laden Sie herzlich ein

Unsere Anlässe

Eine kleine Oase mitten in Interlaken...
Kind sein, spielen, lachen, Feste feiern,
Märchen lauschen, kreativ sein...

Gerne dürfen Sie uns bei einem Schnuppertag in den Spielgruppen oder im Kindergarten kennen lernen.

**Spiele, Aktivitäten, feines Zvieri,
Geschichte, Zeit für Informationsaus-
tausch, an unserem Spielnachmittag**
Mittwoch, 7. Mai 2014
14.00 bis 17.00 Uhr

Unser alljährliches Sommerfest
Samstag, 28. Juni 2014
11.00 bis 17.00 Uhr

Wir freuen uns, wenn wir uns bald be-
gennen!



Bei unserem wöchentlichen Waldmorgen.



Weitere Informationen
G. Aeschbacher
Wunderhuus
Höheweg 41
3800 Interlaken
Telefon 033 823 07 11
Mobile 079 218 93 47
www.wunderhuus.ch



Wir freuen uns auf Dich!



Marco Fluri
Plattenlegerchef mit
Eidg. Fachausweis

Buechwaldgasse 9
3805 Goldswil

FLURI
Keramik GmbH

Tel.: 033 530 03 77
info@fluri-keramik.ch

www.fluri-keramik.ch



Werkstattladen Interlaken GmbH
Lea Wagner & Monika Sommer
Postgasse 11 · 3800 Interlaken
033 821 11 33 · www.werkstattladen.ch

Kurs im Werkstattladen in Interlaken
Wir stellen unsere eigenen coolen **FLIP-FLOPs** her.

Datum Samstag, 26. April 2014
Beginn 9.30 bis ca. 16.00 Uhr
Kosten CHF 145.– inkl. Material & Snack
Anmeldung kontakt@werkstattladen.ch



VOLKSHOCHSCHULE
OBERHASLI/REGION BRIENZ

Erfolgreich Bewerben & Arena di Verona

Programm

Erfolgreich Bewerben

Mittwoch, 7., 14. und 21. Mai 2014

Wollen Sie sich beruflich verändern oder einen Wiedereinstieg wagen? In drei Abenden werden Sie fit für den Arbeitsmarkt und gewinnen Selbstsicherheit für den Bewerbungsprozess.

Kursleitung: Marianne Schüpbach, Meiringen, dipl. Tourismusexpertin/MAS Dienstleistungsmarketing & Erwachsenenbildnerin

Kurszeit: 19.30 bis 22.00 Uhr

Kursort: Meiringen

Preis: CHF 165.– (CHF 160.–)

Arena di Verona 24. bis 27. Juli 2014

In der Stadt von Romeo und Julia geniessen Sie tolle Musik. Dazu besuchen Sie die Lagunenstadt Venedig mit ihren Kanälen und Brücken.

Donnerstag, 27. Juli 2014

7.00 Uhr: Abfahrt Bahnhof Brienz

7.30 Uhr: Bahnhof Meiringen

7.45 Uhr: Bahnhof Brünig

ca. 16.00 Uhr: Ankunft in Verona, Hotelbezug

21.00 Uhr: Maskenball von Giuseppe Verdi

Freitag, 28. Juli 2014

Tag zur freien Verfügung

21.00 Uhr: Carmen von Georges Bizet

Samstag, 2. Juli 2014

ca. 9.15 Uhr: Abfahrt Bahnhof (Zug) Porta Nova Verona nach Venedig.

ca. 18.30 Uhr: Abfahrt Bahnhof San Luzia Venedig (die Reisezeit im Zug beträgt ca. 70 Minuten, die Plätze sind reserviert).

Sonntag, 3. Juli 2014

10.30 Uhr: Rückreise in die Schweiz

ca. 19.00 Uhr: Ankunft in der Region

Preis

bei mindestens 18 Personen
CHF 925.– im Doppelzimmer

Anmeldetermin

20. Mai 2014

Bus Fahrt/Eintrittskarten Arena (Gradinata)/Zimmer mit Frühstück/Bahnfahrt Ausflug Venedig.

(Programm-Änderungen vorbehalten)

Kurs Infos/online buchen

Telefon 033 971 38 62

info@vhs-zib.ch

www.vhs-zib.ch

Sponsor und Ausbildungspartner

KWO

Sponsor

Raiffeisenbank Meiringen

Volkshochschule
Oberhasli/
Region Brienz
Kirchgasse 15
3860 Meiringen
Telefon 033 971 38 62
info@vhs-zib.ch
www.vhs-zib.ch



Schuh M

Neu ab 1. März in Meiringen
Schuhe und Mehr - für Damen und Herren

Bewährte Qualität und aktuelle Formen im Traditions-Schuhhaus an der Bahnhofstrasse 11 - wir zeigen Ihnen die ersten Frühlings- und Sommermodelle im neuen Ambiente

Schuh M für Füsse und Augen ■ 033 971 16 45 ■ www.schuh-m.ch
Marianne Dick ■ Vreni Mäder ■ Bärbi Anderegg



Axalp Stübli
Hittboden 1420, 3855 Axalp

**...gerne begrüssen
wir Sie ab dem
3. Mai 2014 wieder!**

auf Ihren Anruf freuen sich
Therese & Markus Walther - Indermühle
Tel. 079 303 07 83 e-Mail: axalp-stuebli@bluewin.ch
www.restaurant-axalp-stuebli.ch
Ruhetag - Sonntag ab 18.00 Uhr & Montag ganzer Tag

Zahnprothesen und Gebissreparaturen

Susanne Schorer-Gründer

Zahntechnisches Labor
Brunnackerweg 8,
3608 Thun-Allmendingen



Ihre telefonische Anmeldung
nehmen wir gerne unter
033 336 83 32 entgegen.



Die Isenfluh-Sulwald-Bahn bleibt wegen Renovationsarbeiten vom Montag, 31. März bis Gründonnerstag geschlossen.

Ab Karfreitag, 18. April wieder täglich in Betrieb.

Luftseilbahn
Télécabine
Cablecar

UIS Luftseilbahn Isenfluh-Sulwald
CH-3822 Isenfluh • Tel. 033 855 22 49
www.isenfluh.ch • info@isenfluh.ch

ZUM GLÜCK GELASSENHEIT



Vortrag und Gespräch von und mit
WILHELM SCHMID, BERLIN
Professor für Philosophie an
der Universität Erfurt. Autor
des Bestsellers «Glück» und
neu «Gelassenheit», Inselverlag




SAMSTAG, 10. MAI 2014, 20.00 UHR
Kongresssaal Beatenberg, Saalöffnung 19.30 Uhr

Ihr finanzieller Beitrag hilft uns zur Deckung der
Kosten (Kollekte)



- Planung
- Starkstrom
- Ausführung
- EDV- und
- Reparaturen
- Telefoninstallationen

Aarmühlestrasse 23 • Tel. 033 822 17 35
www.elektrobrunner.ch



033 822 29 19

Öffnungszeiten
 Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag
 6.00–12.00, 13.30–18.30 Uhr
 Mittwoch, 6.00–12.00 Uhr
 Samstag, 6.00–12.00, 13.30–16.00 Uhr

Diverse Bärlauch-Spezialitäten!



Dekoration & Accessoires / Geschenke



Metzgergasse 3 Telefon 079 208 95 62
 3800 Matten/Interlaken www.country-living.ch

Öffnungszeiten

Donnerstag	13.30 bis 18.30 Uhr
Freitag	9.00 bis 12.00, 13.30 bis 18.30 Uhr
Samstag	9.00 bis 16.00 Uhr durchgehend



Willkommen in unserem Hoflädeli

Schöne Auswahl verschiedener Käsesorten • hausgemachte Konfitüren • jeden Samstag frische Butterzöpfe und Brot aus dem Steinbackofen • Apéroplatten auf Bestellung

Öffnungszeiten:

Mo–Fr	17.00 bis 18.30 Uhr
Sa	8.00 bis 12.00 Uhr

Familien Wyss, Acherhubel, 3806 Bönigen, Bönigen Richtung Wilderswil links am Waldrand, 079 741 86 88 / 033 823 09 24

BROCKENSTUBE

Wir holen alles Brauchbare kostenlos ab.
 Wohnungs- und Hausräumungen, Entsorgungen.
 Telefon 033 951 21 44.

Brockenstube Brienz
 Hauptstrasse 191, 3855 Brienz
 www.brockenstubebrienz.ch

Öffnungszeiten

Dienstag bis Freitag	14.00–18.00 Uhr
Samstag	09.00–16.00 Uhr



Wesensstern

- * Heilarbeit
- * Energietherapie, Beratung
- * Medium
- * Seminare (Inneres Kind 6.4.14)

Brigitte Bruhin, Matten
 079 66 509 68
 www.wesensstern.ch




kammstrasse 11 | interlaken
 tel. 079 789 81 91 | info@yoga-center.ch

Fashion NAILS

NEUER STANDORT: JUNGFRAUSTRASSE 38 INTERLAKEN

Lory Fontana
 079 934 23 34

- Gelnägel
- Naturnagelverstärkung
- Manicure

☎ gepflegte Nägel und schöne Hände unterstreichen Ihre Persönlichkeit im Beruf wie im Alltag

☎ brüchige, gespaltene oder gar abgekaute Nägel? Das muss nicht sein!

SCHÖNE HÄNDE – GEPFLEGTE NÄGEL – IHRE VISTENKARTE !

Ich helfe Ihnen gerne dabei und freue mich auf Ihren Anruf!
 Besuchen Sie mich auch auf meiner Homepage www.lorysnailart.ch!



Secret 6 und Kontaktbar

033 / 822-21-20

www.secret6.ch

Sendlistrasse 4 in 3800 Interlaken

Tiere suchen ein Zuhause

Der Tierschutzverein Interlaken sucht für Verzichttiere ein neues Zuhause. Bödeli-/BrienInfo stellt Ihnen verschiedene Tiere vor, die auf ein Plätzchen in einer liebevollen Familie, bei Paaren oder auch bei Einzelpersonen warten.

KÄTZIN BILLIE – Schwarz/weiss – 11 Jahre alt – Leukosegetestet, entwurmt, vollständig geimpft, kastriert und gechipt – Sehr zutraulich – Auslaufge-wohnt. Billie ist eine sehr liebe und pflegeleichte Katze. Sie mag Streicheleinheiten sehr. Gerne würde sie in einen Haushalt einziehen, wo man auch viel Zuhause ist. In einer verkehrsberuhigten Gegend würde sie auch den Freilauf sehr schätzen.



hatte noch nicht so viel Menschenkontakt und braucht etwas Zeit um Vertrauen zu fassen. In einem turbulenten Haushalt wäre sie höchstwahrscheinlich überfordert. Wer hat Geduld und Zeit sich auf dieses Abenteuer einzulassen? Lena ist sozial zu anderen Katzen.

Kontakt für Katzen:
 Katzenauffangstation
 TSVI Gisela Hertig
 3806 Bönigen
 Telefon 033 823 80 08
katzenauffangstation.ch

Weitere Tiere finden Sie unter:
tierschutz-interlaken.ch

KÄTZIN CLEO – Schwarz/weiss – 10 Jahre alt – Leukosegetestet, entwurmt, vollständig geimpft, kastriert und gechipt – Auslaufge-wohnt. Cleo ist eine liebe und ruhige Katze. Sie ist selbstbewusst und sehr selbstständig. Gerne würde sie als Einzelkatze in einen ruhigen Haushalt einziehen. Sie mag Menschen sehr und wäre ev. bei älteren Personen, die viel Zeit für sie haben, sehr glücklich. Auslauf ins Grüne schätzt sie ebenfalls sehr.



liebe und ruhige Katze. Sie ist selbstbewusst und sehr selbstständig. Gerne würde sie als Einzelkatze in einen ruhigen Haushalt einziehen. Sie mag Menschen sehr und wäre ev. bei älteren Personen, die viel Zeit für sie haben, sehr glücklich. Auslauf ins Grüne schätzt sie ebenfalls sehr.

KÄTZIN LENA – Getigert mit wenig weiss – Ca. 2 Jahre alt – Leukosegetestet, entwurmt, vollständig geimpft, kastriert und gechipt – Schüchtern – Auslaufgewohnt.



Lena ist eine hübsche Tigerkätzin. Sie

Lena ist eine hübsche Tigerkätzin. Sie

Tierheilpraxis BEO



Bioresonanz und Naturheilkunde
 für Hunde, Katzen, Pferde, Nutztiere und Heimtiere

und ANiFIT-Fachberaterin **ANiFIT**

Tierheilpraxis BEO
 Doris Lucaroni - Krattigstrasse 20 - Leissigen - Tel 079 422 70 15
info@tierheilpraxis-beo.ch - www.tierheilpraxis-beo.ch

hundepension-luna.ch

Andreas Schweingruber
 Haltengraben 222
 3804 Habkern

033 843 00 23
 079 689 46 12

info@hundepension-luna.ch



Wer ist unsere April-Person?

Unsere Person lebt in Unterseen. Ihr Markenzeichen haben wir zeichnerisch festgehalten und hilft Ihnen bei der Namenssuche weiter.



Illustration: Ernst Hanke/www.ernst.hanke.com

So sind Sie dabei: Senden Sie uns bitte den Namen der gesuchten Person als Lösung mit Ihrem Namen, Ihrer Adresse und Telefonnummer an: Weber AG, Wettbewerb BodeliInfo/BrienzInfo, Gwattstrasse 125, 3645 Gwatt oder: wettbewerb@weberag.ch

Einsendeschluss: Donnerstag, 10. April 2014. Die Namen der Gewinner werden im nächsten Heft veröffentlicht.

Gewinnen Sie! Wir verlosen 2 Restaurant-Gutscheine im Wert von je Fr. 100.– vom Metropole Interlaken. www.metropole-interlaken.ch

Auflösung Wettbewerb März 2014
Margret Eggenschwiler

Herzliche Gratulation den Gewinnern
Simone Keller, Hofstetten
Alfred Abegglen, Iseltwald



KROKODILBÄHNEN
In den von einem Krokodil
geprägten Bächen und Seen
des Wallis sind die Krokodile
die grössten Tiere. Sie sind
sehr gefährlich und können
den Menschen sehr schaden.
Man muss sie mit grosser
Vorsicht umgeben. Sie sind
sehr schnell und können
den Menschen sehr gefährlich
sein.

Die Krokodile sind sehr
gefährlich und können
den Menschen sehr schaden.
Man muss sie mit grosser
Vorsicht umgeben.



KATZ UND MAUS
In dem von einem Kater
geprägten Leben sind die
Mäuse die grössten Tiere.
Sie sind sehr gefährlich und
können den Menschen sehr
schaden. Man muss sie mit
grosser Vorsicht umgeben.
Sie sind sehr schnell und
können den Menschen sehr
gefährlich sein.

Der Kater ist ein sehr
gefährliches Tier. Er kann
den Menschen sehr schaden.
Man muss ihn mit grosser
Vorsicht umgeben.



OSKAR FREYSINGER & SCAPA FABELHAFT

Schamlose Reime des Walliser Politikers – kombiniert mit verwegenen Illustrationen von Scapa.

Bücherwürmer: Die Würmer nagen im Verband // an einem dicken Goetheband. // Es ist ihnen Respekt zu zollen, // weil sie sich weiterbilden wollen. // Sie fressen Götz, Torquato, Faust, // bis es ihnen vor Dramen graust, // dann leeren sie mit Unschuldsmiene // den Darminhalt in die Latrine. // So endet als gemeiner Mist // was für den Geist geschaffen ist. // Es ist nicht jeder Sturm und Drang // für Bildungszwecke von Belang.

AUTOR

OSKAR FREYSINGER, 1960 in Siders (VS) geboren, ist Gymnasiallehrer und SVP-Nationalrat. Im März 2013 wurde er in den Walliser Staatsrat gewählt. Freysinger hat bereits mehrere Kurzgeschichten, Parabeln und Satiren publiziert. 2009 erhielt er im Rahmen des Rilke-Festivals für ein Gedicht den Lyrikpreis, 2010 den Kulturpreis seiner Wohngemeinde Savièse (VS).



ILLUSTRATOR

TED SCAPA wurde in den 1960er- und 1970er-Jahren durch die Kindersendung «Das Spielhaus» im Schweizer Fernsehen zu einer bekannten Persönlichkeit. Als Cartoonist zeichnete er für die internationale Presse und veröffentlichte zahlreiche Kinderbücher und Cartoonsammlungen. Heute ist er als Künstler tätig. So entstehen Bilder, Skulpturen, Paravents, Designerteppiche und Lichtkörper, die in Ausstellungen im In- und Ausland gezeigt werden. Scapa arbeitet mit Kindern und Erwachsenen in Creativity Workshops. Er lebt und arbeitet am Murtensee.



OSKAR FREYSINGER
SCAPA
FABELHAFT
SKURRILE GEDICHTE

112 Seiten, 15 x 25 cm, gebunden
ISBN 978-3-906033-99-0, CHF 29.–

Bitte senden Sie mir ___ Ex. «FABELHAFT» zum Preis von je Fr. 29.–

Name/Vorname _____ Datum _____

Adresse/PLZ/Ort _____ Unterschrift _____

Talon einsenden/faxen an: Weber Verlag AG, Gwattstr. 125, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56.
ODER BESTELLEN SIE ONLINE ODER PER MAIL: www.weberverlag.ch, mail@weberag.ch

SIMPLY CLEVER

ŠKODA



Der neue ŠKODA Octavia
Jetzt Probe fahren!



www.skoda.ch

Touring Garage Auto Berger AG
Obereigasse 44a
3812 Wilderswil
Tel. 033 822 77 88
www.touring-auto.ch



Herzlich und kompetent

Ansprechpartner



Thomas Rubin



Daniel Abegglen



Roland Ernst



Jakob Zürcher

Thomas Rubin • Bestattungsdienst

Interlaken Telefon 033 823 30 35 • Brienz Telefon 033 951 10 00 • www.thomasrubin.ch

Tag- und Nachtdienst
Vertrauensfirma

Hess Bestattungen

oberer Brienzensee ♦ Region Interlaken
Talschaft Lauterbrunnen

Telefon 033 826 63 40
Mitglied Schweiz. Verband der Bestattungsdienste



Oberland druckt bei www.swissprinted.ch

Unter verwendung des Codes

oberland

erhalten Sie 5% Rabatt
auf Ihre Erstbestellung.



SP swissprinted.ch

Dem Körper Geben, was er braucht

«Das Essen soll Spass machen und kein schlechtes Gewissen.» Nach diesem Motto sucht Sonja Ammeter mit Kundinnen und Kunden Essgewohnheiten, mit denen sie sich auf Dauer wohl fühlen.

Sonja Ammeter, wie steht es mit Ihrem eigenen Idealgewicht, und woran merken Sie, dass es ideal ist?

Ich spreche lieber von «Wohlfühlgewicht». Klar schaue ich in Tabellen, was medizinisch gesehen im gesunden Bereich liegt. Aber in dieser Bandbreite muss jeder für sich selber bestimmen, wann er sich wohl fühlt. Ich persönlich fühle mich heute wohl, weil mir meine Kleider gut passen, weil sich mein Körper leicht anfühlt und ich viel mehr Lust auf Sport habe als früher.

«MICH INTERESSIEREN
DIE MENSCHEN.»

Das war nicht immer so?

Ich kämpfte schon in meiner Jugend mit Gewichtsproblemen. Vor etwa fünf Jahren hatte ich genug und stiess auf einen Bericht über das 3-Phasen-Prinzip von Vitalyse.

Warum interessierte Sie gerade dieses System?

Mich hat Vitalyse überzeugt, weil es nicht mit Spezialdiäten oder Patentmitteln operiert. Zudem war ich sehr engagiert mit meinen damaligen Projektarbeiten sowie mit Weiterbildungen und brauchte etwas, das in diesen Alltag passte.

Und es blieb seither so?

Ja. Dabei half mir, dass das Programm sehr gut begleitet ist; auch die kostenlose Nachbetreuung macht auf jeden Fall Sinn. Dazu kamen mit der Zeit eigene Erfahrungen – und das Vertrauen in meine neuen Essgewohnheiten.

Wo haben Sie selber am meisten Schwierigkeiten mit dem Essen?

Ich habe sehr lange Arbeits-tage, da ich für meine Kunden neben den normalen Zeiten auch Randzeiten anbiere. Meine eigene Verpflegung ist somit oft eine Herausforderung.

Wer kommt in Ihre Beratung?

Leute aus allen Berufen und Generationen. Mir ist es wichtig, die Vorgänge einfach und verständlich zu beschreiben und mit einfachen Bildern zu erklären. Mit Vitalyse lernen die Kunden sehr viel über Ernährung und wie ihr Körper funktioniert. Sie absolvieren bei mir quasi eine Weiterbildung mit dem Nebeneffekt, dass sie ihr Wohlfühlgewicht erreichen.

Wie unterscheiden sich Ernährungsberatung und Ernährungscoaching?

Als Ernährungscoach bin ich nicht im medizinischen, sondern im ästhetischen Bereich tätig. Und bei mir stehen organisatorische Fragen im Zentrum. Ich begleite Leute zu einer besseren Essgewohnheit,



Sonja Ammeter
Vitalyse-
Ernährungscoach

Zur Person
Sonja Ammeter

Jahrgang: 1973

Zivilstand: wohnt mit
Lebenspartner in Thun

Beruflicher Werdegang:
Ausbildungen bei
Post und PostFinance
(Briefträgerin, eidg.
Kauffrau, eidg. Marke-
tingfachfrau, Produkt-
managerin, Beraterin für
Kleinunternehmen);
dipl. Ernährungscoach
(Vitalance).

Hobbies: Musik, Essen
von einfachen bis Gour-
met Gerichten, Sport
(Joggen, Bergtouren,
Skifahren, Rudern,
Biken, Schwimmen,
Nordic Walking etc.),
Reisen, Autos

[www.vitalyse-
interlaken.ch](http://www.vitalyse-interlaken.ch)



Sonja Ammeter empfängt Besuch in einer familienfreundlich eingerichteten Praxis; selber hat sie allerdings selten Zeit für das bequeme Sofa.

die sich zum Beispiel angewöhnt hatten, den ganzen Tag von Kaffee zu leben, weil sie einen stressigen Job haben. Zur Ernährungsberaterin gehen hingegen Leute mit einer Krankheitsdiagnose.

Dann sprechen Sie mit Interessenten auch über ihre Gesundheit, bevor Sie mit dem Vitalyse-Programm beginnen?

Ich biete ein kostenloses und unverbindliches Erstgespräch mit Gewichtsanalyse an. In diesem Gespräch werden die Essgewohnheiten angeschaut. Relevant ist für mich auch zu wissen, ob die Interessenten Allergien, Medikamente, Krankheiten und Operationen hatten. Dem allen muss ich bei der Begleitung der Kunden Rechnung tragen.

Geht es Ihnen darum, dass die Leute das umsetzen, was sie schon lange wissen?

Nicht nur. Ich weiss viel über Essverhalten und kann helfen, Gewohnheiten zu ändern; weil man aber Gewohnheiten nicht so schnell ändert, sieht Vitalyse eine relativ lange Begleitung vor, auch wenn sie in der dritten Phase, wenn die neue Ernährungsweise zur Gewohnheit wird, nicht mehr so intensiv ist. Unter-

stützung in gewissen Angelegenheiten in Anspruch zu nehmen, gehört immer mehr zu unseren Leben.

Was sind «gesunde Essgewohnheiten»?

Oft essen die Leute das Falsche oder über den Tag verteilt viel zu wenig und dafür am Abend deftig. Der Körper reagiert auf Hunger, indem er auf Sparmodus schaltet und möglichst viele Reserven einlagert. Bei gesundem Essverhalten geht es zum einen darum, dass der Körper von allem genug bekommt – dass man also die verschiedenen Nahrungsmittelgruppen angemessen berücksichtigt. Zum andern muss er Vertrauen aufbauen können, dass er regelmässig zu seinen Mahlzeiten kommt und keinen «Notvorrat» braucht.

Wie stimmen Sie die Ernährung individuell ab?

Wichtig sind Alter, Geschlecht und Energieverbrauch. Doch vieles findet man am besten heraus, indem man's ausprobiert. Deshalb protokollieren die Kunden in den ersten Phasen, was sie essen. Das schärft ihr Bewusstsein für die Qualitäten der verschiedenen Lebensmittel. Damit sie ein Gefühl für Mengen entwickeln können, rechnen wir nicht in Kalorien, sondern in Portionen – zum Beispiel eine faustgrosse Portion Gemüse oder eine Tasse Reis. Die Leute sollen ihre Mahlzeiten frei planen und in ihren Alltag integrieren können – auch, wenn sie wenig Zeit haben oder auswärts essen. Dann geht es auch darum, das Körpergefühl zu entwickeln und von der Waage

unabhängig zu werden. Denn unser Körper kann zwar nicht direkt zu uns reden, aber er kann zum Beispiel Gelüste produzieren, auf die wir dann hören.

Was, wenn unser Körper nur «Schoggitorte» sagt?

Natürlich können wir unseren Körper daran gewöhnen, Stoffe wie Zucker oder Koffein im Übermass zu bekommen. Deshalb beginnt unser Programm mit zwei Einstiegstagen mit vorgegebenem Essen, damit solche Gelüste und Hungerattacken vergehen. In der Anfangsphase können auch gewisse Vitamin- oder andere Nahrungsergänzungs-Präparate sinnvoll sein. Dafür arbeite ich mit den Droga-Drogerien der Region zusammen, deren Personal die Kunden in diesem Bereich optimal beraten kann.

Essen hat auch mit Kultur und Identität zu tun. Gibt es da nicht Probleme beim Umstellen?

Klar gebe ich Tipps, was man kochen könnte. Aber ich frage die Kunden auch: Was würden Sie jetzt kochen, wenn Sie nicht im Vitalyse-Programm wären? Und wenn dann einer sagt: Ragout mit Stock und Rübli, dann geht das problemlos. Die Rübli müssen ja nicht unbedingt im Fett schwimmen, und ob man beim Kartoffelstock die Butter weglässt, merkt sowieso nur ein Feinschmecker. Hier geht es nur darum, eine Ecke weiter zu denken.

Was, wenn wir auswärts Stock mit Butter essen und es gar nicht merken?

Es ist eine Frage der Menge und der Häufigkeit. Ich begleite auch Kunden,



Der Körper soll alles bekommen, was er braucht – und das Essen soll Spass machen.

die oft auswärts essen müssen, und das können wir gut organisieren.

Was gefällt Ihnen an Ihrem Beruf am besten?

Mich interessieren die Menschen. Und hier lerne ich viele Menschen kennen, die ich sonst nie getroffen hätte, und aus der Beratung ergeben sich oft unheimlich tiefe Gespräche.

Der erste Schreck

Sonja Ammeter erinnert sich an eine ihrer ersten Begegnungen als Ernährungscoach. «Ich hatte ein gutes Einstiegsgespräch mit der Interessentin geführt und bat sie zum Schluss um ihre Personalien. Da sah ich, dass sie Ärztin ist – und fühlte, wie ich unsicher wurde. Was sollte ich jemandem, der Medizin studiert hat, noch beibringen können? Doch die Begleitung verlief ganz normal und ich merkte, dass das Coaching und die Begleitung für sie wichtig waren. Diese Erfahrung beruhigte mich sehr und zeigte mir, dass ich auch Leuten, die sehr viel mehr über den menschlichen Körper wissen als ich, mit meinem anderen Fokus unterstützen kann.» Zum Glück. Denn heute kommt gut die Hälfte von Ammeters Kunden aus Gesundheitsberufen.

Da geht noch mehr!



Alexandra Otter, Brienz
aotter@gmx.ch

Brienz feiert sich dieses Jahr von einem Jubiläum zum nächsten! 100 Jahre Quai, 175 Jahre Schifffahrt auf dem Brienzensee, 100 Jahre Dampfschiff Lötschberg, dann gibt es noch das Ländtefest, die Förster-WM, die Brienzener Holzfällertage, das Rockfest, das Holzbildhauer Symposium und nicht zu vergessen die Kunstnacht – und, diese Liste ist nicht abschliessend, da wird sicher noch mehr gefestet.

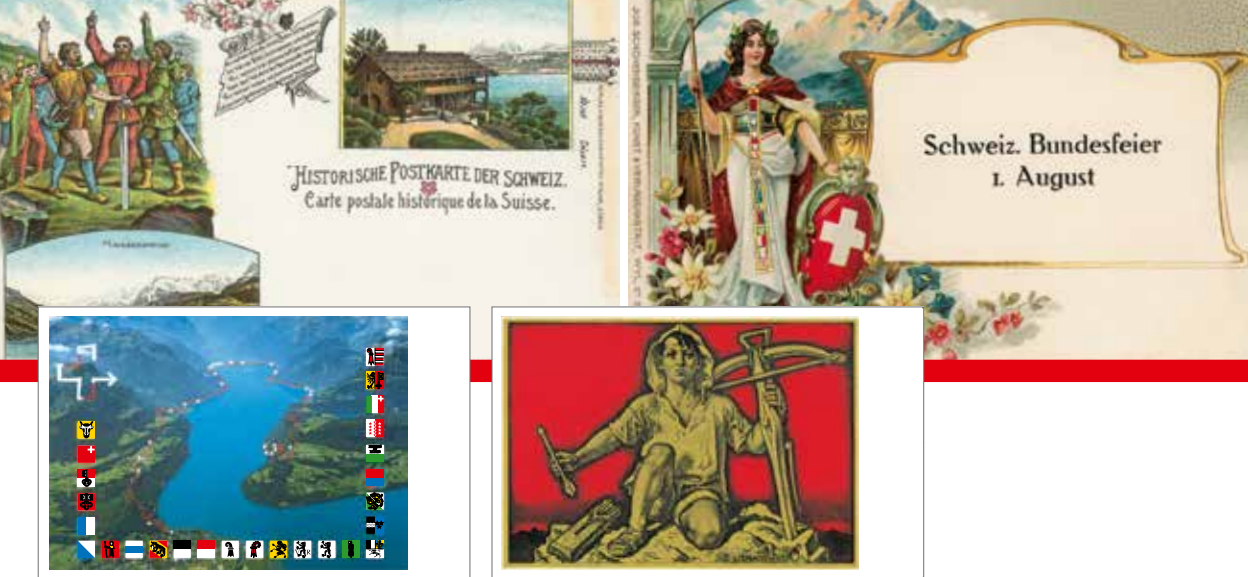
Es freut mich, dass in Brienz durchs Jahr durch derart viel los ist. Und es freut mich noch mehr, dass hinter der Organisation all dieser Anlässe unsere vielfältigen Brienzener Vereine stehen. Es ist eigentlich unglaublich, was da durchs Jahr hindurch von jedem Einzelnen geleistet wird – und dies auf freiwilliger Basis und kostenlos. Da werden Ideen gesponnen und wieder verworfen, Bands engagiert, Lokale ausfindig gemacht, Events auf die Beine gestellt, Helfer mobilisiert und viel Zeit und manchmal auch Geld verbraten. Und für was? Damit es hier bei uns lebenswert ist! Denn vom Arbeiten alleine wird man nicht zufrieden. Also muss für das Glückseligkeit noch mehr angeboten werden. In Brienz muss was laufen – und obwohl wir uns bemühen, ist es leider noch zu wenig. Es fängt schon bei den «Beizen» an – richtige Restaurants sehe ich bei uns wenige. Ist es denn zuviel verlangt, dass man sein Essen an einem sauberen Tisch und auf sauberen Stühlen zu sich nehmen möchte? Oder, dass man überhaupt etwas zu Essen bekommt,

bevor man nach langem Warten schon fast verhungert ist – oder noch besser, dass man überhaupt bedient wird?! Über die Qualität des Essens lässt sich streiten – die einen mögen's, die anderen kochen lieber selber zu Hause – da weiss man, was man hat und schmecken tut's auch noch besser. Natürlich gibt es auch in Brienz die Ausnahme von der Regel! Tja, und wenn wir und die Touristen von der gastronomischen Seite her schon nicht beglückt werden, dann muss umso mehr versucht werden, Brienz anderswie interessant und vor allem am Leben erhalten zu werden. Und das bringt mich zurück auf die Vereine. Sie sind der Antrieb. Dort entstehen die Ideen und der Wille etwas in unserem Dorf zu verändern und voranzutreiben. Daher freut es mich noch viel mehr, dass sich ein neuer Verein gegründet hat: 8 1 DA. Ich hoffe, dass sie noch mehr Schwung in die Bude bringen und Brienz wachrütteln. 8 1 DA besteht vor allem aus Künstlern und kunsthandwerklich schaffenden jungen Leuten. Ich bin überzeugt, dass diese Gruppierung ansteckend ist und noch mehr Leute infizieren wird, etwas Ähnliches auf die Beine zu stellen. 8 1 DA hat es zudem gewagt, eine grosse Lokalität komplett umzubauen um darin nicht nur diverse Ateliers, sondern auch Raum für Ausstellungen, Konzerte, Weiterbildungen usw. zu schaffen. Dahinter steckt eine grosse Risikobereitschaft und es sollte eigentlich animieren ihnen das gleichzutun. Denn wer sich über ein langweiliges Leben beklagt, ist selber



schuld. Dafür muss man halt auch etwas tun, sich bewegen und eben ab und zu mal ein Risiko eingehen. Ich bin letztthin über ein Zitat von Henry Ford gestolpert: Wer immer tut, was er schon kann, bleibt immer das, was er schon ist. Und wer möchte das schon?! Also ich nicht.

Darum habe ich meine Sachen gepackt und bin bei 8 1 DA eingestiegen. Ob es mit meinem Vorhaben klappt, das weiss ich nicht. Aber wenigstens gehe ich das Risiko ein und muss mir nicht mehr nächtelang überlegen «soll ich oder soll ich nicht».



Juni
2014



DR. GUIDO A. ZÄCH
**100 BUNDESFEIERKARTEN
 SCHWEIZER 1. AUGUST POSTKARTEN
 1891–1991**

100 Postkarten, 11,5 x 17 x 5,5 cm, Box
 ISBN 978-3-03818-012-8, CHF 29.–
 Erscheint im Juni 2014

DR. GUIDO A. ZÄCH
**100 BUNDESFEIERKARTEN
 SCHWEIZER 1. AUGUST POSTKARTEN
 1891–1991**

Dr. Guido A. Zäch besitzt die grösste Sammlung von Schweizer Bundesfeierkarten! Ein Stück Schweizer Geschichte sorgfältig dokumentiert.

Bundesfeierkarten sind Zeitzeugen in Form kleiner Kunstwerke, geschaffen von Schweizer Künstlern, mit Texten, die zum Nachdenken anregen oder zum Schmunzeln verleiten. Sie sind Grussbotschaften in alle Welt und Kartengrüsse aus sämtlichen Erdteilen zurück in die Heimat. Sie sind Zeugnisse der Verbundenheit unter Bekannten, Freunden und Angehörigen im In- und Ausland, Ausdruck schweizerischer, aber auch weltoffener Zusammengehörigkeit. Mittels Bundesfeierkarten wurde Schweizer Geschichte für zwei Generationen visualisiert. In hohen Auflagen wurden Bilder aus der Geschichte und Werte des Landes in die Bevölkerung hinausgetragen.

AUTOR

Nach der Matura und dem medizinischen Staatsexamen in Basel war **DR. GUIDO A. ZÄCH** als Assistenz- und Oberarzt am Kantonsspital Basel tätig. Von 1973 bis 1989 war er Chefarzt des Schweizer Paraplegiker-Zentrums in Basel. Landesweite Bekanntheit erlangte er als Gründer, Chefarzt und Direktor des Schweizer Paraplegiker-Zentrums in Nottwil und als Präsident der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Von 1999 bis 2003 war er CVP-Nationalrat des Kantons Aargau.



Bitte senden Sie mir ___ Ex. «SCHWEIZER 1. AUGUST POSTKARTEN 1891–1991» zum Preis von je Fr. 29.– (inkl. Versandkosten)

Name/Vorname _____ Datum _____

Adresse/PLZ/Ort _____ Unterschrift _____