

27. Jahrgang

November 2023

# SPIEZ INFO

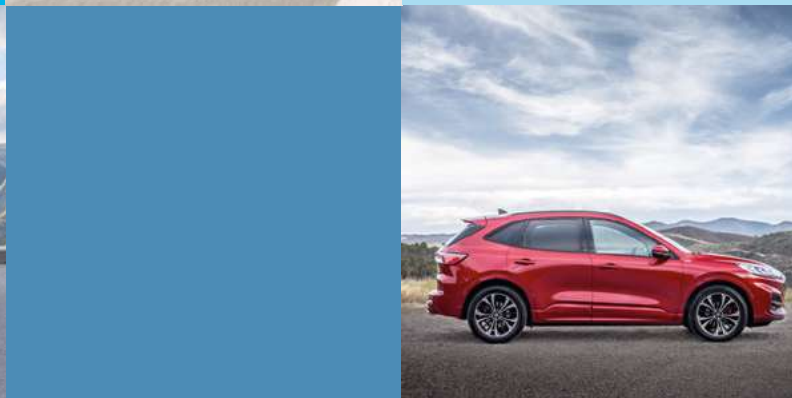
Offizielles Mitteilungsblatt der Gemeinde Spiez und der Vereine von Einigen/Gwatt, Faulensee, Hondrich, Spiezwiler und Spiez. Erscheint monatlich in allen Haushaltungen.



ANJA VON ALLMEN  
Mitglied Swiss Sailing Team



# Ford Business Wochen



**Profitieren Sie während den Ford Business Wochen von attraktiven Leasingangeboten und Prämien für unsere Nutzfahrzeuge und Personenwagen.**

**Gültig bis Ende November 2023**

Ihre Mobilität ist unsere Aufgabe seit über 50 Jahren \* Vielen Dank für Ihre Treue

**schönegggaragespiez** einfach persönlicher

Oberlandstrasse 54 \* 3700 Spiez \* 033 655 30 10 \* schoenegg-garage.ch



## Liebe Spiezerinnen, liebe Spiezer

Segeln bedeutet Träume realisieren - die Seglerin Anja von Allmen aus Spiez macht es vor. Siehe das Interview mit ihr ab Seite 6. Sie ist die grosse Schweizer Zukunftshoffnung!

Kann ich, aus Spiez kommend, an Olympia teilnehmen? Ja! Dass es geht, haben die ehemaligen Juniorinnen des Yacht-Club Spiez (YCSp), Maja Siegenthaler und Linda Fahrni, bereits bewiesen. Und das mit viel Talent, Ehrgeiz und Einsatz!

Segeln bedeutet die Verbindung von Mensch, Natur und Technik. Die Natur hautnah spüren, zusammen Spass haben, sportliche Herausforderungen annehmen, Abenteuer erleben oder einfach relaxen. Segeln ist Lebensfreude pur und ist einfach zu lernen. In zwei Wochen vermitteln Segelprofis der Segelschule Thunersee das notwendige Wissen. Der YCSp sieht sich als Förderer des Segelsports. Segeln muss auch nicht teuer sein. Clubmitgliedern steht das Club-Boot, eine J-70, günstig zur Verfügung.

Wie war das mit Anja von Allmen? Zusammen mit ihrer Schwester startete sie achtjährig als polysportives Bewegungstalent mit dem Segeln. Nach Anfängen auf dem Thunersee galt es das Lake Garda Meeting, eine Regatta mit über 1000 teilnehmenden Kids, zu bewältigen. Wer diese Herausforderung packt, ist dabei - Anja hat es gepackt, sie ist heute Profiseglerin und auf bestem Weg in Richtung Olympia.

Den Yacht-Club Spiez freut es, wenn er Jugendliche für den Wassersport begeistern kann und einen Beitrag zu einer sinnvollen und nachhaltigen Freizeitbeschäftigung leisten darf. Bei uns können Kinder ab acht Jahren mit Segeln beginnen.

Unser Aufruf: Mach mit, lass dich begeistern und melde dich beim Juniorenverantwortlichen Adrian Zaugg - junioren@ycsp.ch, www.ycsp.ch!



**Marc Loosli**  
Erster J+S-Trainer  
von Anja von Allmen



# Die kreative Welt von artoz ist bei uns erhältlich.

Geschenkpapier, Geschenktaschen, Geschenkbänder, Sticker, Stanzer, Karten.  
Alles, was Ihnen für Ihre Weihnachtsgeschenke, Karten und Adventskalender dient.



Ihr Fachgeschäft mit den attraktiven Angeboten.

Besuchen Sie unseren Internet Shop.

www.zimmermann-spiez.ch 



ZIMMERMANN AG Oberlandstrasse 3 3700 Spiez Telefon 033 654 41 41

## Inhalt

### EDITORIAL

3 Marc Loosli

### GEMEINDEINFORMATIONEN

- 6 Seglerin Anja von Allmen: «Ein kleines Fehlerli, und schon bist du wieder am Boden!»
- 11 Unsere neuen Mitarbeitenden
- 12 Einladung für alle freiwillig Engagierten
- 13 Aktuelle Freiwilligenjobs in Spiez
- 15 «Gladys Reise» - Nachmittagsfilm im Solina Spiez
- 17 Einladung zum Austauschtreffen von «Spiez - zäme ungerwägs»
- 19 Einbrüche verhindern - Nachbarn können helfen
- 21 Meine Blase - ein Tabu?
- 23 Sichtbarkeit bei Dunkelheit
- 24 Ferienbetreuung Spiez - chumm ou, es fägt!
- 27 Einschulung: Infoabend am 30. November
- 28 Spiez fördert musische und sportliche Jungtalente
- 31 Digital-Beratung am 11. November im DorfHus
- 33 Wer löst Nils Brun als Spiezer Sportler des Jahres ab?
- 35 Lokal einkaufen in Spiez: Eine Liebeserklärung an unsere Gemeinde

### SPIEZ MARKETING AG

- 36 Fondue-Sealander - Gemütlichkeit ohne Grenzen
- 37 Info-Messe 60+ Ausschreibung AusstellerInnen

39 Zauberhafte Stimmung am 26. Chlouse-Märit Spiez 2023

### PUBLIREPORTAGE

- 41 Fesselndes Zirkus-Varieté kehrt mit neuer Magie zurück
- 43 Markus Krauss zeichnet die Träume der Kunden
- 44 Nachtlinsen ersetzen die Lesebrille - fast wie Zauberei

### GEWERBE-INFO

- 46 Spiezer Alpine Weinkultur
- 47 blütenmehr Gmbh
- 48 Folco Schweiz AG
- 49 Akupunktur Champoud

### KULTUR

- 51 Kultur Spiegel Spiez
- 53 Frutigtaler Spiellüt
- 55 DorfHus Spiez
- 59 Stiftung Solina
- 61 Oberländer Märlibühni
- 63 Winterzauber Thun
- 64 Bibliothek und Ludothek Spiez
- 69 Spiez tanzt
- 71 Die Kulturbeutel
- 73 Kunsthaus Interlaken

### SPORT

- 75 Männerturnverein Spiez
- 77 Turnverein Spiez

### KURSE

- 78 Volkshochschule Spiez-Niedersimmental

### MUSIK

- 81 VMK - Verein Musik Kultur
- 83 Neujahrskonzerte Thun

### KIRCHE

- 85 Kirchliche Arbeitsgemeinschaft Spiez
- 87 EGW Spiez
- 88 Reformierte Kirchgemeinde Spiez
- 93 Pfarrei Bruder Klaus Spiez
- 94 Christliches Lebenszentrum

### POLITIK

- 97 SVP Sektion Spiez

### VERSCHIEDENES

- 99 Kleintiere Bern Jura Abteilung Geflügel
- 100 Verein Betroffene von Narzissmus und Mobbing
- 101 Genossenschaft SpiezSolar
- 102 Jodlerklub Spiez
- 103 Familien Forum Spiez

### UNTERHALTUNG

- 57 Kreuzworträtsel
- 104 Veranstaltungen
- 107 Wettbewerb

### In Notfällen

Polizei 117  
Feuerwehr 118  
Ambulanz 144  
Ärztlicher Notfalldienst 0900 57 67 47  
Notfallapotheke 079 668 01 91

Laubabfuhr ist in den Monaten Oktober bis Dezember gratis, wenn separat in Containern bereitgestellt und als reines Laub angeschrieben.

### Abfuhrkalender November 2023

Die Gemeinde Spiez ist für die Kehrichtabfuhr in zwei Kreise eingeteilt. Auf dem Abfuhrkalender, den Sie mit der SpiezInfo Dezember 2022 erhalten haben, können Sie sich orientieren.

Kehrichtabfuhr	Kreis 1	2	9	16	23	30
	Kreis 2	7	14	21	28	
Grünabfuhr		6	13	20		
Papierabfuhr		1	15	29		
Kartonabfuhr		8	22			





Anja von Allmen auf der ILCA-6-Jolle im vergangenen Frühling beim Training in Palma de Mallorca.

Foto: zvg

## Seglerin Anja von Allmen: «Ein kleines Fehlerli und schon bist du wieder am Boden!»

Die zwanzigjährige Spiezerin Anja von Allmen gilt als eine der erfolgreichsten Jungseglerinnen der Schweiz. Zentral ist für sie die stete Arbeit an sich selbst.

Ausnahmsweise sei Anja zwei Wochen zu Hause, hat mir ihr Vater, Jürg von Allmen, mitgeteilt. Er unterstützt im Hintergrund seine Tochter, die als Eliteseglerin fast dauernd unterwegs ist. Eine seltene Gelegenheit also, sie fürs SpiezInfo zu interviewen. Erst 20 ist sie und gilt als eine der erfolgreichsten Jungseglerinnen der Schweiz, hat sie doch in der Juniorenkategorie schon Europa- und Weltmeisterschaften gewonnen.

An einem heissen Septembernachmittag öffnet mir Barbara von Allmen, Mutter und Mitorganisatorin für ihre Tochter, die Tür des modernen, hellen Einfamilienhauses hoch über dem Bahnhof. Anja steht lä-

chelnd hinter ihr. Sie wirkt aufgestellt und fröhlich. Auf die Frage, ob sie von den Medienanfragen nicht schon fast zu viel habe, antwortet sie klar: «Nein, ich erzähle gerne über meine Leidenschaft.» Bestens, wir setzen uns auf den Balkon mit Blick auf den intensiv blauen Thunersee - und auf einzelne Segelboote, die mit schlaffen Segeln in der Flaute dümpeln.

**Anja, deine Eltern segeln ja beide auch. Segelst du mit ihnen auch so freizeitmässig, wie die dort unten?**

Auf jeden Fall! Je länger je mehr. Je mehr ich reise, desto mehr schätze ich es, hierher zurückzukommen. Wir haben den Thunersee - wunderschön.

### «Hinstehen, keine Ausreden suchen. Niemandem die Schuld geben, nicht dem Wind, nicht den Konkurrentinnen.»

**Dann sitzt du einfach auf dem Boot und schaust zu?**

Nein, ich muss schon am Steuer sein! (lacht) Das ist wie Autofahren auf dem Beifahrersitz, das mache ich auch nicht gerne. Aber mit der Familie auf dem Boot kehre ich gerne in die Kindheit zurück, da habe ich sehr schöne Erinnerungen - etwa, als wir uns im Wasser hinterher ziehen liessen.

**Aber zu Hause führst du schon ein etwas lockereres Leben?**

Schon, aber ich habe auch jetzt einen zeitintensiven Trainingsplan. Gestern machte ich eine dreistündige Velotour. Am Abend merkte ich, dass ich noch ein weiteres Training im Programm hatte, das ich anhängen musste. Daneben mache ich alles, was ich während der Segellager und Wettkämpfe nicht tun kann: Meetings oder kürzlich ein Interview an einem Anlass der Mobiliar. Und eben, «die cheibe Uni-Prüefig» in Betriebswirtschaft nächsten Mittwoch (schmunzelt). Da bin ich jetzt theoretisch am Lernen.

**Ihr Spitzensportlerinnen müsst euch im Griff haben...**

Auf jeden Fall. Die Entwicklung, die man im Spitzensport durchläuft - sich selbst kennenlernen, auf Drucksituationen, auf eigene Fehler und Schwächen reagieren: Das ist schon etwas, das man im normalen Leben nicht so früh lernt. Hinstehen, keine Ausreden suchen. Niemandem die Schuld geben, nicht dem Wind, nicht den Konkurrentinnen.

**Aber ist denn jede Erklärung, etwa mit dem Wind, eine Ausrede?**

Der Wind ist für alle genau gleich. Ich kann ihn nicht beeinflussen, aber vielleicht voraussehen. Wenn man mal den Mut aufbringt zu sagen, «das habe ich falsch gemacht», anstatt, «der Wind hat gedreht», dann macht man denselben Fehler nicht noch einmal. Mein Coach ermahnt mich, Verantwortung zu übernehmen, keinen Bullshit zu erzählen. Manchmal tut es weh, zugeben.

**Dabei aber das, was du kannst, nicht aus den Augen verlieren?**

Genau: Wenn etwas gut gelaufen ist, frage ich mich auch, wie genau habe ich es gemacht? Damit ich es wieder anwenden kann. Wenn ich ein Race gewinne, aber nicht weiss warum, dann bringt mir das gar nichts.

**Du hast schon viele Erfolge gehabt - besteht da auch die Gefahr, abzuheben?**

Nein, nach einem Erfolg will man noch mehr, dann will man wieder gewinnen. Es ist ganz einfach: Bei der Elite in dieser Sportart machst du ein kleines «Fehlerli», und schon bist du wieder am Boden. Fehler sind nicht erlaubt, weil sie so viel kosten. Nach einem guten Race bin ich schon super happy. Danach muss ich mich konzentrieren, herunterfahren. Genau gleich nach einem schlechten Race. Da bin ich hässig, muss aber genauso runterfahren.

**Du hast zwei Mental Coaches, einen Segelcoach und einen Konditionstrainer. Wie weisst du bei all den Hinweisen noch, was du tun sollst?**

Das ist kein Problem. Sie sprechen sich ab, auch mit dem Swiss-Sailing-Verband. Wenn also der Segelcoach findet, ich müsse an etwas mental oder konditionell arbeiten, geht das an die anderen Coaches. Wenn der Fitnesscoach findet, ich brauche mehr Rumpfstabilität, stellt er ein Programm zusammen. Ebenso die Mental-Coachin, wenn sie sieht, dass ich eine Blockade hatte auf dem Wasser. Wenn es mal verschiedene Meinungen gibt, muss ich entscheiden, was für mich passt.

*Nur ab und zu kann Anja von Allmen einige Tage zu Hause in Spiez verbringen. Obwohl Medienkontakte recht häufig geworden sind, gibt sie nach wie vor sehr gerne Auskunft über ihren Alltag als Spitzenseglerin.*

Foto: Jürg Alder





**Das Mentale spielt im Spitzensport eine Schlüsselrolle, sagt man. In einem Interview erwähnst du eine bestimmte Sonnencreme, die du jeweils am Gardasee kaufst ...**

Es gibt tatsächlich einige Tricks. Die Crème ist farbig, ich male sie kurz vor einem Race wie eine Kriegsbeimahlung über die Nase. Ihr Geruch sagt mir: Okay, jetzt bin ich ready. Das gibt einen extremen Fokus. So ging ich auch an die Maturprüfungen – natürlich nur an die schriftlichen. Wir arbeiten sehr bewusst mit solchen Ritualen. Mit ein paar Aufwärmübungen zum Beispiel, immer gleich. Oder einem Morgenritual nach dem Aufstehen. Auch Lieder helfen. Oft höre ich eine bestimmte Playlist. An der letzten WM war es ein bestimmtes Lied in Dauerschleife.

**Wie lernst du dazu? Schreibst du etwas auf?**

Ich schreibe meine Learnings immer auf. Nach jedem Tag notiere ich, was wie gelaufen ist. Nach jedem Event nehmen wir auf einem zwölfseitigen Dokument alles unter die Lupe, jedes Race. So übernehmen wir Verantwortung für das, was war. Am Schluss steht immer: Conclusion and next steps. Was war gut? Woran arbeite ich als Nächstes? In unserem Team haben wir das so standardisiert.

**Wie ist das eigentlich mit der generellen Motivation? Diese kann ja bei all dem Aufwand auch nachlassen.**

(lacht, denkt nach) Das geht sehr tief: Trotz aller Erfolge und Ziele wie Olympia kommt es vor, dass ich das Segeln «hie obe ha» (hält die flache Hand an die Stirn). Dann brauche ich Abstand, gehe in die Natur hinaus, segle mal gemütlich, gehe mit dem Stand-Up aufs Wasser, hocke an den Spiezberg oder ans Meer. Manchmal braucht man einfach einen langsamen Tag.

**Du bist zwar sehr viel unterwegs. Gibt es dennoch einen typischen Tag in deinem Leben?**

Ich habe rund 180 Segeltage pro Jahr, dazu kommt das tägliche Krafttraining und vieles mehr. Seit einiger Zeit trainieren wir vom Swiss Sailing Team in Marseille, zusammen mit meiner Lausanner Trainingspartnerin Maud Jayet. Je nach Wind segeln wir am Morgen oder am Nachmittag. Am Morgen muss ich aus dem Bett heraus direkt essen, sonst bin ich unausstehlich. Darauf folgt meditieren, dehnen, Black-Roll-Massagen, das Material bereit machen fürs Training inklusive die Riegel, eine Banane, den Protein-Shake mit Kohlehydraten für nach dem Segeln. Danach in den Club, Boot parat machen, zwei bis drei Stunden segeln. Anschliessend gibt es Pasta und diesen Protein-Shake, eventuell ein Mittagsschläfchen, ein Krafttraining, falls es vor 15 Uhr ist. Sonst ausrollen auf dem Rennvelo, Debriefings, Essen und viel Schlafen.



*Als alles seinen Anfang nahm: Anja von Allmen als Achtjährige im Kinder-Grundkurs der Segelschule Thunersee im Jahr 2011. Ihr Boot war damals der bewährte und beliebte «Optimist». Foto: zvg*

**Du hast deine Trainingspartnerin erwähnt. Welche Rolle spielt sie genau?**

Maud ist sieben Jahre älter als ich. Sie ist seit Jahren an der Weltspitze, hat viel mehr Erfahrung und gibt mir viele Inputs, insbesondere im Taktischen und Technischen. Für den Verband Swiss Sailing ist es wichtig, dass man sich vergleichen kann. Mit jemandem, der einen fordert und pusht. Maud ist in einer anderen Situation: Sie hat sich als Vizeweltmeisterin für die Olympiade 2024 qualifiziert, denn pro Bootsklasse kann nur eine Seglerin teilnehmen. Ich wurde insgesamt 30.; es ist also noch ein grosser Unterschied. In meiner Altersklasse U21 war ich aber die bestklassierte Seglerin.

**Dann stimmt also die Aussage: «eine der erfolgreichsten Jungseglerinnen der Schweiz»?**

Ich würde mich selber nie so bezeichnen, aber von den Resultaten her stimmt es. «Es hout scho ane.»

**Ihr segelt einhand, alleine auf euren Laser-Jollen ILCA6. Würde dich das Segeln im Team nicht reizen?**

Nein, nicht bei den olympischen Segelklassen, dafür bin ich wohl zu stur. Es ist für mich viel einfacher zu realisieren, dass ich jetzt einen Fehler gemacht habe, als zu akzeptieren, dass ich wegen jemand anderem nicht erfolgreich war. So entscheide ich selbst und bin für alles selber schuld, sei's gut oder schlecht. Etwas anderes sind Projekte in internationalen Teams mit mehr als zwei Personen. Da bringe ich mich gerne ein und hole mir auch wertvolle Erfahrungen.

**Du bist sehr oft auf Reisen. Was nimmst du von den vielen Orten und Ländern, abgesehen von Meeren und Seen, noch wahr?**

Es kommt sehr darauf an. Eigentlich reise ich sehr gerne. Vor einer WM willst du noch etwas Ablenkung, schaut gerne noch das eine oder andere an.

**«Der Geruch der Sonnencreme sagt mir: Okay, jetzt bin ich ready. Das gibt einen extremen Fokus.»**

Bei Trainings weniger. Zum Beispiel in Marseille, wo wir trainieren – da sehen wir nicht viel ausser dem Club und dem Hafen. Auch weil es nicht sicher ist. Zum Beispiel unsere Rennvelos, die können wir nicht abgeschlossen draussen lassen, sonst müssen wir damit rechnen, dass sie nachher fehlen. An der WM in Argentinien nächstes Jahr werden wir wohl aus denselben Gründen nicht vieles anschauen gehen. In Australien machten wir einige Ausflüge, besuchten eine Insel. Oder in Houston, Texas, gingen wir ins Space Center.

**Als dein oberstes Ziel erwähnst du Olympiagold. Weshalb ist dies aus deiner Sicht erreichbar? Etwas provokativ gefragt ...**

Gute Frage – wie soll ich da antworten? Ich weiss noch nicht wirklich, was es braucht, aber ich weiss, dass ich für dieses Ziel alles gebe. Mit meinen Coaches habe ich die besten Leute, die mich auf diesem Weg begleiten. Ich sehe bei meiner Teamkollegin Maud Jayet, was man erreichen kann.

**Unsere erste Standardfrage: Was gefällt dir besonders an Spiez?**

Spiez ist meine Erholungszone. Schon wenn man die Aussicht anschaut, geht es einem besser. Es ist keine Stadt, das finde ich super. Man kann einfach draussen spazieren gehen, ist schnell in der Natur. Seit Jahren laufe ich, wenn ich Ruhe brauche, dem Strandweg entlang in die Bucht oder auf den Spiezberg – alleine oder mit andern. Ganz oft habe ich das gemacht, als ich mich vor zwei Jahren von einer Corona-Infektion erholen musste.

**Was war denn geschehen?**

Ich war zwar geimpft und hatte zunächst wenig Symptome. Aber danach musste ich fitnessmässig bei unter null wieder anfangen. Wenn ich nur die Treppe hochstieg, kam mein Puls auf fast 200. Vom Bahnhof hinauf zu uns brauchte ich Pausen. Noch heute spüre ich Auswirkungen und habe noch immer einen erhöhten Puls. Jetzt zum Beispiel, im Sitzen, habe ich einen Puls von (schaut auf ihr Handy) ... 90.

**Gute Besserung weiterhin! Zweite Standardfrage: Was würdest du ändern in Spiez?**

Da kommt mir wirklich nichts in den Sinn. Vielleicht das: Ausser in der Bucht gibt es kein Lokal, wo ich einfach mit Kolleginnen und Kollegen einen Kafi haben kann, also quasi ein Pura Vida, das man auch bei Regen besuchen kann.

Interview: Jürg Alder

**Es begann als Achtjährige in einer Segelwoche**

Die 20-jährige Spiezerin Anja von Allmen ist aktuell eine der erfolgreichsten Nachwuchseglerinnen der Schweiz – sie gehört dem Nationalkader von Swiss Sailing an und segelt auf der Jolle ILCA 6, dem früheren «Laser», bei der Elite mit. Im Herbst kann sie zudem zum letzten Mal noch bei der U21-WM starten. Bereits 2019 war sie in der Juniorklasse Laser 4.7 Weltmeisterin, 2020 Europameisterin, 2021 zweimal Vize-Weltmeisterin auf dem Laser Radial (Youth-WM und U19-WM). Mitte Oktober konnte sie sich nach einem mehrstufigen Selektionsprozess in Barcelona für das Youth- und Women-Team von Alinghi-Redbull-Racing qualifizieren und wird so am America's Cup 2024 für die Schweiz um den begehrten Pokal mitkämpfen. Ihr Ziel, die Olympiateilnahme 2024, erreichte sie trotz guten Resultaten nicht. Nun trainiert sie für Olympia 2028.

Vater Jürg betreut Sponsoren und Medien und ist auch als Chauffeur und Fotograf im Einsatz. Mutter Barbara erledigt alles Organisatorische für internationale Trainingslager und Regatten. Zwei Mentalcoaches, ein Sailingcoach und ein Fitnesscoach beraten Anja. Ihr erster Segelcoach war Marc Loosli vom Yacht-Club Spiez (s. Editorial S. 3), ihr erster langjähriger Konditionstrainer war Heinz Maibach (s. SpiezInfo 7/2022). Anja ist Mitglied des Yacht-Clubs Spiez, des Gstaad Yacht Clubs und des Regattaclubs Oberhofen. Mit der Lausanner Seglerin Maud Jayet, 27, trainiert sie im Swiss Sailing Team, momentan meist in Marseille. Ihre Segelkarriere begann Anja als Achtjährige – mit der Teilnahme an einer verregneten Segelwoche der Segelschule Thunersee in Spiez. Da packte sie auf dem Anfängerboot Optimist die Begeisterung. Nur ganz wenige Segler/-innen können von ihrem Sport leben, es gibt weder Lohn noch Preisgelder. Der Sponsor Lexus stellt ihr ein Auto, ein Dutzend weitere Sponsoren (inkl. Sporthilfe) decken den Hauptteil der Kosten. Wie ihre zwei Jahre ältere Schwester Sara absolviert Anja – mit Unterbrüchen – ein Betriebswirtschaftsstudium an der Uni Bern. Sara ist dem Segeln noch verbunden als J+S Leiterin und Segellehrerin.

Nach dem Kindergarten Eichhalde, der Primarschule Räumli und der Sek Längenstein besuchte Anja das Gymnasium Interlaken, das ihr fürs Training grosszügige Bedingungen bot. In ihrer knappen Freizeit, die sie neben den 180 jährlichen Segel- und Wettkampftagen auf der ganzen Welt geniesst, ist Anja am liebsten am und im Wasser – auch auf dem Stand-Up-Paddle oder mit den ebenfalls segelbegeisterten Eltern auf deren Segelschiff.



# CRAZY!

Bist du zwischen 14 und 24 Jahre alt?  
 Werde Teil von AEK YOUNGSTARS und  
 profitiere von zahlreichen Benefits. Sichere  
 dir jetzt deinen Willkommensgutschein  
 für angesagte Onlineshops!

WERDE JETZT  
 MEMBER\*



Fiona, Bandmitglied Gary Twins

## Unsere neuen Mitarbeitenden

Wir heissen die neuen Kolleginnen und Kollegen herzlich willkommen und wünschen ihnen viel Freude und Befriedigung bei ihren Tätigkeiten.



Foto: zvg

### Von links nach rechts

**Jürg Champoud**  
 Jahrgang 1964  
 Hauswart GZL  
 Eintritt 01.08.2023  
 Beschäftigungsgrad 40%

**Tina Hänni**  
 Jahrgang 1984  
 Sozialarbeiterin  
 Eintritt 01.08.2023  
 Beschäftigungsgrad 50%

**Thomas Isch**  
 Jahrgang 1982  
 Hauswart GZL  
 Eintritt 01.08.2023  
 Beschäftigungsgrad 70%

**Brigitte Reinhard**  
 Jahrgang 1971  
 Bereichsleiterin  
 Rechnungswesen  
 Eintritt 01.08.2023  
 Beschäftigungsgrad 90%

Personaldienst



# Einladung für alle freiwillig Engagierten

Am Dienstag, 5. Dezember, ist der Tag der Freiwilligenarbeit – der Gemeinderat möchte sich bedanken und lädt alle freiwillig Engagierten von Spiez ins Gemeindezentrum Lötschberg ein.



Der letzte Dankes Anlass 2022.

Foto: zvg

Der jährliche Dankes Anlass am Tag der Freiwilligenarbeit ist Tradition in Spiez. Alle, die sich auf die eine oder andere Art freiwillig engagieren, sind herzlich willkommen.

Geniessen Sie Unterhaltungsblöcke von verschiedenen Spiezer Gruppen und Vereinen mit anschliessendem Apéro für einen geselligen Austausch und gemeinsames Anstossen.

Gastgeber im Lötschbergzentrum sind der Gemeinderat und die Koordinationsstelle Freiwilligenarbeit Spiez. Eingeladen sind alle freiwilligen Mitarbeitenden von Vereinen und Organisationen sowie alle, die Freiwilligenarbeit in ihrem privaten Umfeld – in der Pflege und der Betreuung, in der Nachbarschaftshilfe, bei Besuchsdiensten etc. – leisten.



Gemeinderat  
Koordinationsstelle  
Freiwilligenarbeit

## Musik, Unterhaltung und Apéro am Tag der Freiwilligenarbeit

Dankes Anlass für freiwillig Engagierte am Tag der Freiwilligen, Dienstag, 5. Dezember um 19.00 Uhr im Gemeindezentrum Lötschberg, Spiez.

### Programm:

Dieses Jahr werden attraktive Spiezer Unterhaltungsprogramme die Anwesenden erfreuen.

- Begrüssung und Moderation: Jolanda Brunner, Gemeindepräsidentin
- Unterhaltung mit Spiezer Gruppierungen
- Ein Wort aus der Koordinationsstelle Freiwilligenarbeit, Dorothea Maurer
- Apéro mit verschiedenen Leckereien

**Anmeldung bis zum 28. November an:** Koordinationsstelle Freiwilligenarbeit Spiez, [freiwillig@spiez.ch](mailto:freiwillig@spiez.ch) oder 079 402 88 31 (Combox) oder über den QR-Code.



# Aktuelle Freiwilligenjobs in Spiez

Sind Sie auf der Suche nach einer Tätigkeit, die Ihren Alltag sinnvoll ergänzt und bei der Sie Ihre Fähigkeiten zugunsten einer guten Sache einsetzen können? Dann studieren Sie die aktuellen Jobs, die im Freiwilligenbereich ausgeschrieben sind:

## Turnverein

Der Turnverein Spiez sucht Leiterinnen und Leiter für den Polysport U10 am Freitag, das MUKI/VAKI-Turnen (Dienstag- und Donnerstagvormittag) und die Seniorenturngruppen am Donnerstagabend. Wer ist sportlich dabei?

### Kontakt:

Brigitte Bättscher  
079 820 87 25  
[brigitte-b@gmx.ch](mailto:brigitte-b@gmx.ch)

## Samariterverein Spiez

... sucht Mitarbeitende für Samaritertätigkeiten und Sanitätsdienst an Veranstaltungen.

### Kontakt:

Brigitte Wiederkehr  
079 565 67 07  
[b.wiederkehr@samariterspiez.ch](mailto:b.wiederkehr@samariterspiez.ch)

## Private Mandatsträger und Mandatsträgerinnen

... sind gefragt, wenn Menschen Unterstützung brauchen bei der Regelung administrativer Aufgaben und/oder persönlicher Betreuung.

### Kontakt:

Erika Morf  
033 655 33 55  
[soziales@spiez.ch](mailto:soziales@spiez.ch)

## Spielzeugmuseum

Haben Sie Interesse an einer Mitarbeit im Spielzeugmuseum Spiez?

### Kontakt:

Susanne Luginbühl  
033 345 38 83  
[info@spielzeugmuseum-spiez.ch](mailto:info@spielzeugmuseum-spiez.ch)

## DorfHus-Bistro

Coffee-Time am Mittwoch- und Samstagvormittag! Wer möchte den Gästen einen feinen Cappuccino zaubern?

### Kontakt:

Daniel Haltner  
079 772 86 33  
[dorfhus@dorfhus.ch](mailto:dorfhus@dorfhus.ch)

## Asyl Berner Oberland

Wollen Sie sich in der Flüchtlingshilfe engagieren? Es gibt vielfältige Möglichkeiten bei ABO.

### Kontakt:

Sandra Jungen  
079 852 64 84  
[s.jungen@asyl-beo.ch](mailto:s.jungen@asyl-beo.ch)

## SchulePlus

Engagement in den Schulen Spiez: Mithilfe, Unterstützung und Begleitung von Schülerinnen und Schülern.

### Kontakt:

Christina Fuhrer  
033 655 33 68  
[bildung@spiez.ch](mailto:bildung@spiez.ch)

## Begegnungsdienst Spiez

Besuche bei Menschen, die nicht mehr selber aktiv am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können.

### Kontakt:

Dorothea Maurer  
033 655 46 45  
[fachstelle60+@spiez.ch](mailto:fachstelle60+@spiez.ch)

## Artilleriewerk Faulensee

Sind Sie interessiert an eigenständigen Führungen in diesem historischen Bauwerk?

### Kontakt:

Marco Gerber  
079 415 03 87  
[marco.gerber@artilleriewerk-faulensee.ch](mailto:marco.gerber@artilleriewerk-faulensee.ch)

Koordinationsstelle Freiwilligenarbeit

## Interessiert an einem freiwilligen Engagement?

Lassen Sie sich beraten ... es gibt noch mehr Möglichkeiten!

Dorothea Maurer  
Koordinationsstelle Freiwilligenarbeit  
[freiwillig@spiez.ch](mailto:freiwillig@spiez.ch)  
079 402 88 31





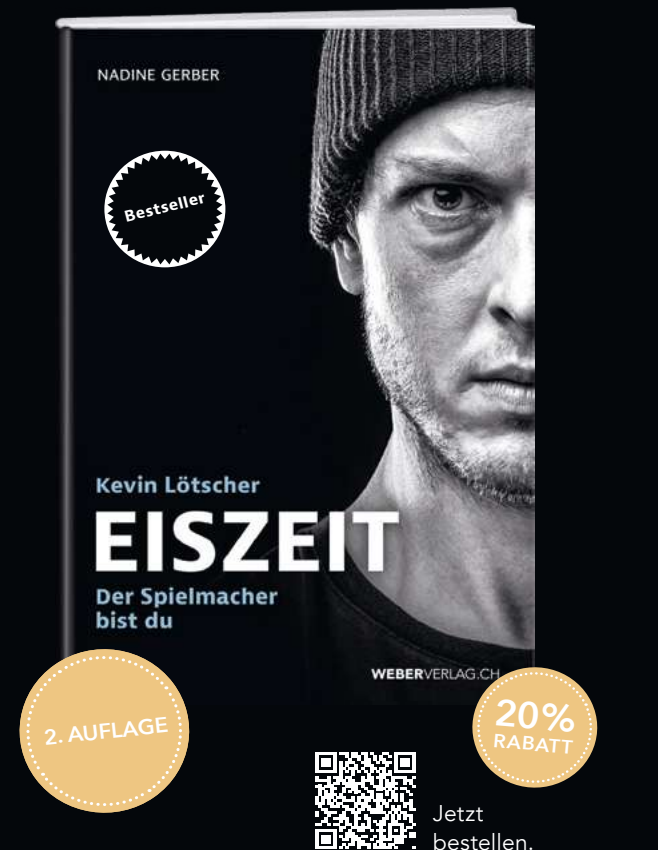
## KEVIN LÖTSCHER – EISZEIT

Kevin Löttscher ist gerade dreiundzwanzig Jahre alt, als er an seiner ersten A-WM gegen die USA zwei Tore schießt. Alle Türen stehen ihm offen – selbst jene in die NHL. Doch nur fünf Tage später kommt alles anders. Am 14. Mai 2011 wird er von einer betrunkenen Autolenkerin angefahren. Löttscher erleidet ein schweres Schädel-Hirn-Trauma. Entgegen allen ärztlichen Prognosen schafft er es zurück aufs Eis. Doch er muss einsehen: Die Zeiten der «goldenen Hände» sind vorbei. Zu stark sind die Nachwehen des Unfalls. Er tritt zurück – und fällt in ein tiefes Loch. «Eiszeit» dokumentiert Kevin Löttschers Zeit auf dem Eis, aber auch die kalte, dunkle Zeit danach. Er erzählt, wie er aus dem Loch wieder herausfand und zu einer wichtigen Erkenntnis kam: Der Spielmacher in deinem Leben bist immer du selbst.

Autorin: Nadine Gerber  
168 Seiten, 16 x 23 cm, gebunden, Hardcover  
Mit 69 Abbildungen. 2. Auflage  
ISBN 978-3-03818-488-1  
**CHF 39.–**



Nadine Gerber, geboren 1980 im Kanton St. Gallen, ist Journalistin und Produzentin bei Schweizer Radio und Fernsehen SRF und hat bereits mehrere belletristische Romane veröffentlicht. Die Chance, Kevins Geschichte aufzuschreiben, hat sie sofort gepackt. Sie ist selbst im Alter von vierzehn Jahren von einem Auto angefahren und schwer verletzt worden. Nadine Gerber liebt die Fotografie, den Sport und generell alles Kreative.



### Bestellung

Bitte senden Sie mir \_\_\_\_ Ex. «Kevin Löttscher - Eiszeit» 2. Auflage zum Preis von je CHF 39.– (inkl. Versandkosten). ISBN 978-3-03818-488-1 **Mit 20% Rabatt oder auch online mit dem Code: «Herbst2023».**

### WEBER VERLAG.CH

Talon einsenden/faxen an: Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online oder per Mail: [www.weberverlag.ch](http://www.weberverlag.ch), [mail@weberverlag.ch](mailto:mail@weberverlag.ch)

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

## «Gladys' Reise» – Nachmittagsfilm im Solina Spiez

Am Montag, 6. November, um 14.30 Uhr zeigt «Film bewegt» den Film «Gladys' Reise» mit dem Streifen «Tramgeschichte...(n)» von Werner Stalder im Vorprogramm.



1920 reiste die Bernerin Gret Surbek als 19-jähriger Backfisch in den sumatranischen Urwald, um dort mit ihrem Traummann, einem Schweizer Tropenarzt, zu leben. Foto: zvg

### Am Nachmittag des 6. November gibt es zwei etwas kürzere Filme im Solina:

Im Vorprogramm zeigt Werner Stalder, Filmfestival Thunersee, seinen beliebten Film «Tramgeschichte...(n)» in Erinnerung an das 100-Jahr-Jubiläum der Spiezer Verbindungsbahn.

Der Hauptfilm heisst «Gladys' Reise - Im Herzen sind wir Indonesier». Darin geht es darum, dass die 80-jährige Bernerin Gladys Indonesien und damit ihre eigene Vergangenheit bereist: Ein Vierteljahrhundert hat ihre Familie in Niederländisch-Indien gelebt. Ihr Vater war Tropenarzt, die Mutter saugte lokale Kulturen auf und schrieb Tagebücher. Die tropische, koloniale Idylle ging abrupt zu Ende, als im Verlauf des Zweiten Weltkriegs die Japaner das Land besetzten. Die Brutalität der Besatzer erfuhr die Familie am eigenen Leib. Trotz traumatischen Erfahrungen knüpfte sie persönliche Beziehungen zu den Japanern. Die Zeugnisse dieser Frauen öffnen den Blick auf die Dramen in Asien im Weltkrieg.

Gezeigt werden beide Filme im Rahmen der Reihe «Film bewegt».

Wir freuen uns auf Sie!

Abteilung Soziales  
Fachstelle 60+

### Im Solina

Am Montag, 6. November, um 14.30 Uhr im Solina, Stockhornstrasse 12 in Spiez. Eintritt frei / freiwilliger Beitrag.

### Im Vorprogramm:

«Tramgeschichte...(n)» (35 Min.). In Erinnerung an das 100-Jahr-Jubiläum der Spiezer Verbindungsbahn.

### Hauptfilm:

«Gladys' Reise - Im Herzen sind wir Indonesier»  
Dokumentarfilm von Stéphane Kleeb, Christa Miranda (CH), 59 Minuten

### Der nächste Film:

11. Dezember: «Es Dach überm Chopf», Spielfilm von Kurt Früh (CH), 107 Minuten





# 150

JAHRE SPITAL THUN

## ONKOLOGIE / HÄMATOLOGIE

### INFORMATIONENABEND

Wenn die Blutgerinnung gestört ist – über die Thrombose- und Blutungsneigung

**Mittwoch, 15. November 2023**  
**19.00 bis 20.30 Uhr**  
**Spiez, Lötschbergsaal**

Der Eintritt ist frei.  
Keine Anmeldung erforderlich.

#### Referent:innen

**Dr. med. Marcel Adler,**  
Leitender Arzt Onkologie /  
Hämatologie

**Dr. med. Janine Thiébaud**  
**Rufener,**  
Spitalfachärztin Onkologie /  
Hämatologie

Bei einer Thromboseneigung ist die Blutgerinnung stärker als normal ausgeprägt, was zur Bildung von Blutgerinnseln führen kann. Blutgerinnsel können Gefässe verstopfen und lebensbedrohliche Beschwerden verursachen.

Eine Blutungsneigung ist eine Veränderung, welche zu einer verzögerten oder nur ungenügenden Blutgerinnung führt. Sie kann sich bei Operationen oder durch spontane Blutungen bemerkbar machen.

Beim Vortrag zeigen Ihnen die beiden Referent:innen die Ursachen, Abklärungen und Behandlungen anhand von Beispielen auf.

#### Nächste Veranstaltung:

Mittwoch, 29. November 2023 «Wenn die Blutgerinnung gestört ist – über die Thrombose- und Blutungsneigung» (Burgsaal Thun)

Spital STS AG Thun | Krankenhausstrasse 12 | CH-3600 Thun  
Tel. 058 636 00 00 | info@spitalstsag.ch | www.spitalthun.ch



## Einladung zum Austauschtreffen von «Spiez - zäme ungerwägs»

Am 8. November ist das nächste Austauschtreffen von «Spiez - zäme ungerwägs». Alle in Spiez Wohnhaften und Arbeitenden sind eingeladen, ihre Ideen für ein gemeinsames Unterwegssein mit Gleichgesinnten auszutauschen und zu konkretisieren.



Foto: zvg

Das Begegnungsprojekt «Spiez - zäme ungerwägs» dauert noch ein gutes halbes Jahr. Viele Ideen sind bereits umgesetzt, andere warten noch darauf, sichtbar gemacht und konkretisiert zu werden. Aufgrund der gesammelten Ideen auf der Ideenpinnwand von «Spiez - zäme ungerwägs» legen wir für den Austausch vom 8. November folgende Themenschwerpunkte:

- **Bildnerische Kunst vernetzen und sichtbar machen**  
Hierzu laden wir besonders Künstlerinnen und Künstler der Gemeinde Spiez zum Austausch.
- **Begegnung im Alltag fördern** (in der Nachbarschaft, im eigenen Quartier, Tavolata etc.)
- **Gemeinsam Singen/Musik machen**  
Ein Projekt ist bereits in Umsetzung (verschiedene Chöre treten am Begegnungstag miteinander auf).

Weiter werden sich auch die Engagierten rund um die schon sehr konkrete Idee «Velo-Kino» treffen.

Und selbstverständlich können auch andere Ideen besprochen werden und das gemeinsame Unterwegssein gepflegt werden.

**Wann:** Mittwoch, 8. November, 16.00-19.00 Uhr  
**Wo:** Im Kirchgemeindehaus der reformierten Kirche  
**Wer:** Alle, die in der Gemeinde Spiez wohnen und/oder arbeiten. «Spiez - zäme ungerwägs» braucht uns alle!

**Eine Anmeldung bis am 6. November** ist erwünscht (via QR-Code oder per Mail an [fachstelle.familie@spiez.ch](mailto:fachstelle.familie@spiez.ch)). Eine spontane Teilnahme ist aber auch möglich. Für teilnehmende Eltern besteht die Möglichkeit einer Kinderbetreuung (auf Anmeldung bis 6. November).

Wir freuen uns auf euch!



Die Projektgruppe  
Jolanda Brunner, Anna Fink,  
Kurt Berger und Joel Stalder

**SPIEZ** – zäme ungerwägs

«Spiez - zäme ungerwägs» ist ein Projekt, das gemeinsames Aktivsein in Spiez sichtbar machen will und Begegnung unter den Menschen in der Gemeinde Spiez ermöglichen und fördern soll. «Spiez - zäme ungerwägs» dauert vom 4. Februar 2023 bis am 8. Juni 2024. Die Austauschtreffen dienen der Begegnung, der Vernetzung von Gleichgesinnten, dem Aushecken, Konkretisieren und Umsetzen von Ideen fürs gemeinsame Unterwegssein. Am 8. Juni 2024 endet das Projekt mit einem Begegnungstag.



# 4. Kunstmarkt Beo Ausstellung in der Galerie Hodler

von Dienstag, 31. Oktober bis Samstag, 4. November 2023

Öffnungszeiten: Di – Fr, 9.00 – 12.00 Uhr und 13.30 – 18.30 Uhr / Sa, 9.00 – 16.00 Uhr

Bereits über 700 Werke eingeliefert, 360 davon verkauft, über 200 verschiedene Künstler.



George Rechberger, «Landschaft II», 1986



Heinz Heim, «Niesen dunkelblau»

Jetzt einliefern!

[kunstmarkt-beo.ch](http://kunstmarkt-beo.ch)

## Viele neue Bilder online!

Ein Bild, das längst nicht mehr gefällt. Ein Gemälde, das anderen Freude machen könnte, aber im Estrich verstaubt. Oder eine Sammlung an Originalbildern, die im Keller auf die Wiederentdeckung wartet. Aktuelle Kunst von Berner Oberländer Kunstschaffenden. Oder einfach mal eine Veränderung an den eigenen vier Wänden.

Dies und vieles mehr soll den Weg in die Kunstgalerie Hodler finden und von dort zu neuen Besitzern und Besitzerinnen.

Von über 700 eingelieferten Werken von über 200 verschiedenen Künstlern konnten bereits 360 verkauft werden.

Informieren Sie sich über das ständig ändernde Angebot: [kunstmarkt-beo.ch](http://kunstmarkt-beo.ch)

### Bedingungen

- Angenommen und verkauft werden ausschliesslich Kunstwerke (Bilder, Grafiken, Skulpturen, Objekte) von lebenden oder verstorbenen Berner Oberländer Kunstschaffenden oder mit Ansichten des Berner Oberlandes.
- Es muss sich um Originalbilder oder Grafiken in gutem Zustand handeln. Kunstdrucke werden nicht angenommen.
- Die Einlieferung der Kunstgegenstände erfolgt laufend nach telefonischer Anmeldung direkt in der Kunstgalerie Hodler.
- Grundsätzlich entscheidet der Galerist über die Annahme. Er legt zusammen mit dem Verkäufer/der Verkäuferin den Verkaufspreis fest.
- Die Angebote werden auf der Internetplattform [kunstmarkt-beo.ch](http://kunstmarkt-beo.ch), die durch den Weber Verlag betreut wird, veröffentlicht. Die Objekte verbleiben bis zu einem Jahr auf der Internetplattform und können laufend erworben werden.
- Für jedes angenommene Werk ist eine Grundgebühr von Fr. 30.– in bar zu bezahlen. Die Provision bei einem Verkauf beträgt 30%; dem Einlieferer verbleiben 70%.

### In Zusammenarbeit:

Atelier & Kunstgalerie Hodler GmbH  
Frutigenstrasse 46A, 3600 Thun  
+41 33 223 15 41, [atelier@hodler-thun.ch](mailto:atelier@hodler-thun.ch)  
[www.hodler-thun.ch](http://www.hodler-thun.ch)

Weber Verlag AG  
Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt  
+41 33 336 55 55, [mail@weberverlag.ch](mailto:mail@weberverlag.ch)  
[www.weberverlag.ch](http://www.weberverlag.ch)

## Einbrüche verhindern - Nachbarn können helfen

Winterzeit - Zeit der Dämmerungseinbrüche. Dagegen helfen nicht nur gute Schlösser oder Alarmanlagen, auch aufmerksame Nachbarn geben Einbrechern keine Chance.



Foto: Kantonspolizei Bern

Wenn es an Herbst- und Winterabenden wieder früh dunkel wird, nutzen Einbrecher vermehrt die Dämmerungsstunden, um in Wohnungen und Häuser einzusteigen. Im November und Dezember zwischen 17.30 und 19.30 Uhr, so die Statistik, nehmen Einbrüche in Privatwohnungen um das Doppelte zu.

Die Kantonspolizei Bern und die Abteilung Sicherheit Spiez setzen auf gute Nachbarschaft. Motto: «Eine aktive Nachbarschaft hilft, Einbrüche zu verhindern.»

### Die wichtigsten Tipps:

- Schliessen Sie die Türe des Haupteingangs, Ihre Wohnungstüre sowie Fenster und Nebentüren, z.B. die zum Veloraum, immer ab. Schräg gestellte Fenster sind kein Hindernis für Einbrecher.
- Befestigen Sie keine Mitteilungen über Ihre Abwesenheit an Türen, Briefkästen oder am Anschlagbrett.
- Lassen Sie nur Leute ins Haus, die Sie kennen oder die angemeldet sind. Empfangen Sie diese immer persönlich an der Tür, egal ob Handwerker, Pöstler oder andere.
- Melden Sie verdächtige Personen, Fahrzeuge und ungewöhnliche Wahrnehmungen der Polizei via 117 oder 112.
- Pflegen Sie den Kontakt mit Ihren Nachbarn: Informieren Sie über Ihre Abwesenheit und bitten Sie sie, z.B. Ihren Briefkasten zu leeren.

### Lernen Sie Ihre Nachbarn kennen: Gemeinsam können Sie viel tun, um Einbrüche zu verhindern.

- Tauschen Sie Telefonnummern und Kontaktadressen aus, damit Sie im Notfall gegenseitig erreichbar sind.
- Bitten Sie jemanden aus der Nachbarschaft, bei Ihrer Abwesenheit auf Ihre Wohnung oder Ihr Haus zu achten.
- Bei Einbrüchen in Mehrfamilienhäusern wird die Haupteingangstüre häufig durch Bewohner geöffnet. Wenn Sie sich gegenseitig kennen und wissen, wer im Haus wohnt, können Sie so Einbrüche verhindern.
- Sprechen Sie unbekannte Personen im Treppenhause an und fragen Sie, zu wem sie wollen.



Abteilung Sicherheit  
Kantonspolizei Bern



SPAR- UND LEIHKASSE  
FRUTIGEN AG  
Ihre Bank seit 1837

# SÄULE 3ahaaaa!

Jetzt Wertschriftensparen  
mit positiven Effekten.

- Steuern sparen
- Rendite optimieren
- Vorsorge absichern

[slfrutigen.ch/3a](https://slfrutigen.ch/3a)

**SLF**  
vorsorgen

Werbung für eine Finanzdienstleistung

Kennen Sie den Ahaaa-Effekt? Er stellt sich immer dann ein, wenn etwas Unscheinbares auf den zweiten Blick extrem einleuchtend ist. Das Wertschriftensparen ist so eine Sache, bei der die Vorteile überzeugen: Denn Sie sparen sofort Steuern und holen sich später das Geld auch wieder steuerprivilegiert zurück, profitieren vom Renditepotenzial der Finanzmärkte und sichern Ihre Vorsorge dank diversifizierter Anlage auch gleich noch ab. Drei Ahaaas in einem Produkt! Profitieren jetzt auch Sie von höheren Ertragschancen und nehmen Sie Kontakt auf – wir beraten Sie gerne.

Spar- und Leihkasse Frutigen AG | Bahnhofstrasse 21 | 3700 Spiez | 033 672 18 18 | [www.slfrutigen.ch](http://www.slfrutigen.ch)

## Meine Blase – ein Tabu?

Informationsveranstaltung nur für Frauen am Mittwoch, 22. November,  
im Podium in Spiez.



Möchten Sie mehr wissen über die Ursachen von Harninkontinenz? Die Informationsveranstaltung hilft weiter.

Bild: zvg

Vielleicht gibt es Momente, in denen Ihr Tagesablauf von der Blase gesteuert wird. Möchten Sie lachen, niesen und husten, ohne von Ihrer Blase verunsichert zu werden? An dieser Infoveranstaltung erfahren Sie Wichtiges über die Ursachen der Harninkontinenz. Sie erhalten Tipps, um Ihren Beckenboden zu stärken, möglicherweise Gewohnheiten zu ändern und mit Hilfsmitteln den Alltag sicher zu meistern.

Die Leitung des Nachmittags erfolgt durch Cécile Kessler, Koordinatorin Zwäg ins Alter. Die Beckenbodenphysiotherapeutin Jaqueline de Jong gibt Ihnen wertvolle Übungen mit auf den Weg.

Organisiert wird die Veranstaltung von Zwäg ins Alter, Pro Senectute Kanton Bern, in Zusammenarbeit mit der Fachstelle 60+ Spiez. Die Teilnahme ist kostenlos.

Wir danken für Ihre Anmeldung bis spätestens am 15. November an Pro Senectute Kanton Bern, 033 226 70 70 oder [b+s.oberland@be.prosenectute.ch](mailto:b+s.oberland@be.prosenectute.ch).

Abteilung Soziales  
Fachstelle 60+

**Meine Blase – ein Tabu**  
Kursnummer 15200.23.0402

Am Mittwoch, 22. November,  
14.00–16.30 Uhr (inklusive Zvieri),  
Podium (neben Bibliothek), Sonnenfelsstrasse 1, 3700 Spiez.

**Leitung:** Cécile Kessler, Koordinatorin Zwäg ins Alter,  
Referentin Jacqueline de Jong, Beckenbodenphysiotherapeutin

**Anmeldungen bis spätestens am 15. November**  
an Pro Senectute Kanton Bern, 033 226 70 70  
oder [b+s.oberland@be.prosenectute.ch](mailto:b+s.oberland@be.prosenectute.ch)





## SILVESTERBALL

### Tanzen Sie mit uns ins neue Jahr!

Am Silvesterabend heissen wir Sie alle Willkommen. Es erwartet Sie ein rauschendes Fest mit Live-Tanzmusik von «Sammy & Joe».

Zu CHF CHF 190 pro Person inkl. Champagner Apéro, 4-Gang-Menü, Mitternachts-Cüpli, Musik, Mineral, Kaffee/Tee | Reservation erforderlich



## DINNERKRIMI

«Gemordet, nicht gerührt» im Eden Spiez. Geniessen Sie einen Dinner-Krimi mit Ihrer Familie oder Ihren Freunden in gemütlicher Runde.

**Türöffnung/Apéro:** 18.30 Uhr | **Beginn:** 18.30 Uhr | **Ende:** 22.30 Uhr

CHF 165 pro Person inkl. Krimi, Apéro, 4-Gang-Menü, Wein, Mineral, Café/Tee | Reservation erforderlich



## SPA & DINE

Entspannen Sie im 650 Quadratmeter grossen Eden-Spa und lassen Sie den Abend bei einem 4-Gang-Verwöhnmenu gemütlich ausklingen.

- Zutritt zum Eden Spa ab 14.00 Uhr
- 4-Gang-Verwöhnmenu ab 18.30 Uhr im Restaurant Belle Epoque
- Inklusive Badetuch, Bademantel und Slipper
- Soleaussenbad mit strukturiertem Jungbrunnenwasser und Sprudelattraktion
- Salzraum mit Himalaya-Salzsteinen
- Grosses Panorama-Hallenbad
- Ruheräume mit Entspannungsliegen, Aussenterrasse mit Liegewiese
- Wellnessbar mit Trockenfrüchten, Nüssen, Saft, Tee und Kaffee

Zu CHF 130 pro Person | Reservation erforderlich

## TERMINE NOVEMBER | DEZEMBER

- |              |   |
|--------------|---|
| 2. November  | Singletreff «55plus» in der Eden Bistro-Bar |
| 19. November | Sonntagsbrunch                              |
| 2. Dezember  | Chlouse-Märit                               |
| 3. Dezember  | Sonntagsbrunch                              |
| 7. Dezember  | Singletreff «55plus» in der Eden Bistro-Bar |
| 9. Dezember  | DinnerKrimi «Gemordet, nicht gerührt»       |
| 26. Dezember | Sonntagsbrunch                              |
| 31. Dezember | Silvesterball                               |

### Information & Reservation

Hotel Eden Spiez  
Seestrasse 58 | 3700 Spiez  
033 655 99 00  
welcome@eden-spiez.ch  
eden-spiez.ch



## Sichtbarkeit bei Dunkelheit

Machen Sie sich durch helle Kleidung und Reflektoren gut sichtbar für andere Verkehrsteilnehmer.



Helle Kleidung macht Sie sichtbar im Strassenverkehr. Bild: BFU

Hell gekleidete Personen sieht man auch im Dunkeln. Bei Dämmerung und in der Nacht, aber auch bei Nebel oder Regen sind Farben und Details schlechter erkennbar. Dunkel gekleidete Personen sowie Velos und Autos mit fehlendem oder ungenügendem Licht werden deshalb oft übersehen.

### Sichtbar zu Fuss und beim Joggen

Wer dunkel gekleidet ist, den können bei Dämmerung, schlechter Sicht oder in der Nacht andere Verkehrsteilnehmer leicht übersehen. Wenn es dunkel ist, erkennt man dunkel gekleidete Personen nur bis zu einer Distanz von 25 Metern.

Helle Kleidung und Signal- oder Neonfarben verbessern die Sichtbarkeit bereits auf 40 Meter, reflektierende Elemente sogar auf 140 Meter. Wer zu Fuss unterwegs ist, macht sich deshalb am besten mit reflektierenden Materialien und hellen Kleidern sichtbar. Sichtbarkeit erhöht die Sicherheit auch am Tag.

### Besonders wirkungsvoll sind zusätzlich:

- reflektierende Arm- und Fussbänder
- Regenschirm mit reflektierendem Material
- Dreiecksgürtel oder Leuchtweste bei Kindern – auch ausserhalb des Schulwegs

### Tipps für Kinder

Achten Sie beim Kauf von Regen- und Winterjacken, von Schul- und Sporttaschen sowie von Winterschuhen darauf, dass ausreichend grosse lichtreflektierende Flächen eingearbeitet sind. Dekorative Aufkleber und Anhänger eignen sich als Ergänzung. Allein sind sie aber nicht grossflächig genug. Lassen Sie Ihre Kinder Leuchtwesten oder Leuchtgürtel auch ausserhalb des Schulwegs tragen.

### Sichtbar auf Trottinett, Skateboard und Co.

Wer nachts oder bei schlechter Sicht mit einem Trottinett, Skateboard oder mit Inline-Skates auf Radwegen oder auf der Fahrbahn unterwegs ist, muss sich oder sein Gerät mit einem nach vorne weiss und nach hinten rot leuchtenden Licht ausrüsten. Auch hier machen helle Kleider mit reflektierenden Materialien noch besser sichtbar.

### Sichtbar auf dem Velo oder E-Bike

Gesetzlich vorgeschrieben sind Beleuchtung und Reflektoren vorne, hinten und an den Pedalen – davon ausgenommen sind Rennpedale, Sicherheitspedale und dergleichen. Für zusätzliche Sichtbarkeit sorgen:

- Speichenreflektoren
- Reflektierende Pneus
- Helle Kleider, leuchtende Farben und reflektierende Materialien, z. B. eine Leuchtweste oder reflektierende Handschuhe resp. Arm- und Fussbänder

### Helle und reflektierende Kleider machen Sie sichtbar!



Abteilung Sicherheit  
bfu - Beratungsstelle  
für Unfallverhütung



# Ferienbetreuung Spiez - chumm ou, es fägt!

Die Daten für die Ferienbetreuung nächsten Frühling und Sommer sind bereits festgelegt.



Spannende Bastelprojekte und süsse Zvierikreationen gehören zum Ferienbetreuungsprogramm dazu.

Für Kindergarten- und Schulkinder bis und mit 6. Klasse (Schülerinnen und Schüler des Zyklus 3 auf Anfrage) bietet die Gemeinde Spiez in den Frühlings- und Sommerferien 2024 wiederum eine Ferienbetreuung (FeBe) an. Die Ferienbetreuung findet jeweils von Montag bis Freitag von 07.30 Uhr bis 17.30 Uhr statt. Pro Tag können maximal 15 Kinder betreut werden.

## Frühling 2024

Woche 16 15.-19.04.2024

Anmeldeschluss für die Frühlingsferienbetreuung ist der **31. Januar 2024**.

## Sommer 2024

Woche 31 29.07. - 02.08.2024  
ohne 1. August

Woche 32 05. - 09.08.2024

Anmeldeschluss für die Sommerferienbetreuung ist der **31. März 2024**.



Damit wir rechtzeitig über die Durchführung informieren können, sind wir darauf angewiesen, dass die Anmeldungen bis zu den obgenannten Anmeldedaten bei uns eingereicht werden. Danke.

### Bring- und Abholzeiten - diese Zeiten sind zwingend einzuhalten:

Ankommen: 07.30 bis 08.30 Uhr  
Blockzeit: **08.30 bis 17.00 Uhr**  
(Während dieser Zeit können die Kinder **nicht** abgeholt werden.)  
Abholen: 17.00 bis 17.30 Uhr

### Tarife

Es gelten die folgenden Gebühren pro Betreuungstag, inkl. Verpflegung (Znüni, Mittagessen, Zvieri)

Nettojahreseinkommen Eltern	Tarif pro Tag
bis CHF 70 000.-	CHF 40.-
bis CHF 90 000.-	CHF 50.-
bis CHF 110 000.-	CHF 60.-
bis CHF 130 000.-	CHF 90.-
ab CHF 130 000.-	CHF 100.-



### Standort

Die Ferienbetreuung findet in den Räumlichkeiten der ehemaligen Hauswartwohnung im Schulzentrum Längenstein statt.

### Programm

Während der Ferienbetreuung können die Kinder an verschiedenen Aktivitäten teilnehmen.

- Spiel und Spass
- Geschichtenhören
- Schatzsuche
- Backen
- Basteln
- Ponyreiten
- Postenlauf
- Spiezer-Zügli-Fahrt
- In den Wald gehen
- Nähen
- Gemeinsam einkaufen und kochen
- Ausflüge/Spaziergänge
- Bräteln

Das Anmeldeformular für die Ferienbetreuung Spiez finden Sie ab Mitte Dezember auf der Website der Schulen Spiez [www.schulenspiez.ch/schulen-spiez/schulergaenzende-leistungen/ferienbetreuung](http://www.schulenspiez.ch/schulen-spiez/schulergaenzende-leistungen/ferienbetreuung).

Abteilung Bildung, Kultur, Sport  
Fotos: Susanne Frey

### Kontakt

Abteilung Bildung, Kultur, Sport  
Sonnenfelsstrasse 4  
3700 Spiez  
Melanie Kilchenmann  
Tel. 033 655 33 67  
[melanie.kilchenmann@spiez.ch](mailto:melanie.kilchenmann@spiez.ch)





## GRÜEZI WOHL! WIR SIND NEU HIER.

Als neuer Mitsubishi Händler in Ihrer Region heissen wir Sie gerne bei uns in der Garage willkommen. Entdecken und erleben Sie, was Mitsubishi Fahrzeuge so einzigartig macht. Kommen Sie vorbei und fahren Sie Ihren Wunsch Mitsubishi Probe. Wir freuen uns auf Sie.

**GARAGE KRÖPFLI GMBH**  
ANGERNSTRASSE 34  
3705 FAULENSEE

Tel. +41 33 654 23 81  
info@garage-kroepfli.ch  
www.garage-kroepfli.ch

**KRÖPFLI**  
garage faulensee



## Einschulung: Infoabend am 30. November

Sie sind unsicher, wie die Einschulung in den Kindergarten ablaufen wird?  
Oder haben Fragen zum Kindergartenalltag? Am 30. November findet ein Infoabend statt.



Die Einschulung in den Kindergarten wirft für viele Eltern Fragen auf – ein Infoabend soll weiterhelfen.

Bild: zvg

Ist Ihr Kind zwischen dem 1. August 2019 und dem 31. Juli 2020 geboren und haben Sie Fragen zur Einschulung und zum Kindergartenalltag? Die Schulleitungen der Volksschule Spiez laden Eltern und Interessierte zu einem Informationsabend zum Thema Einschulung ein. Der Anlass findet am Donnerstag, 30. November, um 20.00 Uhr im grossen Saal im Kirchgemeindehaus der reformierten Kirche Spiez statt.

Vertreterinnen und Vertreter der Schulleitungen der Primarstufe präsentieren die Details zum Einschreibe-, Einteilungs- und Zuweisungsverfahren für angehende Kindergartenkinder und beantworten gerne Fragen der Eltern und von anderen Interessierten.

«Ist mein Kind schon reif genug fürs erste Kindergartenjahr?» – «Welche Möglichkeiten gibt es, im ersten Jahr das Kindergartenpensum zu reduzieren?» – «Gibt es auch für Kindergartenkinder ausserschulische

Betreuungsangebote?» – «In welchen Kindergarten könnte mein Kind eingeteilt werden?» – «Können Einteilungswünsche berücksichtigt werden?» – «Ist das erste Kindergartenjahr mit den Angeboten der Kita Spiez kompatibel?»

Solche und weitere Fragen werden an diesem Infoabend beantwortet.

Abteilung Bildung, Kultur, Sport  
Schulleitungen

### Infoabend Einschulung

Donnerstag, 30. November, 20.00 Uhr,  
im Kirchgemeindehaus der reformierten Kirche Spiez  
(Kirchgasse 9, 3700 Spiez)



# Spiez fördert musische und sportliche Jungtalente

Acht besonders begabte Jugendliche profitieren gegenwärtig von der Kunst- und Sportförderung. Gesuche für 2024/2025 laufen über den Kanton und können bis am 15. Februar eingereicht werden.

Künstlerisch oder sportlich besonders begabte Jugendliche des 7. bis 9. Schuljahres profitieren in Spiez von einer speziellen Förderung: Um ihre zeitlich aufwendigen sportlichen oder musischen Ausbildungen absolvieren zu können, werden sie individuell vom Unterricht entlastet. Sie besuchen jedoch weiterhin ihre bestehenden Klassen. Solche Kunst- und Sport-Schüler/innen (K+S) besuchen in Spiez das Schulzentrum Längenstein. Im aktuellen Schuljahr 2023/2024 sind es acht Schüler/innen aus dem sportlichen Bereich (siehe Fotos).

Seit 2021 sind nicht mehr die Gemeinden für die Talentförderung zuständig, sondern der Kanton. Schüler/innen, die sich für das Kunst- und Sportangebot interessieren und über die notwendigen Voraussetzungen verfügen, können sich bis spätestens am **15. Februar 2024** bei Michael Gottier (Koordinator), Telefon: 079 252 77 33, E-Mail: michael.gottier@schulenspiez.ch, melden.

Abteilung Bildung,  
Kultur, Sport

## Derzeit besuchen diese acht Schüler/innen das Kunst- und Sportangebot.

### 7. Klassen:

**Fankhauser Flavio** Fussball  
**Klossner Nino** Unihockey  
**Wäfler Jolina** Fussball  
**Zbinden Lenny** Handball

### 8. Klassen:

**Lüthi Noah** Eishockey  
**Müller Finn** Handball

### 9. Klassen:

**Lobsiger Lars** Skispringen / nordische Kombination  
**Niederhauser Meo** Volleyball



Bilder: zvg

### Öffnungszeiten der Gemeindeverwaltung:

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag  
8.30–11.45/14.00–17.00 Uhr  
Mittwoch  
14.00–18.00 Uhr / vormittags geschlossen

Webseite der Gemeinde:  
www.spiez.ch

### Gemeinde Spiez - Telefonnummern, E-Mail-Adressen

**Gemeindeschreiberei**, 033 655 33 15  
gemeindeschreiberei@spiez.ch

**Bereich Steuern**, 033 655 33 60  
steuern@spiez.ch

**Personaldienst**, 033 655 33 80  
personaldienst@spiez.ch

**Abteilung Bildung**, 033 655 33 68  
bildung@spiez.ch

**Abteilung Sicherheit, Einwohnerdienste**  
033 655 33 48, sicherheit@spiez.ch

**Abteilung Finanzen**, 033 655 33 40  
finanzen@spiez.ch

**Bereich Liegenschaften**, 033 655 33 84  
liegenschaften@spiez.ch

**Abteilung Soziales**, 033 655 33 55  
soziales@spiez.ch

**Kinder- und Jugendarbeit**, 033 655 33 11  
kjas@spiez.ch

**Fachstelle 60+**, 033 655 46 45  
dorothea.maurer@spiez.ch

**Fachstelle Familie**, 033 655 46 50  
fachstelle.familie@spiez.ch

**Abteilung Bau**, 033 655 33 22  
bau@spiez.ch

**Werkhof**, 033 655 33 70  
werkhof@spiez.ch

**AHV-Zweigstelle Thun**, 033 225 82 59  
ahvzweigstelle@thun.ch





## COOK MY SONG

Musik und Kochen sind die beiden grossen Leidenschaften von René Maeder. Und bereits einmal hat er diese in seinem Kochbuch COOK MY SONG zusammengebracht. Die Erstauflage war im Nu ausverkauft. Die Fortsetzung folgt nun 2023. René Maeder kocht für seine Künstlerfreunde. Zu diesen gehören Angélique Beldner, Cornelia Bösch, Nina Burri, Philippe Cornu, Philipp Fankhauser, Jürg Hofer, Rebekka Maeder, Lilly Martin, Georges «Schöre» Müller, Sam Mumenthaler, Boris Pilleri, Livia Anne Richard, Bubi Rufener, Hannes Schmid, Schmid Schmidhauser, Hank Shizzoe und Toni Vescoli. Diese haben ihm alle einen Song genannt, den er kulinarisch für sie umsetzte. Die Teilnehmenden waren begeistert, als ihnen die Gerichte bei René zu Hause serviert wurden. Natürlich gab es viel zu diskutieren unter den Leuten, die sich zum Teil nur aus den Medien kannten. Für das Buch sind diese Ess-Events fotografisch festgehalten worden. Dazu gibt es auch von allen Teilnehmenden ein Porträt mit ihrem Palmarès. Hinten im Buch finden sich dann die schön fotografierten Rezepte.



Autor: René Maeder  
184 Seiten, 24 x 30 cm  
gebunden, Hardcover  
Mit zahlreichen Abbildungen.  
ISBN 978-3-03818-451-5  
CHF 69.–



Jetzt bestellen.



René Maeder (1951) war fast 40 Jahre in der Werbebranche tätig. Immer schon spielten aber Musik und Kochen eine grosse Rolle in seinem Leben. Seit 1991 hat er seine eigene Radiosendung Wop Bop A Loo Bop. Und zu Hause hat er zusammen mit seiner Frau, in all den Jahren unzählige Gäste kulinarisch verwöhnt.

### Bestellung

Bitte senden Sie mir \_\_\_\_ Ex. «Cook my song» zum Preis von je CHF 69.– (inkl. Versandkosten). ISBN 978-3-03818-451-5.

### WEBERVERLAG.CH

Talon einsenden/faxen an: Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online oder per Mail: [www.weberverlag.ch](http://www.weberverlag.ch), [mail@weberverlag.ch](mailto:mail@weberverlag.ch)

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

# Digitalberatung am 11. November im DorfHus

Wenn Sie sich in der Handhabung Ihres Smartphones üben wollen und Unterstützung für die eine oder andere Anwendung benötigen, dann melden Sie sich an für eine Eins-zu-eins-Beratung am 11. November im DorfHus.



Eva Gfeller lässt sich von Lamare Heins gerne diverse Handhabungen ihres Smartphones erklären.

Bild: Dorothea Maurer

Vielleicht geht es um das Herunterladen einer App oder um das Ordnen von Fotos? Auch das Scannen eines QR-Codes oder eine Online-Anmeldung für eine Veranstaltung kann Thema sein. Viele Funktionen auf dem Handy bleiben ungenutzt, weil wir den Umgang damit zunächst erlernen müssen. Junge Leute wachsen mit digitalen Geräten auf, sie kennen die Funktionen und sind gewandt in der Nutzung. Sie können zudem gut erklären und geben ihr Wissen gerne weiter.

Bei der Digitalberatung werden Sie von jungen Leuten unterstützt. Ihre persönlichen Fragen zur Handhabung der digitalen Vorgänge werden individuell beantwortet. Nutzen Sie die Gelegenheit, Sie werden eins zu eins beraten - am 11. November im DorfHus.

Abteilung Soziales  
Fachstelle 60+

### Digitalberatung - Anmeldung erforderlich

Am Samstag, 11. November, von 9.30 bis 12.00 Uhr im DorfHus-Bistro, Spiezbergstrasse 3, 3700 Spiez.

Eine Haftung wird ausgeschlossen. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

### Anmeldung erforderlich bis Mittwoch, 8. November:

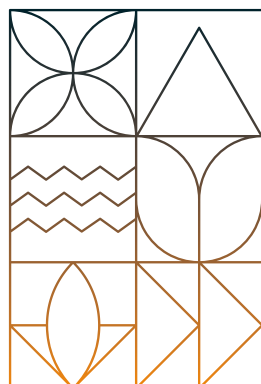
Fachstelle 60+ / 033 655 46 45 (Telefonbeantworter) / [fachstelle60plus@spiez.ch](mailto:fachstelle60plus@spiez.ch)

Die übernächste Digitalberatung findet am 24. Februar 2024 statt. Informationen dazu erhalten Sie auf [www.spiez60plus.ch](http://www.spiez60plus.ch) oder im SpiezInfo.

Ein Generationenprojekt der Gemeinde Spiez in Zusammenarbeit mit der Agenda 21



# PRIVATE SPA AM THUNERSEE



## EINZIGARTIGES SPA-ERLEBNIS

### UNSER ANGEBOT

Für Paare, die sich einen exklusiven Moment in absoluter Privatsphäre wünschen, bieten unsere drei individuell eingerichteten Private Spa Suiten genau das Richtige.

Erleben Sie einen Hauch von Südostasien in der Asian Lagoon, lassen Sie im Swiss Chalet die Seele baumeln oder begeben Sie sich auf eine entspannende Safari in unserer African Lodge. Welche Ambiance darf es für Sie sein?

Jede Buchung enthält den Tageseintritt zur gesamten Wellnesslandschaft.

Täglich buchbar zwischen 9:30 und 21:00 Uhr  
ab CHF 350

Mehr Informationen:  
[deltapark.ch/privatespa](https://deltapark.ch/privatespa)



**Deltapark AG**  
Deltaweg 29  
3645 Gwatt bei Thun

+41 33 334 30 30  
[info@deltapark.ch](mailto:info@deltapark.ch)  
[deltapark.ch](https://deltapark.ch)



# Wer löst Nils Brun als Spiezer Sportler des Jahres ab?

Am 16. November ist es wieder so weit: Die Gemeinde Spiez ehrt ihre Sportlerinnen und Sportler. Gastreferent: Chrigel Maurer, Gleitschirmprofi.



Spiezer Sportler des Jahres 2022: Nils Brun. Links: Gemeinderätin Anna Zeilstra.

Bild: Mathias Josi

Seit dem Jahr 2021 ehrt die Gemeinde Spiez ihre Sportlerinnen und Sportler jeweils Mitte November in festlichem Rahmen im Gemeindezentrum Lötschberg.

Die diesjährige Sportlerinnen- und Sportlerehrung am 16. November verspricht wiederum Spannung, denn das Publikum wird am Anlass erneut die Spiezer Sportlerin oder den Spiezer Sportler des Jahres wählen können.

Die Publikumswahl erfolgt am Abend vor Ort mit dem Mobiltelefon. Die Sportkommission hat Kandidatinnen und Kandidaten für diese Auszeichnung nominiert. Die Nominierten werden dem Publikum mit Kurzporträts vorgestellt.

Gegen 30 Sportlerinnen und Sportler aus 17 verschiedenen Sportarten werden an diesem Abend für ihren Erfolg geehrt. Einmal mehr darf die Gemeinde Spiez stolz sein auf ihre Sportlerinnen, Sportler und auf die tolle Vereinsarbeit der Spiezer Vereine.

Als Gastreferent wird der «Adler von Adelboden», der Gleitschirmprofi Chrigel Maurer, das Publikum mitnehmen auf eine Reise hoch in die Lüfte – jedoch mit bodenständigen Aussagen und herausfordernden Gedanken für jeden Einzelnen und jede Einzelne.

Abgerundet wird der feierliche Anlass mit einem offerierten Apéro riche. Verschiedene lokale Sponsoren unterstützen den Anlass.



Abteilung Bildung, Kultur, Sport  
Sportkommission

### Eckpunkte der Sportlerinnen- und Sportlerehrung

Gemeindezentrum Lötschberg

Donnerstag, 16. November, 19.00 Uhr, Türöffnung 18.30 Uhr

Zur besseren Planung bitte Anzahl Personen melden an  
[sportlerehrung@spiez.ch](mailto:sportlerehrung@spiez.ch)



regaspiez.ch

Thunstrasse 51

3700 Spiez

Tel. 033 654 22 55

DO  
NIT

**REGAS**  
gemeinsam digital

Wir beraten Sie  
persönlich

Ihr Dienstleistungspartner  
für alles Elektrische im  
Berner Oberland



Neubau

Umbau & Renovation

Mit unserer Basis in Spiez am Thunersee sind wir Ihr **Ansprechpartner** im Berner Oberland, wenn es um die **Projektierung, Ausführung oder die Wartung von elektrischen Anlagen** geht.

Dies gilt gleichermaßen für anstehende Renovationen, Umbauten und Neubauten, wobei Sie als Kunde bei SH Elektro Telematik immer im Mittelpunkt stehen. Bekannt für innovative Lösungen haben wir stets offene Ohren für Ihre Ideen, an denen wir uns gerne orientieren. Am besten, Sie nehmen persönlich Kontakt mit uns auf.



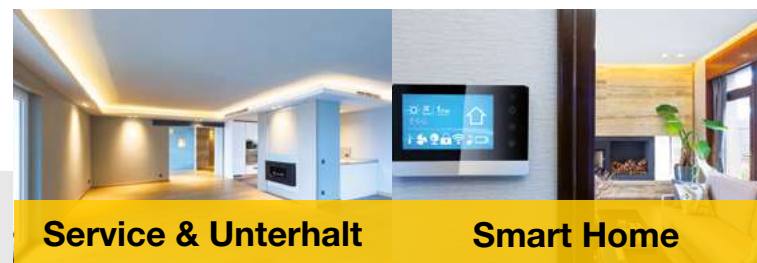
SH Elektro Telematik GmbH  
Gygerweg 16  
3700 Spiez

Telefon 033 650 14 40  
info@sh-elektro.ch  
www.sh-elektro.ch



Industrie

Solar



Service & Unterhalt

Smart Home

# Lokal einkaufen in Spiez: Eine Liebeserklärung an unsere Gemeinde

Die Bauarbeiten an der Oberlandstrasse in Spiez sind in Kürze abgeschlossen. Sie waren begleitet von verschiedensten Gewerbeaktionen.

In diesem Beitrag berichten wir über den Baustellenwettbewerb, der die Frage aufwarf: «Warum kaufen Sie in Spiez ein?» Die Antworten sind eine wahre Liebeserklärung an unsere schöne Gemeinde. Aus allen eingereichten Wettbewerbstalons wurden zufällig sechs Gewinner gezogen. Deren Zitate stehen stellvertretend für viele Antworten.

## Das Gute liegt so nah!

Erika, eine überzeugte Spiezerin, brachte es mit ihrer Antwort auf den Punkt: «Das Gute liegt so nah! Warum also in die Ferne schweifen?» Diese einfache Weisheit erinnert uns daran, dass Spiez viel mehr zu bieten hat, als wir manchmal denken. Annina, ebenfalls eine Spiezerin, hob die Qualität der Produkte und die freundliche Bedienung in den örtlichen Geschäften hervor. Sie ist nicht allein mit dieser Meinung, denn die Spiezer Geschäfte sind stolz darauf, ihrer Kundschaft stets das Beste zu bieten.

## Vielfältig und nachhaltig

Anne-Marie aus Bern überraschte mit einer einzigartigen Antwort: «Weil man hier «Stögelischeuhe» aus Schoggi kaufen kann.» Diese und viele weitere regionale Leckereien sind ein Beweis für die Vielfalt, die Spiez zu bieten hat. Bernhard aus Spiez brachte eine umweltbewusste Perspektive ein: «Weil lokal einkaufen Benzin spart. Gut für mich, gut für die Natur.» Seine Worte erinnern uns daran, dass Nachhaltigkeit ein wichtiger Faktor ist, der unser Handeln leiten sollte.

## Wichtig und praktisch

Elisabeth aus Spiez unterstrich die Bedeutung, lokale Geschäfte zu unterstützen: «Mir ist es wichtig, kleine Geschäfte im eigenen Dorf zu berücksichtigen.» Ihr Engagement zeigt, dass jeder und jede Einzelne von uns einen Unterschied machen kann. Und Léonie aus Zinal schätzt die Praktikabilität des Einkaufens in Spiez, da sie hier arbeitet. Es ist für viele Berufstätige äusserst bequem, ihre Einkäufe dort zu erledigen, wo sie auch ihren Lebensunterhalt verdienen.

## Viele Antworten - gleiche Botschaften

Diese und viele andere Wettbewerbsantworten verdeutlichen einmal mehr, dass Spiez ein vielfältiges und qualitativ hochstehendes Waren- und Dienstleistungsangebot bietet. Die freundliche und kompetente Bedienung in Spiezer Geschäften und die gute Erreich-



Die Spiezer Einkaufstasche - praktisch für jeden Einkauf!  
Bild: Spiez Marketing AG

barkeit werden gelobt. Für viele Arbeitnehmende ist es praktisch, ihre Einkäufe dort zu erledigen, wo sie auch arbeiten. Viele Wettbewerbsteilnehmende schätzen die ländliche Atmosphäre, die Übersichtlichkeit und die kurzen Wege, sodass die Einkäufe zu Fuss oder mit dem Velo erledigt werden können.

Diese Vielfalt an Gründen, in Spiez einzukaufen, macht unsere Gemeinde zu einem besonderen Ort. Es zeigt, dass wir nicht nur ein Dorf sind, sondern eine Gemeinschaft, die sich für ihre lokale Wirtschaft einsetzt. Wenn wir weiterhin unsere Geschäfte unterstützen, können wir sicherstellen, dass Spiez auch in Zukunft ein Ort bleibt, an dem es sich lohnt, einzukaufen, zu leben und zu arbeiten.

Anlaufstelle Gewerbe SMAG

Mehr Informationen unter:  
[www.oberlandstrasse-spiez.ch](http://www.oberlandstrasse-spiez.ch)





# Fondue-Sealander - Gemütlichkeit ohne Grenzen

Ein einzigartiges Winterangebot mit dem Elektrowagenboot



Fondueplausch mit einem Glas Spiezer auf dem Sealander.

Bild: Spiez Marketing AG

Der Sealander ist ein einzigartiger see- und strassentauglicher Wohnwagen, welcher sich einfach und fahrerscheinfrei bedienen lässt. So schaukeln Sie nach kurzer Instruktion schon bald auf dem Thunersee und bewundern die vorbeiziehende Landschaft. In der Wintersaison können Sie eine Fondueausfahrt mit dem Sealander als kulinarisches Outdoor-Erlebnis buchen.

Die Bootsgäste sind ihre eigenen Kapitäne, während sie das Brot in den feinen Käse eintauchen. Zur besonderen Winterstimmung und zum Fondue passt natürlich ein feiner Tropfen Spiezer Weisswein. Beim Restaurant Seegarten werden Ihnen das Boot und die kulinarischen Leckereien übergeben, und schon kann es mit dem exklusiven Sealander-Fondue- oder -Raclette-Abenteuer losgehen. Das Angebot ist täglich von November bis März buchbar.

## Preis inklusive 4 Stunden Bootsmiete Elektroboot Sealander, Fondue/Raclette, Beilagen, Dessertauswahl, Tee und Mineralwasser:

CHF 230 für zwei Personen. Jede weitere Person CHF 40, max. 4 Personen. Eine Flasche Spiezer Wein kann optional dazubestellt werden.

### Spiez Marketing AG

Bahnhofstrasse 10d, 3700 Spiez

spiez@thunersee.ch

033 655 90 00

[www.spiez.com/fonduesealander](http://www.spiez.com/fonduesealander)

# Info-Messe 60+ Ausschreibung Ausstellende

Samstag, 23. März 2024, 9-15 Uhr, Gemeindezentrum Lötschberg, Spiez



Bereits zum sechsten Mal organisieren die Spiez Marketing AG und die Alterskommission Spiez die Info-Messe 60+. Ab sofort ist die Anmeldung möglich. Dies für alle öffentlichen und privaten Ausstellenden, welche Dienstleistungen, Aktivitäten und Hilfsmittel, die im Zusammenhang mit dem Älterwerden stehen, anbieten.

## Ihre Vorteile

- Als Organisator sichern wir Ihnen eine attraktive Messe mit einer idealen Plattform zur gezielten Ansprache der Zielgruppe 60+, derer Angehörigen und Freunde zu.
- Die Spiezer Info-Messe 60+ ist eine etablierte Messe, welche in den vergangenen Jahren jeweils rund 50 Ausstellende und mehrere Hundert Besuchende begrüssen durfte.
- Die letzten Austragungen zeigten ein grosses Bedürfnis der Zielgruppe, über Themen 60+ aufgeklärt und informiert zu werden. Dieses bringt gute Gespräche und eine lange Verweildauer an den Ständen hervor.
- Gelegenheit, Aktivitäten und Angebote von privaten und öffentlichen Institutionen vorzustellen. An die Kosten für Werbung, Infrastruktur und Rahmenprogramm etc. tragen kommerzielle Organisationen CHF 100.- bei. Für Non-Profit-Organisationen ist die Teilnahme kostenlos.
- Ein attraktives Rahmenprogramm mit Kurzreferaten, Diskussionen und Vorführungen zum Thema «zäme ungerwägs» wird viele Seniorinnen und Senioren sowie deren Angehörige und Freunde zusätzlich ansprechen, ins Lötschbergzentrum zu kommen.
- Ideale Plattform zur Erweiterung Ihres beruflichen Netzwerkes.

## Jetzt anmelden

- Alle Informationen sowie das Anmeldeformular für Anbieter und Anbieterinnen erhalten Sie unter [www.spiez60plus.ch/info-messe-60-2024](http://www.spiez60plus.ch/info-messe-60-2024).
- Der Platz ist beschränkt: Pro Institution wird ein Tisch zur Verfügung gestellt. Nur exklusiv für Sponsorenpartner offerieren wir bis zu drei Tischen gemäss Sponsoringkonzept.
- Wenn der Platz im Lötschbergzentrum nicht ausreicht, entscheidet das Organisationskomitee über den Angebotsmix. Dabei haben die ortsansässigen Institutionen Vorrang. Mitberücksichtigt wird die Reihenfolge der Anmeldungen.



Die fünfte Info-Messe 60+ war ein voller Erfolg - Besuchende und Ausstellende schätzten bei der letzten Austragung im Jahr 2022 den ungezwungenen Austausch und das vielfältige Angebot.

Bild: Spiez Marketing AG

## Anmeldeschluss

12. Dezember 2023

Hier geht es zum Anmeldeformular und zu weiteren Informationen.



**Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung und eine spannende Messe 2024!**

Bei Fragen zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren.

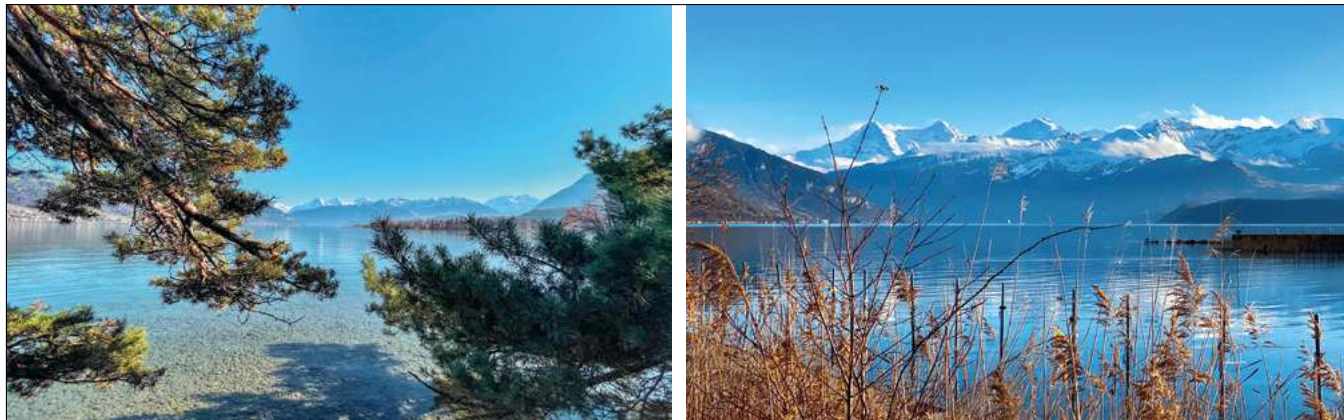
## Spiez Marketing AG

Bahnhofstrasse 10d, 3700 Spiez

spiez@thunersee.ch, 033 655 90 00

[www.spiez60plus.ch](http://www.spiez60plus.ch)





# THUNERSEE – KALENDER 2024

Der Thunersee ist der grösste See der Schweiz, der vollständig auf dem Boden eines einzigen Kantons liegt. Der See bietet das ganze Paket – an seinen Ufern kann man wunderbar bergsteigen, wandern, Ski fahren, schwimmen und den Blick von Thun bis nach Interlaken schweifen lassen. Unser neuer Thunerseekalender bringt Ihnen das epische Panorama des Sees in zwölf atemberaubenden Ansichten in die gute Stube.



14 Blätter, 43 x 34,5 cm, Spiralbindung  
Mit 13 Abbildungen  
ISBN 978-3-03818-471-3  
**CHF 20.– statt CHF 25.–**

**NEU**



Jetzt bestellen.

**20%  
RABATT**



## Bestellung

Bitte senden Sie mir \_\_\_\_ Ex. «Thunersee - Kalender 2024» zu je CHF 20.– statt CHF 25.–, plus Versandkosten CHF 9.50. ISBN 978-3-03818-475-1. **Mit 20% Rabatt oder auch online mit dem Code: «Herbst2023».**

## WEBERVERLAG.CH

Talon einsenden/faxen an: Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online oder per Mail: [www.weberverlag.ch](http://www.weberverlag.ch), [mail@weberverlag.ch](mailto:mail@weberverlag.ch)

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

# Zauberhafte Stimmung am 26. Chlouse-Märit Spiez 2023



Am Samstag, 2. Dezember, 14- 21 Uhr entlang der Seestrasse, beim Hotel Eden und im Schlosspark.



Vorweihnachtliche Stimmung am Chlouse-Märit.

Bild: Spiez Marketing AG

Der Chlouse-Märit in Spiez hat eine lange Tradition und gehört zu den beliebtesten Weihnachtsmärkten im Berner Oberland. Geniessen Sie beim Flanieren entlang der sanft beleuchteten Stände die einzigartige vorweihnachtliche Stimmung, erfreuen Sie sich an kulinarischen Weihnachtsleckereien und halten Sie bei Glühwein oder Punsch einen gemütlichen Schwatz mit Freunden. Der Chlouse-Märit ist die perfekte Einstimmung in die bevorstehende Adventszeit, und vielleicht finden Sie an einem der Stände noch das fehlende Weihnachtsgeschenk.

## Highlights am Samstag, 2. Dezember, ab 14 Uhr:

- Über 100 weihnachtliche Marktstände
- Besuch vom Rentier im Schlosspark ab 15 Uhr
- Dampfkarrussell für Kinder im Schlosspark
- Besuch vom Samichlaus an der Seestrasse
- Weihnachtliche Stimmung beim Hotel Eden mit Drehorgelspieler
- Livemusik-Acts beim Mini-Kreisel
- Geschichten vom Samichlaus im Schloss Spiez
- Kulinarische Leckereien an Ständen und im Schlosspark
- Treberwurstessen & Glühwein beim Rebbau
- ROX Santa Party ab 21 Uhr im Rox

## Wichtige Information für Anwohnerinnen und Anwohner:

Zur Verbesserung der Verkehrssicherheit sind in diesem Jahr am Chlouse-Märit diverse Wohngebiete von einer Vollsperrung betroffen. Dies gilt insbesondere für die Seestrasse ab Kronenplatz bis Niederliweg, den Mueltliweg, das Mühlegässli, die Schlosstrasse und den Rebbbergweg. Bei Fragen kontaktieren Sie das Info-Center Spiez.

## Spiez Marketing AG

Bahnhofstrasse 10d, 3700 Spiez  
[spiez@thunersee.ch](mailto:spiez@thunersee.ch), 033 655 90 00  
[www.spiez.com/chlousemaerit](http://www.spiez.com/chlousemaerit)





**Zirkus Show**  
für die ganze Familie

**Varieté CASTELLO**

Mit grosser  
**Silvester Gala**

**staunen  
träumen  
geniessen**

**Dinner Show**  
Artistik, Humor & Kulinarik

**1. - 31. Dezember 2023**  
in Thun/Allmend P8

Ticket & Infos: [www.variete-castello.ch](http://www.variete-castello.ch)



## Fesselndes Zirkus-Varieté kehrt mit neuer Magie zurück



Vom 1. bis 31. Dezember 2023 begeistert das Variété Castello erneut mit erstklassigen Auftritten, viel Zirkusatmosphäre und einem edlen Drei-Gänge-Menü an der abendlichen Dinnershow. Wobei die Artistinnen und Artisten persönlich servieren.



Im letzten Winter ging der langersehnte Traum von Steeven van Gool und Lukas Böss in Erfüllung. Mit dem Variété Castello haben sie etwas erschaffen, das es im Berner Oberland bis dahin nicht gab: ein Zirkus-Varieté mit einer vielseitig geprägten Show für Familien, Geniesser besonderer Anlässe und Firmen-events. Nach dem fulminanten Debüt geht das junge Unternehmen in diesem Dezember in die zweite Runde.

Mit Nummern zum Lachen, Mitwippen und Luftanhaltens wissen die Artistinnen und Künstler aus aller Welt ihr Publikum zu verzaubern. Die fesselnden Darbietungen lassen Kinder die Augen gebannt auf die Manege richten; vergessen ist das Popcorn im Mund. Was für ein Anblick für Mami und Papi, für das Grosi und den Onkel!

Die abendliche Dinnershow richtet sich an Privatpersonen, die sich zum Beispiel für den runden Geburtstag ein Erlebnis wünschen, bei dem Spannung und Kulinarik verschmelzen. Willkommen sind auch Firmen, die mit ihren Kundinnen und Kunden oder Mitarbeitenden feiern wollen. Das von einem regionalen Cateringanbieter frisch zubereitete Menü wird von den Künstlern und Artistinnen persönlich ser-

viert – begleitet von einem Lächeln und einem freundlichen «Hier kommt Ihr nächster Gang».

Viele lokale Unternehmen zeigen sich begeistert und unterstützen das Jungunternehmen als Sponsor. Zudem freut sich der Förderverein Variété Castello über Zulauf; was für die Jungunternehmer wichtig ist. Im Gegensatz zu anderen kulturellen Veranstaltungen erhalten Zirkusbetriebe keine staatlichen Zuschüsse.

Das Zelt mit Platz für rund 250 Gäste steht dieses Jahr auf dem P8-Parking beim Armeegelände in Thun. Mit vielen Parkplätzen und der STI-Bushaltestelle «Kleine Allmend» direkt davor. Jetzt Tickets buchen, denn es heisst bald: Hereinspaziert!

Tickets hier



**Variété Castello GmbH**  
[info@variete-castello.ch](mailto:info@variete-castello.ch)  
[www.variete-castello.ch](http://www.variete-castello.ch)



# Kia Sportage 4x4

Auch als Hybrid und Plug-in Hybrid



Movement that inspires

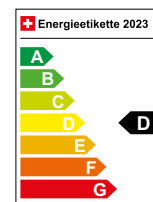
Leasing  
ab  
CHF 229.-/Mt.

## Zeughaus-Garage AG

Simmentalstrasse 35 | 3700 | Spiezwilser  
+41 33 655 66 77 | info@zeughausgarage-spiez.ch  
zeughausgarage-spiez.ch

**Zeughaus-Garage AG**  
Beat Wyssen

Abgebildetes Modell: Kia Sportage GT-Line 1.6 T-GDi PHEV aut., CHF 55'550.-\*\*, Metallic-Lackierung CHF 790.-, Two-Tone CHF 650.- (inkl. MwSt.), 1.1 l/100 km 16.9 kWh/100 km, 25 g CO<sub>2</sub>/km, Energieeffizienzklasse B. \*\*Prämie von CHF 2000.- bereits abgezogen. \*Rechnungsbeispiel 2,9% Leasing: Kia Sportage 1.6 T-GDi MHEV man., CHF 30'550.- (Prämie von CHF 2000.- bereits abgezogen), Leasingrate CHF 229.- monatlich, Leasingzins 2,9%, eff. Leasingzins 2,94%, Laufzeit 48 Monate, 10'000 km/Jahr, Sonderzahlung CHF 7637.- (nicht obligatorisch), obligatorische Vollkasko nicht inbegriffen, Leasingpartner ist die MultiLease AG. Eine Leasingvergabe wird nicht gewährt, wenn sie zur Überschuldung der Konsumentin oder des Konsumenten führt. Durchschnitt aller in der Schweiz verkauften Neuwagen: 129 g CO<sub>2</sub>/km nach neuem Prüfzyklus WLTP. Angebot gültig bis 30.11.2023 oder solange Vorrat (bei teilnehmenden Kia Partnern).



# Markus Krauss zeichnet die Träume der Kunden

goldschmiedekrauss  
alles ausser gewöhnlich

Spezialität: Träume entwerfen

In der Goldschmiede Krauss in Spiez praktiziert Markus Krauss etwas sehr Seltenes: Er giesst quasi die Träume seiner Kunden in Gold. Und das Ergebnis wirkt oft wie aus einer anderen Welt. Das muss man freilich erklären: Wie funktioniert das?

Bevor das neue Schmuckstück nämlich in unserer Welt erscheinen kann, erarbeitet Markus Krauss in intensiver Zusammenarbeit mit den Kunden, im Dialog und zeichnerisch, den Entwurf, den er danach - zusammen mit seinem Team - umsetzt. So entsteht etwas Einzigartiges, das es so kein zweites Mal gibt: Aus dem Dialog und dem handwerklichen Können entstehen Unikate, die nicht imitierbar sind.

Der Kern des inneren Antriebs des Goldschmieds Markus Krauss ist sein Talent, das Team, die Kunden, das Produkt und am Ende auch sich selbst zu «orchestrieren». Wie das gelingt? Gerne zitiert Markus Krauss dazu ein Wort von alt Bundesrat Ogi: «Man muss Menschen mögen!»

## Handwerkliche Begeisterung

Markus Krauss ist nach eigenem Bekunden «leidenschaftlicher Gestalter und Handwerker, aber kein Künstler». In all dem steckt jedoch auch eine gehörige Portion handwerkliche Begeisterung: Durch den Ersterberuf Maschinenmechaniker ist ihm die Leidenschaft auch für Bedienung und Programmierung von Maschinen geblieben. In den 30 Jahren, die er jetzt in der Goldschmiede arbeitet, hat er seine Techniken stetig weiterentwickelt, und heute setzt er oft auf eine Kombination von Handwerk und Hightech, etwa in 3-D-Modellierungen. Aber, so sagt er: «Ich mag es, wenn die handwerkliche Arbeit sichtbar ist!»

## Stimmen der Kunden

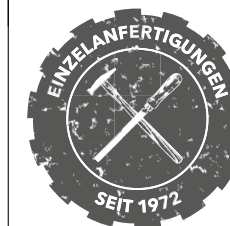
Doch letztlich liebt Markus Krauss die Gestaltung, das Entwerfen und die Entwicklung von Ideen im Dialog mit den Kunden. Und so sind es auch die Stimmen von Kunden, die ein helles Licht auf die Strahlkraft seiner Arbeitsergebnisse werfen. Einige Auszüge aus einer Vielzahl an Internetbewertungen der letzten Jahre verdeutlichen das, es sind alles wörtliche Zitate:

- Die Leidenschaft und das Talent von Markus Krauss, Wünsche so genau umzusetzen, ist genial.
- ... sich für mich Zeit genommen ...
- ... professionell, wobei ich als Kunde immer eingebunden war und dabei gemerkt habe, dass meine Anliegen miteinbezogen werden.
- Der Umgang ist sehr freundlich und ich fühlte mich gut beraten.

- ... Wünsche mit einer unglaublichen Offenheit und kreativen Ideen umgesetzt.
- Gemeinsam wurde eine Skizze mit meiner Idee erarbeitet.
- ... fehlt es nicht an Ideen ...
- ... das Fachwissen und die künstlerische Beratung mit grossartigen Ideen ...
- ... Schmuckstück, das lange Freude bereiten wird ...
- ... freundliche und professionelle Beratung ...
- Der Goldschmied meines Vertrauens.
- Bei der Besprechung fühlt man sich gut aufgehoben.



Schmuck skizzieren ist Freiheit pur. Alles ist möglich! Für die Machbarkeit muss Markus Krauss die Grenzen kennen.



**Goldschmiede Krauss**  
Oberlandstrasse 13, 3700 Spiez  
Telefon 033 654 64 74  
info@goldschmiedekrauss.ch  
www.goldschmiedekrauss.ch



# Nachtlinsen ersetzen die Lesebrille – fast wie Zauberei

**OPTILENS**  
SPEZIALISTIN FÜR GESUNDES SEHEN

Sie wirken wie ein Wunder: die Nachtlinsen von Optilens. Vor dem Schlafengehen einsetzen und tagsüber wieder lesen ohne Brille. Optilens hat vor über 20 Jahren die Nachtlinsen in Thun eingeführt und sich darauf spezialisiert.

Wenn Nachtlinsen zur Anwendung kommen, reibt man sich vor Staunen die Augen. Sei es bei einem kurzen Blick auf das Handy, der spontanen Abfrage der Smartwatch oder der Arbeit am Computer – das ständige Auf- und Absetzen der Brille gehört der Vergangenheit an. Mit einfachem Handling werden die Nachtlinsen vor dem Schlafengehen eingesetzt. Über Nacht wirken sie unbemerkt so auf die Hornhaut ein, dass die Augen tagsüber ohne Lesebrille scharf sehen.



Schlafend zu scharfer Sicht: Optilens Nachtlinsen eignen sich dafür besonders.

Raymond E. Wälti, Optometrist und Inhaber von Optilens, beantwortet die wichtigsten Fragen zu den Nachtlinsen:

## Stimmt das, Herr Wälti? Wenn ich in der Nacht Linsen trage, dann brauche ich am Tag keine Brille mehr?

Es erscheint im ersten Moment unglaublich. Aber es stimmt. Nachtlinsen modellieren die Hornhaut während des Schlafs sanft, sodass tagsüber auf eine Sehhilfe verzichtet werden kann.

## Ich brauche zum Lesen eine Brille. Helfen Nachtlinsen auch hier?

Unbedingt. Wenn die scharfe Sicht in die Nähe, zum Beispiel auf das Handy, den Bildschirm oder das Buch, nachlässt, sind Nachtlinsen besonders geeignet.

Auch bei trockenen oder empfindlichen Augen. Aber auch für diejenigen, die in die Ferne schlecht sehen, sind Nachtlinsen eine willkommene Erleichterung. Gegenüber Brillen bieten Sie ein grösseres Sichtfeld, ohne den Kopf oder die Augen bewegen zu müssen oder die Brille auf- oder abzusetzen.

## Welche Vorteile bieten Nachtlinsen beim Sport?

Rutschende Brillen, beschlagene oder verspritzte Brillengläser gehören der Vergangenheit an. Im Sport ist bei heftigen Bewegungen stets scharfe Sicht garantiert. Biken, Skifahren und Wassersport sind wieder problemlos möglich. Weitere Vorteile im Video unter [www.nachtlinsen.ch](http://www.nachtlinsen.ch).

## Haben Nachtlinsen auch Nachteile?

Um eine maximale Sehschärfe zu erreichen, sollten Nachtlinsen möglichst täglich zum Schlafen eingesetzt werden. Trägt man sie mehr als zwei Tage nicht, kehrt langsam die alte Sehschwäche zurück. Während das Augenlasern eine fixe und definitive Variante ist, entscheidet man sich mit Nachtlinsen für eine flexible, reversible Korrekturmöglichkeit.

## Optilens – für Ihre Augen die erste Adresse im Berner Oberland

Seit über 25 Jahren ist Optilens die Spezialistin für gesundes Sehen in der Region. Der Familienbetrieb legt Wert auf die persönliche Beratung und bürgt für professionellen Service. Das Geschäft im Herzen von Thun beschäftigt rund zehn Mitarbeitende. Fachspezialisten mit Hochschulabschluss in der Optometrie sowie stete Weiterbildung im Bereich Linsen und Augengesundheit garantieren, dass jede Kundin und jeder Kunde auf lange Sicht die optimale Lösung für gutes Sehen findet. Optilens hat sich auf Kontaktlinsen spezialisiert und führt alle Arten von Sehhilfen im Angebot, mit denen auch spezielle Augenprobleme (Hornhautverkrümmung, trockene Augen, kombinierte Sehfehler für nah und fern) berücksichtigt werden. Regelmässige Augendruckmessungen sowie die frühzeitige Erkennung von Grünem und Grauem Star oder von Makula-Degeneration gehören zu den routinemässigen Kontrollen der Fachspezialisten und unterstützen den guten Ruf des Hauses, besonderes Augenmerk auf gesundes Sehen zu legen.



Nachtlinsen von Optilens machens möglich. Entspanntes Sehen in alle Distanzen: aufs Buch und in die Ferne.

## Für welche Fehlsichtigkeiten gibt es Nachtlinsen?

Seit Nachtlinsen im Jahr 2001 offiziell zugelassen wurden, hilft Optilens mit, diese stetig weiterzuentwickeln. Deshalb gibt es bei uns Nachtlinsen für Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit und auch Hornhautverkrümmung. Auch für starke Korrekturen. Für alle ab 40 Jahren sogar multifokale Nachtlinsen, die ähnlich einer Gleitsichtbrille mehrere Stärken in einer Linse vereinen.

## Viele Leute glauben, das Handling von Linsen sei kompliziert.

Die Nachtlinsen von Optilens sind klein und aus stabilem Material. Mit einem speziellen Hilfsmittel wird der Augenkontakt vermieden, und die Linsen sind – nach einer kurzen Übungsphase – in ein paar Sekunden eingesetzt und wieder herausgenommen.

## Warum soll ich für Nachtlinsen zu Optilens?

Die Anpassung von Nachtlinsen ist Vertrauenssache. Optilens verfügt über einen Erfahrungsschatz von mehr als 20 Jahren. Die Materialien und die Anpasstechnik haben wir in dieser Zeit laufend verfeinert und den Gerätepark für präziseste Vermessungen erweitert. Dies führt zu einer sicheren und schnellen Versorgung auch bei hohen Ansprüchen an die Sehleistung.

## Wie nachhaltig sind eigentlich Nachtlinsen?

Optilens designt alle Nachtlinsen im eigenen Haus und lässt sie ausschliesslich durch Hersteller in der Schweiz produzieren. Kurze Transportwege und der Erhalt von lokalen Arbeitsplätzen sind uns wichtig. Nachtlinsen werden nur jährlich ausgetauscht. Dadurch kann das Abfall-

volumen gegenüber Tageslinsen um 99 Prozent reduziert werden.

## Wie finde ich heraus, ob Nachtlinsen für meine Situation ideal sind?

Nur mit einer umfassenden Beratung ist es möglich, die optimale Linse zu finden. Um die individuellen Vor- und Nachteile von Nachtlinsen oder anderen Linsenvarianten herauszufinden, bietet Optilens aktuell eine Gratis-Erstberatung an.

Text und Bilder: zvg

## OPTILENS GmbH

im Bälliz 67, z Thun  
Tel. 033 222 54 22  
[www.optilens.ch](http://www.optilens.ch)

## Jetzt Gratis-Erstberatung vereinbaren:

Tel. 033 222 54 22  
[www.optilens.ch/termin](http://www.optilens.ch/termin)



# Spiezer Ernte - Qualität und Menge hervorragend



Der Spiezer Weinjahrgang 2023 ist im Keller.



Bei Kaiserwetter brachten wir dank der Mithilfe von vielen Freiwilligen einen qualitativ und mengenmässig hervorragenden Spiezer Jahrgang 2023 ein. 75 Tonnen Trauben wurden zu vielversprechenden Weinen verarbeitet, die momentan im Schlosskeller reifen. Nun ist Geduld gefragt, denn gut Ding will Weile haben.

## Neu und frisch ab Presse

Diese Produkte finden Sie ab sofort in unserem Verkaufsladen:

- **Weisser Traubensaft** 3-Liter-Bag in Box
- **Traubensaft Rosé** im eleganten 3,75-dl-Fläschli (in limitierter Menge)
- **Verjus** im praktischen Kleinformat (2 dl)

Verjus ist eine Essenz, gewonnen aus handverlesenen grünen Trauben. Dieser alkoholfreie, kalorienarme frisch-finessenreiche Saft wird zum Mischen edler Drinks/Mocktails und Saucen oder für frische Schorle verwendet und liegt voll im Trend.

Verjus wurde bereits in der Antike heilende Eigenschaften zugeschrieben. Heute wissen wir: Neben gesunden Apfel- und Weinsäuren enthält Verjus Kalium, Magnesium und Kalzium. Doch seine stärkste Wirkung entfaltet Verjus dank dem hohen Gehalt an Polyphenolen. Sie wirken entzündungshemmend und sollen sogar Krebs vorbeugen.

## Gebraucht und vielseitig zu verwenden

Wir verkaufen alte Holzfässer (Barriques) aus dem Spiezer Schlosskeller: zu verwenden als Blumenkübel, Regentonne oder als Stehtisch auf der Terrasse oder im privaten Weinkeller. Es sind verschiedene Grössen und Qualitäten vorhanden. Zu besichtigen während unserer Öffnungszeiten oder nach Absprache unter 033 654 63 94.

## Öffnungszeiten Weinverkauf

Weinverkauf (ohne Degustation)  
Montag bis Freitag von 8 bis 11.30 Uhr  
Mittwoch von 17 bis 19 Uhr (mit Degustation)

## Spiezer Alpine Weinkultur

Rebbau Spiez Genossenschaft  
Schlossstrasse 8  
3700 Spiez  
[www.alpineweinkultur.ch](http://www.alpineweinkultur.ch)

# Gemeinsam in den Advent



Wir laden Sie herzlich zu einem genussvollen und sinnlichen Start in den Advent ein.



## Freitag, 17. November, 17-20 Uhr

Geniessen Sie die Adventsausstellung im Blütenmehr sowie in den Schaufenstern von Vivera, Anitas süsse Werkstatt und Schöni Handels AG.

Auf dem Rundgang durch die vier Geschäfte erwartet Sie ein Parcours der Sinne mit einem Wettbewerb.

Gemeinsam laden wir Sie zu einem Apéro auf der Terrasse bei Vivera ein.

## Wir freuen uns auf Ihren Besuch an der Oberlandstrasse.

Blütenmehr, Vivera, Anitas süsse Werkstatt und Schöni Handels AG



**blütenmehr GmbH**  
[www.bluetenmehr.ch](http://www.bluetenmehr.ch)



# Folco Schweiz AG



Wirksamer Schutz gegen Einbruch, Vandalismus und Sabotage ohne Einschränkungen im Alltag und ohne Fehlalarme!



Mit Einbruchschutzfolie

Normales Fensterglas bietet keinen Angriff- und Einbruchschutz. Sicherheitsgläser (oft auch als Panzerglas bezeichnet) lassen sich nur beim Neubau in dafür vorgesehene Fensterprofile einsetzen. Ein nachträglicher Einbau von Sicherheitsverglasung in bestehende Fenster ist aufgrund der hohen Glasstärke und des hohen Gewichts in der Regel nicht möglich. Auch die Kosten für einen Fensteraustausch sind sehr hoch. Eine technisch und wirtschaftlich ideale Lösung bieten hier unsere Einbruchschutzfolien. Sie werden nachträglich raumseitig auf die bestehende Verglasung installiert und wandeln normales Einfach- oder Isolierglas in Verbundsicherheitsglas um.

## Extrem Widerstandsfähige Sicherheitsfolie

Unsere mehrschichtigen und glasklaren Sicherheitsfolien sind durchwurfhemmend und verhindern das Durchdringen von Wurfgeschossen wie Steinen oder Brandsätzen (z.B. Molotowcocktail) durch Glasflächen. Im Falle einer Explosion wird ein gefährlicher Splitterflug zerborstener Fensterscheiben verhindert. Bei Einbruchversuchen bieten sie wertvolle und entscheidende Widerstandszeiten. Sie werden nachträglich raumseitig auf Ihren bestehenden Glasflächen installiert, ohne Ihren Alltag oder Ihre Betriebsabläufe zu stören.



Ohne Einbruchschutzfolie

## Die Vorteile einer Einbruchschutzfolie



Mehr Sicherheit



Unsichtbar



Deutlich preiswerter als eine technisch aufwendige Umglasung gegen Sicherheitsglas (VSG)



Einfach zu reinigen, wartungsfrei und jederzeit rückstandsfrei demontierbar

## Die Sicherheitsfolien von Folco Schweiz AG entsprechen je nach Folientyp den folgenden Sicherheitsnormen:

- **Brennverhalten:** EN 45545-2 und EN 13501-1 (R1;HL1/HL2/HL3)
- **Splitterschutz:** EN12600 (2B2, 1B1)
- **Durchwurfhemmung:** EN 356 P1A, P2A, P3A
- **Sprenghemmung:** ISO 16933, EN 13541:ER1 (NS)



### Folco Schweiz AG

Bergweg 2, 3705 Faulensee BE  
Telefon 033 650 10 01  
info@folco.ch  
www.folco.ch

# Entspannung - Massage



Verspannungen lösen

Viele Betroffene kennen die Problematik: Muskelverspannungen treffen in der Regel die Nacken-, Schulter-, Rücken- und Gesäßmuskulatur und treten zu meist als Folge unserer Lebensweise auf. Bewegungsmangel, Fehlhaltungen, Überlastung, Magnesiummangel, psychische Belastungen – all diese Faktoren können die Entstehung von schmerzhaften Verspannungen begünstigen.

## So machen sich Verspannungen bemerkbar

- Druckschmerz auf der verspannten Stelle
- eingeschränkte Beweglichkeit aufgrund der Schmerzen
- knotige Verhärtungen der Muskulatur
- Kopfschmerzen durch Nacken- und Schulterverspannungen
- Piriformis-Syndrom, das kann ausstrahlende Schmerzen in Gesäss und Bein sowie Kribbeln und Missempfindungen auslösen.

## Verspannungen lösen

- Ursache erkennen
- Salben – auch mit schmerzlindernden und entzündungshemmenden Substanzen. Diese können Muskelschmerzen direkt am Schmerzort lindern.
- Wärme – Pflaster, Salben mit wärmenden Substanzen oder auch ein Bad steigern die Durchblutung und können die Verspannungen lösen.
- Therapien – mit Massagen, Schröpfen, Gua Sha und Akupunktur können die Verhärtungen bei einer Muskelverspannung gut gelöst werden.
- Therapien – Stressabbau mit Qi Gong oder progressiver Muskelentspannung (PMR). Dabei wird das Körpergefühl wieder aktiv -> bewusstes Loslassen.

## Ein Fallbeispiel aus der Behandlungspraxis verdeutlicht die Therapiemöglichkeiten

Die Patientin: 39-jährig, Altenpflegerin. Vorabklärung bei der Hausärztin: Kopfschmerzen durch hartnäckige Nacken- und Schulterverspannungen.

## Die Therapie mit Tui-Na-Massage, Schröpfen, Gua Sha und PMR

Die Therapie verfolgt das Ziel der körperlichen und geistigen Entspannung, der Verbesserung der Lebensqualität und der Reduktion der Medikation.

## Die Stimme der Patientin

«Die Arbeit als Altenpflegerin ist trotz vielen schönen Seiten auch sehr anspruchsvoll. Vor allem die Schichtarbeit setzte mir massiv zu. Salben und Pflaster halfen nur noch selten und oft griff ich zu Schmerzmitteln.»

## Therapie und Wellness!

«Das habe ich bei Herrn Champoud sehr genossen. Durch die Tui-Na-Massage (meist liegend und bekleidet), die Heilkunst der Hände, wurden Muskulatur, Faszen, Sehnen und Bänder gelockert. Unter Anleitung wurde mir die Übung der PMR vermittelt, die ich jetzt täglich wiederhole. Durch die Therapie und das Üben hat sich mein Körpergefühl verändert, so bemerke ich die Spannungen viel früher und kann meine Muskeln bewusst loslassen! Lieber Herr Champoud, vielen Dank – ich empfehle Sie gerne weiter.»

## Übrigens: Auch hier kann ich Ihnen helfen!

- Schmerzen akut/chronisch
- Kopfschmerzen/Migräne/Tinnitus
- Schulter- und Nackenbeschwerden
- Rückenschmerzen/Hexenschuss
- Gelenkschmerzen/Tennis- oder Golferarm
- Rheumatische Beschwerden
- Bindehautentzündungen/trockene Augen
- Allergien/Heuschnupfen
- Asthma/Atemwegsprobleme
- Menstruations-/Wechseljahrsbeschwerden
- Verdauungsbeschwerden
- Blasenentzündung/Harndrang
- Schlafstörungen
- Burnout/Erschöpfungszustände/Stress

## Termine online buchen:



## Jürg Champoud

Oberlandstrasse 10, 3700 Spiez  
www.akupunktur-spiez.ch, 079 26 26 075



# ENTDECKEN SIE DIE NEUEN ELEKTRIFIZIERTEN FIAT MODELLE



# FIAT

NUR BEI IHREM OFFIZIELLEN FIAT HÄNDLER

[www.fiat.ch](http://www.fiat.ch)

**Zeughaus-Garage AG**  
Beat Wyssen

Simmentalstrasse 35, 3700 Spiezwiler  
[www.zeughausgarage-spiez.ch](http://www.zeughausgarage-spiez.ch), Tel. 033 655 66 77

## Unser Programm im November

Brillante Blasmusik, Sandmalen und Kabarett vom Balkon

100. JAHRE  
KULTUR SPIEGEL SPIEZ

KULTUR



Innobrass

**Freitag, 10. November 2023, 19.30 Uhr, KulturKapelle9  
Innobrass in Concert - «Black Music Special»**

Das brillante Blasmusikensemble mit einem Querschnitt durch einige von schwarzen Musikschaffenden entwickelte und bis in die Gegenwart äusserst populäre Musikstile wie Spiritual, Blues, Gospel und Funk.

**Eintritt:** CHF 35, Kulturlegi CHF 20, Schüler ab 6. Klasse / IV CHF 25, Studenten/Lehrlinge CHF 30



Sandphonie

**Sonntag, 12. November 2023, 17.00 Uhr, KulturKapelle9  
Urs Rudin, Sandmaler, Musiker - «SANDPHONIE»**

Ein informatives und unterhaltsames Referat zum Thema Musik mit viel Wissenswertem und einer Prise Augenzwinkern ... und natürlich mit viel Live-Klavier und etwas Sandmalerei!

**Eintritt:** CHF 35, Kulturlegi CHF 20, Schüler ab 6. Klasse / IV CHF 25, Studenten/Lehrlinge CHF 30



Muheim & Channa

Foto: Jen Ries

**Freitag, 24. November 2023, 19.30 Uhr, KulturKapelle9  
Dominik Muheim & Sanjiv Channa -  
«Useluege» - Balkonbeobachtungen**

Zuschauen wie andere scheitern ist angenehmer. Deswegen die Flucht aus der eigenen Problemzone raus auf den Balkon. Da erstreckt sich die grosse Welt des kleinen Innenhofs. Muheim & Channa bieten tief-sinniges Kabarett mit Schlagzeug und Kazoo.

**Eintritt:** CHF 35, Kulturlegi CHF 20, Schüler ab 6. Klasse / IV CHF 25, Studenten/Lehrlinge CHF 30

**Unser Programm im Dezember 2023**

**Freitag, 8. Dezember 2023, 19.30 Uhr, KulturKapelle9  
Marco Mazotti - «Walliser Sagen und Musik»**

**Freitag, 22. Dezember 2023, 19.30 Uhr, KulturKapelle9  
Ferruccio Cainero & Luca Domenicali -  
«Leise rieselt es nicht»**

Mehr Informationen: [www.kulturspiegel-spiez.ch](http://www.kulturspiegel-spiez.ch)

**Kultur Spiegel Spiez**  
Seemattweg 2, 3700 Spiez  
033 654 31 74  
[info@kulturspiegel-spiez.ch](mailto:info@kulturspiegel-spiez.ch)





## OFFIZIELLES JAHRBUCH SCHWINGEN 2023

Das «Offizielle Jahrbuch des Eidgenössischen Schwingerverbands ESV» dient jeder Schwingerfreundin und jedem Schwingerfreund als unentbehrliches Nachschlagewerk. Auf insgesamt 136 Seiten wird in Wort und Bild über die Schwingersaison 2023 (sämtliche Kranz- und Bergkranzfeste) berichtet. Das grosszügige Bildbandformat setzt die «Bösen» dabei noch besser in Szene.

Herausgeber: Eidg. Schwingerverband  
136 Seiten, 24 x 24 cm, gebunden, Softcover,  
mit 200 Abbildungen. ISBN 978-3-03818-500-0  
CHF 29.–



Jetzt  
bestellen.



## OFFIZIELLER SCHWINGER KALENDER 2024

Die eindrücklichsten und schönsten Bilder der Schwingsaison 2023 im Grossformat! Dieser grosszügige Wandkalender zeigt alle Schwinger und die Sieger in Aktion, mal vor dem Gang, mal nach dem Sieg. Offizieller Kalender des Eidgenössischen Schwingerverbandes. 5 Franken pro Kalender gehen zu Gunsten des Hilfsfonds und der Hilfskasse des ESV.

14 Blätter, doppelseitig, bedruckt,  
43 x 34,5 cm, Spiralbindung, mit 61 Abbildungen.  
ISBN 978-3-03818-469-0  
CHF 25.–



Jetzt  
bestellen.



ERSCHEINT  
IM HERBST  
2023



### BITTE SENDEN SIE MIR

— Ex. «OFFIZIELLES JAHRBUCH SCHWINGEN 2023»  
zu je CHF 29.–, Versandkosten CHF 7.–  
ISBN 978-3-03818-500-0

— Ex. «OFFIZIELLER SCHWINGER-KALENDER 2024»  
zu je CHF 25.–, Versandkosten CHF 9.50  
ISBN 978-3-03818-469-0

— Ex. «KOMBIANGEBOT: JAHRBUCH UND KALENDER»  
zum Spezialpreis CHF 49.– anstelle von CHF 54.–  
Versandkosten CHF 9.50

### WEBERVERLAG.CH

Talon einsenden/faxen an: Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144,  
3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online  
oder per Mail: [www.weberverlag.ch](http://www.weberverlag.ch), [mail@weberverlag.ch](mailto:mail@weberverlag.ch)

BESTELLEN SIE EINZELN ODER IM EXKLUSIVEN  
KOMBIANGEBOT ZU EINEM VORTEILSPREIS  
VON NUR 49 FRANKEN.

Name/Vorname

Adresse

PLZ/Ort

E-Mail

Datum

Unterschrift

# Die Frutigtaler Spiellüt

treten am Dienstag, 21. November 2023, zum achten Mal im Lötschbergsaal in Spiez auf.



Dieses Jahr nehmen wir, die Frutigtaler Spiellüt, Sie, liebe Zuschauer, mit zur 32. Aufführung.

Wasser ist das wertvollste Gut auf Erden, die Grundlage allen Lebens und unser aller Gesundheit. Umwoben von einer Geschichte aus alten Sagen, geheimnisvollen Feen, Mördern und Heiligen, Gut und Böse, schlängelt sich das Wasser wie ein roter Faden durch unser diesjähriges Stück «D' Schwarztannelawine».

Er führt uns in die Welt von Martha Julen, Bäuerin auf der Sonnegg. Gleich drei Herren kämpften einst um ihre Gunst und erschufen damit eine Geschichte, die auch viele Jahre später noch Rätsel aufgibt und Fragen aufwirft. Doch als die Situation im Dorf völlig festgefahren scheint, schickt ihnen Mutter Natur eine Warnung – und vielleicht auch eine Lösung ...

Die Frutigtaler Spiellüt wünschen Ihnen mit dem Theaterstück «D' Schwarztannelawine» eine unterhaltsame Auszeit vom Alltag.

**Theaterbeginn 20 Uhr**

**Eintrittspreis**  
CHF 15.–

**Vorverkaufsstart:**  
Ab Mittwoch, 1. November 2023  
Info-Center Spiez  
033 655 90 00

**Frutigtaler Spiellüt**  
[www.frutigtalespielluet.ch](http://www.frutigtalespielluet.ch)



nescens<sup>+</sup>  
swiss anti-aging science  
| SPA



## Entdecken Sie unseren Spa Nescens

Im Spa Nescens wird Entspannung gross geschrieben. Geniessen Sie einzigartige Behandlungen wie die Better-Aging-Signature-Massage oder das revitalisierende Detox-Programm. Yoga, Pilates oder Aqua-Gym: Die Auswahl unserer Gruppen-fitnesskurse lässt keine Wünsche offen. Erfahren Sie wahre Erholung für Körper und Geist!

Zu unserem vielfältigen Angebot:  
[www.victoria-jungfrau.ch/spa](http://www.victoria-jungfrau.ch/spa)

### Schon gewusst?



Kinderbetreuung während  
Ihrem Aufenthalt im Spa Nescens.

Mehr darüber erfahren:



VICTORIA-JUNGFRAU GRAND HOTEL & SPA

Höheweg 41 · 3800 Interlaken · T +41 (0)33 828 27 30 · [receptionvj@spanescens.com](mailto:receptionvj@spanescens.com) · [www.victoria-jungfrau.ch](http://www.victoria-jungfrau.ch)

[www.michelreybier.com](http://www.michelreybier.com)

# Film im DorfHus: BE MOVIE 23, das Wochenende des Berner Films



Freitag, 17., und Sonntag, 19. November 2023



### Digitalberatung im DorfHus

**Samstag, 11. November, 9.30-12 Uhr**

Unterstützung bei Fragen rund um Handy, Smartphone, Tablet, Laptop und Computer; z.B. Mails einrichten, Apps erklären, Fotos ordnen, Backups erstellen. Bringen Sie Ihr Gerät mit. Freiwillige Kollekte (Richtwert CHF 25.-/h). Anmeldung erforderlich: 033 655 46 45 (Telefonbeantworter) oder [fachstelle60+@spiez.ch](mailto:fachstelle60+@spiez.ch).

### Ideen-Schmiede im DorfHus

**Dienstag, 21. November, 19 Uhr**

«Mit den Ideen von heute schmieden wir die Zukunft von morgen.» Ideen, wie man etwas anders, besser, schneller, schonender machen kann – oder vielleicht sogar etwas völlig Neues? Aber die Zeit fehlt oder einfach die Unterstützung? In der Spiezer Ideen-Schmiede können Sie Ideen diskutieren und sie in die Realität holen. «Einsteigen» ist jederzeit möglich!

### Crêpes-Abend im DorfHus-Bistro

**Freitag, 24. November, ab 18 Uhr**

Lust auf ein feines Crêpes-Essen? Für Jung und Älter, Familien, Singles, Kinder, Freunde. Geniessen Sie diese gluschtigen Spezialitäten und verbringen Sie einen gemütlichen Abend. Reservation erwünscht: [dorfhus@dorfhus.ch](mailto:dorfhus@dorfhus.ch)

### PhiloKafi

**Sonntag, 3. Dezember, 11.15-13 Uhr**

Thema: «Ins Auge des Bettlers sehen. Muss ich jedem Bettler geben?» Brennende Fragen der Zeit und des eigenen Lebens gemeinsam in ungezwungener, offener Kaffeehausatmosphäre diskutieren. Eintritt frei.

### Bistro

Unser Bistro ist geöffnet:

– Samstags von 9.30 bis 12.00 Uhr

– Mittwochs von 9.00 bis 11.30 Uhr

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Besuchen Sie unsere wunderbare Website:

[www.DorfHus.ch](http://www.DorfHus.ch)

«Das DorfHus -  
Weil Begegnung glücklich macht!»

**DorfHus**

Spiezbergstrasse 3

3700 Spiez

033 655 02 58

### Filmschaffende sind anwesend:

**Freitag, 17. November, 20 Uhr**

VOM JURISTEN ZUM GEWÜRZHÄNDLER, Dokumentarfilm von Verena Endtner, 93 Min. Ein Schweizer erliegt dem Zauber Sansibars. Direkt aus einer Zuger Wirtschaftskanzlei wird Raphael Flury nach Sansibar abgeworfen, um im hochkompetitiven Umfeld des Gewürzhandels ein Unternehmen aufzubauen.

**Sonntag, 19. November, 17 Uhr**

PETER K. - ALLEINE GEGEN DEN STAAT, Spielfilm von Laurent Wyss, 99 Min. Peter K.s Kämpfe mit dem Staat zwingen ihn, sich seinem furchterregendsten und unberechenbarsten Gegner zu stellen: sich selbst.

**Sonntag, 19. November, 20 Uhr**

DEEP HORIZON - GEORGE STEINMANN SIEHT DAS UNSICHTBARE, Dokumentarfilm von Markus Baumann, 84 Min. George Steinmann macht Kunst, und das schon lange. Seit 1979 sind in Galerien und Museen im In- und Ausland immer wieder Werke von ihm ausgestellt. Noch länger, seit 1966, tritt er international als Musiker auf. Mehr Informationen: [www.be-movie.ch](http://www.be-movie.ch)

### Sprachenbeiz

**Donnerstag, 2. November, 19.30-21 Uhr:**

Parlons français ! Paliamo italiano ! Vamos a hablar español ! Let's speak English! In der Sprachenbeiz die Sprachkenntnisse in einer gemütlichen Gesprächsrunde aufpolieren. Unter kundiger Leitung wird pro Tisch eine Sprache gesprochen. Wer die Sprache wechseln möchte, wechselt den Tisch. Ohne Anmeldung. In Zusammenarbeit mit der VHSN. Kosten CHF 15.-, inkl. einem Getränk.



  
**Goldschmied Habluetzel**  
 Seit 1997






Marktgasse 35 Interlaken goldschmiede-habluetzel.ch 033 823 88 80

Dickhäuter, Rhinoceros	Stadt im Kanton Bern	Crevette (engl.)	Coupon, Gutscheine	Kochstelle	Abk.: Behörde	brasil. Hafenstadt (Kw.)	Abzählreim: ..., me, ne, muh	39. US-Präsident (Jimmy)	Stadt im Berner Oberland	frz.: König
ablehnender Bescheid				Sturzwelle	3					
Fluss durch Zürich			Ort und Kloster im Kt. Zürich						Regionalstadt zwischen Biel und Bern	
Bote, Ausrufer im Mittelalter	4			kurze, gebogene Teigwaren						
								hinterer Teil des Fusses	Frauenfigur aus der Oper «Oberon»	Stockwerk
Mittelluropäerin	Vorfahr		weibl. Märchengestalt							
Berg im Kanton Bern u. Luzern								Überbleibsel	2	
Grenzfluss Bern-Freiburg	glasartiger Überzug	Gebiet im Kt. Bern						Segelschiff, Zweimaster	Wiener Fussballklub	ugs.: schreien, lärmern
Stammtruppe von Sportlern	Abk.: dergleichen		still, lautlos					Fluss durch Bern		
								sehr feucht, triefend	kurz für: Deziliter	Ferienort im Berner Oberland
Schneehütte der Inuit			US-Popsängerin (Lady ...)		grösste Ausstellung Berns	kurz für: an das	ugs.: Rahm			
	5		arab. mantelartiger Umhang				Figur in «Die Fledermaus»			
Name Gottes im Islam	an keinem Ort								japan. Richtung des Buddhismus	
Abk.: eidgenössisch			verwendender Tierkörper				Glatt-, Wühl-echse			www.karzell.ch s1515-1071

✂

Knobeln Sie mit! Wir verlosen das Buch «**Chandra Kurt's Weinseller 2024**», Weber Verlag AG. Talon einsenden an Weber Verlag AG, Kreuzworträtsel SpiezInfo, Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt. Oder schreiben Sie uns eine E-Mail mit dem Lösungswort sowie Ihrem Namen und Ihrer Adresse an: [wettbewerb@weberverlag.ch](mailto:wettbewerb@weberverlag.ch).

**Lösungswort Kreuzworträtsel SpiezInfo November**

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

**Teilnahmeschluss:** Freitag, 10. November 2023

Die Lösung finden Sie in der nächsten Ausgabe. Wir wünschen viel Spass!

**Lösungswort Oktober:** Laub  
Gewinnerin: Marie-Louise Blaser, Faulensee



## Dein Weg zur Zufriedenheit – Seelenzentriertes Coaching\*

Möchtest du deinen Alltag freudvoller und lebendiger gestalten? Oder sehnst du dich danach, deine Berufung immer mehr kennenzulernen und zu leben? Erkennst du gewisse Muster und Blockaden an dir, die du ansehen möchtest, wo du einen Schritt weiterkommen möchtest? Oder wünschst du dir eine Begleitung, um einen Schicksalsschlag zu verarbeiten? Das seelenzentrierte Coaching bietet hierfür kraftvolle Werkzeuge, die dich auf deinem Weg begleiten.

Als Seelenzentrierter Coach unterstütze ich dich darin, deine Antworten, Ideen und Ressourcen in dir zu entwickeln, um deine wahren Träume und Ziele im Leben zu erkennen und im Alltag zu verwirklichen. Hierbei geht es um eine ganzheitliche Entfaltung deiner Persönlichkeit, damit dein Wesenskern zunehmend die Führung übernehmen kann und immer mehr zum Leuchten kommt. Je mehr dies geschieht, desto kraftvoller kannst du deine ureigenen Talente und Stärken bewusst leben, und erfährst immer tiefere Erfüllung in dem, was du tust. \*

Es ist mir ein Herzensanliegen, dich auf deinem Weg der «Ganzwerdung», zu dir selbst und zu deiner Mitte ein Stück zu begleiten. Was auch immer dein Thema sein mag, mit dem du zu mir kommst: Wichtig ist, dass du dir eine Veränderung in deinem Leben wünschst und bereit bist, die Schritte zu gehen, die dafür nötig sind. In deinem Tempo und in einer Atmosphäre von gegenseitigem Respekt und Achtsamkeit.

Wir lernen uns in einem kostenlosen Probecoaching kennen, damit du die Möglichkeit hast, das seelenzentrierte Coaching gleich auszuprobieren und zu erleben. Bist du gwundrig geworden? Dann melde dich am besten per Mail ([praxis@purpur-interlaken.ch](mailto:praxis@purpur-interlaken.ch)) oder SMS (076 516 80 95) bei mir.

Patricia Odermatt  
[www.purpur-interlaken.ch](http://www.purpur-interlaken.ch)



(\*Seelenzentriertes Coaching  
nach Sabina Wyss, Oberhofen)

**Praxisgemeinschaft Höhe13**  
Höheweg 13, Interlaken  
[hoehe13.ch](http://hoehe13.ch)



**Patricia Odermatt**  
Dipl. Naturheilpraktikerin  
076 516 80 95  
[purpur-interlaken.ch](http://purpur-interlaken.ch)



**Ines Schumacher**  
Beratung und Coaching  
079 745 19 45  
[ines-schumacher.ch](http://ines-schumacher.ch)



**Christina Teutsch**  
Certified Bodytalker CBP  
079 595 98 37  
[flurdavida.ch](http://flurdavida.ch)



**Violaine Seiler-Penta**  
Kant. app. Naturheilpraktikerin  
078 690 40 07  
[naetuechgsund.ch](http://naetuechgsund.ch)



**Annetta Würsch**  
Kant. app. Naturheilpraktikerin  
079 533 34 05  
[naturheilkunde-interlaken.ch](http://naturheilkunde-interlaken.ch)



**Sabine Dombrowski**  
Komplementärtherapeutin mit  
eidg. Diplom Methode Shiatsu  
076 432 13 00  
[shiatusabine.ch](http://shiatusabine.ch)



**Mirjam Strahm**  
Komplementärtherapeutin  
mit eidg. Diplom Methode  
Craniosacral Therapie  
079 573 52 87  
[mirjamstrahm.ch](http://mirjamstrahm.ch)



**Irène Wyss-Gerber**  
Hypnosetherapeutin VSH/NGH  
MindTV angeleitete  
Visualisierung 076 378 15 26  
[ananda-interlaken.ch](http://ananda-interlaken.ch)



**Silvia Jakob**  
Dipl. Kunsttherapeutin ED  
Fachrichtung Gestaltungs- und  
Malthherapie  
079 431 75 12  
[kunsttherapie-malatelier.ch](http://kunsttherapie-malatelier.ch)

**Samstag, 18. November 2023**  
**10 bis 13 Uhr**

**Kostenlose Kurzvorträge in der Praxisgemeinschaft  
Höhe13 zu diesen Themen:**

- 10 Uhr Malthherapie bei Depressionen
- 11 Uhr Shiatsu, die Kunst der Berührung
- 12 Uhr Hochsensibilität

Dazwischen Kaffee und Snacks und Möglichkeit, die Praxisräume zu besichtigen und Fragen an die anwesenden Therapeutinnen zu stellen.

Kurze Anmeldung per sms erwünscht auf: 076 432 13 00

# Solina Adventsmärit

Mittwoch, 22. November 2023, 10-16 Uhr, Solina Spiez



Schlendern Sie durch den Märit und geniessen Sie während des Tages Adventsstimmung inklusive Rahmenprogramm für die ganze Familie.

### Musikalische Unterhaltung

Pianist und Keyboarder Tom Gisler verzaubert den Saal mit Adventsklängen.

### Märlistunde

Frau Holle bringt die Augen der Kinder mit Märli-Geschichten zum Leuchten.

### Rahmenprogramm

Stöbern Sie an den Ständen durch Kreatives, Eingemachtes, verzieren Sie Lebkuchen oder verschicken Sie Weihnachtspost. Auch kulinarisch kommen Sie nicht zu kurz.

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch und heissen Sie herzlich willkommen!**

**Stiftung Solina**  
Stockhornstrasse 12  
3700 Spiez

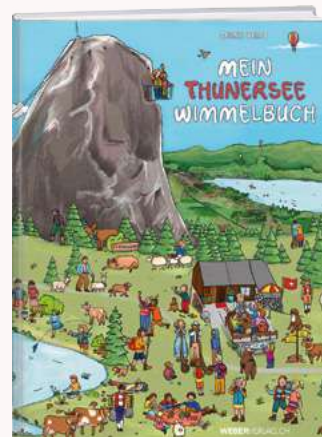
[infosolina.ch](http://infosolina.ch)  
033 655 40 40  
[www.solina.ch](http://www.solina.ch)





## MEIN THUNERSEE WIMMELBUCH

Lernen Sie die Thunersee-Region von einer neuen Seite kennen! In den farbenfrohen und lebendigen Illustrationen von Celine Geser erwachen bekannte Szenerien rund um den Thunersee zum Leben. Die Bilder wimmeln von traditionellen und typischen Motiven des Berner Oberlandes, aber bei genauerer Betrachtung entdeckt man auch die eine oder andere Kuriosität oder gar ein kleines Geheimnis! Auf Jung und Alt warten spannende Ausschnitte von Landschaft, Mensch und Tier rund um den Thunersee.



Autorin: Celine Geser  
20 Seiten mit zahlreichen  
Abbildungen  
Format 21,5 x 28,7 cm, gebunden, Hardcover,  
ISBN 978-3-03818-233-7  
**CHF 25.-**



Jetzt  
bestellen.



Celine Geser erhielt ihren Abschluss als Designerin im 2010 in Zürich. Danach arbeitete sie für diverse Grafikagenturen und als freischaffende Illustratorin. Nach längeren Reisen liess sie sich für fünf Jahre in Ecuador nieder. Mit ihren Illustrationen will Celine Geser die Herzen der Betrachtenden berühren und Guckfenster in Welten öffnen, an denen wir im Alltag vorübergehen: So inspiriert sie die Menschen mit ihren liebevollen, tiefgründigen und lebensbejahenden Bildern dazu, mit dem Herzen zu sehen und das Leben in seiner Schönheit und Tiefe zu feiern.

### Bestellung

Bitte senden Sie mir \_\_\_\_ Ex.  
«MEIN THUNERSEE WIMMELBUCH»  
zum Preis von je CHF 25.- (exkl. Versandkosten).  
ISBN 978-3-03818-233-7.

### WEBERVERLAG.CH

Talon einsenden/faxen an: Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144,  
3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online  
oder per Mail: [www.weberverlag.ch](http://www.weberverlag.ch), [mail@weberverlag.ch](mailto:mail@weberverlag.ch)

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

## Wintermärchen voller Magie



Die Oberländer Märlibühni spielt im KKThun «Vogellisi und der König der Lüfte» - ein Theater-Musical mit Witz und Tiefgang.



An einem klirrend kalten Weihnachtstag vor vielen bekommt Lisi von ihren Eltern ein ganz besonderes Geschenk: ein Paar selbst gemachte Ski. Und während sich die Kurgäste auf Adelbodens Skipisten auf den Brettern abmühen, mausert sich Lisi allmählich zur besten Skifahrerin im Tal.

Dies stösst Eduard, dem verwöhnten Sohn der gut betuchten Kolonialwarenhändlerin, sauer auf, gewinnt er doch seit Jahren jedes Skirennen am Chuenisbärgli und gibt auch sonst überall den Ton an. Als Lisi auch noch einen jungen Adler aus seinen Fängen rettet, sagt er ihr endgültig den Kampf an.

### Magie und Musik

In ihrer neuen Geschichte verwebt Autorin und Regisseurin Annemarie Stähli das Leben im Bergbauerdorf Adelboden vor 120 Jahren mit zeitlosen Themen wie Freundschaft, Missgunst und Rivalität. Zusammen mit magischen Elementen - etwa der lustigen Haubenmeise Hubi, die immer wieder für Spass und Schabernack sorgt - entspinnt sich ein berührendes Wintermärchen mit Witz und Tiefgang. Mittendrin die mutige Alltagsheldin Lisi, die sich stets für andere einsetzt und sich selbst treu bleibt.

Die Inszenierung basiert auf der Geschichte und den Songs des musikalischen Hörspiels «Vogellisi und der König der Lüfte». Damit vervollständigt die Oberländer Märlibühni die Trilogie rund um den Adelbodner Mythos. Das Geschehen auf der Bühne wird geschickt untermalt mit Melodien zum Schwelgen. Kraftvoller Live-Gesang und mitreissende Choreografien runden das magische Erlebnis ab.



### Wintersport im KKThun

Für das Theaterprojekt engagieren sich auf und hinter der Bühne rund 120 Personen mit viel Herzblut. Gespielt wird erstmals im Lachensaal im KKThun. Hier entsteht derzeit ein grandioses Bühnenbild, das die kleinen und grossen Zuschauerinnen und Zuschauer eintauchen lässt in eine andere Welt.

Den Theatergenuss ergänzt das nostalgische und stimmungsvoll eingerichtete Winterbistro - ganz nach Märlibühni-Art.

Der Vorverkauf für die 22 Vorstellungen läuft, gespielt wird vom 8. Dezember bis 20. Januar. Empfohlen ab 7 Jahren. Weitere Informationen: [www.maerchenhaft.ch](http://www.maerchenhaft.ch).

### Oberländer Märlibühni

Weiergrabenweg 42 E  
3612 Steffisburg  
033 243 06 77  
[info@maerchenhaft.ch](mailto:info@maerchenhaft.ch)  
[www.maerchenhaft.ch](http://www.maerchenhaft.ch)



<p><b>Gartenbau Gartenpflege Baumschule</b></p> <p><b>079 908 93 69</b></p> <p>SEEBURG GARTENBAU www.seeburg.ch/gartenbau Interlaken</p>	<p><b>Malerarbeiten im Innen- und Aussenbereich</b></p> <p><b>079 138 85 51</b></p> <p>SEEBURG MALEREI www.seeburg.ch/malerei Interlaken</p>	<p><b>Räumungen Umzüge Grundreinigung Abholservice Demontage</b></p> <p><b>033 845 84 27</b></p> <p>BOEDELI RÄUMUNGEN Offertanfrage online: www.boedeli-raeumungen.ch Interlaken</p>
--	--	--

## FRITZ AMSTUTZ AG

**Über uns**

Wir, die Fritz Amstutz AG, leisten hochqualitative und verlässliche Arbeit, umso Ihre Anforderungen zu erfüllen und Ihre Erwartungen zu übertreffen!

Wir sind erfolgreich, weil wir unsere Arbeit lieben und diese tagtäglich mit Leib & Seele ausführen!

**60 Jahre  
Fritz Amstutz AG**



WWW.AMSTUTZ-MALER.CH



@fritz\_amstutz\_ag\_thun

**GARAGE  
SCHNEITER AG  
SPIEZ**




## KOMPETENT, PERSÖNLICH




www.schneiterag.ch

## Daniel Lochbrunner

### Bestattungen & Thanatologie

*Wir sind für Sie da,  
wenn Sie uns brauchen...*

**www.lochbrunner-bestattungen.ch**

Dürrenbühlweg 12  
**3700 Spiez, Tel. 033 654 03 03**

Wühreweg 24  
**3753 Oey, Tel. 033 681 03 03**






Yvonne Tschanz   Daniel Lochbrunner   Fabian Trüssel   Marcel Blickenstorfer

# Orientalischer Zauber in Thun



Der Verein Winterzauber spielt vom 16. Dezember 2023 bis am 6. Januar 2024 im Winterzauberzelt «Aladin und die Wunderlampe».



Aladin, ein Märchen voller Überraschungen, Liebe und unliebsamen Begegnungen, die dann doch wieder zum Guten führen: Der Verein Winterzauber präsentiert zwischen dem 16. Dezember 2023 und dem 6. Januar 2024 eine wahrhaft märchenhafte Inszenierung im Original-Winterzauberzelt, in dem seit mehr als 25 Jahren Märchenträume wahr werden.

So verliebt sich der Dieb Aladin in die Tochter des Sultans. Doch diese darf standesgemäss nur einen Prinzen heiraten. Die Prinzessin Amara – eine starke und selbstbewusste junge Frau – ist jedoch nicht bereit, sich an die Gesetze des Sultans zu halten und trifft ihre eigenen Entscheidungen. Gleichzeitig würde der Wesir des Sultans gerne die Herrschaft über dessen Reich übernehmen, ist dabei aber auf die Hilfe von Aladin angewiesen. In seiner Verzweiflung hilft Aladin dem Wesir, um näher an die Prinzessin zu kommen, stürzt sich dabei jedoch ins Elend. Nun kann ihm nur noch der Lampengeist helfen. Aber welche Ziele verfolgt dieser Geist und auf wessen Seite ist er?

Erstmals in der 25-jährigen Geschichte inszeniert der Verein Winterzauber sein Märchentheater im Winterzauberzelt in der Alten Schadaugärtnerei in Thun. Auf die Zuschauerinnen und Zuschauer warten eine Märchenwelt und eine tolle Geschichte, in der die richtigen Entscheide zum Guten führen. Regie führt wie bereits bei «Ronja Räubertochter» und «Die Rote Zora» Mitja Staub.

Der Vorverkauf für die 23 Vorstellungen ist bereits eröffnet. Für Erwachsene kostet der Eintritt CHF 35.-, für Kinder bis 16-jährig und Kulturlegi CHF 20.-. Die Tickets sind online via [www.winterzauberthun.ch](http://www.winterzauberthun.ch) erhältlich. Oder sie können an den Eventfrog-Vorverkaufsstellen unter anderem bei der Post oder der BLS gekauft werden. Am 16. Dezember 2023 feiert «Aladin und die Wunderlampe» Premiere.

### Winterzauber Thun - «Aladin und die Wunderlampe»

16. Dezember 2023 bis 6. Januar 2024

Winterzauberzelt,  
Alte Schadaugärtnerei, 3600 Thun  
[www.winterzauberthun.ch](http://www.winterzauberthun.ch)



# Aktuelles in Bibliothek und Ludothek

Bibliothek  
Ludothek Spiez

Aktuelle Informationen zu unseren Veranstaltungen erhalten Sie auf unseren Webseiten.



## Gschichtezyt

Mittwoch, 8. November 2023,  
14.30-15.15 Uhr  
Kostenlos, Kollekte



## Lirum larum Buchstart Treff

Mittwoch, 29. November 2023,  
9.00-9.30 Uhr sowie 10.00-10.30 Uhr  
Kostenlos, Kollekte



## Gaming-Events

Wir spielen zusammen  
aktuelle Games für Ju-  
gendliche und Jungge-  
bliebene ab der 3. Klasse



## Freitag, 3. und

17. November 2023,  
von 17.30-19.00 Uhr,  
ein Gameprofi ist immer anwesend.  
Komm vorbei - eine Anmeldung ist nicht nötig

## Digitale Sprechstunde

Mittwoch, 15. November 2023,  
10.00-11.00 Uhr  
Kostenlos, Anmeldung erforderlich



## Öffnungszeiten Bibliothek und LesBar

Montag bis Freitag: 14.00-19.00 Uhr  
Mittwoch: 9.00-11.00 Uhr  
Samstag: 10.00-14.00 Uhr  
Sonnenfelsstrasse 1, 3700 Spiez  
Telefon 033 654 55 80, info@bibliothek-spiez.ch  
www.bibliothek-spiez.ch



## Erzählnacht im Schloss - VIVA LA MUSICA!

Freitag, 10. November 2023, 18.00-22.00 Uhr  
Ein dunkles Schloss voller Musik und Geschichten

### Programm

- 18.00 - 22.00 Uhr
- Sagaland und verrücktes Labyrinth - Zusammen spielen!
  - Speis & Trank im Schloss-Café

Weitere Aktivitäten wie Basteln, klingendes Glücksrad, Ritter- und Drachengeschichten, Musik-Quiz etc. finden jeweils zur halben und zur vollen Stunde statt.

Das detaillierte Programm finden Sie unter  
[www.bibliothek-spiez.ch](http://www.bibliothek-spiez.ch) oder [www.schloss-spiez.ch](http://www.schloss-spiez.ch)

**Eintritt:** Ab 6 Jahren / für kleine und grosse Menschen, CHF 5.-

**Mitbringen:** Taschenlampe (im Schlossmuseum ist es dunkel)

Bibliothek und Ludothek Spiez in Zusammenarbeit mit Schloss Spiez. Die Schweizer Erzählnacht ist eine Initiative des Schweizerischen Instituts für Kinder- und Jugendmedien SIKJM in Zusammenarbeit mit der Bibliomedia Schweiz und UNICEF Schweiz und Lichtenstein.

## Öffnungszeiten Ludothek

Montag/Mittwoch/Freitag: 14.00-18.00 Uhr  
Mittwoch: 9.00-11.00 Uhr  
Samstag: 10.00-12.00 Uhr  
Sonnenfelsstrasse 1, 3700 Spiez  
Telefon 033 654 30 22, info@ludothek-spiez.ch  
www.ludothek-spiez.ch

# Für Bildung und Kultur!

Bibliothek  
Ludothek Spiez



«Lesefieber on Tour» mit Manuela Hofstätter



## Freitag, 17. November 2023, 20 Uhr, Bibliothek Spiez, Podium

**Eintritt:** CHF 15.-, Abendkasse

Manuela Hofstätter ist Buchhändlerin und eine der erfolgreichsten Buchbloggerinnen der Schweiz ([www.lesefieber.ch](http://www.lesefieber.ch)). Ihre grosse Leidenschaft ist das Lesen.

Sie ist mit ihren Buchempfehlungen in der ganzen Schweiz auf Tournee. Spielerisch vermittelt sie die Leidenschaft für das Buch und verbreitet «Lesefieber». Achtung: Dieses Fieber kann ansteckend sein!

An diesem Abend wird sie bei ihrem Heimspiel dem Publikum wieder interessante Bücher auf ihre unkonventionelle und lustvolle Art vorstellen.

**Lassen Sie sich überraschen und durch ihren Charme verzaubern!**

## Buchhandlung Bücherperron GmbH

Oberlandstrasse 2, 3700 Spiez  
Tel. 033 655 81 62  
info@buecherperron.ch  
www.buecherperron.ch



# Grippeimpfung- wir sind dabei!



Géraldine Fankhauser  
eidg. dipl. Apothekerin  
FPH Impfen



Cornelia Gander  
eidg. dipl. Apothekerin  
FPH Impfen



Corinne Messerli  
Pharma-Assistentin EFZ  
Fachfrau Impfen

## Save the date

Kinderbasteln

22.11.2023

Anmeldung erforderlich

10% Tage

10/ 11.11.2023

Noch keinen Termin für Ihre Grippeimpfung? Unsere Impfprofis nehmen Ihre telefonische Anmeldung unter **033 654 14 37** gerne entgegen. Kosten CHF 30.- pro Person.

Am **Freitag 10.11.2023** findet der **nationale Grippeimpftag** statt. Das Impfen ist am diesem Tag bei uns auch ohne Voranmeldung möglich.

Weiterhin können Sie sich bei uns auch gegen Covid-19 impfen lassen.

- Hautapotheke
- Kosmetik

- Komplementärmedizin
- div. Dienstleistungen



Apotheke Drogerie Spiez AG | Oberlandstrasse 13 | 3700 Spiez | 033 654 14 37 | info@apodrogspiez.ch **apotheke drogerie spiez**

# Für Bildung und Kultur!

Aktuelle Berner Literaturpreisträgerinnen und Literaturpreisträger auf Lesereise durch den Kanton Bern



**Sonntag, 5. November 2023, 11 Uhr,**  
Bibliothek Spiez, Podium

**Es lesen:** Andri Beyeler  
Saskia Winkelmann  
Sarah Elena Müller

**Moderation:** Anya Schutzbach (Literaturhaus St. Gallen)

**Eintritt:** CHF 10.-

Im Anschluss an die Lesung sind Sie herzlich zu einem Apéro eingeladen.



## Saskia Winkelmann

In ihrem Debütroman «Höhenangst» begegnen uns die urmenschlichen Gegensätze von Finden und Verlieren, Nähe und Distanz, Stille und Bewegung. Die Autorin reisst uns Lesende mit in den Strudel einer ausser Kontrolle geratenen Freundschaft.



## Andri Beyeler

«Spring doch» erzählt in rasch aufeinanderfolgenden Szenen von einem fast normalen Nachmittag, an dem die Hauptfigur, eine Primarschülerin, den Mut fasst, den immer gleichen Gemeinheiten im Turnunterricht etwas entgegenzusetzen.



## Sarah Elena Müller

Der Erstlingsroman «Bild ohne Mädchen» ist ein ebenso tröstendes wie verstörendes Kunststück. Die Autorin nähert sich vorsichtig der Geschichte zweier benachbarter Familien und findet dabei für Unbenanntes und Unverhandeltes eine ganz eigene Sprache.

## Buchhandlung Bücherperron GmbH

Oberlandstrasse 2, 3700 Spiez  
Tel. 033 655 81 62  
info@buecherperron.ch  
www.buecherperron.ch

# DIE NEUE E-KLASSE.

Pure Eleganz, luxuriöse Sportlichkeit, wegweisende Effizienz: Die jüngste Generation der Mercedes-Benz **E-Klasse Limousine** repräsentiert mit ihrem dynamischen Design erneut die Benchmark in der Business Class. Ihr komfortables Interieur bietet grosszügige Bein- und Kopffreiheit und die neueste MBUX Technologie digitalen Luxus par excellence.

Jetzt bei uns bestellbar.



Mercedes-Benz

MERBAG

Mercedes-Benz Automobil AG in Ihrer Nähe:

Thun Gwattstrasse 18 · merbag.ch/thun



Mehr über die neue  
E-Klasse erfahren:

merbag.ch/e-klasse-limousine



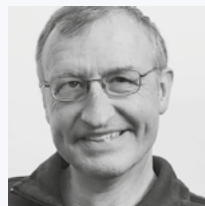




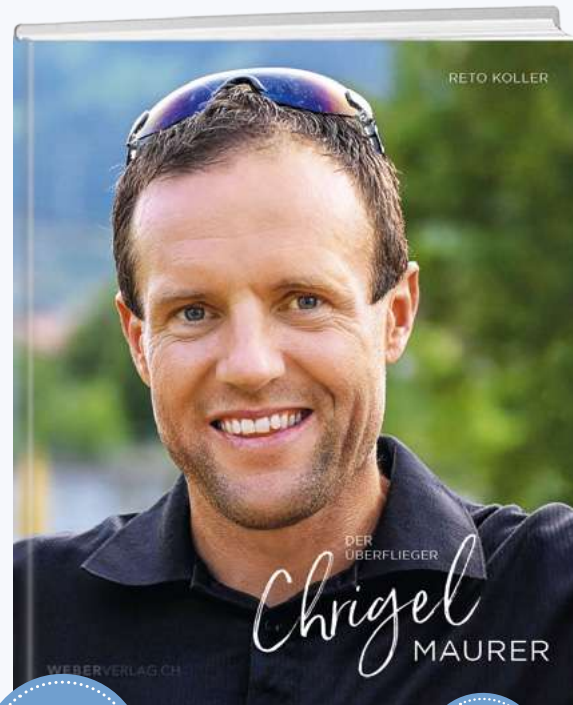
## CHRIGEL MAURER – DER ÜBERFLIEGER

Chrigel Maurer beherrscht die Lüfte wie kein Zweiter. Acht Siege in Folge an den legendären X-Alps, dem härtesten Abenteuerrennen der Welt, zeugen davon. Er hat fast alle seiner Wettkampfziele erreicht, doch mehr als Medaillen bedeuten ihm die Natur und seine Leidenschaft für das Gleitschirmfliegen. Der elffache Weltcupssieger und dreifache Weltmeister gibt seine Erfahrungen weiter und erzählt, woher er kommt und wer er ist. Er wählt das Bild vom Eisberg. Seine vielen Titel und Erfolge sind die Spitze, der Weg zum besten Gleitschirmathleten der Gegenwart der ungleich grössere, nicht sichtbare Teil. Der Adler von Adelboden hat es erlebt: Gerade was man NICHT tun sollte, bringt den Erfolg. Davon und von seinen faszinierenden Erlebnissen in der Luft und im Gelände handelt dieses Buch.

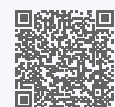
Autor: Reto Koller  
188 Seiten, 23 x 27 cm, gebunden, Hardcover  
Mit 167 Abbildungen. ISBN 978-3-03818-493-5  
**CHF 39.20 anstatt CHF 49.–**



Reto Koller ist in Adelboden geboren und wohnhaft. Er ist freier Mitarbeiter mehrerer Printmedien, unter anderem der Lokalzeitung «Frutigländer», und hat bei mehreren Buchpublikationen über seine Heimat mitgewirkt.



**NEU**



Jetzt  
bestellen.

**20%  
RABATT**



Chrigel Maurer ist in Adelboden aufgewachsen. Mit vier Jahren machte er erste Bekanntschaften mit einem Gleitschirm. Seit 2003 fliegt er an internationalen Wettkämpfen als Gleitschirmprofi an der Spitze mit. 2004 machte er seine Leidenschaft als Testpilot zum Beruf.

### Bestellung

Bitte senden Sie mir \_\_\_\_ Ex. «Chrigel Maurer - der Überflieger» zum Preis zu je CHF 39.20 anstatt CHF 49.– (inkl. Versandkosten). ISBN 978-3-03818-493-5 **Mit 20% Rabatt oder auch online mit dem Code: «Herbst2023».**

### WEBERVERLAG.CH

Talon einsenden/faxen an: Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online oder per Mail: [www.weberverlag.ch](http://www.weberverlag.ch), [mail@weberverlag.ch](mailto:mail@weberverlag.ch)

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

## «Spiez tanzt»

Retro-Disco mit Hits vo früecher bis its



«Schwofe, Lüt traffe, öpis trinke, was wosch no meh?»  
**Best Music in Town: Oldies, Pop, Rock, Funk, Latin, World**

Ein Projekt der  
Spiezer Agenda 21

DJ Petrus & Guests  
**im Lötschbergzentrum Spiez**  
Bar offen ab 20 Uhr  
Disco ab 20.30 Uhr  
Eintritt: CHF 16.–



### Daten:

- Samstag, 18. November 2023
- Samstag, 16. Dezember 2023
- Samstag, 6. Januar 2024
- Samstag, 3. Februar 2024
- Samstag, 9. März 2024
- Freitag, 5. April 2024

«Spiez tanzt»  
[tanzevent@gmx.ch](mailto:tanzevent@gmx.ch)





## Raum für Abschied

begegnungsquelle.ch

Burgstrasse 14 3600 Thun 033 222 07 07

Unser Abdankungsraum bietet Ihnen die Gelegenheit, eine Trauerfeier nach Ihren Wünschen zu gestalten. Dabei stehen wir Ihnen gerne beratend und unterstützend zur Seite.

- Einzigartig im Berner Oberland
- Platz für 40 Personen
- Konfessionsneutral oder religiös
- Ideal für kleine persönliche Feiern

### Abschied, Trauer, Weiterleben

Thomas Rubin AG Bestattungsdienst bietet umfassende Dienstleistungen für Familien und Angehörige



«Trauer ist die Lösung,  
nicht das Problem.»

Chris Paul



«Gut geplant ist halb gewonnen  
– das gilt ganz besonders  
bei Geschäftsübernahmen»

Eric Brügger  
dipl. Steuerexperte, Standortleiter Spiez

SPIEZ, LENK & GSTAAD

TREUHAND | STEUERN | REVISIONEN

SPIEZ  
Krattigstrasse 2  
T +41 33 655 80 80



WWW.TROAG.CH

## 2. Matten Zaubert - Magic Night

Donnerstag, 23. November, mit LIONEL - Deine Wahrheit



Sein Können hat dem Walliser Lionel bereits viel internationale Anerkennung eingebracht: 2021 hat er als erster Schweizer überhaupt die Fool Us-Trophy in den USA gewonnen.

Lionel ist es gelungen, die beiden Gastgeber der Penn&Teller-Show mit seinem Milchbeutel-Trick zu verblüffen. Die beiden amerikanischen Zauber-Koryphäen konnten sich einfach nicht erklären, wie er es schafft, aus ein und demselben Beutel nacheinander verschiedene Getränke zu servieren. Und ihn danach vor aller Augen zu zerreißen - um zu beweisen, dass der Karton nicht getürkt ist.

Freuen Sie sich auf einen magischen Abend - weitab von den ausgetretenen Pfaden klassischer Zauberei.

**Vorverkauf:** CHF 39.- / 34.-  
**unter 16 Jahren:** CHF 25.-

### 2. Matten Zaubert - Magic Night

Donnerstag, 23. November  
20 Uhr

Kirchgemeindehaus Matten bei Interlaken

**Die begehrten Tickets sind erhältlich unter:**  
[www.verein-kulturbeutel.ch](http://www.verein-kulturbeutel.ch)



**Die Kulturbeutel**  
3800 Matten bei Interlaken  
[www.verein-kulturbeutel.ch](http://www.verein-kulturbeutel.ch)



# Die neue BEKB für Spiez.

Neueröffnung: 13. November 2023  
Kronenplatz, Spiez



Persönlich begleiten. Aus Überzeugung.

 **B E K B** | **B C B E**

# SEIT 15 JAHREN IHR HÖRSPEZIALIST!

Bei uns hat gute Hörberatung mehr Wert als der kleinste Preis!



Veit Wiget    Silke Grassl    Karin Jordi    Roger Bischoff

### Wir machen den Unterschied:

- Unabhängig & inhabergeführt
- Immer Fachpersonal vor Ort
- Zeitnahe Terminvergabe
- Service für Fremdhörgeräte

## GUTSCHEIN

IM WERT VON  
CHF 90,-

Einmalig einlösbar für eine Höranalyse, anschließender Beratung oder Service für Ihre Hörgeräte. Keine Barauszahlung. Gültig bis 31.12.2023.

**von 7thal**  
HÖRCENTER



**+** Ihr Schweizer Team von 7thal Hörcenter in Spiez

Oberlandstrasse 39  
Tel.: 033 222 83 83  
spiez@von7thal-hoeren.ch

**Öffnungszeiten:**  
Mo., Mi., Fr.: 08.00 - 12.00 & 13.00 - 17.00 Uhr  
Di., Do.: 08.00 - 12.30 & 13.00 - 17.30 Uhr

[www.von7thal-hoeren.ch/spiez](http://www.von7thal-hoeren.ch/spiez)

# Kunsthhaus Interlaken

VEREIN FREUNDE DES  
KUNSTHAUSES INTERLAKEN

KULTUR

Verein Freunde des Kunsthauses Interlaken

### Samstag, 4. November, 14 Uhr und 17 Uhr

D'Glas Chugle, Puppentheater  
Auf der Suche nach ihrer verlorenen Glaskugel gelangt Anja auf wundersame Weise in die Welt untertags und begegnet da der Felsenfrau, dem Wassermann, der Nebelhexe und schliesslich den Riesen Huldreich, ins Spiel mit ihrer Glaskugel vertieft sind ...  
CHF 10.- / 5.-, für Ferienpasskinder gratis  
Anmeldungen: [ferienpass@okja-regionjungfrau.ch](mailto:ferienpass@okja-regionjungfrau.ch)

### Freitag, 10. November, 20 Uhr | Bar 19 Uhr

Redpoint Jazzband, Jahreskonzert  
Die Red Point Jazz Band wird wie gewohnt das Publikum mit «Some Good New Orleans- und Dixieland-Jazz» erfreuen.  
Eintritt CHF 25.-  
Reservierungen: [Info@kunsthhausinterlaken.ch](mailto:Info@kunsthhausinterlaken.ch) oder 033 822 16 61

### Sonntag, 12. November, 17 Uhr

Klavierabend Edith Sievi, Klassik Werke von Johann Sebastian Bach, Franz Schubert und Franz F. Liszt.  
Der Klavierabend der Pianistin im Kunsthaus hat bereits Tradition und findet beim Publikum jeweils grossen Anklang.  
Eintritt CHF 20.- | Schüler und Studenten gratis  
Reservierungen: [Info@kunsthhausinterlaken.ch](mailto:Info@kunsthhausinterlaken.ch) oder 033 822 16 61

### Freitag, 17. November, 20.30 Uhr, Bar 19.30 Uhr

Herz und Handwerk, Tausend Tage Live  
Ueli von Allmen: voc. git | Stephan Dorner p  
Ueli von Allmen und der Stefan Dorner und sind seit einer Ewigkeit befreundet und stehen immer wieder zusammen auf der Konzertbühne. Ihr Programm Herz & Handwerk ist eine vollmundige Mischung aus zeitlosen Musikstilen ganz nah am Leben, Weltmusik vom Feinsten.  
Eintritt CHF 35.-  
Reservierungen: [Info@kunsthhausinterlaken.ch](mailto:Info@kunsthhausinterlaken.ch) oder 033 822 16 61

### Samstag, 25. November, 20.30 Uhr, Bar 19.30 Uhr

Poffet Trio feat. Knuchel & Stucki Jazz  
Das Berner «Poffet Trio» hegt eine Vorliebe für alten Jazz. Es bedient sich aus dem American Songbook und arrangiert und interpretiert diese Songs neu mit einem Hauch Klassik. Auf ihrem neuen Album «No More Tears» werden sie von Thomas Knuchel und Marc Stucki unterstützt.  
Eintritt CHF 25.-  
Reservierungen: [Info@kunsthhausinterlaken.ch](mailto:Info@kunsthhausinterlaken.ch) oder 033 822 16 61



### Nur noch bis 19. November

Ausstellung 22 Jahre Frauenkunstpreis  
Die Jubiläumsausstellung im Kunsthaus zeigt Werke der Preisträgerin 2023 und Arbeiten von 10 Preisträgerinnen der letzten Jahre, dazu Arbeiten von zehn weiteren eingeladenen Künstlerinnen. Die Ausstellung gibt einen spannenden Einblick in das gegenwärtige Kunstschaffen vieler bekannter Künstlerinnen.

### Öffnungszeiten

Mittwoch-Samstag: 14-17 Uhr  
Sonntag: 11-17 Uhr  
Montag und Dienstag geschlossen

**Kunsthhaus Interlaken**

Jungfraustrasse 55, 3800 Interlaken

041 033 822 16 61

[www.kunsthhausinterlaken.ch](http://www.kunsthhausinterlaken.ch)



staunen – erleben – geniessen

# > wir zaubern euch den herbst noch etwas länger!

Saisonverlängerung!

Vom 13. November bis 3. Dezember fahren wir jeden Freitag, Samstag und Sonntag!

niederhorn.ch/herbstzauber



## IM GEHEIMDIENST VON JAMES BOND

Er fuhr Schlitten mit Pierce Brosnan, spielte Golf mit Sean Connery, trank Rotwein mit Friedrich Dürrenmatt, wanderte mit Jon Voight, doublete als Stuntkifahrer Robert Redford und raste als Erster fürs Schweizer Fernsehen die Lauberhornrennstrecke mit einer Kamera hinunter. Nach einer beispiellosen 55-jährigen Filmkarriere erzählt Stefan Zürcher von haarsträubenden Stunts und aberwitzigen Situationen an Drehorten, wie sie sich nur in der Welt des Kinos abspielen können. Wie er für Warren Beatty die Dünen der Sahara einebnete, mit Liza Minnelli die Reeperbahn unsicher machte und im Auftrag von James Bond beinahe im Iglu erfror: Die Lebensgeschichte des Berner Oberländers ist ein Blick hinter die Kulissen unvergesslicher Filme.

Autoren: Roland Schäfli, Stefan Zürcher  
240 Seiten, 23 x 27 cm, gebunden, Hardcover  
Mit 375 Abbildungen. ISBN 978-3-03818-491-1  
CHF 47.20 statt CHF 59.–



Jetzt bestellen.



**Bestellung**  
Bitte senden Sie mir \_\_\_\_ Ex. «Im Geheimdienst von James Bond» zu je CHF 47.20 statt CHF 59.–, inkl. MwSt. und Versandkosten. ISBN 978-3-03818-491-1

Mit 20% Rabatt oder auch online mit dem Code: «Herbst2023».

**WEBERVERLAG.CH**

Talon einsenden/faxen an: Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online oder per Mail: [www.weberverlag.ch](http://www.weberverlag.ch), [mail@weberag.ch](mailto:mail@weberag.ch)

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

## «Nid lang übelege, bewege!»



... so lautet das diesjährige Motto des Männerturnvereins Spiez. Jeweils am Montagabend ab 18 Uhr in der Seematte und am Donnerstagabend ab 20 Uhr im Dürrenbühl findet das Fitness-Training des MTV statt. Gestartet wird mit einer viertelstündigen Aufwärmrunde, um den Körper in Schwung zu bringen und die Gelenke zu entrostern. Im danach folgenden Hauptteil steht die Förderung der allgemeinen Fitness im Vordergrund. Mal wird ein Postenparcours absolviert, ein anderes Mal werden spezifische Lektionen angeboten wie Pilates, CrossFit, Theraband usw.

Die Lektionen sind sehr abwechslungsreich, nur schon, weil jeweils verschiedene Turnleiter zum Einsatz kommen. Elemente wie Kraft, Koordination, Geschicklichkeit und Gleichgewicht sind feste Bestandteile des Turnprogramms. Im Vordergrund stehen die generelle Kräftigung des Körpers sowie die Verbesserung der Koordination und der Beweglichkeit. Den Abschluss des Turnabends bildet immer eine mindestens halbstündige Spieleinheit in Form von Volleyball, Faustball, Tschoukball, Ultimate Frisbee und weitere. Wer Lust hat, kann sich dann nach dem Turnen noch dem geselligen Teil im Restaurant Wiler anschliessen.

Nebst dem Feilen an der Fitness bietet das Mitmachen beim Männerturnverein auch die Gelegenheit, den Kontakt untereinander zu fördern und so noch besser am Gemeindeleben teilzuhaben. Also, Turnschuhe eingepackt und ab in die Turnhalle. Es darf gerne auch mal geschnuppert werden. Auf Interessierte wartet ein herzlicher Empfang beim MTV!

**Männerturnverein Spiez**

[www.mtvspiez.ch](http://www.mtvspiez.ch)

Tel. 079 204 88 58 (Technischer Leiter)  
oder 079 457 57 31 (Präsident)



Atelier Spiez

# Wahrnehmen



*Kreative Ressourcen entdecken und Selbstheilungskräfte mobilisieren*

Kunsttherapie | Kunstprojekte | Prävention  
Für Frauen, Jugendliche und Kinder in allen Lebenslagen.


Krankenkassen anerkannt

**Atelier & Massage Spiez**  
Gebäude Terminus, 3700 Spiez

033 650 99 05  
massage-spiez.ch | atelier-spiez.ch

Massage Spiez

# Wohlfühlen



Medizinische Massage | Fussreflexzonen-  
therapie | Manuelle Lymphdrainage |  
Sportmassage | u.v.m

Mit Ihrer Massagepraxis effektiv ans Ziel.  
Krankenkassen anerkannt

## Aus Liebe zum gesunden Schlaf.

Für die beste Regeneration im Schlaf  
empfehlen Schlafexperten Hüsler Nest,  
denn es ist Natur pur.

[www.jenniag.ch](http://www.jenniag.ch)



**Jetzt**  
beraten  
lassen!

**Hüsler Nest Schreinerei**  
Oberdiessbach & Thun  
033 222 35 75



## VON BERN BIS INS HASLITAL, FÜR HEIZÖL DIE RICHTIGE WAHL



**oeltrans ag**  
Interlaken / Frutigen / Meiringen / Thun



**oeltrans ag**  
Familie Beeler und Mitarbeiter

Seit 1970 Heizöl, Diesel, Benzin, Tankstellen und  
Transporte aus der Region  
Telefon 033 828 68 68, [www.oeltrans.ch](http://www.oeltrans.ch)

# Marco Bircher erneut Vize-Schweizermeister



An den Schweizermeisterschaften im Steinheben musste sich das Spiezer Kraftpaket wie im Vorjahr erst im Final geschlagen geben.



Marco Bircher

Im aargauischen Hellikon ging Marco Bircher vom TV Spiez als Mitfavorit in den Wettkampf. Mit dem drittbesten Resultat der Vorrunde (58 Hebungen, linke und rechte Hand kumuliert) qualifizierte er sich souverän für den Halbfinal. Ab hier musste der 22,5 kg schwere Stein nur noch mit einer Hand gehoben werden. Mit einer starken Leistung erkämpfte sich Marco verdient den Weiterzug in den Final, wo er sich trotz beeindruckenden 42 Hebungen einem Konkurrenten aus der Ostschweiz beugen musste.



Simon Schneeberger

Ebenfalls am Start war Marcos Vereinskollege Simon «Hauer» Schneeberger. Allerdings erfuhr der erst vor Ort von seinem Glück, war er doch anlässlich seines Poltertags unterwegs. Hauer setzte aber ungeahnte Kräfte frei und überraschte nicht zuletzt sich selbst. Seine 9 Hebungen brachten ihm immerhin den 38. Rang ein (von insgesamt ... ok, verderben wir ihm nicht die Freude).

**Turnverein Spiez**  
[info@turnenspiez.ch](mailto:info@turnenspiez.ch)



# Aktuelle Kurse im November

Volkshochschule Spiez-Niedersimmental



## Kinder stärken und unterstützen - mental, emotional, aromatisch

Entdecken Sie kraftvolle Methoden, lebendige Anleitungen und duftende Kreationen auf dem Bildungs-Buffer für Eltern, damit das angelegte Potenzial der Kinder achtsam gefördert werden kann. Kursinhalt/Kursziele: Wir bauen ein Basiswissen rund um die acht einzigartigen Kindertypen auf. Wir lernen Kinder mit ätherischen Ölen und Bewegung im Schulalltag zu begleiten und dafür geeignete Öle kennen: zum Beispiel Mutmacher-Öl für «Angsthasen» und andere.

Wir erfahren, wie «Zappel-Leo» und «Ranggi-Anna» mit Balance-Ölen und Flow-Übungen besser zentriert werden können. Wir erkennen, dass mit bunter Intelligenz das Lernen auf einmal Spass macht. Wir spüren, was zu Unter- oder Überforderung des Kindes führen kann, Emo-Mentaltraining hilft. Und wir erhalten als Eltern mehr Gelassenheit und Vertrauen.

**Leitung** Barbara Martin  
**23-2-5120** 3x, ab Montag, 06.11.2023-04.12.2023, jeweils 19.00-21.30 Uhr  
**Ort** Berufsbildungszentrum IDM, Spiez  
**Kosten** CHF 165.-, Mitglieder CHF 150.-  
**Materialkosten** CHF 15.-  
**Anmeldeschluss** 30.10.2023

## Die Kunst auf der Torte

Ein Highlight auf jedem Geburtstagsfest! Im Kurs lernst du, wie Torten kunstvoll eingedeckt und wie fantasievolle und kreative Figuren modelliert werden.

**Leitung** Daniela Wyssmüller  
**23-2-6524** Freitag, 10.11.2023, 19.30-22.00 Uhr  
**Ort** Schulhaus Oberwil  
**Kosten** CHF 50.-  
**Materialkosten** CHF 20.-  
**Anmeldeschluss** 02.11.2023

## Hilfe, mein Doktor verschreibt mir Psychopharmaka!

Schlafmittel, Temesta und Co., Antidepressiva, Ritalin, Johanniskraut, Lithium und mehr - die Palette der verschriebenen Psychopharmaka ist gross. Der Psychiater Konrad Michel spricht aus seinen Erfahrungen über Wirkungen und Nebenwirkungen dieser in der Bevölkerung derart verbreiteten Medikamente und ist offen für Fragen und kritische Diskussionen. Im Kurs erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Psychopharmaka, über deren Indikation, Wirkungsweisen, Einnahmedauer, Abhängigkeit und Verträglichkeit mit anderen Medikamenten.

**Leitung** Konrad Michel  
**23-2-4101** 2x, ab Montag, 13.11.2023-27.11.2023, jeweils 19.30-21.00 Uhr  
**Ort** Burgerstube, 3700 Spiez  
**Kosten** CHF 40.-  
**Anmeldeschluss** 06.11.2023

## Lebkuchen backen und verzieren im Rebbaumuseum

Da schlägt jedes Lebkuchenherz höher! Unter fachkundiger Begleitung hast du die Möglichkeit, im Holzbackofen im Rebbaumuseum Spiez, Lebkuchen zu backen und nach Konditorenart zu verzieren. Eingelullt in die Atmosphäre in der Museumsküche erlernst du Tricks beim Verschönern der Lebkuchen, lernst die wichtigsten Zutaten kennen und nimmst dann dein eigenes Lebkuchenherz nach Hause.

**Leitung** Barbara Weissmüller  
**23-2-6525** Mittwoch, 15.11.2023, 14.00-17.00 Uhr  
**Ort** Heimat- und Rebbaumuseum, Spiez  
**Kosten** CHF 55.-, Mitglieder CHF 50.-  
**Materialkosten** CHF 15.-  
**Anmeldeschluss** 07.11.2023

## Elterngruppe «Erziehung einmal anders - Führung durch Beziehung»

Dieser fünfteilige Workshop ist verteilt auf neun Monate und dient einerseits zum Reflektieren und Optimieren der Elternrolle sowie zum Erweitern des persönlichen Handlungsspielraums. In der heutigen Welt brauchen Kinder von ihren Eltern mehr denn je klare, verlässliche Signale und individuell abgestimmte Begleitung.

Der Dialog mit Gleichgesinnten, fachliche, kurze Inputs sowie ganz einfach «Zeit und Raum» sollen Sie in Ihrer Rolle als Eltern stärken. Gleichzeitig werden Sie sich in der konkreten Umsetzung im Familienalltag mit den neu definierten «Werkzeugen» sicherer und gelassener fühlen. An jedem Abend steht ein Schwerpunktthema im Zentrum.

**Zielgruppe** Eltern mit Kindern von 0-12 Jahren  
**Leitung** Andrea Mani  
**23-2-5106** 5x, ab Donnerstag, 16.11.2023-02.05.2024, jeweils 19.30-21.30 Uhr  
**Ort** Burgerstube, Spiez  
**Kosten** CHF 200.-, Mitglieder CHF 185.00  
**Materialkosten** CHF 10.-  
**Anmeldeschluss** 09.11.2023

## Meditatives Zeichnen

Diese Zeichentechnik lässt Sie zur Ruhe kommen und wirkt wie eine kreative Meditation. Sie brauchen keine zeichnerischen Vorkenntnisse. Gemeinsam erkunden wir im ersten Teil dieses Kurses verschiedene Grundmuster auf Papierkarten und lernen, diese mit Schattierungen zu beleben. Im zweiten Teil dürfen mit der erlernten Technik zauberhafte Mandalas entstehen.

Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt: Möbel, Steine, Blumentöpfe, Stoffe, Kleider, Windlichter, Geschirr ... alles kann mit der erlernten Technik und den

passenden Stiften und Farben verschönert werden. Und der angenehme Nebeneffekt: Sie tauchen beim Zeichnen in Ihre Welt ein und gönnen sich etwas Zeit für sich.

**Leitung** Beatrice Stettler  
**23-2-6010** Freitag, 17.11.2023, 13.00-16.30 Uhr  
**Ort** Bistro, DorffHus, Spiez  
**Kosten** CHF 125.-, Mitglieder CHF 115.-  
**Materialkosten** CHF 23.-  
**Anmeldeschluss** 09.11.2023

## Ethik im Weltall

Wem gehört das Weltall? Was dürfen wir und was nicht? Gibt es inhärent Schützenswertes dort draussen? Hat unser Leben in allen Fällen Vorrang? Was tun mit dem Weltraumschrott? Mit den Privatpersonen und Privatunternehmen, die mehr oder weniger unkontrolliert Raketen und Satelliten ins Weltall schicken, mit der militärischen Aufrüstung auch im Weltall, mit dem Wiederaufleben der bemannten Raumfahrt stellen sich solche und viele andere Fragen. Wir müssen darauf dringend Antworten finden. Zusammen wollen wir diese Themen diskutieren und uns mögliche Lösungen überlegen. Aktives Mitdenken ist erwünscht.

**Leitung** Kathrin Altwegg  
**23-2-3120** Dienstag, 21.11.2023, 19.30-21.00 Uhr  
**Ort** Podium, Bibliothek Spiez, Sonnenfelsstrasse 1, 3700 Spiez  
**Kosten** CHF 20.-  
**Anmeldeschluss** 14.11.2023

## Winterzauber - ein moderner filigraner Kranz oder Tischläufer

Natur pur, modern arrangiert! Mit Waldreben, Asparagus-Ranken, Lärchenzweigen, Zäpfchen und duftendem Eukalyptus winden wir die Naturmaterialien zu einem prächtigen Kranz oder Tischläufer. Das Werkstück wird mit einem grossen Glas mit Kerze und Lichterkette ausgeschmückt.

**Leitung** Manuela Kikkert Steffen  
**23-2-6044** Samstag, 25.11.2023, 09.00-12.30 Uhr  
**Ort** Schulzentrum Längenstein, 3700 Spiez  
**Kosten** CHF 65.-, Mitglieder CHF 60.-  
**Materialkosten** CHF 80.-  
**Anmeldeschluss** 16.11.2023



## Detaillierte Infos & Kursanmeldung:

Volkshochschule Spiez-Niedersimmental  
 Bahnhofstrasse 10, 3700 Spiez  
 info@vhsn.ch, 033 654 94 44  
 www.vhsn.ch





**Sonnenstoren** **Auto- und Bootssattlerei**



**Auto- und Bootssattlerei Liebi GmbH**  
Sonnenstoren und Beschattungen

Gygerweg 16 · 3700 Spiezwiler  
Tel. 033 654 50 60  
info@liebi.ch · www.liebi.ch




**Sandro Lüthi**  
Bestattungsdienst  
Wir begleiten Sie achtsam

Inhaberin **Sandra Matter** und Adrian Kropf nehmen sich mit dem Team Ihren individuellen Wünschen würdig und vertrauensvoll an

**Tel. 033 650 99 50**  
Spiez, Einigen, Wimmis, Faulensee, Leissigen, Aeschi, Krattigen und Hondrich

[www.luethi-bestattungsdienst.ch](http://www.luethi-bestattungsdienst.ch)



**LUAG**  
**LUGINBÜHL AG**  
SCHREINEREI | INNENAUSBAU

LUAG Luginbühl AG Aeschstrasse 8 | 3704 Krattigen BE  
Telefon 033 654 80 00 | Fax 033 654 16 53  
[www.luag.ch](http://www.luag.ch) | [info@luag.ch](mailto:info@luag.ch)

...mehrintüren



**ManiTrans**  
[www.manitrans.ch](http://www.manitrans.ch)  
079 967 34 19  
3753 Oey

- Muldenservice **NEU**
- Muldentransport
- Kehrrichtabfuhr
- Entsorgung & Recycling
- Transport

# Verein Musik Kultur November 2023



## 4. November 2023, Echo (Tom Petty Tribute)

«ECHO - A Tribute To Tom Petty & The Heartbreakers» lassen sowohl visuell als auch musikalisch keine Wünsche offen. Hits wie «Free Fallin'», «Learning To Fly» oder «I Won't Back Down» sowie weitere sorgfältig auserlesene Tracks bilden eine Reise durch die letzten Jahrzehnte von TOM PETTYS Schaffen.  
[www.echoband.ch](http://www.echoband.ch)



## 11. November 2023, Against The Machine

AGAINST THE MACHINE ist die perfekte Wahl, um das Feuer und die Intensität der Musik der legendären Crossover-Band RAGE AGAINST THE MACHINE wieder aufleben zu lassen. Mit beeindruckender Präzision und Leidenschaft interpretieren sie die bekannten Hits und energetischen Songs auf ihre eigene Art und Weise.  
[www.againstthemachine.ch](http://www.againstthemachine.ch)



## 18. November 2023, The Souls | Hunah

Längst hat sich die Thuner Band THE SOULS mit ihrem Mix aus Rock, Pop und Alternative ins Herz der Schweizer Musikszene gespielt. Ihre extrovertierte Musik besticht durch eingängige Melodien und unwiderstehliche Grooves. Als Support mit am Start: Singer/Songwriter-Duo HUNAH. Tickets im Vorverkauf erhältlich unter [www.roxbar.ch](http://www.roxbar.ch) | [www.thesouls.ch](http://www.thesouls.ch) | [www.hunahmusic.com](http://www.hunahmusic.com)



## 25. November 2023, Hommage Hanery Amman

Der Span-Pianist Stefan W. Müller und seine Band ehren mit ihrer Hommage die Musik des verstorbenen Pianisten und Mundartsängers HANERY AMMAN. Mit teils Originalmusikern aus der Hanery-Amman-Band werden die grössten Titel dieses Ausnahmekomponisten live performt.  
[www.stefanwueller.ch](http://www.stefanwueller.ch)



Alle Konzerte finden in der ROX music bar statt.  
ROX music bar, Bahnhofstrasse 2, 3700 Spiez.  
[www.roxbar.ch](http://www.roxbar.ch)

**VMK - Verein Musik Kultur**

Manuel Schaffer

Bahnhofstrasse 2, 3700 Spiez

[info@vereinmusikkultur.ch](mailto:info@vereinmusikkultur.ch)

[www.vereinmusikkultur.ch](http://www.vereinmusikkultur.ch)





# In Thun steigt die «Fiesta Latina»

«Fiesta Latina» heisst es am 1. Januar 2024: Das Thuner Stadtorchester und Solist Michael Zisman laden zur musikalischen Reise durch Südamerika.



Das Thuner Stadtorchester



Solist Michael Zisman

Nach 2005, 2012 und 2018 fällt dem Thuner Stadtorchester unter der Leitung von Laurent Gendre zum vierten Mal die Ehre zu, das Thuner Neujahrskonzert zu bestreiten. Unter dem Motto «Fiesta Latina» umfasst das Programm viele kurze Stücke diverser Komponisten. Mit von der Partie ist Michael Zisman als Solist am Bandoneon. Er wurde 1982 in Bern geboren und ist als Sohn des langjährigen Konzertmeisters des Berner Symphonieorchesters, Daniel Zisman, in der Schweiz als argentinisch-schweizerischer Doppelbürger aufgewachsen. Michael Zisman stand mit zahlreichen namhaften Musikern auf der Bühne, wie etwa dem verstorbenen Jazz-Pianisten Chick Corea. Als Solist konzertierte er u. a. mit dem Israel Philharmonic Orchestra, dem Odense Symfoniorkester, dem Brussels Jazz Orchestra und dem Swiss Jazz Orchestra.



Dirigent Laurent Gendre

Tickets für den musikalischen Aufgalopp ins neue Jahr - entweder in der Vorstellung um 15 oder 19 Uhr - sind ab dem 16. Oktober unter [www.ticketino.ch](http://www.ticketino.ch), bei allen Post-Filialen mit Ticket-Vorverkaufsstelle, bei allen BLS-Reisezentren, im Welcome Center am Bahnhof Thun oder via Telefon 0900 441 441 (täglich, 24 h, CHF 1.- / Min.) erhältlich.

Kinder bis 16 Jahre und Inhaberinnen oder Inhaber der KulturLegi kriegen 50 Prozent Ermässigung auf der jeweiligen Kategorie. Sie müssen beim Eingang einen entsprechenden Ausweis vorweisen. Zwei Stunden vor und nach dem Konzert haben Ticket-Besitzerinnen und -Besitzer in der Libero-Zone 700 freie Fahrt zum und vom KKThun.

### Neujahrskonzerte Thun

1. Januar 2024, 15 Uhr/19 Uhr KKThun  
[www.neujahrskonzerte-thun.ch](http://www.neujahrskonzerte-thun.ch)  
[www.facebook.com/NeujahrskonzerteThun](https://www.facebook.com/NeujahrskonzerteThun)  
[www.instagram.com/neujahrskonzerte\\_thun](https://www.instagram.com/neujahrskonzerte_thun)

Ein Ticket erster Kategorie kostet 68 Franken, zweite Kategorie 60 Franken, dritte Kategorie 52 Franken - jeweils zuzüglich Bearbeitungsgebühr. Im Preis ist ein Neujahrs-Cüpli nach dem Konzert inbegriffen.

VERWÖHNEN SIE IHRE SINNE!

# Sinnvoll

11. & 12. November 2023

IN DER S FABRIK LEISSIGEN

## EINLADUNG ZU UNSERER HAUSMESSE «SINNVOLL» IN DER S FABRIK LEISSIGEN

SAMSTAG, 11. NOVEMBER, 11-18 UHR  
 SONNTAG, 12. NOVEMBER, 11-17 UHR

UNSERE HAUSMESSE STEHT GANZ IM ZEICHEN UNSERER PRODUZENTEN, WELCHE ZAHLREICH ANWESEND SEIN WERDEN. DER EINTRITT IST WIE IMMER FREI.

ZUSÄTZLICH STELLT MARTIN BRUNNER VON ZEITZONE 65 SCHMUCK, BILDER UND OBJEKTE AUS.

WIR FREUEN UNS ÜBER UNSERE NEUE WEBSITE! SIE PRÄSENTIERT DAS GANZE SORTIMENT IN NEUEM GLANZ.

Die S Fabrik liegt direkt an der Bushaltestelle Leissigen Bahnhof. Wir empfehlen die Anreise mit dem ÖV.  
 Scala Vini-Scala Gusti AG  
 Hauptstrasse 65, 3706 Leissigen  
[www.s-fabrik.ch](http://www.s-fabrik.ch), Telefon 033 847 00 08

SCALA VINI | SCALA GUSTI | ZEITZONE 65  
 SCHMUCK - OBJEKTE - MÖBEL - BILDER

Atelier Ursula Heilig SGD



# REWEZA

PLANUNG / GU  
KÜCHEN  
BÄDER  
INNENAUSBAU  
FENSTER  
SCHREINEREI

**Reweza Küchen AG**  
Ausstellung | Büro  
Gygerweg 14 | 3700 Spiez  
Tel. +41 (0)33 654 22 24  
Fax +41 (0)33 654 94 24  
info@reweza.ch  
www.reweza.ch

Schreinerei  
Weekendweg 16 | 3646 Einigen



## Nichts tun ist immer falsch!

Werden Sie Ersthelferin oder Ersthelfer für psychische Gesundheit



### Wenn wir älter werden ...

**Hilfe zu Hause** (Haushalt, kochen, waschen, einkaufen und vieles mehr, was der Alltag so bringt)

**Team Sunneschyn in der Region**

Telefon 079 477 33 39

# ALDEGA DERRON

Immer schön am Boden bleiben.

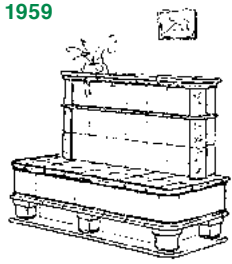
**Teppich, Parkett, Linoleum, Laminat, PVC-Beläge, Plisse / Rollos**

Bahnhofstrasse 10 / 3700 Spiez / 033 654 23 66 / aldega-derron.ch

# Anneler

Ofenbau Spiez seit 1959

Ein-Ofen-Hausheizung/Satellit, Kachelöfen, Specksteinöfen, Holz- und Kombiherde, Cheminée-/öfen, Kachel-Tragöfen, Kaminbau, Feuer und Flamme für Ihren Garten, Sibir-Service, Reparaturen



033 654 73 34 info@anneler-ofenbau-spiez.ch

# Bircher

Plattenbeläge AG | Spiez

Sonnenrain 11 | 3700 Spiez | 033 654 24 24 | info@bircherplatten.ch | bircherplatten.ch

## Brenn- und Treibstoffe



**Hadorn & Cie GmbH**  
Pfandersmatt 153, 3662 Seftigen  
Tel. 033 359 33 33, info@hadornheizoel.ch  
www.hadornheizoel.ch



Wir begleiten Sie bei der Realisierung Ihrer Immobilienräume.

haeslerimmobilien.ch  
033 243 04 04

**HÄSLER**  
IMMOBILIEN

Jede zweite Person erlebt in ihrem Leben psychische Probleme. Neun von zehn Personen kennen jemanden, der psychische Belastungen erlebt und würde gerne helfen. Aber wie?

Der ensa-Kurs «Erste Hilfe für psychische Gesundheit» unterstützt Sie dabei. Anfangs 2024 findet ein Kurs, durch die kirchliche Arbeitsgemeinschaft Spiez (KAS) unterstützt, in Spiez statt!

Seit 2019 wird der Kurs durch die Stiftung Pro Mente Sana in der Schweiz angeboten. Der ensa-Erste-Hilfe-Kurs ist die Schweizer Version des australischen Programms «Mental Health First Aid». Laien lernen Erste Hilfe leisten, wenn Personen in ihrem privaten oder beruflichen Umfeld psychische Belastungen oder Krisen durchleben.

Die Teilnehmenden erarbeiten Wissen sowie ein vertieftes Verständnis, um derartige Situationen rechtzeitig wahrzunehmen, anzusprechen und passende Unterstützung zu organisieren. Dadurch leisten Sie einen wertvollen Beitrag, Vorurteile und falsche Annahmen in der Gesellschaft abzubauen.

**Im Januar 2024 findet in Spiez der vierteilige ensa-Erste-Hilfe-Kurs mit Fokus Erwachsene statt:**

- Donnerstag**, 11. Januar 2024, 18.30-22.00 Uhr - Teil 1
- Samstag**, 13. Januar 2024, 09.00-12.30 Uhr - Teil 2
- Donnerstag**, 18. Januar 2024, 18.30-22.00 Uhr - Teil 3
- Samstag**, 20. Januar 2024, 09.00-12.30 Uhr - Teil 4

**Kurskosten:** Fr 380.-. Teilnehmende dürfen bei ihrer Kirchgemeinde um Unterstützung anfragen.

Anmeldung und weitere Informationen finden Sie unter **ensa.swiss**

**Kursleitung:** Esther Schläppi, Oberhofen, Thun und Arnold Ruef, Spiez



**KAS**  
Kirchliche Arbeitsgemeinschaft Spiez:  
Kath. und Ref. Landeskirche  
Evang. Gemeinschaftswerk



## Gutschein

für eine kostenlose Zungen- und Puls-Diagnose.  
(Gültig für 1 Monat ab November 2023)



## Ihr Fachgeschäft Ihre Servicestelle



- ☑ **Elektroinstallationen**
- ☑ **Solardachinstallationen**
- ☑ **Kommunikation**
- ☑ **Elektro-Boiler-Revisionen**
- ☑ **Reparaturen + Ersatz Hausgeräte**



**ELEKTRO ZURBRÜGG AG**

HAUSGERÄTE • SERVICE • KOMMUNIKATION  
3702 HONDRICH • TEL. 033 655 30 30



**Wir bringen frischen Wind in Ihren Garten!**

Motiviertes Gartenteam empfiehlt sich für sämtliche Gartenarbeiten wie

- » Sanierungen
- » Wege, Treppen, Plätze
- » Mauern: Naturstein oder Betonelemente
- » Rasenflächen: Pflege & Sanierung, Neusaat
- » Rabatten: Pflege, Pflanzung
- » Einfassungen
- » Sichtschutz usw.

Rufen Sie mich an: 079 656 20 42

Christian Heiniger | Industriestrasse 26  
Postfach 484 | 3700 Spiez  
Tel. 033 654 61 27

[www.heinigersgarten.ch](http://www.heinigersgarten.ch)

## Aktion Weihnachtspäckli

Samstag, 4. November 2023, von 8-16 Uhr in der Migros Eingangshalle, Terminus, Spiez  
... machen Sie mit!



### Strahlende Augen und Begeisterung!

120 800 bedürftigen Kindern und Erwachsenen in Osteuropa hat im vergangenen Jahr ein Weihnachtspäckli aus der Schweiz greifbare Hilfe und Hoffnung vermittelt.

Der Krieg in der Ukraine hat die wirtschaftliche Misere in Osteuropa verschärft und drängte viele weitere Bewohner an den Rand des Existenzminimums.

Weihnachtspäckli aus der Schweiz als Zeichen der Anteilnahme und Wertschätzung sind Aufsteller im trüben Alltag. Die Freude über die Nahrungsmittel, Süßigkeiten, Hygieneprodukte, Schul- und Spielsachen ist riesengross.

Waren- und Geldspenden oder fertige Päckli mit standardisiertem Inhalt können am **Freitag, 3. November 2023, von 14-16 Uhr im EGW Spiez** oder am **Samstag, 4. November 2023, von 8-16 Uhr in der Eingangshalle der Migros Spiez** oder im **EGW Spiez** abgegeben werden.

Vielen Dank für Ihre treue Mithilfe!

Für weitere Informationen:  
**079 273 19 42** oder [www.weihnachtspackli.ch](http://www.weihnachtspackli.ch)



# Gedenken Verstorbene Gegen Gewalt an Frauen



Foto: Patrick Woodford

## Gedenken Verstorbene

Samstag, 25. November 2023, 17.30 Uhr  
in den Kirchen Spiez, Einigen und Faulensee

Am Sonntag, 26. November, geht das Kirchenjahr zu Ende. In den Gottesdiensten zum Ewigkeitssonntag gedenken wir an die Menschen unserer Kirchgemeinde, die in diesem Jahr verstorben sind. Ihre Namen werden dort, wo der Trauergottesdienst oder die Grabrede stattfand, in Erinnerung gerufen.

*Was auf mich warten wird im Leben  
seh ich am Fusse dieser Treppe nicht  
jede Stufe werd ich gehen  
Schritt für Schritt zurück ins Licht*

**Andreas Grunwald** aus  
«Die geheimnisvolle Treppe»



Foto: Sylvia Knecht

## 16 Tage gegen Gewalt an Frauen

25. November bis 10. Dezember 2023

16 Tage Kirchenbeleuchtung in orange

### Stopp psychische Gewalt

Psychische Gewalt ist häufig unsichtbar und subtil. Trotzdem kann sie schwerwiegende und lebensgefährdende Folgen haben. Betroffene können unter sozialem Rückzug, verringertem Selbstwertgefühl und psychischen Beschwerden wie Angstgefühlen und Depressionen leiden.

Betroffene und Angehörige finden Unterstützung unter der Pfarramts-Dringlichkeitsnummer 0848 654 654.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage:  
[www.refkirche-spiez.ch](http://www.refkirche-spiez.ch)

### Reformierte Kirchgemeinde Spiez

Kirchgasse 5  
3700 Spiez  
033 654 40 04, 033 654 40 45  
[sekretariat@refkgspez.ch](mailto:sekretariat@refkgspez.ch)  
[www.refkirche-spiez.ch](http://www.refkirche-spiez.ch)

# Samstagabendfeier Familienfreundlicher Gottesdienst



## Samstagabendfeier

Trübe Tage

### Musikalische Abendfeier

Samstag, 11. November 2023, 17.30 Uhr,  
Dorfkirche Spiez

**Musik:** Richard Jaggi, Orgel  
Daniel Gaggioli, Saxofonist

**Liturgie:** Susanna Schneider Rittiner

## Familienfreundlicher Gottesdienst

Samstag, 4. November 2023, 17:30 Uhr, Kirche Spiez

### Mit der Geschichte «Pardon Bonbons»

**Erzählt von:** Fabienne Wytenbach  
**Mitwirkung:** Klavierschülerinnen von Annika Guy  
Organistin Jovita Wenger und  
Pfarrerin Marianne Zbinden

Anschliessend etwas zum Essen und Trinken,  
draussen beim Feuer.

### Reformierte Kirchgemeinde Spiez

Kirchgasse 5  
3700 Spiez  
033 654 40 04, 033 654 40 45  
[sekretariat@refkgspez.ch](mailto:sekretariat@refkgspez.ch)  
[www.refkirche-spiez.ch](http://www.refkirche-spiez.ch)



# Träff 60plus Spiez Programm 2023/2024



**Wann?** Donnerstag, 14.30 Uhr  
**Wo?** Kirchgemeindehaus Spiez  
**Was?** Vorträge, Theater, Musikbeiträge etc.,  
 anschliessend Zvieri

**2. November 2023**  
**Das gaht doch uf kei Chuehuut**  
**Geschichten vom Leben auf der Alp**  
 Reto Weber, Älpler

**7. Dezember 2023**  
**Adventsfeier mit Flötenmusik**  
 Carsten Kern, Pfarrer Spiez und das Flötenquintett  
 von Gerda Cimarosti, Spiez

**4. Januar 2024**  
**Filmvorführung**  
 vom Frutigschiefer Andreas Wäfler

**1. Februar 2024**  
**Legenden und Märchen aus der Pflanzenwelt**  
 erzählt von Barbara Büchi, Spiez  
 am Klavier Ernst Büchi

**7. März 2024**  
**Diavortrag**  
 Unterwegs in Islands Natur  
 Heinz Bachmann, Zollikon

**4. April 2024**  
**Flüemiswiler Stammtisch-Geschichten**  
 Autor: Martin Rindlisbacher, Utzigen

## Reformierte Kirchgemeinde Spiez

Kirchgasse 5  
 3700 Spiez  
 033 654 40 04, 033 654 40 45  
 sekretariat@refkgspiez.ch  
 www.refkirche-spiez.ch

# Träff 60plus Hondrich Programm 2023/2024



Ref. Pfarramt Hondrich-Spiezwiler  
 Frauenverein Hondrich

**Jeweils am Mittwoch,**  
**14.45 Uhr bis 17.00 Uhr im Schulhaus Hondrich (Saal).**

**Mittwoch, 8. November 2023**  
**Mundart-Geschichten**  
 mit Paul Stalder

**Mittwoch, 6. Dezember 2023**  
**Adventsfeier**  
 mit Pfarrerin Delia Zumbrunn

**Mittwoch, 10. Januar 2024**  
**Schwyzerörgeli-Musik**  
 mit Bruno Müller und Freunden

**Mittwoch, 7. Februar 2024**  
**Lichtbilder-Vortrag**  
 von Robert Schneiter

**Mittwoch, 6. März 2024**  
**Lotto-Match**  
 mit Gratiskarten und musikalischer Einlage

**Mittwoch, 12. Juni 2024**  
**Tages-Ausflug Träff 60+**

## Reformierte Kirchgemeinde Spiez

Kirchgasse 5  
 3700 Spiez  
 033 654 40 04, 033 654 40 45  
 sekretariat@refkgspiez.ch  
 www.refkirche-spiez.ch



**WIMMIS**



noch 4 Wohnungen verfügbar

**NEUBAU 10 SCHLÜSELFERTIGER WOHNUNGEN**

- von 2½- bis 4½-Zimmer
- Einstellhalle mit 17 Autoabstellplätzen
- 3 Hobbyräume, Terrassen und Balkone
- neuester baulicher- und technischer Standard
- GEAK A/A, höchste Energieeffizienz

Preise ab CHF 490'000



**RE/MAX Immobilien Spiez**  
Bahnhofstrasse 21A, 3700 Spiez  
033 650 11 88 / roger.loertscher@remax.ch




www.remax.ch

stimmix Aeschi

**CHORKONZERT 2023**

**PASST!**

**SINGEN & SAITEN FRISCH KOMBINIERT**

FR 3. NOV 20.00 UHR | KIRCHE AESCHI  
SA 4. NOV 20.15 UHR | KIRCHE FRUTIGEN  
SO 5. NOV 17.00 UHR | REF. KIRCHE SPIEZ

MUSIKALISCHE LEITUNG: ESTHER NIEDERER  
CELLO: ANDREAS KÜHNRICH  
PIANO: TOM GISLER

EINTRITT FREI, KOLLEKTE  
WWW.STIMMIX-AESCHI.CH

**HSR Ingenieure AG**

Spiez · www.hsr-ingenieure.ch · 033 655 60 00

Bauberatungen

- Fördergelder
- Bauphysik
- Energie
- Umwelt

**hsr**



Pensioniert?  
Lust mitzuarbeiten?



Erfüllende Teilzeitstelle in der Seniorenbetreuung. Wir bieten flexible Arbeitszeiten und umfassende Schulungen. Pflegehelfer-Ausbildung von Vorteil.

Aufgaben:

- Gesellschaft leisten
- Einkaufen, Kochen, Arbeiten im Haushalt
- Begleitung ausser Haus
- Grundpflege



Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung:  
www.hi-jobs.ch  
oder 0800 550 440

**Home Instead**  
Zuhause umsorgt

**TRUMMER**



Gerätetechnik GmbH

Service | Beratung | Verkauf  
von Haushaltsgeräten

im Berner Oberland!

076 421 93 83 | 3714 Frutigen  
www.trummer-geraetetechnik.ch  
info@trummer-geraetetechnik.ch



## Wir gedenken ...

... und wünschen eine lichtvolle Zeit



### Geburtstagswandbild für unsere Kirche Erster Kreativanlass

Samstag, 4. November, 14.00 Uhr  
Chemistube  
Infos auf unserer Website.

### Aufgebrochen ins Licht Gottesdienst mit Totengedenken

Sonntag, 5. November, 9.30 Uhr  
in der Kirche Bruder Klaus  
Wir gedenken unseren Verstorbenen des vergangenen Jahres, zünden für jede und jeden von ihnen eine Kerze an und beten für sie.

### Gemeinsam das Dunkel erhellen

Samstag, 18. November,  
15.00-17.15 Uhr: Laternenbasteln  
für Kinder bis zur 6. Klasse  
17.30 Uhr: Latärnlifeier für alle  
in der Kirche Bruder Klaus

### Licht sein - Elisabethengottesdienst

Sonntag, 19. November, 9.30 Uhr  
in der Kirche Bruder Klaus

Als die Landgräfin Elisabeth von Thüringen vor ca. 800 Jahren während einer Hungersnot die Vorratskammern öffnet und den Armen Korn verteilt, erntet sie Entsetzen - und wird zur Vorkämpferin für Gerechtigkeit. Zu ihrem Namenstag gestalten Frauen unserer Frauengemeinschaft den Gottesdienst und verkaufen selbstgebackene Bräzeli zugunsten des Elisabethenwerks. Das Elisabethenwerk ist das Werk für Entwicklungszusammenarbeit des Schweizerischen Katholischen Frauenbundes SKF. In kleinen Projekten engagiert es sich nach der Devise «von Frauen - für Frauen» für die ärmsten Frauen in den Projektländern.

### Pfarrei Bruder Klaus Spiez

Belvédèrestrasse 6, 3700 Spiez  
033 654 63 47  
www.kathbern.ch/spiez  
bruderklaus.spiez@kathbern.ch





Unser legendärer YPG Day steht vor der Tür! Am 18. November kommen wir zusammen, um gemeinsam eine grossartige Zeit zu haben und diesen Tag zu geniessen.

**Freut euch auf Spass und Gemeinschaft am 18. November!**

**Wer:** Alle ab der 7. Klasse.

**Wo:** Bahnhof Spiez in der Halle vom Infodesk

**Wann:** 18. November 2023, um 8.00 Uhr.

**Weitere Infos:** auf unserem Instagram-Account [ypp\\_spiez](#) oder unter [www.ypp.ch](#).

#### Christliches Lebenszentrum

Faulenbachweg 92, 3700 Spiez  
033 650 16 16, [office@clzspiez.ch](mailto:office@clzspiez.ch)  
[www.clzspiez.ch](http://www.clzspiez.ch)

## Ladies Night «Change Moments»



Erlebe mit anderen Frauen einen gemütlichen Abend mit Worship, einer Talkrunde sowie verschiedenen kreativen Angeboten. Für gewisse ist eine Anmeldung notwendig (Adventsgesteck und Advenstkalender).

**Wo:** CLZ Spiez, Faulenbachweg 92

**Wann:** Freitag, 17. November 2023, um 19.30 Uhr

**Weitere Infos:** [www.clzspiez.ch/ladies-night](http://www.clzspiez.ch/ladies-night)



#### Christliches Lebenszentrum

Faulenbachweg 92, 3700 Spiez  
033 650 16 16, [office@clzspiez.ch](mailto:office@clzspiez.ch)  
[www.clzspiez.ch](http://www.clzspiez.ch)



# Carrosserie

**JUTZELER** GmbH

REPARATUREN & RESTAURATIONEN  
SEIT 1991

Frutigenstrasse 55 • 3604 Thun  
Telefon 033 335 20 70  
car.jutzeler@pinboard.ch  
www.carrosserie-jutzeler.ch

5 JAHRE  
1973-2023

# ZURBUCHEN

## HOLZBAU AG

Krattigstrasse 133, 3700 Spiez  
Tel. 033 654 37 20  
info@zurbuchen-holzbau.ch  
www.zurbuchen-holzbau.ch



**Nussbaum** Gartenbau

Thun - Spiez - Mülmen  
Gartenumänderungen - Unterhalt  
Beratung - Hauswartungen  
Bernhard Nussbaum, 079 613 56 63  
www.nussbaum-gartenbau.ch



**JIN SHIN JYUTSU**  
PHYSIO PHILOSOPHIE

**Jin Shin Jyutsu**  
ist eine mehrere tausend Jahre  
alte Kunst zur Harmonisierung  
der Lebensenergie im Körper.  
Sie fördert Gesundheit und  
Wohlbefinden und stärkt die  
jedem von uns eigene,  
tiefgründige Selbstheilungskraft.

Maja Widmer  
Jin Shin Jyutsu-Praktikerin 3700 Spiez  
Termine für Behandlungen und  
für Informationen unter 079 435 83 01

# Merci, dass du gewählt hast!

Hast du Lust auf mehr?



Foto: SVP Spiez (tf)

Mit deinem Wahlzettel hast du am 22. Oktober 2023 das Resultat der SVP massgeblich beeinflusst und dein ganz persönliches Zeichen für die Zukunft unseres Landes gesetzt.

### Hast du Lust auf (mehr) bürgerliche Politik?

Möchtest du mehr mitbestimmen und mitgestalten und dich in unserer Gemeinde politisch aktiv einbringen können? **Dann bist du bei uns genau richtig!**

Auch wenn du als Mitglied einfach Teil der SVP-Familie sein und uns so unterstützen möchtest, bist du herzlich willkommen.

Haben wir dein Interesse geweckt? Dann darfst du dich gerne bei uns melden. Wir freuen uns auf dich!

**Wir danken allen Spiezerinnen und Spiezer, die unsere bürgerliche Politik und unsere Bestrebungen für lebenswerte und steuerlich attraktive Rahmenbedingungen für Familien und Gewerbe unterstützen!**



**SVP Sektion Spiez**

Postfach 580  
3700 Spiez  
svpspiez.ch

**regaspiez.ch**

Thunstrasse 51  
3700 Spiez  
Tel. 033 654 22 55

**DO NOT**

**REGAS**  
gemeinsam digital

Wir beraten *Sie*  
**persönlich**

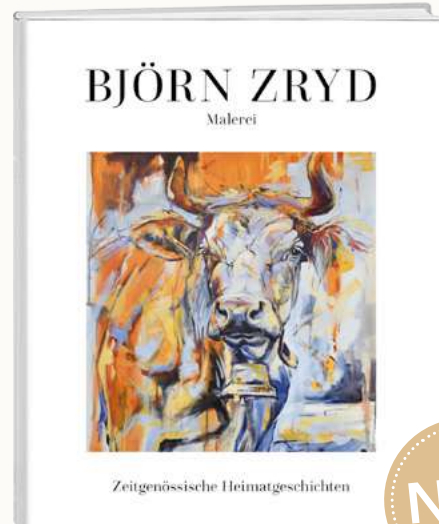




# BJÖRN ZRYD

## MALEREI

In Björns «Zeitgenössischen Heimatgeschichten», wie er sie nennt, widerspiegelt sich, was dem Menschen immer mehr abhandenkommt: Ehrlichkeit, Genügsamkeit und Spontanität. Wer einmal einen Björn-Kuh sieht, vergisst sie nicht mehr und wird ihr immer wieder begegnen. Die Björn-Kuh – Sinnbild für eine Weltanschauung. Die Natur – sie inspiriert Zryd. Zu Geschichten. Geschichten, die er in seinem Atelier mit Pinsel und Farbe festhält. In Holz oder Stein meißelt. Kunsterklärungen mag er nicht. Seine Kunst, sie drückt seine Freude aus. Die Freude am Schaffen. Seine Kunst, sie zeigt, wie eigen das Einfache ist. Die Titel seiner Gemälde, seiner Werke: bodenständig, witzig, mit Schalk, manchmal zum Nachdenken. Dieses Buch führt Sie durch Björn Zryds Welt.



NEU

Autor: Björn Zryd, Malerei.  
144 Seiten, gebunden, Hardcover  
Mit 123 Abbildungen  
© 2023, 30 x 35 cm  
ISBN 978-3-03818-513-0  
CHF 49.- / Euro 44.-



Jetzt bestellen.



Björn Zryd wird 1963 zuhinterst in einem Adelbodner Seitental, dem Gilbach, geboren. Nach seiner Lehrzeit führen ihn Auslandsaufenthalte als Bildhauer nach England und Deutschland. 1986 wagt Björn als Kunstschaffender den Schritt in die Selbstständigkeit. Ab 2000 beginnt seine spontanrealistische Phase, die bis heute anhält. Seit 2021 finden sich seine Arbeiten im «KunstRaum» am Adelbodner Dorfplatz. Dank zahlreichen Ausstellungen in der ganzen Schweiz, ist sein Name als Künstler mittlerweile weit über das Berner Oberland hinaus bekannt.

### Bestellung

Bitte senden Sie mir \_\_\_\_ Ex. «Björn Zryd, Malerei» zu je CHF 49.-, inkl. MwSt. und Versandkosten. ISBN 978-3-03818-513-0.

### WEBERVERLAG.CH

Talon einsenden/faxen an: Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online oder per Mail: [www.weberverlag.ch](http://www.weberverlag.ch), [mail@weberverlag.ch](mailto:mail@weberverlag.ch)

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

# Schweizerische Geflügelausstellung

Das schönste Rassegeflügel



Hühner, Zwerghühner, Enten, Gänse, Perlhühner, Puten, Wachtel und Ziergeflügel. Die grösste Geflügelschau der Schweiz inkl. Gastrobetrieb und reichhaltiger Tombola!

### Öffnungszeiten:

Samstag, 4. November 2023  
10 bis 22 Uhr

Sonntag, 5. November 2023  
9 bis 15 Uhr

### Ort:

Expo Jungfraupark Interlaken

**Kleintiere Bern Jura**  
Abteilung Geflügel



# Narzissmus und Mobbing wirken wie Gift

Öffentlicher Vortrag – Verein Betroffene von Narzissmus und Mobbing

Narzissmus  
&  
Mobbing



Esther Balthasar



Doris Bussmann

**Wann:** Donnerstag, 09. November 2023, 19.00 Uhr  
**Wo:** Schloss Spiez, Schlossstrasse 16, 3700 Spiez

- Ständig wiederkehrende Sticheleien durchlöchern das Selbstvertrauen.
- Abwertungen geschehen so perfid, dass das Umfeld nicht erkennen kann, was abläuft.
- Manipulatives Verhalten löst bei Betroffenen Verwirrung und Verunsicherung aus.
- Emotionaler Missbrauch erzeugt Schuld- und Schamgefühle.
- Psychoterror löst Angst aus.

## Referentinnen

**Esther Balthasar & Doris Bussmann**

Hypnosystemische Coaches IHC® & Mediatorinnen

## Unter anderem erläutern wir folgende Fragen:

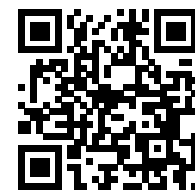
- Wie entstehen narzisstische Züge?
- Wie funktioniert Narzissmus, wie Mobbing?
- Wie wirkt sich Narzissmus und Mobbing auf Betroffene aus?
- Wie kann ich mich erfolgreich befreien?
- Wie kann das Umfeld reagieren?

**Der Vortrag soll Betroffenen Mut machen.**

**Eintritt frei / Türkollekte**

**Anmeldung erforderlich, da Plätze begrenzt:**

Esther Balthasar  
+41 79 719 28 28  
info@estherbalthasar.ch  
www.narzissmus-mobbing-selbsthilfe.ch



**Verein Betroffene von  
Narzissmus und Mobbing**

Balmweg 11  
CH-3604 Thun  
www.narzissmus-mobbing-selbsthilfe.ch

# Überdachung von Parkplätzen mit Photovoltaik

Ein öffentlicher Anlass über Nutzen, Kosten und Anforderungen.

SPIEZ SOLAR  
GENOSSENSCHAFT



Foto: zvg - Solarify GmbH



Foto: zvg - 3S Swiss Solar Systems AG

Am 9. November 2023, um 19.00 Uhr, beginnt im Panoramasaal im Hotel Eden in Spiez ein Themenabend zum Potenzial von Photovoltaik-Anlagen auf Parkplätzen. Zwei Referentinnen und sechs Referenten gehen in Kurzreferaten die Thematik aus verschiedenen Blickwinkeln an und stehen Rede und Antwort. Der öffentliche Anlass richtet sich an Vertretende der Berner Oberländer Gemeinden, Architekturbüros, Garagisten, Bergbahnbetriebe, Wohnbaugenossenschaften, an das lokale Gewerbe und Interessierte an der Thematik. Die Genossenschaft SpiezSolar lädt alle Interessierten zu diesem Informations- und Austauschabend ein.



Foto: zvg - elektroplan Buchs&Grossen

Der Zubau an erneuerbarer Energie ist in Spiez und der Region überdurchschnittlich hoch, in der Regel erreicht durch PV-Anlagen auf Dachflächen. Doch muss der Stromausbau durch weitere Bereiche der Infrastruktur gestützt werden. Dazu gehören Häuserfassaden, Lärmschutzwände, öffentliche und auch geeignete gewerbliche und private Parkplätze.

Allein auf Parkplätzen besteht ein Potenzial von etwa 64 km<sup>2</sup> für Solaranlagen, was einer Jahresproduktion von etwa 10 GWh entsprechen würde.

Warum wird dieses Potenzial derzeit aber noch wenig genutzt? Was sind die Stolpersteine? Wo wurden bereits Anlagen realisiert? Mit welchen Ergebnissen und wie sind Erfahrungen aus der Doppelnutzung von Parkplatzflächen mit Solarproduktion? Auf diese und weitere Fragen will der Themenabend antworten, Impulse zum Solarausbau geben und Wege zur spezifischen Förderung aufzeigen.

Möglich ist auch eine Teilnahme per Zoom-Link, publiziert auf [www.spiezsolar.ch](http://www.spiezsolar.ch).

**Eine Anmeldung ist erwünscht:** office@spiezsolar.ch

Die Veranstaltung ist ein gemeinsames Projekt diverser Akteure im Bereich der Erneuerbaren Energien – Schweizerische Vereinigung für Sonnenenergie (SSES), Verein energie-wende-ja, Solargenossenschaft Solar BeO Ost, Energieregion Thunersee und SpiezSolar.

**#Gemeinsammiteinander**

**Genossenschaft SpiezSolar**

c/o Ruedi Steuri  
Lärchenweg 3, 3700 Spiez  
Tel. 077 446 22 17  
info@spiezsolar.ch / [www.spiezsolar.ch](http://www.spiezsolar.ch)  
info@spiezwerbe.ch



# GROSS - LOTTO

Gemeindezentrum Lötschberg, Spiez



**Samstag, 25. November 2023**

13.30 - ca. 17.30 Uhr

**Sonntag, 26. November 2023**

14.00 - ca. 18.00 Uhr

Beginn jeweils mit Gratis-Supergang

Die Karte wird bei jedem Gang voll.

- Schöne Überraschungspreise
- Einkaufs- und Konsumationsgutscheine
- Lebensmittelkörbe
- Fruchtkörbe, Fleischpreise, Wein, Käse, Honig u. v. a.

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch**  
**Jodlerklub Spiez**

## Jodlerklub Spiez

Ortbühlweg,  
3700 Spiez  
033 650 90 16  
[www.jodlerklub-spiez.ch](http://www.jodlerklub-spiez.ch)

# Wir suchen dringend neue Tagesmütter

Familien  
**FORUM**  
SPIEZ  
TAGESELTERN  
VERMITTLUNG

Vielleicht spricht genau Sie einer der folgenden Punkte an und Sie können sich vorstellen ein Tageskind bei sich aufzunehmen, weil ...



- Sie Platz und Energie für noch mehr Kinder haben.
- Ihre Kinder von Tageskindern und umgekehrt etwas lernen können.
- Sie eine neue Herausforderung und sinnstiftende Tätigkeit suchen.
- Sie Kinder mögen und gerne ihre Bedürfnisse erkennen und auf diese eingehen wollen.
- Sie gerne noch etwas dazu verdienen möchten und gleichzeitig für Ihre Kinder da sein wollen.

## Unsere Tageselternvermittlung

- Wir bieten eine geregelte Anstellung und Entlohnung.
- Alle Einzelheiten der Betreuung werden vertraglich festgehalten.
- Wir organisieren die Aus- und Weiterbildung.
- Unsere kompetente Vermittlerin leistet regelmässige Unterstützung und Begleitung.
- Es findet ein jährlicher Aufsichtsbesuch statt.

**Für weitere Informationen melden Sie sich bei:**  
Tageselternvermittlung Spiez und Umgebung  
Vermittlung: Karin Gyax 033 654 83 84  
[www.tevspiez.ch](http://www.tevspiez.ch)



# Veranstaltungen

November 2023

Genauere Angaben zu den Veranstaltungen, wie Anmeldung, Eintrittspreise, Vorverkauf usw., sind auf [www.spiez.com/events](http://www.spiez.com/events) ersichtlich oder bei der Spiez Marketing AG im Info-Center am Bahnhof (T:033 655 90 00) erhältlich.

Sind Sie Veranstalter?

Anlässe für den Veranstaltungskalender können mittels Formular auf [www.spiez.com/events](http://www.spiez.com/events) ausgefüllt werden.

Bei Fragen oder Anliegen rund um Veranstaltungen wenden Sie sich an die Spiez Marketing AG.

## Ausstellung, Führung

4.11.	Führung im Artilleriewerk Faulensee	10.00 Uhr Artilleriewerk, Faulensee
7.11.	Führung: KP Heinrich	18.00 Uhr Festungswerk - KP Heinrich, Hondrich
bis 31.12.	Sonderausstellung - Schweizer Spielzeug	14.00 - 16.30 Uhr Spielzeugmuseum, Spiez

## Fest, Festival

4.11.	Loube Fescht	21.00 Uhr Loube, Spiez
7., 14., 21., 28.11.	Meli's Dancefloor: Country Line Dance	18.30 - 21.30 Uhr Loube, Spiez
11.11.	Schwofe wie früecher	20.00 - 00.00 Uhr Gemeindezentrum Lötschberg, Spiez
18.11.	Spiez tanzt	20.00 Uhr Gemeindezentrum Lötschberg, Spiez

## Gästeexkursion, Kinderprogramm

8.11.	Gschichtezyt	14.30 - 15.15 Uhr Bibliothek, Spiez
-------	--------------	--

## Gastronomie, Kulinarik

1., 8., 15., 22., 29.11.	Weinverkauf mit Degustation - jeweils mittwochs	17.00 - 19.00 Uhr Rebbaugenossenschaft, Spiez
19.11.	Sonntagsbrunch im Eden Spiez	12.00 - 15.00 Uhr Hotel Eden, Gwatt
30.11.	Donnachts Diner	18.00 Uhr Loube, Spiez

## Konzerte, Musical

4.11.	Konzert: Echo (Tom Petty Tribute)	21.00 Uhr Rox music bar, Spiez
10.11.	Innobrass in Concert - «Black Music Special»	19.30 - 22.00 Uhr KulturKapelle9, Spiez
11.11.	Konzert: Against The Machine	21.00 Uhr Rox music bar, Spiez
12.11.	Urs Rudin, Sandmaler, Musiker - «SANDPHONIE»	17.00 - 19.00 Uhr KulturKapelle9, Spiez
18.11.	Konzert: The Souls	21.00 Uhr Rox music bar, Spiez
19.11.	Konzert Harmonika-Orchester Steffisburg	17.00 Uhr Evang.-ref. Kirche, Spiez
21.11.	Frutigtaler Spiellüt 2023	20.00 Uhr Gemeindezentrum Lötschberg, Spiez
24.11.	Dominik Muheim & Sanjiv Channa - «Useluege» - Balkonbeobachtungen	19.30 - 22.00 Uhr KulturKapelle9, Spiez
25.11.	Konzert: Hommage Hanery Amman	21.00 Uhr Rox music bar, Spiez

## Lesung, Versammlung, Vortrag

1.11.	Ausbildungsabend Region Niesen	19.00 - 21.30 Uhr Schulzentrum Längenstein, Spiez
2.11.	Single-Treff im Eden Spiez	18.00 Uhr Bibliothek, Spiez
3., 17.11.	Gaming für Jugendliche und Junggebliebene	17.30 - 19.00 Uhr Bibliothek, Spiez
5.11.	«LiteraTour» Literaturpreisträger des Kantons Bern	11.00 Uhr Bibliothek, Spiez
6.11.	Film bewegt - Nachmittagsfilme im Solina Spiez	14.30 Uhr Solina Spiez
7.11.	Zyschtig-Zmorge: Unsere Psyche braucht gute Pflege	09.00 - 11.00 Uhr Ref. Kirchgemeindehaus Spiez
9.11.	Loube Stubete	17.00 - 23.00 Uhr Loube, Spiez
9.11.	Überdachung von Parkplätzen mit Fotovoltaik	19.00 Uhr Hotel Eden, Spiez
10.11.	SpielTreff	19.00 - 21.00 Uhr Bibliothek, Spiez
10.11.	Erzählnacht im Schloss	18.00 - 22.00 Uhr Schloss, Spiez
15.11.	Digitale Sprechstunde	10.00 - 11.00 Uhr Bibliothek, Spiez
15.11.	Filmvorführung «Die Eiche - mein Zuhause»	19.00 Uhr KulturKapelle 9 Spiez
16.11.	Spielnachmittage für Seniorinnen und Senioren	14.30 - 16.30 Uhr Bibliothek, Spiez



17.11.	Meditationskreis Spiez 2023	17.00 – 18.00 Uhr Studio Yogilates, Spiez
17.11.	Loube Spiez – StadtLandLoube	18.00 – 23.30 Uhr Loube, Spiez
17.11.	Manu Hofstätter «Leseieber on Tour»	20.00 Uhr Bibliothek, Spiez
18.11.	RepairCafe	09.00 – 12.00 Uhr DorfHus, Spiez
21.11.	Dorfhus – Ideenschmiede	19.00 Uhr DorfHus, Spiez
24.11.	Lesekreis Ökologie	19.30 Uhr DorfHus, Spiez
25.11.	Ortsvereinsjass	18.00 – 22.00 Uhr Aula Schulhaus, Hondrich
25.–26.11.	Lotto – Jodlerklub Spiez	Gemeindezentrum, Spiez
29.11.	Lirum Larum Buchstart-Treff	9.00 – 9.30 Uhr 10.00 – 10.30 Uhr Bibliothek, Spiez

**Markt, Mess**

3., 7., 10., 14., 17., 21., 24., 28.11.	Bio Wochenmarkt – jeweils dienstags und freitags	08.00 – 12.00 Uhr Kronenplatz, Spiez
22.11.	Solina Adventsmärit	10.00 – 16.00 Uhr Solina, Spiez

**Sport**

2., 9., 16., 23., 30.11.	Tai Chi & Qi Gong (Basis) – jeweils donnerstags	18.45 – 20.00 Uhr Ref. Kirchgemeindehaus Spiez
2., 9., 16., 23., 30.11.	Tai Chi & Qi Gong (Fortgeschritten) – jeweils donnerstags	20.00 – 20.45 Uhr Ref. Kirchgemeindehaus, Spiez
16.11.	Sportlerinnen- und Sportlerehrung Spiez 2023	19.00 Uhr Gemeindezentrum Lötschberg, Spiez

**Impressum**

Redaktion Gemeindeinformation  
Jolanda Brunner, Tanja Brunner, Marina Künzi  
Tel. 033 655 33 15,  
Jürg Alder, Tanja Schäfli und Svend Peterzell  
(redaktionelle Berater)  
Redaktion Vereine  
Vereine der Einwohnergemeinde Spiez  
Herausgabe, Annahme und Realisation  
(Inserate, Gewerbe-Infos, Vereinspublikationen)  
Weber Verlag AG  
Aline Veugel, Nikita Zenhäusern  
Leitung SpiezInfo Doris Wyss  
Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt, Tel. 033 336 55 55,  
Fax 033 336 55 56, www.spiezinfo.ch  
Veranstaltungskalender (gratis)  
Spiez Marketing AG, Info Center Spiez,  
Tel. 033 655 90 00, www.spiez.ch

Druck AVD Goldach  
ISSN 1662-0976  
Auflage 7500 Exemplare

Titelseite Anja von Allmen  
Fotograf Bruno Petroni, Weber Verlag AG

Erscheinungsweise 12x jährlich,  
jeweils am 1. des Monats – ISSN 1662-0976.  
Beiträge per Mail an: spiezinfo@weberverlag.ch

Annahmeschluss: Freitag, 10. November 2023

printed in  
switzerland

Lesen Sie uns online – weltweit:  
[www.spiezinfo.ch](http://www.spiezinfo.ch)



Als Gratis-App für iPhone und iPad  
im App Store

# Kennen Sie die SpiezInfo-Region?

Wo ist das?



Foto: Luca Däppen

**Gewinnen Sie!**  
Wir verlosen einen  
Geschenkgutschein  
im Wert von CHF 100.-  
der Zimmermann AG  
in Spiez.

**So sind Sie dabei**

Senden Sie bitte die **Lösung** mit Ihrem **Namen**,  
Ihrer **Adresse** und **Telefonnummer** an:

Weber Verlag AG  
Wettbewerb SpiezInfo  
Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt

oder per Mail an:  
[wettbewerb@weberverlag.ch](mailto:wettbewerb@weberverlag.ch)

**Einsendeschluss**

Freitag, 10. November 2023

**Lösung Oktober:**

Brunnen bei Seestrasse, Spiez  
Gewinnerin:  
Rosmarie Kohler, Spiez

Ihr Fachgeschäft mit den attraktiven Angeboten

**ZIMMERMANN  
HAUSHALT**

ZIMMERMANN AG Oberlandstrasse 3 3700 Spiez Telefon 033 654 41 41





## EXKLUSIVES VILLA CASA ANGEBOT



### Neubau 4½ - 6½ Zimmer in Zwischenflüh

Verkaufspreis: ab CHF 824'000.- | Referenz-Nr.: 22005



### 4½ Zimmer Wohnung mit Pool in Spiez

Verkaufspreis: CHF 698'000.- | Referenz-Nr.: 23036

## Marktwertbeurteilung

Eine Marktwertbeurteilung ist eine Methode zur Bewertung von Immobilien, die dazu verwendet wird, den aktuellen Wert einer Immobilie zu bestimmen. Dieser Wert wird auch als «Marktwert» bezeichnet.

Die Marktwertbeurteilung wird häufig von Banken oder anderen Finanzinstituten verwendet, um zu entscheiden, ob es sich lohnt, einen Kredit zu gewähren. Es kann auch von Eigentümern oder Erben-gemeinschaften von Immobilien selbst verwendet werden, um den Wert ihrer Immobilie zu bestimmen.

Eine Marktwertbeurteilung ist ein komplexer Prozess. Es erfordert die Berücksichtigung vieler Faktoren, einschliesslich der Lage, des Zustands, der Grösse und des Alters der Immobilie sowie der lokalen Wirtschaft und Immobilienmarktbedingungen.

Sie wünschen eine Marktwertbeurteilung? Als qualifizierter Immobilienmakler erstellen wir für Sie eine seriöse Marktwertbeurteilung.

## FÜR MEHR LEBENSQUALITÄT

