

BÖDELI INFO

27. JAHRGANG
MÄRZ 2024



Anja Roos

«Mit Massagen kann enorm
viel bewirkt werden»

SEITE 6



Herzlich willkommen in unserer Reisewelt!

TAGESAUSFLÜGE

Fondue-Iglu Engstligenalp | 7.3.24 | 105.–
 Nachmittagsfahrt ins Blaue | 21.3.24 | 48.–
 Treberwurstschmaus Seeland | 22.3.24 | 89.–
 Osterfahrt Heiligkreuz | 1.4.24 | 94.–
 Märit Luino | 17.4., 1.5., 19.6., 17.7., 11.9., 2.10.24 | 68.–
 Oberbaselbiet mit Hanspeter | 23.4.24 | 98.–
 Shopping Konstanz | 27.4.24 | 68.–
 Musical Footloose | 4.5.24 | 150.–



REISEN AUS UNSEREM JAHRESPROGRAMM

Apfelblüte im Südtirol | 10. – 14.4.24 | 965.–
 Sonneninsel Grado - geheimnisvolles Friaul | 1. – 5.5.24 | 995.–
 Liebliches Taubertal | 17. – 20.5.24 | 865.–
 Dresden mit Semperoper | 30.5. – 2.6.24 | 1195.–
 Bergfrühling im Ahrntal | 20. – 23.6.24 | 870.–
 Lavendelblüte in der Provence | 23. – 28.6.24 | 1565.–
 Highlights der Rocky Mountains | 28.6. – 13.7.24 | 7695.–
 Aktive Ferientage im Osttirol | 1. – 6.7.24 | 1175.–
 Bremerhaven - Ostfriesland - Bremen | 13. – 19.7.24 | Fr. 1530.–
 Zugromantik in Wales | 21. – 29.7.24 | 2795.–
 Edinburgh zum Military Tattoo | 4. – 10.8.24 | Fr. 2540.–
 Schweden – Sommertage in den Schären | 14. – 25.8.24 | 2960.–
 Radreise in und um Ulm herum | 26. – 30.8.24 | 1160.–
 Flussromantik auf Mosel, Rhein & Main | 30.8. – 6.9.24 | 2175.–
 Kroatien - Insel Krk | 8. – 14.9.24 | 1450.–
 Landlust im Mühlviertel | 15. – 19.9.24 | Fr. 1385.–
 Nordlichtsafari Lofoten & Vesterålen | 29.9. – 14.10.24 | 4550.–

Alle Angebote finden Sie unter www.flueck-reisen.ch oder in unseren Katalogen.

Flück-Reisen AG Brienz | +41 33 952 15 45 | info@flueck-reisen.ch

Herzlich willkommen in der Gemeinschaftspraxis am Felsenegg

Professionell, empathisch und vielseitig

Stress im Alltag, Wetterwechsel und kaum Zeit für sich selbst? Umstände, die wir alle kennen und sich auf das Wohlbefinden und den Schlaf auswirken. Lassen Sie sich von Barbara Egger in der Gemeinschaftspraxis am Felsenegg mit verschiedenen Behandlungen individuell weiterhelfen:

Access Bars®

Access Bars® ist eine Therapie, die sich auf 32 Punkte am Kopf konzentriert. Durch sanftes Berühren können energetische Blockaden gelöst werden, was bei Schlafproblemen, Kopfschmerzen, Migräne, Unruhe, Stress, chronischen Schmerzen und Allergien hilft.

Body Detox Fussbad

Unterstützt bei der Entgiftung und Entschlackung Ihres Körpers und regt den Stoffwechsel an. Es kann Cellulite reduzieren, die Durchblutung anregen und bei Krampfadern, Allergien, Gewichts- und Schlafproblemen sowie Ausleitung nach Medikamenteneinnahme unterstützen.

Ernährungscoaching

Verbessern Sie Ihren Schlaf mit einer Body Scan Messung, die viel über Ihr Wohlbefinden aussagt. Zusammen besprechen wir Ihre Werte und Sie erhalten eine persönliche Beratung rund ums Thema Essen, Bewegung und Mindset.

Bioenergetische Hot Stone Massage

Diese Massage kombiniert erwärmte Steine mit energetischen Techniken, um Verspannungen zu lösen und den Energiefluss zu harmonisieren. Dies

führt zu tiefer Entspannung, Stressabbau und gesteigertem Wohlbefinden.

Farbtherapie und Bioenergie

Unser Körper ist Energie und antwortet mit Gesundheit und Vitalität, wenn er in Balance ist. Er gibt uns Signale, doch haben wir verlernt auf diese zu achten. Schlafprobleme, Allergien, Erschöpfung, Schmerzen und Depression können entstehen. Wenn die Seele nicht im Gleichgewicht ist, antwortet der Körper oft mit Krankheit. Wir begleiten Sie mit therapeutischen Gesprächen, Zeichnungen, Farbbrillen und Bachblüten.

Daneben bietet Inhaberin und med. Masseurin Anja Roos weitere Behandlungen an, die Ihr Wohlbefinden steigern. Probieren Sie es aus! Wir freuen uns auf Ihren Besuch

«Sie fühlen sich antriebslos? Tun Sie jetzt etwas Gutes für sich.»



Barbara Egger
Praxis für Ernährung und Bioenergie

GONG TCM

Praxis für chinesische Medizin

Alpenstrasse 36, 3800 Interlaken
Telefon 033 525 08 18
www.gongtcm.ch

Bahnhofstrasse 20, 3800 Interlaken
Telefon 033 525 38 08
www.gongtcm.ch

Von den Zusatzversicherungen
der Krankenkassen anerkannt.

GUTSCHEIN

für eine kostenlose Zungen- und
Puls-Diagnose.



HÜSLER
NEST

Gute Nacht. Guten Tag.



Erholen Sie sich nachhaltig im Hüsler Nest,
das Schlafsystem aus natürlichen Materialien.

Oberdiessbach & Thun – T 033 222 35 75

www.jenniag.ch



Krankensmobilen-
und Hilfsmittelzentrum
Dr. Portmann
Für Ihre Mobilität

Mobil sein

KRANKENMOBILIEN UND HILFSMITTELZENTRUM

VERKAUF, VERMIETUNG, REPARATUREN, LIEFERSERVICE

Scooter, Rollstühle, Elektrorollstühle, Rollatoren, Pflegebetten, Matratzen, Duschstühle,
Badewannenbretter, WC-Aufsätze, Alarmtrittmatten, Alarmluhren und vieles mehr...



Gerne beraten wir Sie umfassend über alle Produkte per Telefon,
E-Mail oder direkt in unserer Apotheke.

Tel. 033 828 34 34 | www.portmann.ch | info@portmann.ch

Öffnungszeiten: Montag – Freitag 07:30 – 19:00 Uhr; Samstag 07:30 – 18:00 Uhr; Sonntag 09:30 – 18:30 Uhr

RESTAURANT ZUM CHOCH+TOPF



gebratenes Lammstücken

Winterzauber

LASSEN SIE SICH VON UNSEREN KREATIONEN BEGEISTERN

RESTAURANT ZUM CHOCHTOPF

JUNGFRAU HOTEL *** Schulgässli 51 3812 Wilderswil
T 033 845 85 00 info@chochtopf.ch www.chochtopf.ch

Ein Bereich der SEEBURG-Gruppe Interlaken www.seeburg.ch

Inhalt

EDITORIAL

3 Barbara Egger

INTERVIEW

6 Anja Roos
«Mit Massagen kann enorm
viel bewirkt werden»



PUBLIREPORTAGE

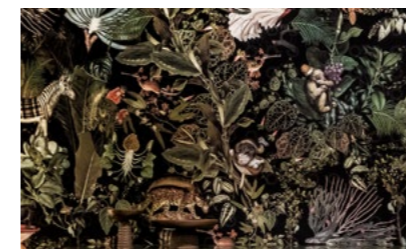
- 11 Goldschmiede Krauss
Goldschmiede Krauss ist
registrierter Altgold-Ankäufer
- 12 Clochard your Jeans Store
Zurück zu den Wurzeln
- 15 X - Reinigungen
Interlaken GmbH
Regelmässige Reinigung

GEWERBESEITEN

17 2-Rad Götz GmbH
Herzlich willkommen bei
2-Rad Götz GmbH

INFOSEITE

- 19 Raiffeisenbank Jungfrau
Neue Familien- und
Eco-Vergünstigung
- 21 Jäck AG
Tapeten sind wieder «in»



23 Daniel Rolli
Haben Sie Ihr Geld im Griff?

- 25 Stedtl Apotheke Drogerie
Blasenentzündung:
Hilfe aus der Apotheke
- 26 Zurbuchen Plattenbeläge und
Ofenbau AG
Holz als Wärmequelle im
Wohnbereich Holz - die einzige
nachwachsende Energiequelle
- 27 SPIRIT OF LIFE body + soul
Die Welt braucht mehr Herz
- 29 Krebsler AG
Buch-Tipp

MUSIK

- 31 Musikschule
Oberland Ost
- 33 Jugendmusik Unterseen
- 35 Musikverein Interlaken
Unterseen
- 37 Musikgesellschaft Matten



- 38 Kammermusik Hondrich
- 39 Thunersee Musikanten
- 41 Berner Oberländer Militärspiel
- 42 Interlaken Classics

KULTUR

- 44 Art7
- 45 Schlosskeller Interlaken
- 47 Stadtkeller Unterseen

VERSCHIEDENES

- 49 Verein Ortsgeschichte Habkern



- 50 Interlaken Tourismus
- 51 Vogelschutzverein Bördeli
- 52 claro Weltläden
- 53 Soroptimist Interlaken
- 54 Pfadi Unspunne
- 55 TATATUCK
- 56 Island Kids Philippines
- 57 Pro Velo Bördeli
- 58 SpiezSolar
- 59 Tel 143 anonym und vertraulich

AUSSTELLUNG

- 61 Kunsthaus Interlaken

KIRCHE

- 62 Pfimi Interlaken

FAMILIE

- 63 Kinderbetreuung
Interlaken Oberhasli



KURSE

- 64 Volkshochschule
Haslital/Region Brienz

UNTERHALTUNG

- 65 Suchspiel
- 66 Tiere suchen ein Zuhause
- 67 Kreuzworträtsel
- 68 Wer ist unsere
März-Person?
- 69 Veranstaltungen
- 74 Kolumne



Wohlfühlatmosphäre in der Praxis von Anja Roos.

«Mit Massagen kann enorm viel bewirkt werden»

An der Waldeggstrasse 61 in Interlaken bietet die Medizinische Masseurin Anja Roos in ihrer eigenen Praxis verschiedenste Behandlungen an. Sie erzählt uns von ihrem Werdegang und der Vielfalt ihres Berufs.

Frau Roos, was fasziniert Sie am Massieren?

Das Arbeiten mit den Kunden bereitet mir grosse Freude. Mit Massagen kann ich ihnen physisch sowie psychisch etwas Gutes tun. Es muss nicht immer therapeutisch sein, auch eine Entspannungsmassage kann sehr viel bewirken. Gerade heutzutage ist man so viel Stress ausgesetzt, da ist es umso wichtiger, sich einfach mal etwas Gutes zu gönnen.

Wie kamen Sie zu Ihrem Beruf?

Ursprünglich habe ich eine Lehre als Fachfrau Betreuung gemacht. Ich habe also schon immer mit Menschen zusammengearbeitet und im medizinischen Bereich gewirkt. Vor

15 Jahren hatte ich einen Unfall mit einem Schleudertrauma und entwickelte eine schwere Migräne, dauernd hatte ich heftige Kopfschmerzen. Deswegen habe ich die unterschiedlichsten Therapien gemacht – ich habe wirklich sehr viel ausprobiert – und bekam Einblick in verschiedenste Behandlungsmethoden. Die Medizinische Massage hat mir damals sehr geholfen und mein Interesse war geweckt. Nachdem ich einige Jahre auf meinem ursprünglichen Beruf gearbeitet hatte, entschied ich mich, die Ausbildung zur Medizinischen Masseurin zu machen. Im Rahmen dieser Ausbildung absolvierte ich ein Praktikum im Berner Oberland in der Klinik Schön-

berg AG. Ich komme ursprünglich aus dem Appenzellerland, doch es hat mir hier so gut gefallen, dass ich gleich geblieben bin.

Und seit wann haben Sie Ihre eigene Praxis?

2021 bekam ich die Möglichkeit, mich hier in Interlaken selbstständig zu machen, und seit April letzten Jahres arbeite ich Vollzeit in meiner Praxis. Da mir hier zwei Behandlungsräume zur Verfügung stehen, teile ich den zweiten mit Barbara Egger. Sie ist jeweils donnerstags hier und im Bereich Ernährung und Bioenergie tätig. So entstehen spannende Synergien, und einige Kunden werden von uns beiden behandelt.

Zusammen treten wir als «Gemeinschaftspraxis am Felsenegg» auf. Am 1. März werde ich zudem eine weitere Praxis in Stettlen bei Bern eröffnen. Und ganz nebenbei: Ich bin immer auf der Suche nach qualifizierten Mitarbeitenden oder Partnern für die Gemeinschaftspraxis.

Was macht in Ihren Augen eine gute Massage aus?

Das absolut Wichtigste ist, dass sich die Kunden wohlfühlen. Das ist nur möglich, wenn sie der Fachperson vertrauen und diese empathisch ist. Vertrauen und Empathie sind unabdinglich für eine erfolgreiche Behandlung. Die Kunden können sich so ganz auf mich als Fachperson und meine Methoden verlassen.

Welche Massagen bieten Sie in Ihrer Praxis an?

Da wäre sicher mal die klassische Massage. Sie wird auf verschiedene Körperregionen angewandt und umfasst eine Vielzahl von Techniken wie Streichungen, Knetungen, Reibungen und Klopfungen, die auf die Muskulatur, das Bindegewebe und

«Mit Massagen wird das allgemeine Wohlbefinden gesteigert.»

die Haut einwirken. Das Ziel der klassischen Massage ist es, Muskelverspannungen zu lösen, die Durchblutung zu verbessern, Schmerzen zu lindern und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern. Daneben biete ich von Manueller Lymphdrainage über Fussreflexzonen Massage, Schröpfkopf Massage und Hot Stone Massage bis hin zu Schwangerschaft Massage verschiedene Behandlungen an, die sich auch kombinieren lassen.

Können Sie diese Behandlungsmethoden noch etwas genauer umschreiben?

Selbstverständlich. Bei der Manuellen Lymphdrainage fördere ich durch sanfte Bewegungen den Abfluss von Lymphflüssigkeit. Sie wird zur Behandlung verschiedener Störungen des Lymphsystems eingesetzt, zum Beispiel als Ödem- und Entstauungstherapie bei geschwollenen Körper-

regionen. Bei der Fussreflexzonen Massage werden spezifische Bereiche und Punkte an den Füßen stimuliert. Durch gezielten Druck und spezifische Massagegriffe wird eine positive Wirkung auf den Körper erzielt. Sie wird oft als alternative oder ergänzende Therapie eingesetzt und kann bei verschiedenen Beschwerden wie Kopfschmerzen, Verdauungsproblemen, Schlafstörungen oder auch bei Rückenschmerzen helfen. Bei der Schröpfkopf Massage werden Schröpfköpfe auf die Haut aufgesetzt. Durch das Aufsetzen der Schröpfköpfe wird auf der Haut ein Vakuum erzeugt. Das Vakuum zieht die Haut und das darunterliegende Gewebe nach oben, was zu einer verstärkten Durchblutung führt. Ziel ist es, Verspannungen zu lösen, die Durchblutung zu verbessern, Schmerzen zu lindern und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern. Bei der Hot Stone Massage

Anja Roos

Jahrgang: 1993

Hobbys: Kochen, Zeit mit Freunden verbringen, kreatives Arbeiten

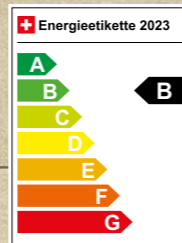
Beruflicher Werdegang: 2015 Ausbildung als Fachfrau Betreuung in Altersheim und Demenzwohngruppe, 2016–2018 Ausbildung als Medizinische Masseurin an der St. Galler medizinischen Fachschule, anschliessend 4,5 Jahre in der Klinik Schönberg in Gunten und Teilzeit selbstständig, seit April 2023 Vollzeit selbstständig in meiner eigener Praxis in Interlaken und ab März 2024 auch in Stettlen bei Bern

Website: www.massagepraxis-roos.ch



COLT IS BACK

5 Jahre Werksgarantie 5 Jahre Free Service*



NEU IN FAULENSEE

KRÖPFLI
garage faulensee

Garage Kröpflli GmbH
Angernstrasse 34
3705 Faulensee

T +41 (0) 33 654 23 81
info@garage-kröpflli.ch
www.garage-kröpflli.ch



*Kundenmehrwert von bis zu CHF 2'500.-. High-5-Paket bestehend aus 5 Jahren Werksgarantie, 5 Jahren Free Service, 5 Jahren MAP Mitsubishi Assistance und 5 Jahren Garantie auf Original Zubehör. Alle Bestimmungen auf [mitsubishi-motors.ch](https://www.mitsubishi-motors.ch)

werden erhitzte Steine verwendet, die im Wasserbad auf etwa 50-60 Grad Celsius erhitzt wurden. Durch die Wärme der Steine kann eine Tiefenwärme erzeugt werden. Die Schwangerschaft Massage ist eine sehr sanfte Massageform. Sie umfasst sanfte Streichungen und Knetungen, die auf die veränderten Bedürfnisse des Körpers während der Schwangerschaft abgestimmt sind.

Für wen ist welches Angebot geeignet?

Das lässt sich nicht so allgemein beantworten. Jede Behandlung beginnt mit einem Anamnesegespräch, also der Befunderhebung. Ich kläre ab, ob Vorerkrankungen,

«Mein Beruf bereitet mir grosse Freude.»

Allergien, Medikamenteneinnahme usw. bestehen. Wenn jemand krank ist, muss ich selbstverständlich die verschiedenen Diagnosen berücksichtigen. So eruiere ich zusammen mit den Kunden die ideale Behandlungsmethode.

Dann kommen wir doch noch zum Finanziellen: Kann ich die Massage über die Krankenkasse abrechnen?

Meine Behandlungen sind von den meisten Krankenkassen in der Zusatzversicherung anerkannt. Ich bitte die Kunden, sich im Voraus selber bei ihrer Krankenkasse zu erkundigen, in welchem Rahmen die

Kostenübernahme bei der Behandlung übernommen wird. Zusätzlich gewähre ich allen selbstzahlenden Kunden einen Rabatt.

Gibt es eigentlich auch Aspekte an der Arbeit, die Ihnen nicht so gut gefallen?

Buchhaltung (lacht). Aber da kann man sich zum Glück Hilfe holen von den Profis. Mein Fokus liegt klar auf den Behandlungen und nicht auf den Büroarbeiten.

Zusammen mit Barbara Egger (rechts) führt Anja Roos die Gemeinschaftspraxis am Felsenegg.



Anekdote

In meiner Ausbildung als Medizinische Masseurin durfte ich zwei Praktika absolvieren. Zu Beginn wurden alle Betriebe vorgestellt, und man durfte auch zwei auswählen, in die man gerne wollte. Ich wollte eigentlich möglichst in der Nähe von Appenzell bleiben und nicht allzu weit weg gehen. Da war der Tag da, an dem die Liste ins Schulzimmer kam, grosse Aufregung im Zimmer und alle waren sehr gespannt, wie die Schulleitung uns eingeteilt hat. Ich wurde für das eine Praktikum in die Klinik Schönberg AG eingeteilt. Doch vor lauter Aufregung habe ich nur «AG» gelesen und dachte mir: Oje, so weit weg von zu Hause, ich muss in die Klinik im Kanton Aargau! Bei einem Telefonat mit meinen Eltern hat sich dann alles aufgeklärt, und ich realisierte, dass ich sogar noch weiter weg muss. So kam ich von Gonten im Appenzellerland nach Gunten am Thunersee. Im Oberland hat es mir dann so gut gefallen, dass die Region meine neue Heimat wurde.

Text: David Heinen
Bilder: Bruno Petroni



**huus/lernort
kunterbunt**
Leben – Lernen – Leidenschaft

In unserem kleinen Lernort Kunterbunt auf dem Beatenberg glauben wir, dass jedes Kind eine Bildung erhalten sollte, die seinen Bedürfnissen angepasst ist.

Braucht Ihr Kind...

- ...mehr Ruhe zum konzentrierten Lernen?
- ...mehr körperliche Aktivität zum Ausgleich beim Lernen?
- ...ein abwechslungsreiches Lernprogramm?
- ...eine Ergänzung zum Homeschooling-Unterricht?

Wir...

- ...begleiten Ihr Kind individuell und fördern seine natürliche Neugierde und sein Wissensdrang.
- ...erkennen, dass jedes Kind einzigartig ist: mit eigenen Leidenschaften, Stärken und Herausforderungen.
- ...machen Bildung nicht nur effektiv, sondern auch freudvoll.
- ...verstehen die Wichtigkeit eines selbstbestimmten Lernens.
- ...sind pädagogisch ausgebildete Lehrpersonen.
- ...führen regelmäßige Coaching-Gespräche, um die Fortschritte jedes Einzelnen im Auge zu behalten und ihn in seiner Selbstwirksamkeit zu fördern.
- ...pflegen Rituale, die das Gemeinschaftsgefühl und die Achtsamkeit stärken.
- ...bieten einen Lernort, an dem jedes Kind sich entfalten, erkunden und in einer fürsorglichen und anregenden Umgebung wachsen kann.
- ...möchten allen Schülerinnen und Schülern eine glückliche Schulzeit ermöglichen.

Sei es als ergänzendes Programm zum Homeschooling während einzelner Tage oder als Vollzeitalternative zur öffentlichen Schule:

Besuchen Sie uns auf unserer Homepage
Oder schreiben Sie uns eine Nachricht auf
Oder rufen Sie uns gerne an:

www.lernort-kunterbunt.com
lernort@huus-kunterbunt.ch
C. von Bergen 079 319 80 33.

Herzliche Grüsse vom Lernort Kunterbunt-Team
Lernort Kunterbunt, Beundenstrasse 18, 3830 Beatenberg

Goldschmiede Krauss ist registrierter Altgold-Ankäufer

goldschmiedekrauss
alles ausser gewöhnlich

Schweizer Haushalte haben in den vergangenen Jahrzehnten die Gelegenheit genutzt, um grosse Gold-Vermögen in Form von Familienschmuck anzusammeln. Insgesamt spricht man von einer Goldmenge, die einem heutigen Wert von rund 17 Mia. CHF entspricht. Das sind mehr als 300 Tonnen des Edelmetalls in privaten Schweizer Haushalten.



Erhaltenes Altgold wird mit Prüfsäuren genau geprüft. Das Edelmetall wird dann auf 0.1g genau gewogen und, falls gewünscht, bar vergütet.

In früheren Zeiten gestaltet, beeindruckt der Schmuck Jahrzehnte später oft nicht mehr wirklich: Auch gestalterisch ist eine neue Zeit angebrochen. Und da stellt sich die Frage: umformen oder zu Geld machen?

Verkaufen nur beim Profi

Nach einer Übergangsfrist von einem Jahr hat nun die Schweizer Zollverwaltung eine Registrierungspflicht für professionelle Altgoldankäufer eingeführt, die ab dem 1. Januar 2024 gilt.

Die Goldschmiede Krauss hat den offiziellen Registrierungsprozess durchlaufen und ist nun neu offiziell registrierter Altgoldankäufer.

Umformen oder zu Geld machen?

Neben dem damit verbundenen Vertrauen ist aber vielleicht das Wichtigste, dass die Spiezer Goldschmiede ihren Kundinnen und Kunden eine echte, und weit über das Geld hinausgehende Alternative anbieten können: Sie sind Spezialisten im Umformen von altem Schmuck in neue, zeit- und wunschgemässe Entwürfe!

Dabei ist die persönliche Beratung das zentrale Element: Erst im fachlich fundierten, persönlichen Gespräch in einer Atmosphäre des Vertrauens finden die Besitzerinnen und Besitzer wertvoller, goldener Preziosen die Alternative, die zu ihnen passt.

Die Goldschmiede Krauss ist seit Jahrzehnten genau auf diesen Prozess spezialisiert. Wir laden Sie ein, einen Termin zu vereinbaren – ganz nach Ihren Wünschen: zum Verkaufen oder Umformen!



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

Zurück zu den Wurzeln

Das Modehaus Clochard ist an seinen alten Standort in Unterseen zurückgekehrt – und zu seinem ursprünglichen Geschäftskonzept: Jeans, soweit das Auge reicht.



Beraten kompetent und mit Freude: Daniela Amacher, Tamara Abegglen, Andrea Straubhaar (von links nach rechts).

Im Clochard in Unterseen stapeln sich die Jeanshosen in den Regalen bis hin zur Decke. Auf den ersten Blick wird klar: Hier werden Jeans geliebt und gelebt – und natürlich auch verkauft. Der Laden ist im vergangenen August wieder zurück an seinen Ursprungsort in Unterseen gezogen, dazwischen befand er sich über 20 Jahre lang in Interlaken. Hier in Unterseen kann man den Menschenmassen, die durch Interlaken strömen, ein wenig aus dem Weg gehen, zentral ist der neue Standort trotzdem: Ab Interlaken West spaziert man nur fünf Minuten, bis man vor der neuen, modernen Filiale von Clochard steht. Das viele Tageslicht, das durch die grossen Fenster in das Ladenlokal hineinströmt, stellt die Jeansprodukte perfekt zur Schau. Zu übersehen sind diese sowieso nicht: Stapel an Stapel reihen sich hier die Jeans aneinander, von der Decke hängen weitere Hosen herab und selbst der Vorhang der Umkleidekabine ist aus Jeansstoff gefertigt.



Auch für Männer hat es hier ein grosses Jeans-Angebot.

Während andere Clochard-Filialen mittlerweile ihr Angebot stark ausgedehnt haben und vermehrt auch andere Kleidungsstücke anbieten, setzt die Unterseen-Filiale wieder vor allem auf Jeansprodukte. Von Skinny Jeans bis hin zu lässig-lockeren Schnitten bietet der Laden hier für jeden Geschmack und jeden Körpertyp etwas. Und wenn man zuerst etwas ratlos vor der Jeanswand steht, hilft das herzliche und sehr kompetente Team gerne bei der Beratung. Dank dem jungen Team macht es wieder Spass, Jeanshosen zu kaufen – statt frustriert und erschöpft, wie sonst oft nach einem Jeans-Einkauf, verlässt man den Clochard strahlend, mit einem neuen Paar Jeans in der Einkaufstasche – oder sogar mit zwei oder drei.

Die Leidenschaft des Teams und das unübertreffliche Angebot hat sich bereits herumgesprochen – braucht man neue Jeans, besucht man Clochard. Die Kundschaft weiss, dass sie beim Schweizer Unternehmen nicht nur gute Beratung, sondern auch qualitativ hochwertige Produkte erhält. Die Jeans, die hier verkauft werden, sind keine Massenware, sondern werden sorgfältig vom Design-Team in

Solothurn entworfen und nur in kleinen Stückzahlen produziert. Aus diesem Grund werden fortlaufend neue Produkte designt. Für neugierige Kunden ideal, so ist immer etwas Neues im Laden zum Anprobieren da. Die Herstellung erfolgt hauptsächlich in China und der Türkei, bei Produzenten, zu denen Clochard bereits seit über 30 Jahren eine enge Geschäftsbeziehung pflegt. So kann darauf geachtet werden, dass die Arbeitsbedingungen stimmen und den Qualitätsansprüchen gerecht werden kann – es entsteht ein Produkt, das einfach gefällt.

Clochard your Jeans Store

Spielmatte 6
3800 Unterseen
Telefon 033 822 07 88
www.clochard.ch
info@clothard.ch

WWW.CLOCHARD.CH

JEANS KAUFT MAN IM

10% AUF JEANS

Zeige diesen Bon beim Einkauf an der Kasse und spare 10% auf alle Jeans!*

Gültig bis:
31.03.2024

CLOCHARD
YOUR JEANS STORE
Spielmatte 6
3800 Unterseen

**NEU AN DER SPIELMATTE 6
IN 3800 UNTERSEEN**

*Nicht mit anderen Aktionen oder Rabatte kumulierbar - gültig ausschliesslich vor Ort im Clochard Jeans Store in Unterseen

STAUBSAUGER AKTIONEN



Miele Classic C1 Easy Red
Fr. 198.— statt Fr. 239.—



Trisa Classic Clean T6601
Fr. 99.— statt Fr. 109.—



**Miele Jubiläumsangebot
Complete C3 125 Edition**

Solange Vorrat
Fr. 349.— statt Fr. 419.—

**Electrolux Modell 600
EB61C2GRN**
Fr. 169.—
statt Fr. 189.—



Ihr Fachgeschäft mit den attraktiven Angeboten.

Besuchen Sie uns



ZIMMERMANN AG Oberlandstrasse 3 3700 Spiez Telefon 033 654 41 41

Regelmässige Reinigung

Ob Büro oder Verkaufslokal wir reinigen nach Ihren Bedürfnissen und Vorstellungen.



Saubere, einladende Arbeitsplätze helfen Ihnen, die Konzentration zu fördern, die Produktivität anzutreiben und den Stress zu reduzieren. All dies zieht Talente an und bindet diese an Sie, gleichzeitig bekommen Sie einen guten Ruf bei Ihren Besuchern. Wir unterstützen Sie bei der Sauberkeit Ihrer Geschäftsräume.

Von der Gerätereinigung bis zur Abfallsammlung - unsere Mitarbeitenden erhalten anhand Ihrer Vorgaben ein klar definiertes Pflichtenheft, das den Reinigungsstandart sicherstellt. Bei der Unterhaltsreinigung werden die klar definierte Reinigungsarbeiten in festgelegten Zeitabständen durchgeführt. Vertrauen Sie uns ein ganzes Gebäude, ein Stockwerk oder einzelne Räume an: Unsere Unterhaltsreinigung sorgt regelmässig für Sauberkeit und Hygiene in allen Arbeitsbereichen - Empfang, Sitzungszimmer, Büros, Korridore, Treppenhäuser, sanitäre Anlagen, Pausenräume, Verkaufsbereiche und vieles mehr.

Wir setzen auf Kontinuität und setzen deshalb stets eine fest zugeteilte Reinigungskraft je Objekt ein. Dabei berücksichtigen wir von Beginn an Abwesenheiten aufgrund Ferien oder krankheits- oder unfallbedingter Ausfällen mit der Einarbeitung einer Stellvertretung beim Kunden.



**X - Reinigungen
Interlaken GmbH**

Kammistrasse 11
3800 Interlaken
033 821 29 32

info@x-reinigungen.ch
www.x-reinigungen.ch

nescens⁺
swiss anti-aging science
| SPA



Day Spa



Starten Sie entspannt in den Tag, geniessen Sie Ihren wohlverdienten Feierabend oder zelebrieren Sie einen gemütlichen Sonntag mit unseren Day Spa-Angeboten.

Entfliehen Sie Ihrem Alltag für einige kostbare Momente im Spa Nescens.

Weitere Informationen zu den verschiedenen Angeboten finden Sie auf unserer Webseite.

Die Day Spa-Angebote können Sie auch Ihren Liebsten als Gutschein schenken.



VICTORIA-JUNGFRAU GRAND HOTEL & SPA

Höheweg 41 · 3800 Interlaken · T +41 (0)33 828 28 28 · receptionvj@spanescens.com · www.victoria-jungfrau.ch
www.michelreybier.com

Herzlich willkommen bei 2-Rad Götz GmbH

2-Rad Götz
UNTERSEEN
www.zweiradgoetz.ch

GEWERBE / VELO

Ihrem erstklassigen Fahrradgeschäft für unvergessliche Radfahrerlebnisse seit 159 Jahren.



v. l. n. r.: Paolo Remondino, Irene Ulrich, Felix Minder, Timo Boss

Seit dem 01.01.2023 wird es traditionell unter neuer Leitung von Felix Minder und seinem Team geführt. Unser Geschäft ist Ihre Anlaufstelle für hochwertige Fahrräder, erstklassige Fahrradkomponenten, Zubehör und professionellen Service. Unsere Werkstatt ist seit Februar «Excellent Werkstatt» zertifiziert. Wir sind stolz darauf, die Bedürfnisse von Fahrradenthusiasten in jeder Hinsicht zu erfüllen.

Unsere breite Produktpalette umfasst Fahrräder für jeden Anspruch und Geschmack. Wir führen die Marken Trek, Diamant und Tour de Suisse. Ob Sie auf der Suche nach einem Mountainbike, einem schnellen Rennrad, einem komfortablen Trekkingrad oder einem stilvollen E-Bike sind - bei uns werden Sie fündig. Unsere engagierten Mitarbeiter sind passionierte Radfahrer und stehen Ihnen mit ihrer Fachkenntnis und ihrer Erfahrung zur Seite. Sollten Sie Ihre Lieblingsfarbe oder spezielle Fahrradkomponenten vermissen, bieten unsere Konfigurationsprogramme von Trek mit Project One oder Tour de Suisse massgeschneiderte Lösungen. Wir beraten Sie gerne dabei, das perfekte Fahrrad auszuwählen, es an Ihre Bedürfnisse anzupassen und sicherzustellen, dass Sie stets die bestmögliche Ausrüstung erhalten, um Ihre Wünsche erfüllen zu können.

Neben unserem umfangreichen Angebot an Fahrrädern

bieten wir auch eine Vielzahl von hochwertigem Zubehör an. Von Helmen über Fahrradschuhe bis hin zu Werkzeugen und Ersatzteilen - bei uns finden Sie alles, was Sie für eine sichere und angenehme Radfahrt benötigen.

Unser Service endet jedoch nicht mit dem Verkauf. In unserer Werkstatt bieten wir professionelle Reparatur- und Wartungsdienstleistungen an. Egal, ob es um eine einfache Inspektion, Reparaturen oder eine individuelle Anpassung Ihres Fahrrads geht - wir kümmern uns darum, dass Ihr Fahrrad immer in Top-Zustand ist.

Besuchen Sie www.zweiradgoetz.ch, um unser Sortiment zu erkunden, sich über aktuelle Angebote zu informieren und mehr über unsere Dienstleistungen zu erfahren. Wir freuen uns darauf, Sie in unserem Geschäft willkommen zu heissen und Ihnen zu einem unvergesslichen Radfahrerlebnis zu verhelfen.

Wir freuen uns auf Sie! Felix Minder und sein Team.

2-Rad Götz GmbH

Scheidgasse 15

3800 Unterseen

033 822 70 63

info@zweiradgoetz.ch

www.zweiradgoetz.ch

Zinsreduktion*
0.25%

Was **uns** ausmacht:
Nachhaltigkeit.

Profitieren Sie für Ihre Hypothek von den Vergünstigungsmodellen «Eco» oder «Familie».

raiffeisen.ch/jungfrau/hypothek

*Zinsreduktion für Neukunden und Erhöhungen

Neue Familien- und Eco-Vergünstigung

Mit den neuen Vergünstigungen unterstützt die Raiffeisenbank Jungfrau Familien mit Kindern und das Engagement für eine nachhaltige Energienutzung mit einer spürbaren Zinsentlastung.

Andy Wirth, wie profitiere ich von einer Eco-Vergünstigung?

«Wir unterstützen Ihr Engagement für eine nachhaltige Energienutzung. Wenn Sie nachweislich nach MINERGIE-Standard bauen, einen GEAK-Ausweis besitzen (A/B oder C/D), Ihr fossiles durch ein erneuerbares Heizsystem ersetzen (bspw. Wärmepumpe) oder eine Photovoltaikanlage installieren, kommen Sie in den Genuss von 0.25% Zinsreduktion auf max. CHF 250 000 für die nächsten fünf Jahre.»

Und wie sieht es betreffend der Familien-Vergünstigung aus?

«Bei einer Neufinanzierung oder einer Renovation unterstützen wir Familien mit Kindern bei der Erfüllung des Wohntraums mit einer Zinsreduktion über fünf Jahre. Je nach Produktwunsch kann die Vergünstigung auf einer Festhypothek, SARON Flex-Hypothek oder variablen Hypothek gewährt werden.»

Warum liegen der Raiffeisenbank Jungfrau die Themen «Nachhaltigkeit & Familie» am Herzen?

«Als Genossenschaftsbank wollen wir unser Geschäft verantwortungsvoll und nachhaltig gestalten - dies prägt unser Geschäftsmodell und unseren Umgang mit Umwelt und Gesellschaft. Mit unseren beiden Vergünstigungen profitieren unsere Kunden für Ihr Engagement in die Umwelt und Gesellschaft.»

Andy Wirth's persönlicher Tipp: «Steht bei Ihnen eine Veränderung der Wohnsituation oder eine Renovation vor der Tür, sind wir mit unserer Erfahrung gerne für Sie da.»



*3 Fragen an:
Andy Wirth*

Andrea Emanuel Wirth

Privatkundenberater
Raiffeisenbank Jungfrau
Untere Bönigstrasse 3
3800 Interlaken
033 828 82 88
jungfrau@raiffeisen.ch
www.raiffeisen.ch/jungfrau



sehen
staunen
geniessen

TAG DER OFFENEN TÜR

Samstag, 9. März 2024 von 10.00 – 16.00 Uhr

Am Tag der offenen Tür zeigen die Spezialisten von Miele und BORA wie effizient moderne Küchengeräte arbeiten. Aber vor allem auch wie einfach genussvolle und gesunde Menüs zubereitet werden können.

Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich von unserer Küchenausstellung und den aktuellen Trends rund ums Thema Küche begeistern!

grüneisen küchenstudio ag
Breite 1b, 3800 Unterseen, Tel. 033 823 90 23

grüneisenküchen 
www.grueneisen-kuechen.ch



Kochdünste und -gerüche lässt BORA gar nicht erst hochsteigen, sondern saugt sie dort ab wo sie entstehen: direkt am Kochfeld.



Zum Hauptgang ein Fisch im Eisblock gegart?
Zum Dessert eine Kugel Glace im Teig gebacken?
Das ist modernes Kochen mit dem Miele Dialoggarer.

elbau 

Miele

BORA

bl
event

Tapeten sind wieder «in»

Im Jahr 2024 feiern wir die Rückkehr des Vintage-Charmes.



Tapeten sind wieder im Trend. Im Jahr 2024 erleben Tapeten eine Renaissance und werden zu einem beliebten und begehrten Gestaltungselement für Wohn(T)räume. Absolute Hingucker wie florale Motive, geometrische Muster und Retro-Designs, erfreuen sich grosser Beliebtheit. Die Rückkehr solcher Muster verleiht den Räumen einen charmanten Retro-Look, der den aktuellen Zeitgeist widerspiegelt.

Tapeten ermöglichen es, einen Raum individuell und einzigartig zu gestalten. Heute bevorzugen viele Menschen eine persönliche Note in ihrer Einrichtung, anstatt auf Mainstream-Optionen zurückzugreifen. Mit Tapeten können wir unsere Persönlichkeit und unseren Stil zum Ausdruck bringen, und dass in einer unvergleichlichen Art und Weise. Auf Wunsch können auch eigene Bilder oder Designs gedruckt und tapeziert werden.

Tapeten sind nicht nur visuell ansprechend, sondern bieten auch interessante Texturen und Dimensionen. Von geprägten Oberflächen, verschiedenen Glanzgraden bis hin zu Tapeten mit 3D-Effekten, gibt es eine grosse Vielfalt an Möglichkeiten, um visuelles Interesse und zusätzliche Dimension in Räumen zu schaffen.

Eine gut gestaltete Umgebung zeichnet sich durch Harmonie und Ausgewogenheit aus. Durch die richtige Kombination von Farben, Texturen und Materialien können wir eine stimmige Atmosphäre schaffen, in der wir uns wohlfühlen.

Eine Farbberatung kann dabei helfen, die richtige Balance zwischen den verschiedenen Elementen zu finden und eine optimale Raumgestaltung zu erreichen.

Zögern sie nicht uns zu kontaktieren, gerne zeigen wir Ihnen unsere grosse Sammlung von den verschiedenen Tapeten-Kollektionen.

Wir beraten sie gerne.

Brigitte von Allmen

Jäck AG

Stv. Geschäftsführerin Maler

Hauptstrasse 5, 3800 Unterseen

Tel. Schriften: 033 823 07 82

schriften@jaeck-ag.ch

www.jaek-ag.ch





«Min Familieoptiker»

auch für meine Eltern und Grosseltern

QR-Code scannen
und Termin vereinbaren:



weltmode. spitzenqualität. bestpreise. **Import Optik**

Adliswil | Brig | Brunnen | Ebikon | Egerkingen | Einsiedeln | Goldau
Interlaken | Sissach | Sursee www.import-optik.swiss

Haben Sie Ihr Geld im Griff?

daniel **rolli**
finanzplanungen

Es ist sinnvoll, zwischendurch innezuhalten und sich grundsätzliche Gedanken über Ihr Geld zu machen und was Sie damit erreichen möchten.

Überblick verschaffen

Als erstes empfehle ich Ihnen, einen Überblick über Ihr Vermögen zu verschaffen. Ich bin immer wieder erstaunt, wie viele Leute sorglos mit Ihrem Geld umgehen und keine Klarheit darüber haben.

Wie viel Sparguthaben habe ich effektiv? Reicht meine Altersvorsorge, um im Alter ein ruhiges und unbekümmertes Leben zu geniessen? Kann ich mit meinen Wertschriften ruhig leben, wenn die Börse abstürzen sollte oder kann ich mir ein Eigenheim auch in Zukunft leisten, sollten die Zinsen eines Tages weiter steigen? Ist meine Partnerin oder Partner bei meinem Ableben genügend abgedeckt? Wie soll sich mein Geld entwickeln? Was ist mir grundlegend wichtig mit meinen Finanzen?

Versicherungen

Auch ist es sinnvoll, sich bei all Ihren Versicherungspolice zu überlegen, welche Risiken Sie tatsächlich abdecken wollen und welche Sie selbst tragen können. Brauche ich die verschiedenen Zusatzdeckungen beispielsweise bei den Motorfahrzeug- und Hausratversicherungen wirklich? Auch bei den Krankenkassen dürfen Sie sich fragen, welche Zusatzabdeckungen Sie tatsächlich benötigen.

Steuern

Wer viel verdient, muss oder darf viele Steuern bezahlen. Es ist ja eigentlich erfreulich, wenn Sie viele Steuern bezahlen müssen. Das zeigt Ihnen, dass Sie ein gutes Einkommen erzielen. Auch hier würde es sich lohnen zu überprüfen, ob Sie alle Steuersparmöglichkeiten ausgenutzt haben. Durch eine klare Planung können Sie einige Tausend Franken Steuern sparen, vor allem wenn Sie vor Ihrer Pensionierung stehen.

Erbschaft

Haben Sie Ihren Nachlass nach Ihrem Ableben geregelt? Können Sie in Frieden gehen? Wird Ihre Familie auch nach Ihrem Ableben einen guten Zusammenhalt

haben oder besteht die Gefahr von Erbstreitigkeiten? Sie haben die Möglichkeit, durch eine umsichtige Erbschaftsplanung dies in die gewünschte Richtung zu lenken. Ihre Familie wird Ihnen dankbar sein!

Die richtigen Fragen stellen

Die für Sie richtigen Antworten zu finden, wird sich für Sie und Ihr Umfeld lohnen. Sie werden Sicherheit und Frieden gewinnen, wenn Sie genau wissen, was Sie mit Ihrem Geld und Ihrem Leben erreichen möchten.

Unabhängiger Berater - Ihre Sicherheit

Suchen Sie Antworten zu Ihrer Steuerplanung, zu Immobilien-, Erbschafts- und Vorsorgethemen und rund um Ihre Pensionierung? Sofern Sie sich mit Ihren Fragen an mich wenden, ist Ihnen eine unabhängige und neutrale Beratung garantiert. Ich arbeite von jeglichen Finanzinstituten wie Banken und Versicherungen losgelöst und empfehle keine Finanzprodukte. Dank dieser Unabhängigkeit kann ich Sie und Ihre Anliegen in den Fokus meiner Beratung stellen. Gerne erwarte ich Ihren Anruf oder Ihre E-Mail.

Daniel Rolli

neutraler und unabhängiger
Finanzplaner mit eidg.

Fachausweis
Bahnhofstrasse 37
(Stedtli-Zentrum)

3800 Unterseen
033 823 60 53

www.rolli-finanzplanungen.ch





Unfold
Beauty



BIS ZU 15 %
JUBILÄUMS-
VORTEIL*

MERA ROLF
BENZ

Wohnevent

Dienstag, 19. bis Sonntag, 24. März 2024

Dienstag, 19. bis Freitag, 22. März, 08.00-12.00 | 13.30-18.30 Uhr

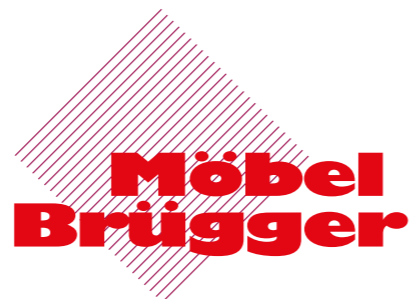
Samstag, 23. bis Sonntag, 24. März, 10.00-17.00 Uhr

Wohnen mit Emotionen

Thunstrasse 23
3700 Spiez

Tel. 033 654 13 64

www.moebel-bruegger.ch



Blasenentzündung: Hilfe aus der Apotheke

STEDTLI
APOTHEKE DROGERIE

Viele Frauen wissen, wie unangenehm und schmerzhaft eine Blasenentzündung sein kann. Eine Abklärung in der Apotheke kann helfen, bakterielle Infekte zu erkennen und direkt zu therapieren.



Bei der sogenannten Zystitis entzündet sich die Schleimhaut der Harnblase oder Harnröhre. Oft verläuft eine Infektion harmlos und ist schnell auskuriert. Steigt sie jedoch weiter auf in die Harnleiter oder Nieren, kann es zu folgenschweren Komplikationen kommen. Frauen erkranken viel häufiger an einer Blasenentzündung als Männer, denn die Harnröhre im weiblichen Körper ist kürzer und liegt näher bei der Analregion. Das verkürzt auch den Weg für Bakterien, um in die Harnblase zu dringen. Aufgrund der gereizten Schleimhaut wird die Dehnbarkeit der Blase vermindert, was einen häufigen Harndrang zur Folge hat. Allerdings können Betroffene nur kleine Mengen Urin pro Toilettengang ausscheiden. Weitere Symptome sind Brennen beim Wasserlassen sowie Schmerzen im Unterbauch oder trüber Urin. Klar erkennbare Blutspuren im Urin deuten auf einen stärkeren Infekt hin, bei dem eine ärztliche Abklärung empfehlenswert ist. Wer zum ersten Mal an einer Zystitis erkrankt, sollte eine Ärztin oder einen Arzt konsultieren.

Schnelle Hilfe bei Blasenentzündung

Wenn es die individuelle Situation erlaubt, können Apotheker*innen im begründeten Ausnahmefall ein Antibiotikum auch ohne Rezept abgeben. Vorerkrankungen wie zum Beispiel Diabetes oder eine Schwangerschaft sowie starke Begleitsymptome wie hohes Fieber oder Schüttelfrost müssen ausgeschlossen werden. Im persönlichen Gespräch in unserem diskreten Beratungsraum fragen die Fachpersonen nach Symptomen und anderen medizinisch relevanten Informationen. Ein Urintest untermauert den Befund zusätzlich.

Die Abklärung dauert rund 15 Minuten und kostet CHF 30.-.

Roman Koch

Eidg. dipl. Apotheker

Co-Betriebsleiter

Stedli Apotheke Drogerie

Hauptstrasse 9

3800 Unterseen

033 822 80 40

Holz als Wärmequelle im Wohnbereich

Holz - die einzige nachwachsende Energiequelle der Welt. Vollgepumpt mit der Kraft der Sonne spendet es behagliche Wärme an kalten Tagen und in frostigen Nächten.



Haben wir noch genügend Energieholz?

Brennende Fragen und kontroverse Berichterstattungen stiften Verunsicherung. Das aktuelle Strategiepapier von Holzenergie Schweiz liefert klare Antworten. Per Ende 2021 wurden in der Schweiz 5.84 Mio. m³ Energieholz genutzt. Das ökologisch und ökonomisch sinnvolle Potenzial wird auf 7.4 Mio. m³ geschätzt. Das zusätzlich verfügbare Potenzial von ca. 1.5 Mio. m³ setzt sich hauptsächlich aus Wald- und Landschaftsholz zusammen.

Holz ist der Inbegriff für erneuerbare Energie

Holz macht unabhängig von fossilen Brennstoffen wie Erdöl, Erdgas oder Kohle, bietet Versorgungssicherheit und bleibt bei richtigem Abbrand komplett in den biologischen Kreislauf integriert. Auch bei den Kosten schneidet Holz im Vergleich mit anderen Brennstoffen sehr gut ab. Im Vergleich zu anderen fossilen Brennstoffen ist Holz ein einfach zu gewinnender Rohstoff. Wird er aus der Region bezogen und bei der Verfeuerung auf einige Grundregeln geachtet, belastet das Heizen mit Holz die Umwelt nur in geringem Masse. Holz setzt bei seiner Verbrennung nur die Menge an Kohlendioxid frei, die im Wachstumsprozess gebunden wurde und verbrennt daher CO₂-neutral.



Damit Holz auch wirklich effizient und möglichst emissionsarm verbrennt, sind folgende Punkte ausschlaggebend:

Holz aufschichten und richtig Anfeuern

Das richtige Anfeuern ist sehr entscheidend. Das größere, schön gespaltene Holz wird unten aufgeschichtet, darauf kommt die Anzündhilfe (z. B. wachsgetränkte Holzwoolknäuel) und dünn gespaltenes Anzündholz. So wird schnell eine ausreichende Feuerraumtemperatur erreicht und die Feinstaubwerte möglichst tief gehalten.

Auf gutes Holz kommt es an

Geeignetes Brennholz ist luftgetrocknet und besitzt eine Restfeuchte von 15 bis 20 Prozent. Für Öfen und Cheminées wird nur unbehandeltes, trockenes Holz verwendet. Der Abbrand soll nicht zu stark gedrosselt werden. Feine, weisse Asche und wenig Russ in der Feuerstelle zeugen von einer umweltschonenden Verbrennung.

Wärme länger speichern

Besonders sinnvoll sind Öfen und Cheminées mit einem Wärmespeicher. Sie speichern die bei der Verbrennung entstehende Wärme und geben sie erst nach und nach an den Raum ab, so dass die Wärme besonders effizient genutzt wird.

Sauberer Ofen, saubere Wärme

Technisch einwandfreie Öfen sorgen dafür, dass das verbrannte Holz optimal in Wärme umgewandelt wird. Durch eine regelmässige Reinigung und Überprüfung der Feuerstelle durch den Kaminfeger ist eine sachgemässe, umweltfreundliche Verfeuerung gewährleistet.

Gerne beraten wir Sie in allen Bereichen der Wohnraumfeuerungen.



Marco Zurbuchen

Eidg. dipl. Hafnermeister
Zurbuchen Plattenbeläge und
Ofenbau AG
3800 Unterseen
Tel. 033 822 79 84
info@zurbuchen-unterseen.ch
www.zurbuchen-unterseen.ch



Die Welt braucht mehr Herz

Machen Sie bei sich selbst den Anfang! Was Ihr Herz wirklich so alles kann, wird Sie sicherlich überraschen! Sie erfahren hier auch, wie Sie eine sogenannte «Herzmauer» daran hindern kann, Freude, Liebe, Glück, Frieden, Leichtigkeit, Kreativität und Erfolg zu erleben.

Wissenschaftliche Erkenntnisse zum Herz

- Es erzeugt 60 bis 1000 Mal mehr Strom und elektromagnetische Energie als Ihr Hirn. Dies macht es mit Leichtigkeit zum mächtigsten Organ Ihres Körpers.
- Sein Magnetfeld hat einen Durchmesser von bis zu drei Metern.
- Jeder Herzschlag sendet Botschaften an alle Zellen Ihres Körpers.
- Auch das Gehirn folgt diesen Botschaften.
- Es kann für sich selbst «denken» und sich an Dinge «erinnern».
- Wissenschaftler glauben, dass es unser «zweites Gehirn» ist.

Was ist eine Herzmauer?

Kennen Sie das Gefühl, das wir als «Herzschmerz» bezeichnen? Es tritt auf, wenn Ihnen jemand so richtig wehtut, Sie ein tiefes Gefühl von Trauer, Verlust, Verletzung oder Verlassenheit durchleben. Ihr Unterbewusstsein kann in diesen Situationen eine Art «Energiewand» bilden, um Ihr Herz vor weiterem Schmerz zu schützen. Diese Energiewand wird als Herzmauer bezeichnet. Nach Schätzungen haben 93% der Menschen eine. Schon kleine Kinder können sich diesen Schutzwall problemlos aufbauen.

Wie fühlt es sich an?

Meinen Klienten erkläre ich es immer so: Stellen Sie sich vor, es ist Krieg und Sie sitzen im Bunker und sind dort sicher und geschützt. Irgendwann ist der Krieg jedoch vorbei und Sie sitzen unnötigerweise immer noch in Ihrem Bunker - kommen einfach nicht mehr heraus.

Mit einer Herzmauer wird Liebe zu geben und zu empfangen schwierig. Sie haben das Gefühl, nicht wirklich dazu zu gehören. Positive Emotionen können Sie nicht «richtig» spüren. Isolation, Traurigkeit, Frustration, Wut, Verwirrung oder depressive Verstimmungen machen sich breit. Neuen Beziehungen gegenüber sind Sie ängstlich und eher verschlossen. Die Kreativität fehlt und oft bleibt auch der Erfolg auf der Strecke.

Wie werden Sie Ihre Herzmauer los?

Mit dem Emotionscode (nach Dr. Bradley Nelson) löse ich Ihre eingeschlossenen negativen Emotionen dauerhaft. **Machen Sie sich frei von Ihrem emotionalen Gepäck - ich helfe Ihnen dabei!**



Folgen Sie Ihrem Herzen - es lohnt sich und ist nie zu spät!

Herzlich willkommen!

- **Autogenes Training**
- **Coaching + Lebensberatung**
- **AUNDA Healing** nach Attilio Ferrara
- **Bodycode | Emotionscode | Beliefcode**
- **Workshops** Spirituelle Entwicklung + Energiearbeit

Behandlungen

- sind bereits ab Babyalter möglich
- auch per Online-Termin und auf Distanz
- von Tieren auch vor Ort (z. B. im Stall) möglich

Krankenkassen anerkannt



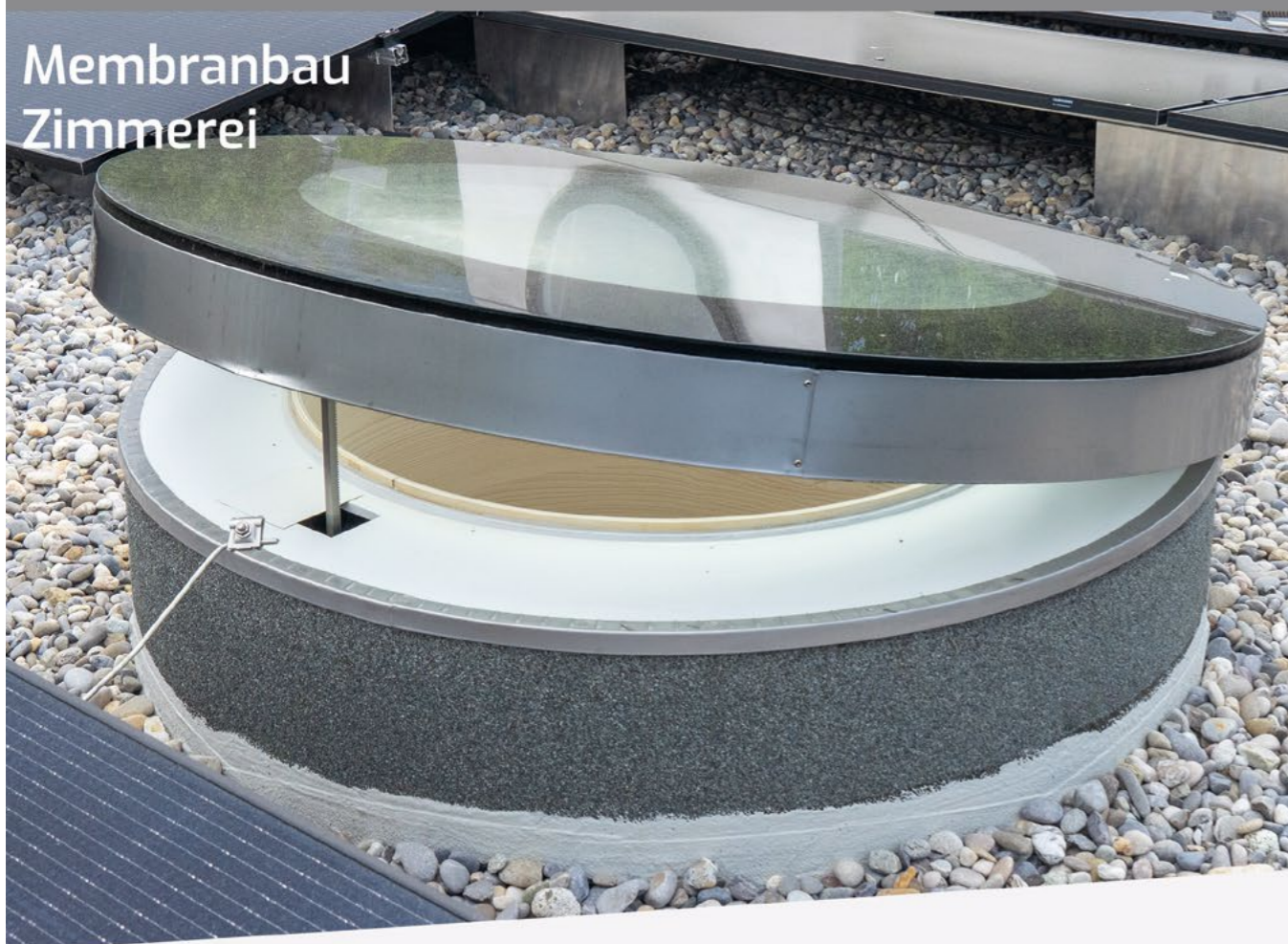
SPIRIT OF LIFE body + soul

Andrea Kölliker
Dipl. Therapeutin + Lifecoach
079 356 06 58
Schlossstrasse 1
3800 Interlaken
info@spirit-of-life.com
www.spirit-of-life.com



Dachfenster

Membranbau Zimmerei



HP Gasser AG ist ein international tätiges Unternehmen, welches sich auf individuelle Lösungen im Bereich Dachfenster-Elementbau und Membranbau spezialisiert hat. Die Abteilung «Zimmerei» ist regional tätig.

HPGASSERAG

DACHFENSTER MEMBRANBAU ZIMMEREI

HP Gasser AG
Industriestrasse 45
6078 Lungern

☎ 041 666 25 35
🌐 www.hpgasser.ch

Jobs:



Krebser

Das kleine Haus am Sonnenhang

Eine Ode auf die Zufriedenheit



Hanser Verlag
Alex Capus:
Das kleine Haus
am Sonnenhang
CHF 33.60

Judith Lüthi
Krebser AG
Aarmühlestrasse 35
3800 Interlaken
033 822 35 16
interlaken@krebser.ch
www.krebser.ch

Alex Capus erzählt eine persönliche Geschichte über die Liebe zur Literatur und ein Leben im Einklang mit sich selbst. Es sind die neunziger Jahre in Italien. In den Kneipen wird geraucht, an den Tankstellen wird man bedient. Alex Capus bezieht ein einsam stehendes Steinhaus am Sonnenhang eines Weinbergs. Dort verbringt er viel Zeit mit seiner Freundin und Freunden, dort sucht er die Einsamkeit, um an seinem ersten Roman zu schreiben.

Krebser



**WIR WÜNSCHEN
SPANNENDE BUCHMOMENTE!**

Ihre Buchhandlung und Papeterie
in Interlaken.

Bücher | Papeterie | Büromöbel | Copy-Print

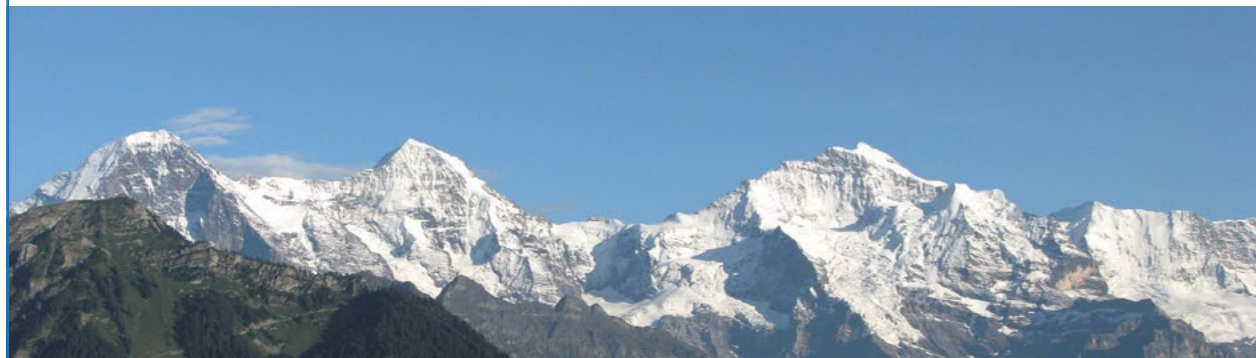
krebser.ch

Top 5 Belletristik

1. Das kleine Haus am Sonnenhang
Alex Capus, Verlag Hanser
2. Die Entflammten
Simone Meier, Verlag Kein & Aber
3. Rauch und Schall
Charles Lewinsky, Verlag Diogenes
4. Die Stadt und ihre ungewisse Mauer
Haruki Murakami, Verlag Dumont
5. Melody
Martin Suter, Verlag Diogenes

Top 5 Sachbuch

1. Outlive
Peter Attia, Verlag Ullstein
2. Das Kind in dir muss Heimat finden,
Stefanie Stahl, Verlag Kailash/Sphinx
3. Einfach Tanja
Tanja Grandits, Verlag AT
4. Can't Hurt Me
David Goggins, Verlag Riva
5. Zurück im Leben
Silvia Eyer, Verlag Wörterseh



BVG Sammelstiftung Jungfrau: Die solide Vorsorgelösung in Ihrer Region

Vergleichen Sie Ihre aktuelle Pensionskassenlösung mit der soliden Vorsorgelösung der BVG-Sammelstiftung Jungfrau. Ein Vergleich kann sich lohnen!

Der Trend ist klar: Die Pensionskassen passen weiterhin ihre Leistungen an, um die langfristigen Leistungsversprechungen sicherstellen zu können. Deshalb ist es wichtig, die aktuellen Leistungen Ihrer Pensionskasse zu kennen? Gerne unterstützen wir Sie in der Beurteilung Ihrer aktuellen beruflichen Vorsorge.

Auch sollte eine Firma immer wieder die aktuelle Pensionskassen-Lösung hinterfragen. Denn Sie sollten sich jetzt darum kümmern, besonders falls Sie wechseln möchten. Die meisten Verträge haben eine Kündigungsfrist von sechs Monaten. Ist der Vertrag per 31. Dezember 2024 kündbar, muss Ihre Kündigung bis 30. Juni 2024 bei

der Vorsorgeeinrichtung eintreffen. Nur so kann die neue Pensionskassen-Lösung 2025 in Kraft treten.

Interessiert? Dann kontaktieren Sie Armin Häslar, Bereichsleiter Versicherungen von der Bank EKI, per Mail: armin.haesler@bankeki.ch; telefonisch unter 033 826 17 90 oder direkt über die BVG-Sammelstiftung Jungfrau: info@bvg-jungfrau.ch.



Armin Häslar

Bereichsleiter Versicherungen
Bank EKI Genossenschaft

Vorsorge Konferenz Schweiz

Am Mittwoch, 13. März 2024, findet die Vorsorge Konferenz Schweiz in Thun statt unter Mitwirkung der BVG-Sammelstiftung Jungfrau. Weitere Informationen dazu finden Sie auf unserer Webseite www.bvg-jungfrau.ch.

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

Musikschule Oberland Ost

DIE WERK- und WIRKstätte für Musik



Instrumentenparcours Interlaken & Meiringen Tag der offenen Tür

**Samstag, 16. März 2024,
10 bis 15 Uhr, Haus der Musik, Interlaken**

**Samstag, 23. März 2024,
10 bis 12.30 Uhr, Schulhaus Pfrundmatte, Meiringen**

Ein Musikinstrument lernen? Mit anderen zusammen musizieren? Eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung ausüben? Das wunderbare Land der Musik erkunden? Verschiedene Instrumente kennenlernen und ausprobieren? Kinder und Erwachsene können nach Herzenslust in Holz- und Blechblasinstrumente blasen, auf Schlagzeugen trommeln, Klaviere und Keyboards ertasten, Akkordeons und Schwyzerörgeli falten, Geigen, Bratschen und Celli streichen, ihre Stimme erschallen lassen, akustische Gitarren zupfen oder elektrische Gitarren und Bässe aufheulen lassen. Die Lehrpersonen der MSO stehen während der Ausstellung für Fragen zur Verfügung. Für Eltern mit Kindern im Vorschulalter gibt es Informationen über die musikalischen Frühfächer. Wem beim Ausprobieren der Instrumente die Puste ausgeht oder während des Rundgangs eine Pause braucht, kann sich im Bistro der Jugendmusik Interlaken verpflegen.

Schülerkonzerte im März:

Sonntag, 3. März 2024, 15.30 Uhr, Haus der Musik
Schlusskonzert Kammermusikwochenende
Leitung: Evelin Aebli, Jenny Hüsler, Regula Schütz

Mittwoch, 6. März 2024 18.30 Uhr, Haus der Musik
Schülerkonzert Cello
Klasse von Claudia Eigenmann

Mittwoch, 3. April 2024, 19 Uhr, Haus der Musik
Schülerkonzert Schlagzeug
Klasse von Vladislav Varbanov

Anmeldung und Information

Sekretariat MSO
Mittengrabenstrasse 24
3800 Interlaken
033 822 63 70
info@mso-net.ch
www.mso-net.ch





Harderstrasse 35
3800 Interlaken

Tel. 033 823 44 04
mail@kuenzli.ch
www.kuenzli.ch



Wir planen, gestalten, bauen und pflegen schöne Gärten und Terrassen!

Rufen Sie uns an. **Telefon 033 823 44 04, mail@kuenzli.ch**



Raum für Abschied

begegnungsquelle.ch

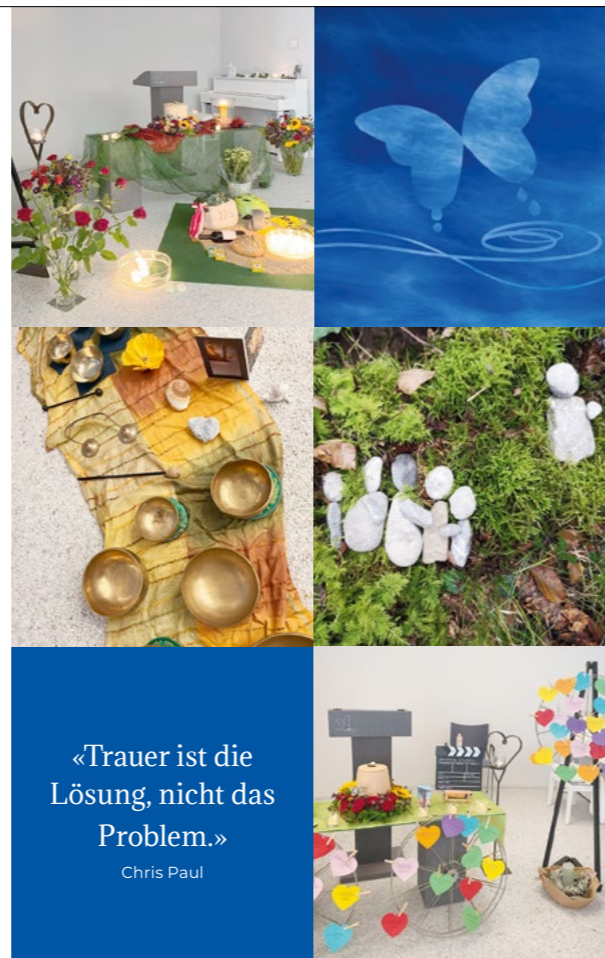
Burgstrasse 14 3600 Thun 033 222 07 07

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

Offene Türen bei der Jugendmusik Unterseen

Donnerstag, 14. März 2024, 18:30 Uhr



Besuche die Jugendmusik Unterseen während der Probe. Das Probelokal befindet sich im Schulhaus Steindler in Unterseen im Untergeschoss der Turnhalle Ost (Eingang durch die Einstellhalle).

Adresse:

Schulanlage Steindler
Steindlerstrasse 8
3800 Unterseen

- Erfahre, welche Instrumente du lernen und spielen kannst und wie die Jugendmusik Unterseen zusammengesetzt ist.
- Höre zu, wie die verschiedenen Instrumente klingen und wie du bei uns mitmachen kannst.
- Probiere selbst aus, wie du die verschiedenen Instrumente zum Tönen bringst

Wir freuen uns auf deinen Besuch! Bring doch auch deine Eltern mit, wir haben viele interessante Informationen. Falls du schon Fragen hast, kannst du dich an Markus Zenger, unseren musikalischen Leiter, wenden:

E-Mail: markuszenger@bluewin.ch
Tel. Privat: 033 823 48 24
Mobile: 079 386 31 35

Angebot gratis Schnupperlektionen

Hast du bereits einen Favoriten unter den Musikinstrumenten? Damit du dein Wunschinstrument besser kennen lernen kannst, bietet dir die JMU **drei gratis Schnupperlektionen an.**

Interessiert? Fragen?

Für eine individuelle Beratung und Unterstützung steht dir unser Ausbildungsverantwortlicher Markus Zenger gerne zur Verfügung. Melde dich jetzt via E-Mail direkt für drei gratis Schnupperlektionen an.
E-Mail: markuszenger@bluewin.ch

Bleibe auf dem Laufenden und verpasse kein Konzert, indem du uns auf Social Media folgst:



Jugendmusik Unterseen

3800 Unterseen

www.jugendmusik-unterseen.ch

WO EIN JIMNY IST, IST AUCH EIN WEG.



BEREITS FÜR **Fr. 31 990.-**
ODER AB Fr. 198.-/MONAT

ALL NEW SUZUKI JIMNY 4x4 COUNTRY
Nur als Zweisitzer-Nutzfahrzeug erhältlich.

New Suzuki Jimny Country, Fr. 31 990.-, Treibstoff-Normverbrauch: 7.7l/100 km, CO₂-Emissionen: 173g/km.

LETZTE GELEGENHEIT!

Hardergarage Hilber GmbH, Hauptstrasse 4, 3800 Matten,
T +41 33 822 36 51, info@hardergarage-hilber.ch, www.hardergarage-hilber.ch

Leasingkonditionen: 36 Monate Laufzeit, 10000 km pro Jahr, effektiver Jahreszins 3.97%, Vollkaskoversicherung obligatorisch, Sonderzahlung: 30% vom Nettokaufpreis. Die Laufzeit und Kilometerleistung sind variabel und können Ihren persönlichen Bedürfnissen angepasst werden. Ihr Suzuki Fachhändler unterbreitet Ihnen gerne ein individuell auf Sie zugeschnittenes Leasingangebot für den Suzuki Ihrer Wahl. Alle Preise verstehen sich inkl. MWST. Diese Konditionen sind gültig für alle Leasingverträge und die Fahrzeug-Immatrikulation vom 1.1.2024 bis auf Widerruf. Eine Leasingvergabe ist verboten, falls sie zur Überschuldung der Konsumentin oder des Konsumenten führt.



KÖNIGSPARTNER
ESAF 2025
GLARNERLAND+



www.suzuki.ch



Eintreten und Geschichte erleben!

LUST ZUM FEIERN?

Nach dem Motto «einzigartig anders» empfehlen wir uns mit all unseren historischen Räumen, dem Park mit Naturbadeteich oder unserer einzigartigen Dachterrasse. Wir sind bereit und flexibel für Sie! Feiern Sie besinnlich oder ausgelassen. Wir freuen uns auf Sie. Unsere vielseitigen Räume wie die Terrassen bieten ausreichend Platz für bis zu 190 Gästen. Gerne unterbreiten wir Ihnen ein massgeschneidertes Angebot.



Besuchen Sie unsere Webseite!



CARLTON-EUROPE
HOTELS & RESTAURANTS & MORE
SINCE 1898

HOTELGESCHICHTE SEIT ÜBER 125 JAHREN

Herzlichen Dank an alle auf dem Bördeli für die jahrelange Treue, Unterstützung und das Mitgestalten unserer Geschichte.

MUSEUMSBESUCH – HOTELGESCHICHTE SEIT 1898

Wir sind ein Boutiquehotel mit vielen Ausstellungsgegenständen. Besuchen Sie uns, für Sie öffnen wir gerne unsere Hoteltüren. Überzeugen Sie sich selbst, wie sich unsere Hotelgeschichte seit über 125 Jahren entwickelt hat. Besuchen Sie die Ausstellungen zu verschiedensten Themen wie Entwicklung der Kommunikation, der Kochkunst, des Nähens... Geniessen Sie einen Drink in unserem Hotelgarten, in der «Chochbar» oder besuchen Sie unsere Pächter «Chalet Beizli», «Asllanis» oder das neue «Wyva» mit seiner grossartigen Weinauswahl in den Räumlichkeiten des ehemaligen Johnny's.

INVESTITIONEN & NACHHALTIGKEIT

Wir schreiben laufend weiter an der Geschichte – damit diese erfolgreich weitergeführt werden kann, renovieren und optimieren wir jährlich Hotelzimmer. Nach der letztjährigen Fassadenrennovation im Gebäude Europe bringen wir das Gebäude Carlton wieder auf Vordermann, so erhalten wir das Ortsbild im Osten. Etwas unbemerkter bauen wir aktuell auf dem Flachdach des Annexgebäude eine breitflächige Solaranlage um selbst nachhaltigen Strom zu produzieren. Nebst der lokalen Fernwärme berücksichtigen wir fast ausschliesslich regionale Lieferanten und Partner sowie lokale und saisonale Produkte.

Höheweg 92 – 94 | 3800 Interlaken
www.carlton-europe.ch | 033 826 01 60

Teekonzert

17. März 2024, Kirchgemeindehaus Matten



VEREINE / MUSIK



Liebe Freunde des Musikverein Interlaken Unterseen

Kurzweilig, vielseitig, vom Marsch bis zu Coldplay ... Ein Musikerlebnis für Gross und Klein, Jung und Alt. Kommt vorbei zum musikalischen Zvieri des MVIU!

Für die Kinder haben wir uns etwas Spezielles ausgedacht, um ihnen den Spass an der Musik näher zu bringen. Doch es kommen alle auf ihre Kosten: Geniessen Sie gemeinsam mit uns den Sonntagnachmittag mit abwechslungsreicher Musik. Während dem Konzert ist für Verpflegung gesorgt: Tee, Kaffee, für die Kleinen Sirup und eine leckere Kuchenwahl.

Datum: Sonntag, 17. März 2024
Zeit: 15 Uhr
Ort: Kirchgemeindehaus Matten
Eintritt frei, Kollekte

Wir freuen uns auf Sie!
Ihr Musikverein Interlaken Unterseen



Musikverein Interlaken Unterseen

3800 Interlaken
info@mviu.ch
www.mviu.ch

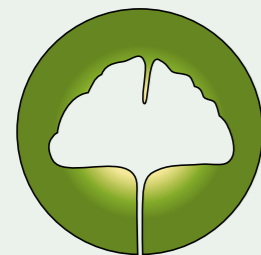
Das grosse Backen beginnt... wo ächt süsch!
 KitchenAid Swiss KSM 200



ab Fr. 699.-



Gebr. Vögeli AG, untere Bönigstrasse 10A, 3800 Interlaken, T 033 822 21 90, www.haushalt-voegeli.ch



Praxis für klassische Homöopathie

Jungfraustrasse 32 · 3800 Interlaken · Telefon 079 458 08 86
 info@gesund-homoeopathie.ch · www.gesund-homoeopathie.ch

In meiner langjährigen Praxiszeit behandle ich immer wieder Patienten, die von der «normalen Medizin» aufgegeben oder enttäuscht wurden. Mit der Aussage: «Damit müssen Sie leben, ich kann nichts mehr für Sie tun». Viele Leute salben, inhalieren und schlucken täglich Medikamente, dies über Jahre und eine **Heilung** ist trotz alldem nicht in Sicht. Das Einzige, was sie erwarten können, ist eine Linderung ihrer Beschwerden. Die Medikamente helfen ihnen, ihren Alltag wie «Gesunde» zu bewältigen.

Krankheiten die mittels Medikamenten in Schach gehalten werden, sind nicht geheilt. Wir sind krank weil wir Bakterien und Viren in uns haben, so denkt der Mediziner.

Die Homöopathie versteht das anders. Hier steht der ganze Mensch im Mittelpunkt. **Der Mensch ist krank und darum nehmen Bakterien, Viren etc. überhand, die eine Krankheit überhaupt erst auslösen können.**

Stärken wir den Menschen, so heilt er sich aus eigener Kraft!!

Eignungsgebiete

- chronische und akute Krankheiten
- vom Bébé bis zum Greis
- Schwangere und Stillende



Dominique Dietrich

- dipl. Homöopath SHI
- Mitglied Homöopathie Verband Schweiz (HVS)
- Eidg. Dipl. Homöopath

Von allen Krankenkassen anerkannt.

Konzert und Theater

Musikgesellschaft Matten



Direktion:
 Christine Gnägi

Theater:
 Ferie am Meer
 Lustspiel in einem Akt von Susanne Seiler
 unter der Regie von Markus Adzic

Tanz und Unterhaltung
Freitag: «Glüessler»
Samstag: Schwyzerörgeli quartett Habkern

Freitag, 1. März 2024, 20 Uhr
 Samstag, 2. März 2024, 20 Uhr
 im Kirchgemeindehaus Matten

Eintritt CHF 15.-
 Platzreservierungen **nur für Samstagabend**
 Bäckerei Christen während Ladenöffnungszeiten oder
 per Telefon 033 822 19 25

Warme Küche vor dem Konzert von 18 - 19.30 Uhr
Gemütliche Musik-Bar!

Schöne, reichhaltige Tombola

Freundlich ladet ein die Musikgesellschaft Matten

Musikgesellschaft Matten
 www.mgmatten.ch

Quartetto Aureo

KAMMERMUSIKKONZERTE
HONDRICH

Sonntag, 3. März 2024, 17 Uhr, Inforama Hondrich Grosser Saal



Quartetto Aureo

Die vier leidenschaftlichen Kammermusiker*innen widmen sich mit Entdeckergeist und Spiellust der Gattung Streichquartett, wobei sie zwei gegensätzliche Hauptwerke von unglaublichem Ideenreichtum ihrer Schöpfer für ihr Publikum ausgewählt haben.

Franziska Grütter, Violine
Michael Keller, Violine
Irene Arametti, Viola
Carla Keller, Violoncello

Antonín Dvořák

Choral op. 63 in G-Dur «Es zog manch Lied»

Ludwig van Beethoven

Streichquartett op.18 Nr. 4 in c-Moll

Antonín Dvořák

Streichquartett op. 96 in F-Dur «Das Amerikanische»

Antonín Dvořák

Choral op. 63 in g-Moll
«Hörst Du des Haines Abendgeläute»

Adresse

Inforama Hondrich Grosser Saal
Hofstatt 2, 3702 Hondrich bei Spiez

Reservationen

www.kammermusik-hondrich.ch
oder per SMS an 078 763 08 54

Apérokonzert

Blasmusik mit Herz

Sonntag, 10. März 2024, 11 Uhr, im Lötschbergsaal Spiez



Thunersee Musikanten

**Sonntag, 10. März 2024, 11 Uhr,
im Lötschbergsaal Spiez**

Eintritt frei! Kollekte!

Der Apéro anschliessend an das Konzert wird offeriert von: Partyservice Peter Schoch Spiez

Weitere Sponsoren:

- SB Schlag & Blasinstrumente AG Amsoldingen
- Optik Bouvier Spiez
- MUSIK HAUS HIRSIGER Atelier Spiez
- Thun-Süd-Reisen Daniel Zumbach Thun

MusikantInnen gesucht:

Zur Ergänzung unserer Besetzung (Vakanzen), suchen wir immer noch per sofort:

- Klarinette B oder Es
- Posaune

Probetag: 2 Dienstage / Monat, 20 Uhr in Einigen.

Wir freuen uns auf Ihre Mitteilung

Die Thunersee Musikanten



Die Thunersee Musikanten präsentieren Ihnen:

Grosse Melodien, packender Groove & überquellende Virtuosität- die kleine Egerländer Besetzung - das Original (kurz DKEB) bringt ihre Zuhörer*innen mit ihrem unnachahmlichen Blasmusik-Sound zum Träumen und Tanzen!

Tickets hier!



Die kleine Egerländer Besetzung - das Original!

Samstag, 2. November 2024

19.30 Uhr

Lötschbergsaal Spiez

Jetzt Tickets sichern:

- Info Center Spiez
- Die Schweizer Post
- BLS
- DKEB-Huttermusic

Thunersee Musikanten

Chaletweg 2 B, 3700 Spiez
www.thunersee-musikanten.ch

Infoveranstaltungen

19:30 Uhr

Mittwoch

✗ **8. November 2023**

Dienstag

✗ **23. Januar 2024**

Donnerstag

□ **14. März 2024**

Donnerstag

□ **25. April 2024**

Mittwoch

□ **22. Mai 2024**

Donnerstag

□ **13. Juni 2024**

im Noss Schulzentrum
Es ist keine Anmeldung erforderlich

...in nur 3 Minuten
vom Bahnhof Spiez

noss.ch

NEU: 7./8. Schuljahr

9. Schuljahr (Real und Sek)

10. Schuljahr (Zwischenjahr)

NOSS

Schulzentrum



KURS – PILATES FÜR EINSTEIGER

mit Linsey Volken

Pilates ist ein funktionelles Ganzkörpertraining zur Kräftigung der tiefliegenden Muskulatur. Der Fokus liegt im Stärken und Stabilisieren des Rumpfes, Beckenbodens, Bauch und Rücken.

Ab 3. April bis 5 Juni, mittwochs von 9 – 10 Uhr in der Physio SPARTOS

CHF 250 | CHF 220 für Mitglieder Physio SPARTOS

Weitere Informationen zum Kurs: www.physio-artos.ch



Berner Oberländer Militärspiel



Konzerte in Steffisburg und Matten

Leitung: Adj Uof Markus Graf und Tamb Wm Rolf Schmutz
Moderation: Vreni Blesi

Aula Schulanlage Schönau, Steffisburg

Freitag, 8. März 2024
20 Uhr

Kirchgemeindehaus Matten b. Interlaken

Mittwoch, 13. März 2024
20 Uhr

Eintritt frei, freiwillige Beiträge zur Deckung der Unkosten sind auch mit TWINT willkommen

Liebe Konzertbesucherinnen und Konzertbesucher

Beim Konzertprogramm des vergangenen Jahres standen die Themen Frieden und Freiheit im Zentrum. Leider hat sich die Weltlage seither nicht gebessert, weitere Krisen sind dazugekommen oder haben sich zugespitzt. Unter diesem Eindruck möchten wir unseren Konzertbesuchenden die Gelegenheit bieten, bei schmissiger Militärmusik während zwei Stunden die Alltagsorgen ein wenig zu vergessen.

Diesmal haben wir bewusst auf ein Motto verzichtet und ein Programm zusammengestellt, das sowohl den Ausführenden als auch dem Publikum in erster Linie Spass und Vergnügen bereiten soll. Traditionelle Märsche werden ergänzt durch Unterhaltungsmusik, die mal volkstümlich, mal romantisch, ab und zu solistisch und gegen Ende des Abends auch recht «jazzig» daherkommen wird.

Im ersten Teil wird es für einen Augenblick besinnlich, wenn die ergreifende Melodie zum viel Trost und Zuversicht vermittelnden Gedicht von Dietrich Bonhoeffer (1945) erklingen wird. Dieser Satz steht am Anfang der letzten Strophe:

Von guten Mächten wunderbar geborgen,
erwarten wir getrost, was kommen mag.

Wie gewohnt werden es auch unsere Tambouren verstehen, das Publikum mit zündenden Rhythmen in ihren Bann zu ziehen.

Wir wünschen gute Unterhaltung!

Ihr Berner Oberländer Militärspiel
Markus Graf, Spielführer

Konzertprogramm

Fröhlicher Einzug Heinrich Steinbeck
Marsch

Vreni Blesi - Marsch Konrad Zobrist

Romance Frantisek Kmoch
Solo für Flügelhorn und arr. Karel Belohoubek
Euphonium
Solisten: Konrad Sigrist, Peter Schneider

Doctor Feelgood and the Surf Drummers Roman Lombriser
Tambouren

Von Guten Mächten Siegfried Fietz
Melodie zum Gedicht arr. Martin Scharnagl
von Dietrich Bonhoeffer

Die Besenbinder von Leissigen Rudolf Ringgenberg
Polka-Intermezzo arr. Jörg Ringgenberg

Abschied der Gladiatoren H. L. Blankenburg
Marsch

PAUSE

Flight 16-80 Dominique Magnin
Tambouren

Gemmi-Marsch Stephan Jaeggi

Aentlibuecher Polka Albert Benz
Solistische Polka
Flügelhorn: Rolf Marschall, Hans Aeschbacher
Euphonium: Max Lüthi, Peter Schneider
Posaune: Hans Ulrich Blatter

Saxo Trip Hans Kolditz
Solisten:
Trix Zbinden, Walter Frauchiger, Konrad Zobrist

Jazz-Drums Rolf Liechti
Tambouren

St. Louis Blues-Marsch William C. Handy
arr. F. David/ W. Jost

Rag from Aegeri Ivo Huonder

Un Addio Ambrogio Eusebiotti
Marsch arr. Remo Boggio

Berner Oberländer Militärspiel

www.militaerspiel-boms.ch

Programm der 64. Interlaken Classics 2024



Mittwoch, 27. März 2024, 19.30 Uhr
Kunsthaus Interlaken
Frühlingstango & Gourmetgenuss

Gründonnerstag, 28. März 2024, 19.30 Uhr
Schlosskirche Interlaken
Meisterkonzert Trompete - mit **Reinhold Friedrich**
Klavier: **Eriko Takezawa**

Ostersonntag, 31. März 2024, 17 Uhr
Congress Kursaal Interlaken, Konzerthalle
1. Sinfoniekonzert
Zakhar Bron Festival Orchestra
Solisten: **David Garrett**, Violine & **Olga Scheps**, Klavier

Ostermontag, 1. April 2024, 17 Uhr
Haus der Musik Interlaken
Abschlusskonzert mit **Studentinnen und Studenten** vom
Meisterkurs Trompete

Donnerstag, 4. April 2024, 19.30 Uhr
Congress Kursaal Interlaken, Konzerthalle
2. Sinfoniekonzert - Beethoven Gala
Zakhar Bron Festival Orchestra
Solisten: **Nobuyuki Tsujii**, Klavier und **Youlan Lin**, Violine

Freitag, 5. April 2024, 19 Uhr
Schlosskirche Interlaken
Johann Sebastian Bach - Das Orgelwerk
Künstler: **Helmut Freitag**, Orgel

Sonntag, 7. April 2024, 10.30 Uhr
Congress Kursaal Interlaken, Theatersaal
Matinee mit dem Zakhar Bron Chamber Orchestra
Solisten: **LiLa**, Violoncello; **Sofia Demetriades**, Violine;
Vera und Laura Kostner, Violine

Dienstag, 9. April 2024, 19.30 Uhr
VICTORIA-JUNGFRAU, Salle de Versailles
Meisterkonzert Violine - mit **Zakhar Bron**
Klavier: **Irina Vinogradova**

Mittwoch, 10. April 2024, 19.30 Uhr
Haus der Musik Interlaken
Abschlusskonzert mit **Studentinnen und Studenten** vom
Meisterkurs Violoncello

Freitag, 12. April 2024, 19.30 Uhr
Kirche Unterseen
Soiree «Perlen der Klassik»
Das Ensemble spielt Werke u. a. von **Ennio Morricone**
und **John Williams** (Schindler's Liste)

Samstag, 13. April 2024, 16 Uhr
Kirchgemeindehaus Matten
Kinderkonzert «Vivaldi für Kinder»
Erzähler: **Marko Simsa**

Sonntag, 14. April 2024, 10.30 Uhr
Kirchgemeindehaus Matten
Kinderkonzert «Mozart für Kinder»
Erzähler: **Marko Simsa**

Sonntag, 14. April 2024, 17 Uhr
Kirche Unterseen
Abschlusskonzert mit **Studentinnen und Studenten** vom
Meisterkurs Violine

Programmänderungen vorbehalten.

Für weitere Auskünfte und Informationen:
Tel. 033 821 21 15 www.interlaken-classics.ch

Für Tickets:
www.kulturticket.ch
Telefon 033 821 21 15
oder im Tourismusbüro Interlaken

Details zu den Sinfoniekonzerten



Ostersonntag, 31. März 2024, 17 Uhr
Congress Kursaal Interlaken, Konzerthalle

1. Sinfoniekonzert - Zakhar Bron Festival Orchestra
Leitung: Anna Handler und Zakhar Bron
Solisten: **David Garrett**, Violine & **Olga Scheps**, Klavier

Programm:
Dvorak «Largo», aus Sinfonie Nr. 9 «Aus der neuen Welt» (2. Satz)
Schubert Sinfonie Nr. 7. h-Moll D 759 «Unvollendete»

John R. Haywood/David Garrett
Klavierkonzert «One World»
Gluck Melodie aus «Orpheus und Euridike» (Solist: David Garrett)
Kreisler Liebesleid (Solist: David Garrett)
Kreisler Tempo di Minuetto (Solist: David Garrett)

Eintrittspreise: 180.- / 140.- / 120.- / 100.- / 80.- / 60.-

Donnerstag, 4. April 2024, 19.30 Uhr
Congress Kursaal Interlaken, Konzerthalle

2. Sinfoniekonzert - Beethoven Gala
Zakhar Bron Festival Orchestra
Leitung: Jiří Rožeň und Zakhar Bron
Solisten: **Nobuyuki Tsujii**, Klavier und **Youlan Lin**, Violine

Programm:
Beethoven Romanze für Violine und Orchester G-Dur op. 40, veröff. 1803
Beethoven Sinfonie Nr. 8 F-Dur op.93

Beethoven Klavierkonzert Nr. 5 Es-Dur op.73

Preise: 110.- / 90.- / 70.-

Für weitere Auskünfte und Informationen:
Tel. 033 821 21 15, www.interlaken-classics.ch

Für Tickets: www.kulturticket.ch, Tel. 033 821 21 15 oder im Tourismusbüro Interlaken

Interlaken Classics
info@interlaken-classics.ch
www.interlaken-classics.ch
Telefon 033 821 21 15

art7theater

Glamouröse, ein einzigartiges Theaterstück



«GLAMOUROSE»

Ein einzigartiges, heiteres Theaterstück mit Schauspiel, Musik und Gesang. Es erwartet Sie ein verzaubernder Abend voller glamouröser Überraschungen.

Ein bisschen amerikanisch, ein bisschen übertrieben, ein bisschen Leben und garantiert ein Glücklichermacher.

Premiere: 22. Februar 2024

1. / 2. / 6. / 7. / 8. / 9. / 13. / 14. / 15. / 16. März 2024

Türöffnung: 19.30 Uhr

Beginn: 20.15 Uhr

Wir freuen uns riesig auf Euch

Ticketreservation:

www.lartrium.ch

www.schlosskeller.ch

Buchhandlung Krebsler, Interlaken

Sekretariat 079 811 37 05



Art7

079 811 37 05

info@lartrium.ch

www.lartrium.ch

Schlosskeller Interlaken

Kleintheater des Kunsthauses Interlaken



art7 Theater «GLAMOUROSE»

1. / 2. / 6. / 7. / 8. / 9. / 13. / 14. / 15. / 16. März 2024
20.15 Uhr

Ein einzigartiges, heiteres Theaterstück mit Schauspiel, Musik und Gesang. Es erwartet Sie ein verzaubernder Abend voller glamouröser Überraschungen. Ein bisschen amerikanisch, ein bisschen übertrieben, ein bisschen Leben und garantiert ein Glücklichermacher.

Fred Jaggi Imker, Autor und Geschichtenerzähler

Freitag, 22. März 2024, 20.15 Uhr

Fred Jaggi, Mitwirkender im Film «More than Honey». Freuen Sie sich auf einen Abend unter dem Motto «unsere Bienen und was wir ihnen verdanken».

Vorschau April und Mai 2024

Schlamassel

Musik von unterwegs - Balkan, Klezmer & mehr

Samstag, 27. April 2024, 20.15 Uhr

Zwei Stühle für Gefühle

Eine Therapiesitzung von Gaehler, Gschwind und Oswald,
Samstag, 4. Mai 2024, 20.15 Uhr

In Veri Veritas

Ein kabarettistisches Fluchtachterl,
Samstag, 25. Mai 2024, 20.15 Uhr

Schlosskeller Interlaken

Sekretariat 079 811 37 05

www.schlosskeller.ch

PLATINIUM
P
Wir sind ein
Platinium-Betrieb!

STEINER&SÖHNE

PLATTENBELÄGE UND CHEMINÉEBAU GMBH

PLANEN SIE EINEN UMBAU ODER NEUBAU?
GERNE BERATEN WIR SIE BEI DER RICHTIGEN AUSWAHL DER KERAMISCHEN-
/NATURSTEINPLATTEN, VINYL-/ LAMINATBÖDEN UND BEI DER AUSWAHL EINES
KAMINOFENS, CHEMINÉE ODER OUTDOOR FEUERSTELLE SOWIE NATUROFLOOR
ODER VERPUTZE.
REINIGUNGSMITTEL, IMPRÄGNIERUNG DER WAND- / UND BODENBELÄGE
GERNE HELFEN WIR DIE RICHTIGE PFLEGE/LÖSUNG ZU FINDEN



Because we care

FIA
surface care solutions

LEHRSTELLE FREI ALS
PLATTENLEGER-/IN EFZ
STELLE FREI ALS
PLATTENLEGER-/IN EFZ

EICHZUN 4, 3800 UNTERSEEN, T 033 822 35 34
INFO@STEINER-SOEHNE.CH, WWW.STEINER-SOEHNE.CH
AUSSTELLUNG EICHZUN 4

IHR MULDEN UND HEIZÖL- LIEFERANT AUS INTERLAKEN




Muldenservice
oeltrans ag
Interlaken / Frutigen / Meiringen / Thun




Familie Beeler und Mitarbeiter

Seit 1970 Heizöl, Diesel, Benzin, Tankstellen und
Transporte aus der Region
Telefon 033 828 68 68, www.oeltrans.ch



BEO SCHMERZ frei
Leben ohne Schmerz


Ambulante Schmerzpraxis
in der Rehaklinik Eden
Oberried am Brienersee

Willkommen bei uns
am Brienersee


Wir helfen Ihnen, Ihre Schmerzen loszuwerden
und zu einem glücklichen Lebensstil zurückzukehren.
In unserer Praxis bieten wir eine multimodale
Herangehensweise zur Behandlung akuter und
chronischer Schmerzen. Wir verfügen über
langjährige Erfahrung in der ambulanten und
stationären Schmerzbehandlung und stellen für Sie
ein optimales Therapiekonzept zusammen.

www.beo-schmerzfrei.ch

Panoramastrasse 20,
3854 Oberried am Brienersee
+41 (0)33 849 85 85



REHA
KLINIK
eden
GEMEINSAM ZUM THERAPIEERFOLG



Stadtkeller Unterseen



Kleintheater am Stadthausplatz



Samstag, 23. März 2024, 20.15 Uhr
amuseBouche
«amuseBouche tischt auf»

Selbsteingemachtes, Halbgefrorenes und Zartgegartes von
und mit Ursula Fahrni, Bettina Amacher, Markus Metzger
und Hanspeter Michel. Ein Ohrenschauspiel aus bekannten
und unbekanntem musikalischen Köstlichkeiten – laktosefrei
und garantiert a capella.

Eintritt: CHF 35.- / bis 16-jährig CHF 15.-
Bar geöffnet ab 19.30 Uhr

Vorverkauf ab sofort: Stedtli Apotheke Drogerie
Hauptstrasse 9, 3800 Unterseen, Tel. 033 822 80 40

Premiere am Mittwoch, 27. März 2024, 20.15 Uhr
Schlupfwinkel im Stadtkeller

Bühnenkunst schaffen und darüber sprechen.
Peter Grunder bereitet die Bühne für den
Kunstschaffenden Lukas Kohler.

Eintritt CHF 25.- an der Abendkasse
Reservation unter www.schlupfwinkel.ch

Stadtkeller Unterseen
Stadthausplatz
3800 Unterseen
www.stadtkeller-unterseen.ch

Innovativ verkaufen
Kaufen mit Vertrauen

**Immobilienmakler
Bauherrenberatungen
Immobilienbewirtschafter**

INTERLAKEN

Marktanalysen
Bewertungen

Finanzierung
Bauberatung

Rechtliches
Steuern



Einfamilienhäuser
Spez.immobilien
Wohnungen
Gewerbe

AI

AARE IMMOBILIEN

033 543 24 83
info@aareti.ch

mehr unter aareti.ch

Stefan Meyer
Immobilienmakler
Immobilienvermarkter

Verena Regez
Architektin
Immobilienmaklerin




**Für alle, die Hilfe
zuhause brauchen**



Rundum-
Betreuung
ab CHF 6200
pro Monat

Von wenigen bis 24 Stunden.
Respektvoll, von Krankenkassen anerkannt.



Tel 033 847 80 60
www.homeinstead.ch

**Home
Instead.**
Zuhause umsorgt

FREITAG, 31.5.2024 · 20:00 UHR



**CAROLINE
ALVES**
«SRF3 BEST TALENT»
CHF 25.-

FREITAG, 21.6.2024 · 20:00 UHR



LADINA
«SRF3 BEST TALENT»
CHF 25.-

FREITAG, 6.9.2024 · 20:00 UHR



JAËL
ACOUSTIC TRIO TOUR
CHF 35.-

Tickets www.ticketino.com
Hotline 0900 441 441 (CHF 1.-/Min.)
oder in einer von 1600 Vorverkaufsstellen

Food & Kasse ab 18:30 Uhr

Untere Bönigstrasse 35 3800 Interlaken www.topoff.ch

Ein Bereich der SEEBURG-Gruppe Interlaken www.seeburg.ch



Verein Ortsgeschichte Habkern

Jahresprogramm 2024

altes schulhaus
VEREIN ORTSGESCHICHTE HABKERN



Wir laden die Bevölkerung herzlich zu den folgenden
Veranstaltungen ein.

Öffnungszeiten Ortsmuseum und Werkstube
Jeden Donnerstag 13.30 - 16.30 Uhr

**Öffnungszeiten Sonderausstellung
und Ortsmuseum**
17. März 2024 bis 31. Oktober 2024
jeden Donnerstag sowie an folgenden Sonntagen, je-
weils 13.30 bis 16.30 Uhr:

Sonntag, 7. April 2024
Sonntag, 5. Mai 2024
Sonntag, 2. Juni 2024
Sonntag, 14. Juli 2024
Sonntag, 4. August 2024
Sonntag, 1. September 2024
Sonntag, 6. Oktober 2024

**Eröffnung der Sonderausstellung
«Landschaft Habkern»**
Sonntag, 17. März 2024, ab 10.30 Uhr, Altes Schulhaus
Hans Baumann aus Unterseen, langjähriger Lehrer an
der Schule Habkern, stellt eine Auswahl seiner neusten
Acrylbilder öffentlich aus. Zu bewundern sind Werke,
die von der Liebe zur Natur und der Region sprechen.
Parallel zur Eröffnung der Sonderausstellung wird im
Schulhaus der traditionelle Ostermärt durchgeführt. Ein
Besuch lohnt sich!

Zanti Hanser Gedenkgottesdienst
Sonntag, 7. Juli 2024, 10.15 Uhr, Wydegg / bi Spychere
Gedenkgottesdienst zur Armenspende in Habkern, ei-
nem alten Brauch aus Anlass der Viehseuche auf den Al-
pen Ällgäu und Bohl im Jahre 1718 und benannt nach
dem St. Johannstag vom 5. Juli nach dem Kalender al-
ten Styls. Durchführung bei jedem Wetter bei den Spy-
chern. Erreichbar zu Fuss in 15 Minuten ab dem Park-
platz Schwarzbach.

Dieses Programm ist auch abrufbar unter
www.altes-schulhaus-habkern.ch

Tauchen Sie ein in Habkerns Vergangenheit unter
www.habkern-archiv.ch, das digitale Archiv mit Berich-
ten, Publikationen, Zeitungsartikel, Videos und histori-
schen Bilddokumenten.

Verein Ortsgeschichte Habkern
3804 Habkern
Telefon 079 890 51 20
ogh@bluewin.ch
www.altes-schulhaus-habkern.ch
www.habkern-archiv.ch

Üse Tourismus – üsi Ferieregion

Interkultureller Workshop in Interlaken



Seit Jahrzehnten faszinieren die einzigartigen Naturschönheiten mit den Bergen und Seen die Gäste Interlakens. Doch auch die Willkommenskultur und gelebte Gastfreundschaft tragen massgeblich dazu bei, was die Heimkehrenden zu berichten wissen. Als internationale Destination darf Interlaken heute Gäste aus aller Welt begrüßen. Kommen die Gäste aus weniger bekannten Kulturen, hilft das Wissen über die jeweiligen Traditionen und Gepflogenheiten, Missverständnisse zu vermeiden und den Aufenthalt für die Gäste und die Gastgeber angenehm zu gestalten. Es erleichtert den zwischenmenschlichen Kontakt und das Verständnis für die Gäste. Einerseits ist das Sales-Team von Interlaken Tourismus während seiner Aufenthalte im Ausland bestrebt, den Partnern die Schweizer Gepflogenheiten näherzubringen. Andererseits werden in der Ferienregion Interlaken deshalb seit Jahren im Frühjahr interkulturelle Workshops für Partner und Interessierte durchgeführt.

Am Mittwoch, 27. März, vermittelt ein Länderexperte im Rahmen des interkulturellen Workshops sein fundiertes Wissen. Ziel ist es, den kulturellen Hintergrund, Traditionen und die Eigenarten der Lebensweise der Gäste aus China, Indien und dem arabischen Raum zu beleuchten und wertvolle Praxistipps für die wichtigsten Berührungspunkte im Gästekontakt weiterzugeben.

Kostenlos anmelden bei Interlaken Tourismus

Der interkulturelle Workshop vom 27. März ist öffentlich und kostenlos. Einzig eine Anmeldung ist erforderlich. Die Teilnehmeranzahl ist beschränkt. Weitere Informationen und das Anmeldeformular findest du unter interlaken.ch/workshop.

Interlaken Tourismus informiert an dieser Stelle über seine Tätigkeiten für Gäste und für Einheimische.

Interlaken Tourismus

Marktgasse 1
Postfach, 3800 Interlaken
033 826 53 00
mail@interlaketourism.ch



Zwergtaucher, Vogel des Jahres 2024 von Michael Gerber, BirdLife

Vogelschutzverein Bödeli

Unsere Anlässe 2024



Verein für Vogelschutz
und Vogelkunde Bödeli

Mittwoch, 3. April 2024, um 19 Uhr Kirchgemeindehaus Futura, Kirchgasse 3, Unterseen. Vortrag über das Leben der Mauersegler von Patrik Burkhardt. Eintritt frei, ohne Anmeldung.

Samstag, 27. April 2024, 8 Uhr Vogelexkursion bei Steffisburg, Busstation Dorf, Steffisburg, ab Interlaken West mit Zug um 7.05 Uhr (7.00 Ostbahnhof), Ankunft 7.55 Uhr. Anziehen: gute Schuhe, angepasste Kleidung, Feldstecher, am Schluss der Exkursion, um ca. 13 Uhr gibt es Möglichkeiten einzukehren.

Samstag, 4. Mai 2024, Begleitete Frühjahrsexkursion Weissenau unter der Leitung von Anne Pickhardt und Simone Sikyr. Treffpunkt um 6.30 Uhr beim Parkplatz Weissenau, Teilnahme frei und für alle Vogelbegeisterte ein Muss. Mitnehmen: Fernglas, gutes Schuhwerk und Regenschutz. Die Exkursion findet bei jeder Witterung statt (Bis 10 Uhr).

Samstag, 4. Mai 2024, Neobiota Tag: 9-16 Uhr, Pflanzenkunde und Pflanztausch-Anlass bei der Dorfscheune Matten zusammen mit der Gemeinde Matten und Biodiversitätsgruppe Matten. Einheimische Pflanzen und Neophyten kennenlernen.

Sonntag, 26. Mai 2024, Festival der Natur, Exkursion Kanderdelta, Abfahrt ab Interlaken Ost 5.58, West 6.03 Uhr bis Spiez oder individuell. Anmeldung erforderlich. Treffpunkt: Einigen, Chanderbrücke 6.50 Uhr. Leitung: Gunther Klenk, gunther@klenk.ch.

Mittwoch, 26. Juni 2024, Neophyten Infoanlass mit Rundgang im Rugen mit Daniel Tschiemer, Treffpunkt: Mattenhof Resort 19 Uhr.

Sonntag, 6. Oktober 2024, Eurobirdwatch Lombachalp b. Habkern (Vogelzug Beobachtung). 9-16 h, ca. 45 Minuten Wanderzeit von Lägerstutz/Rest. Jägerstübli - Winterrösch.

Samstag, 23. November 2024, Meisenknödel selber herstellen. 14-17 Uhr in der Küche des Sekundarschulhaus Interlaken. Anmeldung erforderlich. Limitierte Plätze.

Weitere Informationen auf unserer Homepage www.vsvb.ch Änderungen vorbehalten.

Anmeldungen, Mitteilungen, Anfragen bitte an info@vsvb.ch richten oder 076 250 20 29 anrufen.

Jetzt mit TWINT
bezahlen!

QR-Code mit der
TWINT App scannen
Betrag und Zahlung
bestätigen



Vogelschutzverein Bödeli

Telefon 076 250 20 29

info@vsvb.ch

www.vsvb.ch

fairafric – Schokolade made in Ghana

claro Weltläden für fairen Handel Brienz und Interlaken



BIO - FAIR - PLASTIKFREI

Eine Pionierleistung war die Gründung des Social Business fairafric im Jahr 2016. Die Idee von CEO Hendrik Reymers war, die gesamte Wertschöpfung im Ursprungsland zu belassen, damit die lokale Bevölkerung profitiert statt ausgebeutet wird. Jeder Produktionsschritt - von der Bohne bis zur fertigen Tafel - findet in Ghana statt. Um die Bauern noch besser zu entlohnen und am Gewinn zu beteiligen, gründete Reymers 2018 eine Stiftung. Im Jahr 2020 wurde die solarbetriebene BIO-Schokoladenfabrik in Betrieb genommen und seither wird erfolgreich produziert.

FAIR TRADE 2.0

fairafric will mit ihrem ganzheitlichen Konzept Vorbild für die gesamte Branche sein und setzt dafür höchste Massstäbe an

- Menschen- und Kinderrechte
- Arbeitsbedingungen und Gesundheit
- Schutz der Umwelt

Konkret bedeutet dies: Kinderarbeit ist für fairafric absolut tabu, hier gibt es Nulltoleranz. Indem fairafric den Farmer*innen ein zusätzliches Einkommen zahlt, steuert fairafric aktiv gegen Kinderarbeit: Ihre Erfahrung zeigt, wenn sie den Farmer*innen mehr für den Kakao bezahlen, dann investieren sie dieses zusätzliche Einkommen in die Bildung ihrer Kinder.

In speziellen Schulungen macht fairafric auf die Bedeutung der Bildung für die Kinder aufmerksam und sensibilisiert die Farmer*innen für die Gefahren der Kinderarbeit.

Zudem gilt bei fairafric:

Alle Arbeiter*innen in der Produktion und ihre Familien sind kranken- und rentenversichert. Chancengleichheit, flexible Arbeitszeiten und Frauen in Führungspositionen sind bei fairafric selbstverständlich. Fairafric bezahlt mindestens das Vierfache des Mindestlohns in Ghana. Das Management Team von fairafric ist zu 100 % Ghanaisch.



Möchten Sie mehr erfahren über fairafric? Wir empfehlen die Website www.fairafric.com und einen Besuch in Ihrem claro Laden - lassen Sie sich von den vielfältigen Geschmacksvarianten von fairafric inspirieren.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

claro Weltläden

Hauptstrasse 103
3855 Brienz
www.claro-brienz.ch

Marktgasse 46
3800 Interlaken
www.claro-interlaken.ch

Begrüsse den Frühling, kaufe unsere Tulpen und tue Gutes!



Am Samstag, 2. März 24, dem Swiss Soroptimist Day, verkaufen die Mitglieder des Swiss Soroptimist Clubs in der ganzen Schweiz Tulpen. Die Soroptimistinnen des Clubs Interlaken haben ihren Tulpenstand auf dem Marktplatz bei der Blumenwerkstatt in Interlaken.



Mit dem Kauf unserer Tulpen unterstützt du die Soroptimistinnen und die wiederum helfen der Dachorganisation DAO der Frauenhäuser Schweiz und Liechtenstein. Ein spezielles Augenmerk gilt, wie bereits letztes Jahr den Kindern, die mit ihren Müttern in den Frauenhäusern leben. Sie machen die Hälfte aller von häuslicher Gewalt betroffenen Personen in den Frauenhäusern aus! Mit dem Erlös des Tulpenverkaufs können Kinder unterstützt und Programme gefördert werden, die zum Ziel haben, die Gewaltspirale zu unterbrechen. Auf dass die nächste Generation keine häusliche Gewalt mehr erlebt!

Tulpenverkauf des Soroptimist Clubs Interlaken am Samstag, 2. März 2024

9 Uhr bis 16 Uhr

auf dem Marktplatz bei der Blumenwerkstatt

Was ist die DAO?

DAO steht für Dachorganisation. Die DAO der Frauenhäuser in der Schweiz und Liechtenstein koordiniert die Anliegen und die Zusammenarbeit der zahlreichen Frauenhäuser hierzulande. Ausserdem leistet sie Sensibilisierungs- und Öffentlichkeitsarbeit zu den Themen häusliche Gewalt und Frauenhäuser. Mit ihrer jahrelangen Erfahrung ist sie Ansprechpartnerin für Politik, Medien

und andere Interessengruppen. Gewaltbetroffene Frauen und ihre Kinder erhalten im Frauenhaus Schutz, Beratung und vorübergehende Unterkunft.

Soroptimist International ist eine internationale und dynamische Organisation für berufstätige Frauen. Sie setzt sich zum Ziel, Frauen in der ganzen Welt zu unterstützen, damit diese ein selbstbestimmtes Leben führen können.

Spenden sind herzlich willkommen

IBAN CH91 0024 1241 9311 3434 0

Soroptimist International

Soroptimist Interlaken

3800 Interlaken

www.soroptimist.ch

Nationaler Pfaditag 2024

Liebe Kinder, geschätzte Eltern



Wie jedes Jahr findet auch diesen Frühling der nationale Pfaditag statt. Dieser Tag ermöglicht den Kindern einen Einblick in den typischen Pfadialltag mit viel Action, Spass und auch mal ruhigeren Sequenzen.

Auch die Eltern kommen nicht zu kurz. Während die Kinder ein grossartiges Programm geniessen, ist für sie eine kleine Elterninformation mit allen nötigen Informationen zum Pfadibetrieb und einer Vorstellung des Leitungsteams geplant.

Danach endet das Programm für die Eltern. Die Kinder geniessen noch bis in den späteren Nachmittag einen grossartigen Tag, bei dem auch schon viele neue Freundschaften geknüpft worden sind.

Thema & Programm:

Wir haben eine Nachricht von einem bekannten Hund erhalten, der verzweifelt seinen besten Freund sucht. Er schrieb uns einen Brief, in dem eine unleserliche Nachricht drin war.

Um was es genau geht, konnten wir leider noch nicht entziffern. Wir brauchen in jedem Fall eure Hilfe. Seid ihr bereit dazu?

Treffpunkt:

Samstag, 16. März 2024

Beginn: 13:30 Uhr,
General-Guisan-Schulhausplatz Interlaken

Ende: 16:30 Uhr,
General-Guisan-Schulhausplatz Interlaken

Mitnehmen:

Wettergerechte Kleidung & gute Schuhe, die dreckig werden dürfen, sowie genug zu trinken (Wasser) und natürlich gute Laune.

Fragen und Anmeldungen für den Schnuppertag könnt ihr unter folgenden Kontaktdaten an Amira richten.
SMS oder WhatsApp: +41 76 785 18 94

E-Mail: carlotadialourenco6@gmail.com

Wir freuen uns auf euch:

Leitungsteam der Pfadi Unspunne

Pfadi Unspunne
www.unspunne.ch

Seit 20 Jahren waldige Erlebnisse im Tatatuck-Wald



Auch nach 20 Jahren tappeln die Zwerge Tatatuck und Lalaluck noch freudig durch den Wald und werden und werden nicht müde dabei.



Auch wir werden nicht müde und begleiten mit viel Freude dienstags und donnerstags eine lustige Kinder-schar in unseren Tatatuck-Wald.



Die Jüngsten (Eltern-Kind-Gruppe) wachsen von ihren Eltern begleitet in das Walderleben hinein. Auch Homeschooling-Kinder besuchen unsere Waldspielgruppe. Im lebendigen Miteinander, am heimeligen Waldplatz in Ringgenberg ist Raum zum Klettern, Spielen, Chöcherle und Schnitzen. Wir singen, tanzen und musizieren, wie immer bei jedem Wetter, im lauschigen Grün mit und ohne Matsch.

Kannst es gerne durch den Wald und die Gassen pfeifen; der TATATUCK lebt weiter und wir freuen uns auf neue Tatatuck-Waldkinder.

Mit waldigen Zwergengrüssen, die erfahrenen Waldkinder-gärtnerinnen Angelika Bauer und Marianne Tschan

Unser Angebot für die ganze Region:

- Waldspielgruppe ab 2 ½ Jahren
- Freizeit für Homeschooling-Kinder
- Eltern-Kind-Gruppe
- Professionelle Betreuung
- Extra Sprachförderungskonzept
- Einsteigen ist jederzeit möglich

Bist du neugierig und magst unser Angebot kennen lernen? Mehr Infos zu Zeiten und Kosten findest du auf unserer Webseite: www.tatatuck.ch

Kommt uns einfach mal besuchen in Ringgenberg im Tatatuck-Wald!

Schnuppertage jeweils dienstags und donnerstags ab 8.30 Uhr.

Anmeldung info@tatatuck.ch per SMS oder **Tel. 079 730 72 50.**

TATATUCK

Hauptstrasse 115
3852 Ringgenberg

Telefon 079 730 72 50
info@tatatuck.ch
www.tatatuck.ch

14 503 km zu Fuss für Kinder

Island Kids
Philippines 

Thomas Kellenberger erzählt von seiner Wanderung auf die Philippinen.
Freitag, 1. März 2024, 19.30 Uhr, Unterseen, Steindlerstrasse 3, Aula



Thomas Kellenberger hat viel von seiner langen und anstrengenden Wanderung durch 22 Länder, von Wilderswil bis nach Cagayan de Oro City auf den Philippinen, zu erzählen. Nach 21 Monaten und 14 503 km zu Fuss erreichte Thomas sein Ziel: das Kinderdorf von Island Kids Philippines, in Cagayan de Oro City. Dort erwarteten ihn bereits sehnsüchtig die Kinder des von ihm gegründeten Kinderhilfswerks. Mit den gesammelten Spenden will Thomas ein zweites Projekt für bedürftige Kinder umsetzen.

Wir laden Sie herzlich zum Multimedia-Vortrag und persönlichen Austausch mit Thomas ein.

2007 gründete der damals 25-jährige Beatenberger, zusammen mit seiner Mutter Ruth Kellenberger, das Kinderhilfswerk Island Kids Philippines (IKP). Heute betreibt IKP ein Kinderdorf und zwei Tagesschulen in Cagayan de Oro City auf der philippinischen Insel Mindanao. Mehr als 1000 von grosser Armut, Missbrauch und Ausbeutung betroffene Kinder und Jugendliche erhalten dank IKP eine gute Schulbildung und praktische Ausbildungen, bis hin zum Universitätsabschluss. Bis zu

85 Kinder werden im Kinderdorf, in einem möglichst familienähnlichen Rahmen, vollzeitbetreut. Damit erhalten Kinder und Jugendliche, die Opfer von Missbrauch, starker Vernachlässigung und extremer Armut wurden, reale Zukunftschancen.

Mit seiner Fernwanderung und den nun durchgeführten Vorträgen dazu will Thomas auf die Situation missbrauchter Kinder und das Schicksal von Strassenkindern auf den Philippinen aufmerksam machen und dringend benötigte Spendengelder für seine Organisation sammeln.

Island Kids Philippines

Susegg, Waldeggstr. 175

3803 Beatenberg

Thomas Kellenberger, Präsident

www.islandkids.ch

Info@islandkids.ch

IBAN: CH85 0079 0042 4190 1489 2

Velotag mit Velobörse



Samstag, 6. April 2024, 9 - 16 Uhr
beim Sekundarschulhaus Alpenstrasse Interlaken



Velobörse von Pro Velo Bödeli

Zeiten:

Annahme Velos ab 8 Uhr

Verkauf der Velos ab 9 Uhr

12 Uhr um den Brienzensee: Start um 8 Uhr

E-Bike-Verkaufs-Tipp:

Akkus vorgängig von einem qualifizierten Velohändler testen zu lassen und den Prüfbericht an das zum Verkauf stehende Velo hängen.

Velospende:

Es besteht die Möglichkeit, nicht verkaufte Fahrräder über die Velostation nach Afrika zu spenden.

Haftung:

Pro Velo Bödeli ist nur Organisator der Börse und hat keinen Einfluss auf die Qualität der angebotenen Artikel. Pro Velo Bödeli übernimmt keine Produkthaftung.

Zahlungsmittel:

Bar oder TWINT

Velotag - Erlebnistag rund ums Velo

- Airbag Jump - Schanzensprung aufs Luftkissen
- E-Bike Crash Simulator - Kollisionen hautnah
- Spezialvelos zum Testen
- Spielmobil der Kinder- und Jugendarbeit Bödeli
- 12 Uhr um den Brienzensee: Gründungsevent des Cycling Club Bödeli
- Interessierte dürfen gerne (ein Stück) mitfahren
- Velo flicken - Hilfe und Tipps vom Experten
- Beratung beim Velokauf
- Food und Drinks (z. B. leckere Donuts von Amylicious)
- Wettbewerb



Pro Velo Bödeli

Postfach 175, 3800 Interlaken

velo@pro-velo-boedeli.ch

www.pro-velo-boedeli.ch

25 Jahre Solargenossenschaft SpiezSolar



SpiezSolar wurde am 5. März 1999 gegründet und hat sich in den letzten 25 Jahren zu einer der aktiven Solargenossenschaften der Schweiz entwickelt.

SpiezSolar zählt zu den älteren Solargenossenschaften in der Schweiz. Mit vielen Aktivitäten, der Organisation von öffentlichen Anlässen und Informieren/Beraten hat sich SpiezSolar in den letzten Jahren positioniert. Dies wird in der Region wahrgenommen und hat das Netzwerk mit diversen Akteuren zusätzlich gestärkt. SpiezSolar leistet einen wichtigen Beitrag für die Energiestadt Spiez und die Region.

Im Jubiläumsjahr 2024 organisiert SpiezSolar drei öffentliche Anlässe, nimmt am Usestuehle 2024 teil und wird eine weitere Solaranlage in Betrieb nehmen.

Die beiden Anlässe «Fassade als Stromquelle» und «Wie saniere ich das Wohngebäude?» werden am 16. Mai 2024 bzw. am 18. Juni 2024 durchgeführt. Weiterführende Informationen zu den Anlässen, sowie das Jahresprogramm werden auf der Homepage spiezsolar.ch publiziert.



Die Energiestädte Spiez, Münsingen und Steffisburg im Vergleich! (Zahlen von Ende Januar 2024)
Quelle: www.energieschweiz.ch/tools/energiereporter/

Solargenossenschaften leisten einen wichtigen Beitrag in der Schweiz und starten durch. Waren es bis ins Jahr 2000 nur gerade zehn Solargenossenschaften, sind es heute mehr als 150. Dank Solargenossenschaften können schon seit über 30 Jahren auch Personen ohne eigenes Dach und Fassaden Teil der Energiewende werden. Solargenossenschaften schaffen damit nicht nur einen besseren Zugang zur Thematik, sondern leisten einen wichtigen Beitrag für mehr Betroffenheit bei Energiethematen und erhöhen die gesellschaftliche Akzeptanz für erneuerbaren Energien. (Quelle: Schweizerische Vereinigung für Sonnenenergie (SSES) - www.sses.ch)

Die Verwaltung von SpiezSolar dankt für das Wohlwollen und die freundliche Unterstützung in diesen Jahren.

Für weitere Auskünfte, Anregungen und Ideen:
info@spiezsolar.ch oder 077 446 22 17

Am 14. März ist der Tag des Zuhörens

Tel 143 - Die Dargebotene Hand Bern



Bild: freepik.com

Manchmal möchte man mit jemandem reden ... Oft geht es darum, eine Situation erträglicher zu machen. Es braucht ein offenes Ohr. Jemand, der zuhört. Tel 143 Bern ist unter der Nummer 143 an 365 Tagen, 24 Stunden telefonisch erreichbar. Unabhängig, anonym und offen für alle. Bei Suizidalität, Einsamkeit, psychischen Problemen, aber auch Gewalt und Themen der Alltagsbewältigung.

Auch ich kann gut zuhören

- Ich lasse mich auf mein Gegenüber ein und bin konzentriert.
- Ich gehe zurückhaltend mit meiner eigenen Meinung um.
- Ich bestätige mein Gegenüber durch kurze Äusserungen.
- Ich habe Geduld und lasse ausreden, ohne zu unterbrechen.
- Ich bin ganz Ohr.

Was kann ich tun, wenn ich selber in eine Krise gerate?

- Ich erinnere mich an Krisen, die ich schon gemeistert habe, an meine Kräfte und Fähigkeiten.
- Ich entdecke in der Krise eine Möglichkeit, als Mensch zu wachsen und zu reifen.
- Ich suche das Gespräch mit Menschen, die schon Ähnliches erlebt haben.
- Ich treffe Entscheidungen selbst und überlasse sie nicht anderen.
- Ich lasse mir die Zeit, die ich brauche.

Tel 143 anonym und vertraulich

Rund um die Uhr. Beratung auch per Mail und Chat: www.143.ch
Die Beratung ist kostenlos.

Spendenkonto:

60-324928-2 / IBAN CH04 0900 0000 6032 4928 2



Puls-Zungen-Diagnosen
werden während Öffnungszeiten ohne
Voranmeldung kostenlos angeboten.

传统中医

Traditionelle chinesische Medizin

// Haben Sie Migräne, Kopfschmerzen oder Schwindel?
// Leiden Sie unter chronischen Schmerzen des
Bewegungsapparates?
// Plagen Sie Suchtprobleme (Rauchen, Esssucht)?
// Sind Verdauungsstörungen oder Wechseljahr-
beschwerden für Sie ein Thema?



Aarmühlestrasse 8, Interlaken, Tel. 033 822 22 00
www.china-medizin-interlaken.ch

% FRÜHLINGS DEKO

BÖDELI
CENTER

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 9 – 18 Uhr
Samstag 9 – 17 Uhr
Untere Bönigstrasse 46 3800 Interlaken
www.boedeli-center.ch

AUSFAHRT
INTERLAKEN
OST

Ein Bereich der SEEBURG-Gruppe Interlaken www.seeburg.ch

TEAM
Sunneschyn

Wenn wir älter werden ...

Das Herzstück der Dienstleistungen ist die **Betreuung und Hilfe im Alltag zu Hause** für ältere Menschen. Seit der Gründung vor 9 Jahren entstand eine Organisation mit heute über 250 Mitarbeitenden, aktiv in den Kantonen Bern, Solothurn, Freiburg, Basel, Luzern und neu Oberwallis. Und wir wachsen weiter.

Die gleiche Mitarbeitende im Haushalt und aus der jeweiligen Region – das ist vertrauensbildend und uns wichtig.

Gerne **organisieren, begleiten und erfüllen wir auch langgehegte Wünsche.**

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf – wir beraten Sie gerne.

Team Sunneschyn AG
Lena Balmer, Disposition Interlaken
Tel. 079 155 77 84

www.team-sunneschyn.ch

Schulthek - Wochen

11. März - 11. April 2024

in der Bhend Papeterie Interlaken

10% Rabatt

Tel. 033 822 32 36 www.jungfrau-papeterie.ch

Kunsthhaus Interlaken

VEREIN FREUNDE DES
KUNSTHAUSES INTERLAKEN

Veranstaltungen im März



Michel Sima, Alberto Giacometti in seinem Atelier, Paris, ca. 1950

SCHWANDEN-SANTA MONICA Künstlerporträts vom 19. Jahrhundert bis heute 10. März bis 12. Mai 2024

Die aktuelle Ausstellung im Kunsthhaus umfasst gegen 100 fotografische Porträts, meist Schwarz-Weiss-Aufnahmen, aus den Ateliers von Künstlerinnen und Künstlern mit nationaler oder internationaler Bedeutung. Im Zentrum stehen Fotografien von Michel Sima, der über mehrere Jahre fast alle wichtigen Künstler der Ecole de Paris in deren Ateliers besucht und fotografiert hat. Von Sima sind auch Fotografien von Pablo Picasso und noch nie veröffentlichte Fotografien von Alberto Giacometti in Paris ausgestellt.

Der wiedergefundene Film Schweizer Künstler in 21 Minuten von 1968, Regie Peter von Gunten, erweitert die Ausstellung hin zum gefilmten Künstlerporträt. Schwanden – Santa Monica, der Titel der Ausstellung, ist sinnbildlich für die Vielfalt der Schau und nimmt Bezug auf die Aufnahmen von Paul Senn im Atelier von Johann Peter Flück in Schwanden Anfang der 40er-Jahre und auf jene von Kurt Blum im Atelier von Sam Francis in Santa Monica.

Die Ausstellung verbindet Regionales mit Internationalem und umfasst Arbeiten von den Anfängen der Fotografie bis in die Gegenwart.

Öffnungszeiten

Mittwoch – Samstag, 14 – 17 Uhr, Sonntag, 11 – 17 Uhr
Montag und Dienstag geschlossen

Vernissage: Samstag, 9. März, 17 Uhr

Einführung: Adrian Dürrewang, Kunsthistoriker

Film-Repatriere: 21 Schweizer Künstler, 1968

Samstag, 2. März, 20 Uhr, Bar 19.30 Uhr
George Steinmann Blues Band, Blues
George Steinmann, voc, git | Stefan Dorner, keyb | Samuel Joss, eb
Lukas Bitterlin, dr | Rolf Häsler, sax
«Are you ready for the Blues?», fragte George Steinmann die Besucher eines denkwürdigen Abends in der Mühle Hunziken. Sie waren vergnügt, die Zuhörer. Noch vergnügter aber waren die Musiker: Es bebten die Saiten, es bebten die Herzen ...

Reservation: info@kunsthhausinterlaken.ch;
Tel.: 033 822 16 61

Eintritt: 30.-

Freitag, 15. März, 20 Uhr, Bar 19.30 Uhr
Tinu Heiniger & Hank Shizzoe, Lieder und Geschichten
Lieder aus dem neuen Album «Heiniger Abend», Geschichten aus dem neuen Buch «Mein Emmental» und alte, immer wieder gewünschte Songs.

Auch das neue Lied «I singe no lang», ist parat für das Konzert im Kunsthhaus.

Reservierungen: www.eventfrog.ch
info@kunsthhausinterlaken.ch

Eintritt: 30.-

Samstag, 23. März, 20.30 Uhr, Bar 20 Uhr
Hommage an Hanery Amman, Mundart
Stefan W Müller, p | Cäsar Kaiser, dr | Jean-Pierre Berchier, voc
Chrigu Dietz git & leadvoc
Der Span-Pianist Stefan W Müller und seine Band ehren mit ihrer Hommage die Musik des verstorbenen Pianisten Hanery Amman. Titel wie «Rosmarie» und «Chaschmers gluobe» wecken Erinnerungen und lassen die Herzen höher schlagen ...

Reservierungen: www.eventfrog.ch
info@kunsthhausinterlaken.ch

Eintritt: 30.-

Kunsthhaus Interlaken

Jungfraustrasse 55
3800 Interlaken

041 033 822 16 61

www.kunsthhausinterlaken.ch
info@Kunsthhausinterlaken.ch



Vom Truure u Truurig si

u vom Liecht im Schatte



Es wird viel gredt vo ewiger Jugend, Erfolg ume passende Üssere. Ou der Chopf fit bhalte sig wichtig. U wie steits um üsers Härz? Wes fasch zerrisse wird, will mir dUmständ chum me möge ertrage? We grossi Truurigkeit is Läbe chunnt, sig das dür Verluscht vo Mönsche, Friede, Gsundheit u Vielem meh. U wär weiss, wie me richtig truuret u wie lang sone Phase darf duure?

I mim Umfäld si Mönsche, die hei viel Verluscht erläbt. E Familie het drü Chind verlore. E Kolleg siebe vo sine Gschwüschtert. Jungi Froue hei plötzlech e Ehemaa, wo dür Unfall oder Chrankheit nüm gsund si wie vorhär. Anderi hei sech la scheid, unfreiwillig. Me cha niemer zwingen zum Blicke. Sie alli si plötzlech umgä vo Schatte u viel Ungwüssheit. Truurigkeit u Schmärz halte Izug.

Ou dOschterschicht redt vo grosser Truur. Manne u Froue verliere ihre bescht Fründ, e Mueter ihre Sohn, e Wält bricht zäme. Jesus, wo so viel Guets het ta, wo de Unterdrückte zu Rächt het verholfe une Botschaft vom Friede het bracht wird as Chrüz gnaglet zwüsche Verbrächer. Es isch ganz fischer worde a däm Tag.

Jesus het das alles ertreit, will er di u mi het gseh. Er weiss, dass mir Hoffnig bruche i üsne Läbesumständ u Friede i üsne Härz. Wie lang me söll oder darf truure, weiss ig nid. Nur dass Liecht u Hoffnig git für alli, wo im Schatte si.

U das gsehni i mim Umfäld: Mönsche, wo trotz schwierigste Umständ nid ufgä hei. Wo Truur hei zuegla aber ou überwunde. Manne u Froue, wo Schritt für Schritt si wyter gange, ou we Verluscht u Schmärz no geng es Thema si. Wo immer mir a Oschtere 2024 stöh, öb im Liecht oder töif im Schatte, zAgebot vo Friede u Hoffnig gilt jedem vo üs. Will Jesus nid im Grab isch bliebe, sondern uferstande u ewig läbt.

Daniela Francioli-von Allmen
 daniela.francioli@pfimi-interlaken.ch
 www.pfimi-interlaken.ch



Öffentlicher Vortrag «Gewaltfreie Erziehung»



Neues Datum: 26. März 2024, 19.30 Uhr im Futura Unterseen

Wir suchen dringend Kinderbetreuerinnen zwischen 20 und 60 Jahren in Wilderswil und Brienz für zwei bis drei Tage pro Woche!

Schrittweise erweitern wir unser Angebot in der Region Interlaken-Oberhasli. KIBIO richtet sich an Erwachsene, die ihr Zuhause für Kinder von 0 - Kindergartenalter öffnen möchten. Nach erfolgter Abklärung stellen wir auch Kinderbetreuerinnen an, die bisher im privaten Rahmen Kinder betreuen. Wir beraten und begleiten Sie und erledigen alle administrativen Angelegenheiten sowie die Rechnungsstellung. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Sie suchen eine Betreuung für Ihr Kind?

KIBIO vermittelt geeignete Betreuungsplätze mit persönlicher und flexibler Kinderbetreuung im Zuhause von Kinderbetreuerinnen. Gesundes Essen, seelische Gesundheit, Spiel und Bewegung sowie Ruhe und Rückzugsmöglichkeiten sind wichtig. Kindgerechte Kommunikation, mitplanen und mithelfen im Alltag, Freundschaften knüpfen, eine eigene Meinung haben und Gefühle zeigen gehören dazu. Wir beraten und begleiten Eltern und Kinderbetreuerinnen gemäss diesen Leitsätzen. Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

Wir haben freie Plätze in diesen Gemeinden:

Ort / Gegend	Alter	Betreuungstage
Beatenberg	Ab 6 Monaten	1 Tag pro Woche nach Absprache
Bönigen	Ab 1 Jahr	Di, Mi
Brienz	Baby bis Schulkind	1 Tag pro Woche nach Absprache
Mürren	Ab 1 Jahr	Nach Absprache
Ringgenberg	Ab 3 Jahren	Mo, Do, Fr
Unterseen	Baby bis Schulkind	Di, Mi, Fr



Für nähere Auskunft:
 Tel. 033 822 13 56
 Mo, Di, Do, 8.30 bis 11.30 Uhr
 Weitere Termine auf Anfrage

kinderbetreuung@kibio.ch
 www.kibio.ch

Spannende, lehrreiche und vielseitige Kurse – jetzt anmelden!

Mitglieder der Raiffeisenbank Region Haslital-Brienz erhalten auf allen Kursen CHF 10.- Rabatt.

Praktisch / Kreativ / Handwerk

- Frühlingsblütenzauber in Keramik – gestalte Blumenschmuck
2x ab Samstag, 2. März, 9 Uhr, Meiringen
- Kreativ mit Beton – giesse deine Idee in Form
Montag, 4. März, 9 Uhr, Innertkirchen oder Samstag, 9. März, 9 Uhr, Innertkirchen
- Papier-Windlichter – «Marina Licht» herstellen & gestalten
Donnerstag, 7. März, 18.30 Uhr, Meiringen
- Frühlings- / Osterdeko aus Naturmaterialien –
Mittwoch, 13. März, 8.30 Uhr, Brienz oder Mittwoch, 13. März, 14 Uhr, Brienz
- Mandala – offene Werkstatt – nur nach Besuch Grundkurs
Donnerstag, 14. März, 18.30 Uhr, Meiringen
- Makramee knüpfen
Freitag, 5. April, 8.30 Uhr, Meiringen
- Sketchnotes – Zeichnen / Gestalten / Visualisieren
Freitag, 1. März, 18.30 Uhr, Meiringen
- Hand- und Brushlettering – Grundkurs
Donnerstag, 7. März, 18.30 Uhr, Meiringen
- NEU Oster Lettering / Sketchnotes / Doodles
Donnerstag, 14. März, 18.30 Uhr, Meiringen
- Workshop Zeichnen, Skizzieren und Bemalen
5x ab Mittwoch, 21. August, 19 Uhr, Meiringen
- NEU Schreinerkurs
Dienstag/Mittwoch, 12./13. März, 8.30 Uhr, Meiringen
- Handhabung Motorsäge
Samstag, 23. März, 8 Uhr, Meiringen
- Hochbeet bepflanzen – Tipps rund um den Garten
Dienstag, 9. April, 14 Uhr, Meiringen

Informatik / neue Medien

- Eigene Website mit Jimdo gestalten
Mittwoch, 1. Mai, 19 Uhr, Meiringen
- NEU Arbeiten an der eigenen Jimdo-Website
Mittwoch, 22. Mai, 19 Uhr, Meiringen

Arbeitswelt / Kommunikation

- NEU Stilsicher Schreiben
Kursstart geplant im April/Mai
- NEU Social Media für Vereine und KMU
Kursstart geplant im April/Mai

Gesellschaft

- NEU Freies und lebendiges Erzählen – mit Barbara Luchs
Samstag/Sonntag, 16./17. März, 9 Uhr, Meiringen
- NEU Weinkurs
Freitag, 22. März, 19 Uhr, Meiringen
- Was muss ich wissen, bevor (m)ein Hund einzieht?
Freitag, 3. Mai, 19.30 Uhr, Meiringen

Fitness / Bewegung

- NEU Winterschwimmen / Winterbaden im Brienzensee
Theorie: Montag, 18. März, 17.50 Uhr, Meiringen
Praxis: Freitag, 22. März, 17 Uhr, Brienz
- NEU Tanzkurs
Geplant im April/Mai, Hasliberg und Gadmen

Einstieg in laufende Sprach- sowie Fitness- / Bewegungskurse auf Anfrage möglich!

Aktuelles Kursprogramm



Information und Anmeldung
Volkshochschule Haslital/Region Brienz
Kirchgasse 15, 3860 Meiringen
033 971 38 62, www.vhshrb.ch

Finden Sie die Unterschiede

Im Bild rechts sind 7 Unterschiede zum linken Bild versteckt.

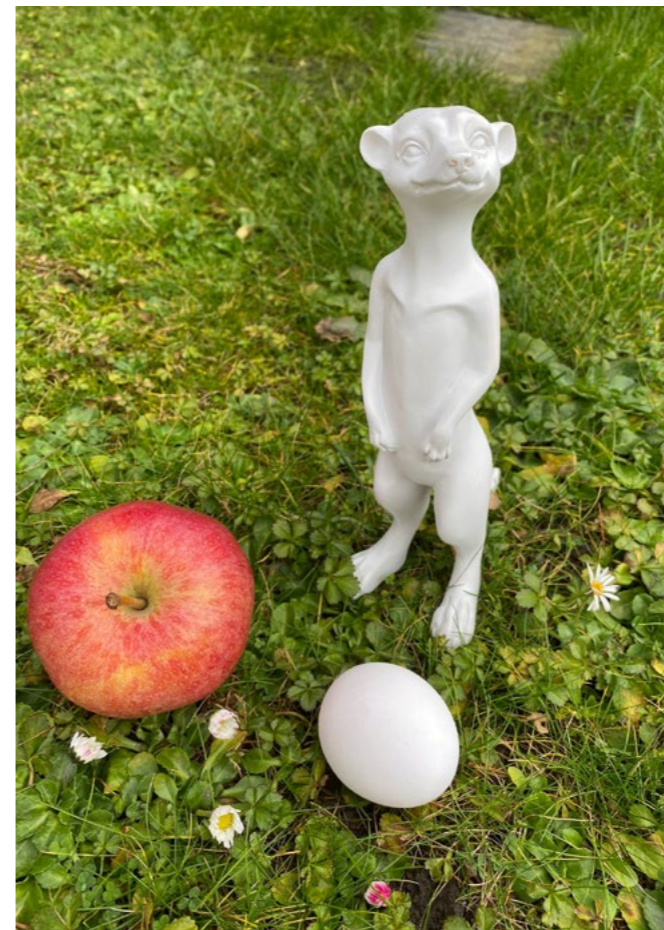


Foto: Doris Wyss, Weber Verlag AG

Kreisen Sie die Unterschiede ein und senden Sie die Lösung mit Ihrem Namen, Ihrer Adresse und Telefonnummer an:
[Weber Verlag AG,](mailto:wettbewerb@weberverlag.ch)
Wettbewerb BodeliInfo/BrienzInfo, Gwattstrasse 144,
3645 Gwatt oder an wettbewerb@weberverlag.ch

Einsendeschluss: Freitag, 8. März 2024

Gewinnen Sie!

1 Gutschein im Wert von CHF 100.- von der
Stedtl Apotheke Drogerie in Unterseen.

Lösung Februar



Gewinner*in
Erika Schneider, Brienz

Für die Säure-Basen-Kur

Brennnessel und Pfefferminze helfen,
die Balance wieder zu finden.



Naturage Bio Basen-Tee
20 Btl à 1.2 g
CHF 6.50

STEDTLI
APOTHEKE DROGERIE

Hauptstrasse 9, 3800 Unterseen
Telefon 033 822 80 40



Tiere suchen ein Zuhause

Der Tierschutzverein Interlaken sucht für Verzichttiere ein neues Zuhause.



Kätzin Nala

- Tricolor
- 6-jährig
- Leukosegetestet, vollständig geimpft, kastriert, gechippt

Nala ist eine sehr hübsche, aufgestellte Kätzin. Für ihr Alter ist sie noch sehr lebhaft und braucht unbedingt Freilauf in einer grünen verkehrsberuhigten Gegend. Die ehemaligen Besitzer mussten sie ganz schweren Herzens abgeben. Nala ist sehr selbstbewusst und möchte unbedingt allein ohne weitere Haustiere in einem Haushalt leben. Sie sollte zu katzen erfahrenen Personen kommen, die sie nicht bedrängen und ihre Zeichen lesen können, wenn sie keine Streicheleinheiten mehr möchte. Nala ist nicht für Kinder geeignet.

Pflegeplätze für Katzen gesucht!

Wir suchen Pflegeplätze für eine gelegentliche, vorübergehende Betreuung von Büsis aus unserer Region. Es handelt sich um eine zeitlich beschränkte Pflege, bis die Tiere an einen neuen Lebensplatz vermittelt werden können. Beispielsweise schüchterne Büsis, eine trüchtige Kätzin oder eine Katzenmutter mit Jungen wären in einem Privathaushalt mit Familienanschluss gut aufgehoben. Voraussetzungen: Sie lieben Tiere und sind bereit Zeit und Geduld für ihre Betreuung aufzuwenden. Sie verfügen über einen geeigneten Raum, den Sie für die Katzen zur Verfügung stellen können. Sofern Sie eigene Katzen haben, sind diese vollständig geimpft. Selbstverständlich stehen wir mit Rat und Tat zur Seite. Unsere Unterstützung ist gewährleistet.



Tierschutzverein
Interlaken-Oberhasli

Für weitere Infos wenden Sie sich bitte an die Katzenauffangstation Bönigen, Tel. 033 823 80 08 oder per Mail an info@giselahertig.ch.

Mit Ihrer Spende können wir für Tiere eine Zukunft mit Lebensfreude schaffen.

Jetzt mit TWINT spenden!

- QR-Code mit der TWINT App scannen
- Betrag und Spende bestätigen



Kontakt

Katzenauffangstation TSVI Gisela Hertig, 3806 Bönigen
033 823 80 08, info@giselahertig.ch

Weitere Katzen, die ein Zuhause suchen, finden Sie unter:
www.tierschutz-interlaken.ch
Ihre Spende hilft den Tieren in unserer Region.
Herzlichen Dank.
Postfinance Konto: 87-466873-1
ISBN CH49 0900 0000 8746 6873 1

Bezirkshauptort im Kanton Bern	Vorname der Autorin Blyton † 1968	südamerik. Aufgussgetränk	herstellen	frz. Männername	int. Kunstmesse: ... Basel	span.: Meer	engl.: dies	Berner Schlachtort 1339	Kander-Zufluss	erhaben	
Neuverfilmung (engl.)			4	offiziell							
Zweifingerfaultier		13	bibl. Stammvater		7				Staat in Südamerika		
mit Überschrift versehen		12		Siegesfreude, -jubel						10	
46. US-Präsident (Joe)	engl.: fünf		größte Gewerkschaft d. Schweiz								
Kletterpflanze	6									8	
auf abgewinkelten Beinen verharren	Höcker, Rücken		warme Quelle							3	
zweiter griech. Buchstabe											
schüchtern	engl.: Heim, Heimat		Gewässerrand						gestreckt	frz.: Weihnachten	Aristokratie
ionische Insel (Griechenland)				frz. unbest. Artikel	Fraktion v. Klosters (... im Prättigau)		dt. Stadt an der Donau	festkochende Kartoffelsorte			
Landchaft im Kanton Bern					Schulfestsaal				wüst, leer, einsam		
Inhaltslosigkeit											

WÄHLEN SIE AUS
ÜBER 500 BÜCHERN
UNTER WWW.WEBERVERLAG.CH!

75 – kanzlit.de

Knobeln Sie mit!

Lösungswort Kreuzworträtsel März 2024

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----

Wir verlosen 1 Büchergutschein vom Weber Verlag im Wert von CHF 50.-

Talon einsenden an Weber Verlag AG, Kreuzworträtsel BodeliInfo/BrienzInfo, Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt. Oder schreiben Sie uns eine E-Mail mit dem Lösungswort sowie Ihrem Namen und Ihrer Adresse an: wettbewerb@weberverlag.ch

Teilnahmeschluss: Freitag, 8. März 2024
Die Lösung finden Sie in der nächsten Ausgabe.

Lösungswort Februar: Taschenlampe
Gewinner*in: Erika von Allmen, Interlaken

Vorname _____

Name _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

Wer ist unsere März-Person aus Habkern?



Foto Schenk Inh. Nicole Müller 3800 Unterseen

So sind Sie dabei: Senden Sie uns bitte den Namen der gesuchten Person als Lösung mit Ihrem Namen, Ihrer Adresse und **Telefonnummer** an: Weber Verlag AG, Wettbewerb BödeliInfo/BrienzInfo, Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt oder: wettbewerb@weberverlag.ch

Einsendeschluss: Freitag, 8. März 2024
Die Gewinner*innen werden im nächsten Heft veröffentlicht.

Gewinnen Sie!

4 x einen Gutschein im Wert von CHF 25.-
Sie können auswählen ob der Gutschein von der Beni Drogerie oder der Drogerie Hänni sein soll.

Die unabhängigen Drogisten am Brienzensee:



Drogerie Hänni

Interlakenstrasse 1
3806 Bönigen
033 823 62 00
info@drogerie-boenigen.ch
www.drogerie-haenni.ch



Beni Drogerie Brienz

Hauptstrasse 131
3855 Brienz
033 951 09 77
info@benidrogerie.ch
www.benidrogerie.ch

Auflösung Wettbewerb Februar:

Die gesuchte Person war:
Bea Brunner, Brienz

Herzliche Gratulation den Gewinner*innen:

Patrick Michel, Brienzwiler
André Marti, Brienz
Sylvia Fuchs, Hofstetten
Herbert Seiler, Bönigen

◆ BETTEN ◆

Foto: ©Christian Fischbacher Co. AG

◆ BÖDEN ◆

Foto: Hain

◆ VORHÄNGE ◆

Foto: ADO Goldkante

◆ FLÜBO ◆

Haus für schönes Wohnen

eid. Dipl. Bodenlegermeister
Hauptstrasse 109 · 3855 Brienz
Tel. 033 951 19 64
www.fluebo.ch

Veranstaltungen

März 2024

Die Veranstaltungsdaten können für die **Ausgabe März 2024** bis am **Freitag, 8. März 2024**, an folgende Adressen gesendet werden:

Interlaken Tourismus, Marktgasse 1, 3800 Interlaken, Tel. 033 826 53 00, veranstaltungen@interlaktourism.ch, www.interlaken.ch/events oder
Brienz Tourismus, Hauptstrasse 143, 3855 Brienz, Tel. 033 952 80 80, info@brienz-tourismus.ch, www.brienz-tourismus.ch

«Immer die aktuellsten
Veranstaltungsinformationen:
welcome.interlaken.ch»



AUSSTELLUNG, FÜHRUNG

Montag bis Samstag
**Live-Schnitzen Huggler
Holzbildhauerei**
Montag bis Freitag,
9 bis 12 / 13.30 bis 17 Uhr
Samstag und Sonntag, 11 bis 16 Uhr
www.huggler-holzbildhauerei.ch

Montag bis Freitag
**Ausstellungsraum
der Schule für Holzbildhauerei**
Montag bis Donnerstag,
8 bis 11.30 / 14 bis 17 Uhr
Freitag, 8 bis 11.30 / 14 bis 15 Uhr
www.holzbildhauerei.ch

Mittwoch
Geführter Dorfrundgang Brienz
9.30 bis 11.30 Uhr
Anmeldung bis am Vortag
Tourist Info Brienz

Täglich
Kunstaussstellung «Querbeet»
8 bis 20 Uhr
Zentrum Artos, Alpenstrasse 45,
Interlaken, www.artos.ch

Jeden Sonntag
TOURISMUSEUM
14 bis 17 Uhr
Tourismuseum, Obere Gasse 26,
Unterseen, www.tourismuseum.ch

Sonntag, 17. März
Donnerstag 21. und 28. März
**Sonderausstellung
«Landschaft Habkern»**
17. Mär, 10.30 bis 16 Uhr,
21. und 28. März, 13.30 bis 16.30 Uhr
Altes Schulhaus Habkern,
Ortsmuseum, Unter der Kirche 362,
Habkern, www.habkern.ch

Mittwoch bis Sonntag
**Galerie Kulturpodium IHB Spectrum
«Wasser, Schnee und Wolken»**
13 bis 18 Uhr
JungfrauPark Interlaken,
Obere Bönigstrasse 100, Interlaken
www.urwyler-hansueli.ch

Mittwoch, Freitag und Samstag
**Ausstellung von Fideln und
Meistergeigen**
Mittwoch und Freitag, 14 bis 16 Uhr
Samstag, 11 bis 15 Uhr
www.geigenbauschule.ch

Jeden Mittwoch, and Samstag
Crystallos
14 bis 17.30 Uhr
Crystallos, Schmockenstrasse 164,
Beatenberg, www.crystallos.ch

Jeden Donnerstag und Freitag
**Galerie Kulturpodium IHB Spectrum
«Anmut, Feuer und Farben»**
16 bis 18 Uhr
IHB spectrum, Postgasse 16,
Interlaken, www.urwyler-hansueli.ch

GÄSTEEXKURSION, KINDERPROGRAMM

Täglich
Lamatrekking Jungfrauregion
Lamatrekking Jungfrauregion,
Wengelacherweg 8, Wilderswil
www.lamatrek-jungfrauregion.ch

Samstag, 9. und 23. März
**Schnupperkurse
Schneeschuhwandern 2024**
11 bis 13 Uhr
Lombachalp, Habkern
www.habkern.ch

Sonntag, 24. und Montag, 25. März
**Vollmond-Schneeschuhtouren
2023/2024**
ab 18 Uhr
Lombachalp, Habkern, www.habkern.ch

GASTRONOMIE, KULINARIK

Samstag
Suppenhuus Brienz
Suppenchesseli deponieren
7 bis 9 Uhr
Chesseli abholen bzw. Ausschank,
solange es hat, 10.30 bis 11 Uhr

Sonntag, 17. März
Suppentag
ab 10 Uhr
Kongress-Saal Beatenberg,
Beatenberg, www.kirchebeatenberg.ch

THEATER, BÜHNE

Donnerstag, Freitag und Samstag
1., 2., 7., 8., 9., 14., 15., 16. März
art7 Theater - «GLAMOULOSE»
ab 20.15 Uhr
Schlosskeller Interlaken,
Kleintheater des Kunsthhauses
Interlaken, Schloss 7a, Interlaken
www.schlosskeller.ch

Sonntag, 3. März / Mittwoch, Freitag
und Samstag, 6., 8., 9., 13., 15., 16. März
Der Gott des Gemetzels
20 bis 22 Uhr
Kino Theater Brienz, Tunnelgässli 14,
Brienz BE, www.theaterbrienz.ch

Samstag, 9. und 16. / Freitags, 15. März
Konzert und Theater der Musikgesellschaft & Theatergruppe März 2024
 9. März ab 13.30 und ab 17.30
 15. und 16. März ab 19.30 Uhr
 Hotel Restaurant Bären,
 Hauptstrasse, Ringgenberg BE
www.mgringgenberg.ch

Freitag, 22. März

Fred Jaggi
 ab 20.15 Uhr
 Schlosskeller Interlaken,
 Kleintheater des Kunsthauses
 Interlaken, Schloss 7a, Interlaken
www.schlosskeller.ch

Samstag, 23. März

«**amuseBouche tischt auf**»
 ab 20.15 Uhr
 Verein Stadtkeller Unterseen,
 Stadtfeldstrasse 9, Interlaken
www.stadtkeller-unterseen.ch

Mittwoch, 27. März

Schlupfwinkel im Stadtkeller
 ab 20.15 Uhr
 Stadtkeller Unterseen,
 Stadthausplatz, Unterseen
www.schlupfwinkel.ch

MUSIK

Freitag, 1. März
Das gesamte Orgelwerk von Johann Sebastian Bach
 ab 19 Uhr
 Schlosskirche Interlaken, Schlosstrasse 1,
 Interlaken, www.schlosskirche.ch

Samstag, 2. März

Mr. & Mrs. Baby - Live
 ab 20.30 Uhr
 Frankie's Bar,
 Kammistrasse 11, Interlaken
www.frankies-interlaken.ch

Freitag, 8. März

The Scramblers - Live
 ab 20.30 Uhr
 Frankie's Bar, Kammistrasse 11,
 Interlaken, www.frankies-interlaken.ch

Samstag, 9. März

Dings Band - Live
 ab 20.30 Uhr
 Frankie's Bar, Kammistrasse 11,
 Interlaken, www.frankies-interlaken.ch

Freitag, 15. & Samstag, 16. März

Mier spannze zäme
 ab 20 Uhr
 Mehrzweckhalle Iseltwald, Iseltwald

Freitag, 15. März

SINA, Bänz Friedli und Ralf Schlatter
GIESSBACH SESSION
 ab 20.30 Uhr
 Grandhotel Giessbach,
 Giessbach, Brienz BE

Samstag, 16. März

Nacht der Blasmusik
 16.30 bis 00.00 Uhr
 Kirchgemeindehaus Matten,
 Herziggässli 21, Matten
www.venovana.ch

Samstag, 16. März

Veronica Fusaro -
GIESSBACH SESSION
 ab 20.30 Uhr
 Grandhotel Giessbach, Giessbach,
 Brienz BE

Sonntag, 17. März

Teekonzert Musikverein
Interlaken Unterseen
 ab 15 Uhr
 Kirchgemeindehaus Matten,
 Herziggässli 21, Matten, www.mviu.ch

Dienstag, 19. März

Tanznachmittage für Seniorinnen
und Senioren, Interlaken
 14 bis 17 Uhr
 Congress Kursaal Interlaken,
 Strandbadstrasse 44, Interlaken
www.be.prosenectute.ch

Freitag, 22. März

Orgelwerk von
Johann Sebastian Bach
 ab 19 Uhr
 Evang.-ref. Kirche Unterseen,
 Kirchgasse 3, Unterseen
www.schlosskirche.ch

Freitag, 22. und Samstag, 23. März

Candy Dulfer -
GIESSBACH SESSION
 ab 20.30 Uhr
 Grandhotel Giessbach,
 Giessbach, Brienz BE

Samstag, 23. März

Bödeli Gamblers - Live
 ab 20.30 Uhr
 Frankie's Bar, Kammistrasse 11,
 Interlaken, www.frankies-interlaken.ch

Ab Donnerstag, 28.3. bis 14.4.24

64. Interlaken Classics
Diverse Konzerte / Standorte,
 Interlaken
www.interlaken-classics.ch

Donnerstag, 28. März

Frühlingstango & Gourmetgenuss
 19.30 bis 21 Uhr
 Kunsthaus Interlaken,
 Jungfraustrasse 55, Interlaken
www.interlaken-classics.ch

Donnerstag, 28. März

Meisterkonzert mit Reinhold
Friedrich
 19.30 bis 21.30 Uhr
 Schlosskirche Interlaken, Schloss 7,
 Interlaken, www.interlaken-classics.ch

Sonntag, 31. März

1. Sinfoniekonzert - Zakhar Bron
Festival Orchestra
 ab 17 Uhr
 Congress Kursaal Interlaken,
 Strandbadstrasse 44, Interlaken
www.interlaken-classics.ch

Jeden Mittwoch

Jam Session @ Frankie's
 ab 20 Uhr
 Frankie's Bar, Kammistrasse 11, Inter-
 laken, www.frankies-interlaken.ch

Jeden Donnerstag

Karaoke @ Frankie's
 ab 20 Uhr
 Frankie's Bar,
 Kammistrasse 11, Interlaken
www.frankies-interlaken.ch

SPORT

Samstag, 16. März

10. Böniger Vereinsskirennen mit
Schii-Chilbi im Dorf
 ab 9 Uhr
 Bönigen, www.skiklub-boenigen.ch

Montag bis Dienstag

Om Shakti Yogakurs
 Montag, 18.30 bis 20 Uhr
 Dientag, 9 bis 10.30 Uhr
 Hauptstrasse 67, Brienz
 Anmeldung: +41 (0)79 371 42 75
www.om-shakti-yoga.ch

Dienstag

Yoga Dhanurasana
 19.00-20.30 Uhr
 Hauptstrasse 111, Brienz
 Anmeldung: Elsbeth Grossmann
 +41 (0)79 711 52 31

Freitag bis Sonntag, 22.-24. März

Yoga & Meditation
 Fr 19-22 Uhr
 Sa 9-12 / 14-17 Uhr
 So 9-12 / 13.30-16Uhr
www.gesundheitsbewegt.ch

VERSCHIEDENES

Mittwoch

Schach- und Spielabend
 Ab 19 Uhr, Spielhotel Sternen
www.spielakademie.ch

Freitag, 1. März

Familientreff Beatenberg
 9 bis 11Uhr
 Pavillon Wydi,
 Spirenwaldstrasse 302, Beatenberg

Freitag, 1. März

Weltgebetstagsgottesdienst
 ab 19 Uhr
 Kirche Habkern, Habkern
www.kirche-habkern.ch

Samstag, 2. März

Tulpenverkauf des Soroptimist Club
Interlaken
 9 bis 16 Uhr
 Marktplatz Interlaken, Marktgasse,
 Interlaken, www.swiss-soroptimist.ch

Samstag, 2. März

Rocky Day auf dem Niederhorn
 10.30 bis 16 Uhr
 Hotel Berghaus Niederhorn,
 Beatenberg, niederhorn.ch

Mittwoch, 6. März

Trauercafé SRK - Unterseen
 19.00 bis 21.00 Uhr
 Stadthaus Unterseen, Untere Gasse 2,
 Unterseen, www.srk-bern.ch

Donnerstag, 7. und 28. März

SCHICK MIT STRICK
 14 bis 17 Uhr
 Burgfeld Bistro,
 Spirenwaldstrasse 170, Beatenberg
www.burgfeldbistro.ch

Freitag, 15. März

Finalabend 8. Riedboden
Partnerjass
 ab 19.30 Uhr
 Gasthaus Riedboden, Riedboden 242,
 Beatenberg, www.riedboden.ch

Samstag, 16. März

Instrumentenparcours Interlaken
 10 bis 15 Uhr
 Haus der Musik, Mittengrabenstrasse 24,
 Interlaken, www.mso-net.ch

Sonntag, 17. März

Traditioneller Ostermärt 2024
 10.30 bis 16 Uhr
 Schulhaus Habkern,
 Turnhalle, Habkern

Mittwoch, 20. März

Aus Luises Bienenleben
 19 bis 20.30 Uhr
 Volkshochschule Interlaken
 und Umgebung, Spielmatte 3,
 Unterseen, www.vhs-interlaken.ch

Donnerstag, 21. März

Blutspenden 2024
 15.30 bis 20 Uhr
 Kirchgemeindehaus Matten,
 Herziggässli 21, Matten
www.ichspendeblut.ch

Freitag, 22. März

Begegnungskreis 2024
 ab 14.30 Uhr
 Kirchgemeindehaus, Ringgenberg BE
www.kircheringgenberg.ch

Samstag, 23. März

BiblioWeekend Zu Tisch! À table! A
Tavola! März 2024
 9 bis 12 Uhr
 Bibliothek Ringgenberg, Burgweg 15
 Ringgenberg

Mittwoch,-Sonntag, 27.-31. März

Frühlingserwachen 2024
 Bönigen, www.elternvereinboenigen.ch

Freitag, 29. März

Karfreitags-Gottesdienst
 ab 9.45 Uhr
 Evang.-ref. Kirche Beatenberg,
 Spirenwaldstrasse 197, Beatenberg
www.kirchebeatenberg.ch

Freitag, 29. März

Karfreitagsgottesdienst
 ab 10.15 Uhr
 Kirche Habkern, Habkern
www.kirche-habkern.ch

Freitag, 29. bis Sonntag, 31. März

Ostereiersuchen 2024
 Iseltwald, www.boenigen.ch

Sonntag, 31. März

Oster-Gottesdienst
 ab 09.45 Uhr
 Evang.-ref. Kirche Beatenberg,
 Spirenwaldstrasse 197, Beatenberg
www.kirchebeatenberg.ch

Sonntag, 31. März

Ostereier Suche im Burgseeli 2024
 10.00 bis 18.00 Uhr
 Burgseeli, Strandbad, Ringgenberg BE

Sonntag, 31. März

Osternestchensuche
 ab 10.00 Uhr
 Beatenberg Arena, Spirenwald-
 strasse 168, Beatenberg
www.beatenberg.ch

Sonntag, 31. März

Ostergottesdienst mit Chinderträff
 ab 10.15 Uhr
 Kirche Habkern, Habkern

Sonntag, 31. März

Osterhasen in Brienz
 11.00 bis 17.00 Uhr
 Brienz BE

Trauercafé SRK Interlaken

Raum und Zeit für Ihre Trauer

Mittwoch, 6. März 2024, 19.00 bis 21.00 Uhr
 Stadthaus Unterseen, Untere Gasse 2, 3800 Unterseen

Das Trauercafé ist ein geschützter und konfessionsneutraler Ort mit professioneller Leitung. Kostenlose Teilnahme, Anmeldung nicht erforderlich.

Weitere Daten und Auskünfte:

→ srk-bern.ch/trauercafe
 → 033 225 00 87

Croix-Rouge suisse
 Schweizerisches Rotes Kreuz
 Canton de Berne Kanton Bern

VitaBase®
 Aromalife

drogerie
 hänni



Basisch,
 natürlich
 und
 vegan



Interlakenstrasse 1
 3806 Bönigen
 Telefon 033 823 62 00
 www.drogerie-haenni.ch

VitaBase für deine strahlende Haut!

Einmaliges Wandergebiet Themenweg · Monstertrotti Winterwandern · Schlitteln Schneeschuhtouren

Isenfluh-Sulwald

Luftseilbahn
 Télécabline
 Cablecar LIS Tel. 033 855 22 49
 www.isenfluh.ch

Hörgeräte Ruchel

Hörgeräteanpassung ist Vertrauenssache.



- Kostenloser und unverbindlicher Hörtest inkl. Hörberatung.
- Service und Verkauf von Hörgeräten aller Hersteller.
- Seit über 25 Jahren tätig im Berner Oberland.

Tel. 033 525 00 95 | www.hoergeraete-ruchel.ch | Matten b. Interlaken

BEO-Storen GmbH

Heidi und Markus Fuchs

Renggliweg 5 Telefon 033 821 24 37
 3806 Bönigen www.beo-storen.ch

Im Frühling an den Sommer denken.

Viel Freude an den ersten warmen Sonnenstrahlen.

Sonnenstoren	Sonnensegel	Pergola
Wintergarten	Lamellenstoren	Rolläden
Alufensterläden	Insektenschutzgitter	Plissee

Gerne führen wir auch Reparaturen und Tuchwechsel aus.

Gartenpflege &
 Innenbegrünung -
 Unsere Leidenschaft!

C. Zumbunn
 HAUS & GARTEN

- Garten Coaching & Beratung
- Garten Pflege & Unterhalt
- Innen & Aussen Begrünungen

Telefon +41 76 421 47 70 czumbrunn.ch

akupunktur &
 osteopathie



Kammistrasse 13 • 3800 Interlaken

Telefon 033 821 14 95 • ao-praxis@hin.ch • www.ao-praxis.ch

- Japanische Akupunktur
- Kinderakupunktur
- Osteopathie
- Kinderosteopathie
- Tuina-Massage
- Hypnose
- Autogenes Training



Marcel Schaffer



Franz Bauer

HSR Ingenieure AG

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

Bauberatungen

- Fördergelder
- Bauphysik
- Energie
- Umwelt

hsr



Ihr zuverlässiger Partner für professionelle

Schneeräumung



Zentrale 033 822 14 24 A.Wyss 079 920 36 81

PODOLOGIE

Med. Fusspflege
 Fabienne Gafner

Spirenwaldstrasse 252, 3803 Beatenberg
 079 784 96 70, www.podologiegafner.ch

Impressum

Offizielles Mitteilungsblatt für Vereine, Institutionen und Gewerbe von Interlaken, Matten, Unterseen, Beatenberg, Bönigen, Därliigen, Goldswil, Gsteigwiler, Habkern, Iseltwald, Leissigen, Niederried, Ringgenberg, Saxeten, Sundlauenen, Wilderswil, Gimmelwald, Gündlischwand, Isenfluh, Lauterbrunnen, Lütschental, Mürren, Stechelberg, Wengen, Zweilütschinen, Axalp, Brienz, Brienzwiler, Ebiligen, Gadmen, Hofstetten, Innertkirchen, Oberried, Planalp und Schwanden.

Herausgeber/Realisation/Datenannahme für alle Beiträge/Inserate/Vereine Weber Verlag AG, Doris Wyss, Nikita Zenhäusern, Salomé Mettler, Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt, Tel. 033 336 55 55, Fax 033 336 55 56, boedeli-info@weberverlag.ch

Leitung BödeliInfo/BrienzInfo, Inserate und Gewerbeseiten Doris Wyss, Tel. 033 336 55 55, boedeli-info@weberverlag.ch

Vertreter des Vereinskonzents Interlaken
 Peter Wenger, Präs. Vereinskonzent Interlaken,
 PF 336, 3800 Interlaken, Tel. 077 430 17 35

Titelseite Anja Roos
 Foto Bruno Petroni

Druck AVD Goldach AG
 ISSN 1662-0984
 Auflage 20 900 Exemplare

Erscheinungsweise 12 x jährlich, Ausgabe April 2024
 erscheint am Donnerstag, 28. März 2024.
 Beiträge per Mail an: boedeli-info@weberverlag.ch

Annahmeschluss: Freitag, 8. März 2024
 Alle Beiträge erscheinen sowohl im Bödeli- als auch im BrienzInfo.

Lesen Sie uns online - weltweit:
www.boedeli-info.ch



Jetzt die Apps
 herunterladen!



gedruckt in der
 schweiz

METZGEREI STUCKI AG

BÖNIGEN
 Tel.: 033 / 822 29 19

Öffnungszeiten
 Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag
 7.00–12.00, 13.30–18.30 Uhr
 Mittwoch, 7.00–12.00 Uhr
 Samstag, 7.00–12.00, 13.30–16.00 Uhr

Den ganzen März diverse Fleischvögel.

Und jetzt? Doch?

Tun, sollen, müssen oder überhaupt nichts tun – ist das möglich?



Doris Wyss
Ringgenberg

Meine Frage an Sie: Können Sie wirklich tun, was Sie gerne möchten? Gibt es im Leben wirklich diese Zeit?

Die Kindheit ist es nicht. Die Eltern bestimmen, was man zu essen bekommt – also nicht ganz. Heute bekommt ein Kind verschiedene Vorschläge und darf dann auswählen, sobald es die Fertigkeit hat, sich sprachlich mitzuteilen. Mit Weinen, Lachen oder Gesten geht dies natürlich auch. Die Vorschläge sind aber nicht unendlich wie in einem guten Restaurant oder im Dorfladen, die Auswahl ist begrenzt.

Später schreibt die Schule die Zeiteinteilung vor und im Studium, in der Berufslehre und Weiterbildung müssen Zeitfenster eingehalten werden, damit wir unseren Abschluss schaffen und die Eltern reden (manchmal) auch noch tüchtig mit. Jetzt aber, Ausbildung, Studium und Weiterbildung abgeschlossen, ein freier Mensch? Denkste, ab jetzt sind Sie Untermie-

ter oder haben einen WG-Putzplan, müssen pünktlich die Krankenkasse bezahlen, bei Wahlen Ihre Meinung vertreten, den Autoservice machen, Abfall sortieren, Ladenschlusszeiten einhalten, Zahnarzttermine vereinbaren, Vernissagen besuchen, im Verein Aufgaben übernehmen – das schöne Regelwerk rund um unsere Leben.

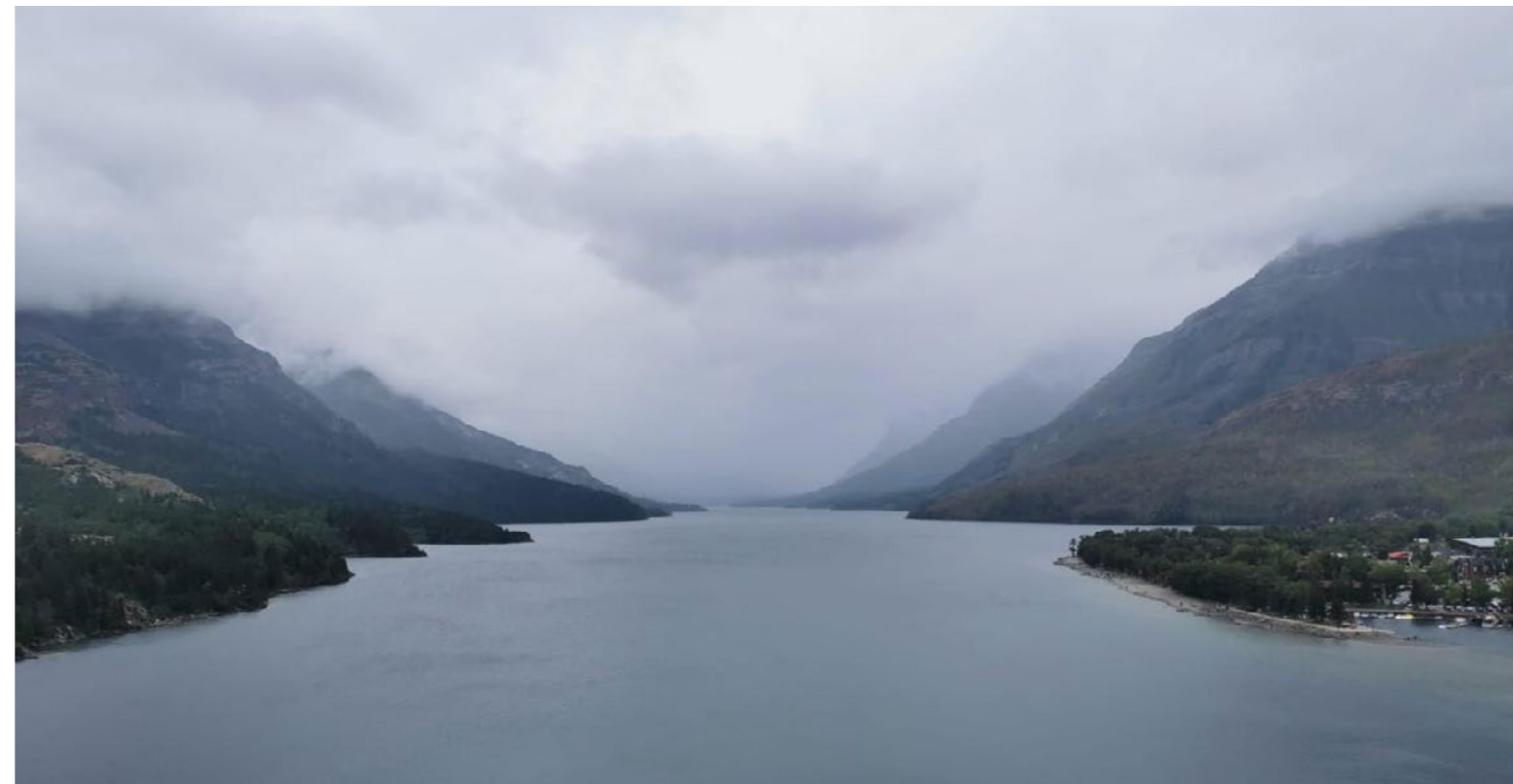
Aber jetzt – Urlaub! Frühstück bis zehn Uhr, das heisst: Wecker stellen und nichts ist mit bis zwei Uhr in der Früh gute Gespräche an der Bar führen oder einen späten Strandspaziergang unternehmen, weil die seriösen Menschen am Frühstücksbuffet ein Auge dafür haben: «Ach, so eine sind Sie!» Gutes Selbstbewusstsein hilft hier.

Die Eltern haben es gut, sie sind pensioniert, leben in ihrem längst abbezahlten Haus, der Garten ist altersgerecht angebaut. Sie leben still in ihrem Haus, in den Tag hinein, sie können tun und lassen, was sie möchten – ein bisschen lesen, schlafen, spazieren gehen, im Fernseher ihre geliebten Sendungen schauen, Fiffi ausführen und um 17 Uhr ins Apéro.

Und dann kommen die fürsorglichen Töchter und Söhne zu Besuch: «Ihr braucht eine Putzfrau, steigt ja nicht mehr auf eine Leiter, eure Küche ist so unpraktisch, die sollte man unbedingt neu machen. Und das Bad, wie wollt ihr da duschen, wenn ihr die Füsse nicht mehr über den Duschabsatz heben könnt?»

Ich stelle fest, die Eltern dürfen nicht, wie sie wollen. «Aufklärung», sagt Kant, «ist der Ausgang des Menschen aus einer selbstverschuldeten Unmündigkeit».

Okay, er hat gewiss etwas anderes gemeint, als das, worüber ich hier schreibe. Vermutlich sind wir ein wenig unmündig, unser ganzes Leben lang. Wir stecken in einer Abhängigkeit, von roten und grünen Ampeln, Hundesteuern, Hypothekenzinsen, Stromrechnungen, Vereinen, Hotelfrühstücken, Apéro-Zeiten, Fernsehen, Haus und



Garten, Zahnarztterminen, Parkverboten, Schornsteinfegern.

Regeln, Gesetze, Pflichten, Uhren. Ich höre meine Playlist über meinen Marshall-Verstärker, Chinook, mein Hund, immer hautnah dabei. Jetzt bin ich in meinem Freiraum. Jetzt muss ich nichts – kein sollen, haben oder sein. Keiner verlangt etwas von mir. Niemand spricht mit mir. «Fäderrlicht», wie Endo Anaconda dies in seinem Lied beschrieben hat. Mein «Stiller Has», der privat und auf der Bühne jeweils gar nicht «still» war. Gut so, wir hatten immer «ausserordentliche Sitzungen» mit guten Resultaten.

Diese seltenen, wunderbaren Augenblicke gibt es im Leben, wo alles wirklich stimmt!

Ausrufezeichen? Leben, von links nach rechts gelesen, heisst: Nebel. Und jetzt?

«Alleine Musik zu hören ist nicht Einsamkeit.»

- Doris Wyss

BURGERS IN DER BRASSE

AB DEM 1. MÄRZ BIS MITTE APRIL GIBT'S FÜR
JEDEN GESCHMACK EINEN BURGER IN DER BRASSE !

Brasse Burger (200 g.)

saftiger Rindfleisch-Hamburger im Sesambun mit Speck und Cheddarkäse, dazu Pommes Frites, Coleslaw und Blattsalate, Fr. 21.50

Viva Italia (200 g.)

saftiger Rindfleisch-Hamburger im Ciabattabrot mit Pesto, Tomaten, Mozzarella und Ruccola, dazu Pommes Frites und Blattsalate, Fr. 21.50

Pulled Pork Burger (180 g.)

hausgemachtes Pulled Pork im Sesambun mit rotem Coleslaw dazu Pommes Frites und Blattsalate, Fr. 21.50

Crispy Chicken Burger (160 g.)

Schweizer Pouletfilet mit Nachos-Knuspermantel im Sesambun, dazu Pommes Frites, Coleslaw und Blattsalate, Fr. 21.50

Vegi Burger (125 g.)

Quinoa Burger im Mehrkorn-Bun mit Sauerrahm, Guacamole und Sprossen, dazu Pommes Frites, roter Coleslaw und Blattsalate, Fr. 21.50

The Black Vegan (115 g.)

Veganes Burgerpatty im Black Sesam Bun mit Guacamole, Salsa, Jalapeños und Randen, dazu Pommes Frites und Blattsalate, Fr. 23.50

Le Tatare (200 g.)

kurz angebratener Tartare-Burger vom lokalen Metzger im Mehrkorn-Bun dazu Pommes Frites, roter Coleslaw und Blattsalate, Fr. 27.50