

BÖDELI INFO

26. JAHRGANG
FEBRUAR 2023

A portrait of Jean Theiler, a woman with dark skin and her hair styled in braids. She is wearing a dark blue pinstriped blazer over a white top. The background is a blurred green plant.

Jean Theiler

«Zimbabwe ist ein wunderschönes Land
mit einer vibrierenden Kunstszene.»

SEITE 6

Mit Sicherheit mehr Zins.

Neu erhalten Sie auf Ihrem Steinbockkonto **0.30% Zins**. Als Genossenschafterin und Genossenschaftler profitieren Sie mit dem Steinbockkonto Plus zusätzlich von einem **Zinsbonus von 0.10%**.

Möchten auch Sie einen Anteilschein erwerben? Nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

Anna Simmler
Leiterin Kundenberatung



Sparen
+ Zahlen
+ Anlegen
+ Finanzieren
+ Vorsorgen
+ Versichern
= 6 Vorteile

mehr Zins
spesenfrei zahlen
mehr Ertrag
Bonus für Sie
Ruhestand geniessen
optimal versichert
= Ihr Gesamtnutzen

Hilfe zur Selbsthilfe

Der gemeinnützige Verein «Projekte für Afrikahilfe» (PFAH) hilft notleidenden Menschen in Zimbabwe, insbesondere Frauen.

Viele Menschen in Afrika müssen einen Kampf um's Überleben führen. Älteren Frauen fehlt nach entbehrensreichem Leben oft die Unterstützung in Ernährungs- und Gesundheitsfragen. Junge Frauen werden als Arbeitskräfte ausgebeutet oder als «verkäufliche Heiratsobjekte» und auch sonst missbraucht.

Wie unter www.projektefuerafrikahilfe.org beschrieben, unterstützt PFAH solche Frauen tatkräftig. Älteren und kranken Frauen wird mit medizinischen und praktischen Hilfsmitteln wie Seh- und Bewegungs- oder Kochhilfen ein möglichst selbstbestimmtes lebenswertes Alter ermöglicht. Durch Grundwasserbohrungen konnten viele Kinder, meistens Mädchen, von der mühsamen und oft wegen wilden Tieren wie Elefanten und Krokodilen gefährlichen Wasserbeschaffung entlastet werden. Dank der gewonnenen Zeit können sie nun die oft weit entfernten öffentlichen Schulen besuchen.

Aufgegleist wird zurzeit ein Bildungsprojekt in Kariba, einem Ort etwa 400 km von der Hauptstadt Zimbabwe entfernt. Schwangere und von der Schule ausgeschlossene minderjährige Mädchen und missbrauchte oder ausgebeutete junge Frauen sollen dort in geschützter Umgebung eine neue Perspektive erhalten. Dazu werden geeignete Räume gemietet. Leider fehlen die finanziellen Mittel für einen wünschbaren Internatsbetrieb. Angeboten werden Kurse zum Erwerb von praktischen Fähigkeiten, die später ein Einkommen generieren können. Die Frauen lernen z.B. die Produktion wiederverwendbarer hygienischer Menstruationsbinden.

Oberstes Ziel bleibt es, direkt und unkompliziert Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten, um damit die Emanzipation der Frauen optimal zu fördern. Möglich ist das, weil PFAH die Situation vor Ort bestens kennt, dort sehr gut vernetzt ist und viele wertvolle Kontakte hat.

Spendenkonto
CH21 0839 0037 7221 1000 8
Projekte für Afrikahilfe
Buscheliweg 7
3855 Brienz

Alternative Bank, Schweiz,
Amtshausquai 21, 4601 Olten

«Frauenemanzipation – ein Schlüssel zur Lösung afrikanischer Probleme.»

Franz Theiler
Mitbegründer und Vorstandsmitglied von PFAH
Brienz



KOSMETIK
HARMONIE

Gültig bis 31.3.2023 – bitte Inserat mitbringen.

Aroma-Massage

Diese rhythmische Massage bringt den Körper wieder in Balance und lässt die Energie frei fließen. Blockaden werden gelöst und die Harmonie unseres Seelenlebens wird wiederhergestellt.

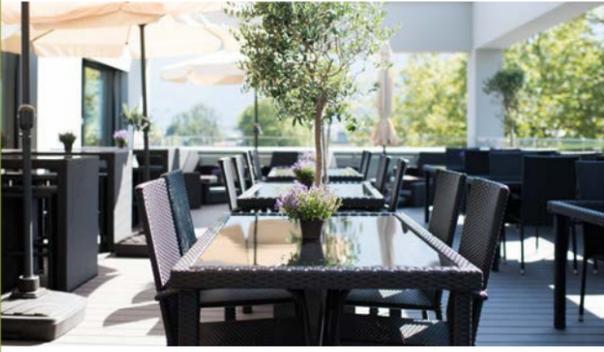
Dauer ca. 2 Std. **Fr. 126.–** (statt Fr. 140.–)

★★★

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

FIT IN DEN FRÜHLING

TOPOFF
RESTAURANT
KULTURZENTRUM





TÄGLICH WECHSELNDE MENUS AB CHF 12.50

TOPOFF Restaurant und Kulturzentrum
Untere Bönigstrasse 35 3800 Interlaken T 033 845 85 90
info@topoff.ch www.topoff.ch
Montag bis Freitag 8 – 16 Uhr

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

Grosse Auswahl
Hilfsmittel, Rollatoren, Scooter...

- Miete und Verkauf
- Beratung
- Service und Reparaturen
- Liefer- und Abholservice



Apotheke und Parfümerie
Dr. Portmann
Für Ihre Gesundheit

Apotheke Dr. Portmann AG | Höheweg 4 | 3800 Interlaken
Tel. 033 828 34 34 | www.portmann.ch

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

Inhalt

EDITORIAL

3 Franz Theiler

INTERVIEW

6 Jean Theiler
«Zimbabwe ist ein wunderschönes Land mit einer vibrierenden Kunstszene.»



PUBLIREPORTAGE

11 Rexhepi AG
Lehm



GEWERBE-INFO

13 AH elektro ag
#15jahrffiremer

INFOSEITE

15 Frutiger & Sarbach
Akupunktur

17 Rugenbräu AG
Weingenuß aus dem Berner Oberland



19 Spirit of life body + soul
Bodycode & Emotionscode

21 H. Gosteli AG
Die Königin der Blumen

23 Martha Ruf AG
Der Kauf einer Immobilie



25 Krebser AG
Buch-Tipp

KULTUR

27 Schlosskeller Interlaken

29 Kunsthaus Interlaken

30 Stadtkeller Unterseen

31 Trinkhalle am kleinen Rugen



33 Die Kulturbeutler

MUSIK

32 BOOT Blasorchester
Berner Oberland

34 Kammermusikkonzerte
Hondrich

35 Berner Oberländer Militärspiele

36 Interlaken Classics



39 Musikschule Oberland Ost

KIRCHE

41 Pfimi Interlaken

43 Kirchgemeinde
Gsteig-Interlaken



VERSCHIEDENES

44 Heimatwerk Interlaken

45 Soroptimist Interlaken

46 Tourismusverein RiGoNi

KURSE

49 Volkshochschule Haslital
Region Brienz

FAMILIE

51 KIBIO



UNTERHALTUNG

50 Kreuzworträtsel

52 Suchspiel

53 Tiere suchen ein Zuhause

54 Veranstaltungen

56 Wer ist unsere
Februar-Person?

58 Kolumne





Blick in die Theiler Art Gallery.

«Zimbabwe ist ein wunderschönes Land mit einer vibrierenden Kunstszene.»

Jean Theiler hat zwei ihrer Leidenschaften zum Beruf gemacht und führt in Brienz eine Kunstgalerie (Theiler Art Gallery) sowie ein Reisebüro (Theiler African Tours) – beides mit Bezug zu ihrem Geburtsort.

Frau Theiler, erzählen Sie uns doch etwas über Ihren Werdegang. Wie kamen Sie dazu, eine Kunstgalerie und ein Reisebüro zu eröffnen?

Ich bin in Simbabwe aufgewachsen, doch bereits 1979 in den Kanton Luzern gezogen. Dort habe ich zuerst bei der C. J. Bucher AG in Adligenswil gearbeitet – einem Druck- und Verlagshaus.

In Simbabwe hatte ich eine Lehre als Coiffeuse gemacht; dem wollte ich mich auch in der Schweiz widmen. Um meine Kenntnisse aufzufrischen, war ich einige Zeit in London und

den USA, um mich dort auf Haarverlängerung und die Lösung von Haarproblemen (Haarausfall) zu spezialisieren. 1991 machte ich mich mit einem eigenen Coiffeursalon in Luzern selbstständig.

Neben dieser Tätigkeit habe ich immer wieder begleitete Reisen nach Afrika durchgeführt. Während dieser Reisen habe ich begonnen, Shona-Steinskulpturen aus Simbabwe zu sammeln. So haben sich Schritt für Schritt diese beiden Projekte entwickelt. Wegen gesundheitlicher Probleme musste ich 2014

meinen Coiffeursalon schliessen – seither widme ich mich voll dem Reisebüro und der Galerie, die ich beide zusammen mit meinem Ehemann führe.

Wie kamen Sie überhaupt nach Brienz?

Wir hatten hier schon seit einiger Zeit ein Ferienhaus, wohnten allerdings in Root mit unserer Galerie in Gisikon im Kanton Luzern. Während der Coronapandemie mussten wir dann die Galerie schliessen – die Miete aber natürlich immer noch bezahlen. Da entschieden wir uns,

unser Haus in Root zu verkaufen, zogen in das ehemalige Ferienhaus, richteten hier die Galerie ein und bauten das Haus entsprechend um.

Vorher sprachen Sie von «Shona-Steinskulpturen». Was hat man sich darunter vorzustellen?

Die Shona sind ein Volk von etwa zehn Millionen Menschen, das hauptsächlich in Simbabwe lebt, wo es etwa 70 Prozent der Bevölkerung bildet. In Simbabwe gibt es eine alte Tradition der Holz- und Elfenbeinschnitzerei. Vor etwas mehr als 60 Jahren mussten infolge eines weitreichenden Boykotts europäischer Staaten die Minen des rohstoffreichen Landes geschlossen werden.

Daraufhin kamen erfindungsreiche Leute auf die Idee, die Steine auf den Abräumhalden der Minen in Kunstwerke zu verwandeln. Bald entstanden ganze Steinhauerschulen, die auf der Tradition der Holz- und Elfenbeinschnitzerei aufbauten. In diesen Werkstätten wurde experimentiert, neue Steinbearbeitungstechniken wurden entwickelt. Mit grossem Erfolg! Dies war die Geburtsstunde dieser Kunstrichtung.

«Da wir viele seltene Skulpturen haben, kontaktieren uns Kunstliebhaber und Sammlerinnen aus aller Welt.»

Was zeichnet diese Kunstwerke aus?

Die Motive waren zu Beginn sehr stark von der Mythologie der Shona-Kultur geprägt. Obwohl die meisten Shona dem Christentum angehören, spielen die Mythologie und besonders der Ahnenkult weiterhin eine grosse Rolle im Leben vor allem der ländlichen Bevölkerung.

Die Arbeiten der ersten Generation der Kunstschaffenden waren entsprechend eher traditionell ausgerichtet. Die zweite Generation gab der Bildhauerei neue Impulse hinsichtlich der Ausdrucksformen und löste sich aus diesem traditionellen Motivkreis – die Kunstwerke wurden dabei immer abstrakter. Inzwischen wächst eine dritte Generation heran, die sehr viel experimentiert und mit immer neuen Ideen die Kunstszene bereichert.

Es gibt in Simbabwe eine grosse Vielfalt an Steinen in den unterschiedlichsten Farben, Härtegraden usw. – das ist sicher mit ein Grund für die Diversität innerhalb dieser Kunstrichtung. Ein anderer Grund liegt darin, dass die Steinbearbeitung in Simbabwe regelrecht zu einem Volkssport geworden ist. Erstaunlich viele Männer und Frauen beschäftigen sich damit. Überall im Land werden auf Märkten oder an den Strassenrändern solche kunstgewerbliche Produkte angeboten. Steinbildhauerei hat einen enormen Stellenwert im Land.

Wie kamen Sie dazu, eine eigene Galerie zu eröffnen?

Mein Mann und ich bewunderten schon lange die vielfältigen und ausdrucksstarken Shona-Skulpturen. Viele der Kunstschaffenden lernten wir auf unseren Reisen durch Simbabwe persönlich kennen.

Jean Theiler

Jahrgang: 1959

Zivilstand: verheiratet

Hobbys: Biken, Wandern, Reisen, Fischen

Beruflicher Werdegang: Coiffeuse, Reiseleiterin, Galeristin, Hotelmanagerin

Webseite: www.theilerart.com
www.theilerafricantours.com



Zweite Brille kostenlos. Seit 2008.

Erhalten Sie beim Kauf einer Korrekturbrille*
(Fassung und Gläser) aus unserem Zweitbrillen-Sortiment.

Auf Wunsch mit Upgrade-Optionen auf Gläser erhältlich.

* ausgenommen Komplettangebote, Aktionen und MiYOSMART Gläser



Auch mit
Sonnenbrillen-
gläsern

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

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

«Die Shona-Bildhauerei lebt von der Vielfalt der verwendeten Materialien.»

Nachdem der Tourismus in Simbabwe aus politischen Gründen eingebrochen war, konnten selbst namhafte Bildhauende kaum mehr von ihrer Kunst leben. Wir begannen deshalb damit, Skulpturen zu erwerben und in die Schweiz zu bringen.

Die Idee für eine Galerie war geboren! Unsere Galerie umfasst wohl die grösste Sammlung von Shona-Steinskulpturen in der Schweiz - insgesamt über 300 Objekte. Davon sind am Buscheliweg 7 in Brienz über 150 Unikate verschiedener Grösse ausgestellt. **Bis Ende April gibt es bei uns jeden Samstag von 11 bis 17 Uhr einen Besichtigungs-Apéro.**

Kommen wir doch zum Schluss noch auf Ihr Reisebüro zu sprechen. Was für Reisen bieten Sie an?

Unser Zielgebiet sind die englischsprachigen Länder des südlichen Afrikas, mit einem speziellen Fokus auf Simbabwe. Wir bieten Gruppen- und Individualreisen an; immer so, dass wir optimal auf die Wünsche unserer Kundinnen und Kunden eingehen können. Uns zeichnet sicher die Individualität aus - Pauschalreisen gibt es bei uns nicht! Wir reisen selbst sehr gern und konnten so über die Jahre ein Netzwerk an lokalen Partnern aufbauen.

Zweimal im Jahr organisieren wir eine Reise nach Simbabwe, die wir selbst begleiten und führen. Da wir Land und Leute ausgezeichnet kennen, sind diese Reisen jeweils sehr erfolgreich; und sie sind auch bei erfahrenen Afrikareisenden beliebt.

Kein Wunder, das Land ist wunderschön und abwechslungsreich, die Menschen sind gastfreundlich, die Tierwelt phänomenal.

Für Interessierte: Im November 2023 sind noch Plätze frei!



Nashörner im Mutirikwi-Nationalpark Zimbabwe.

Anekdote

Vor einigen Jahren waren wir in Simbabwe mit einer Reisegruppe auf Safari. Es war ziemlich regnerisches Wetter, und der Park hatte eigentlich geschlossen. Weil ich die Leute, die den Park führen, gut kenne, durften wir trotzdem hinein. Plötzlich sind wir vom Weg abgerutscht und stecken geblieben. Da realisierten wir, dass wir mitten in einer Nashornherde gelandet waren, die um uns herum graste! Uns war zwar etwas mulmig zumute, doch es war ein einmaliges Erlebnis - und nach einer Stunde kamen schliesslich auch die Angestellten des Parks und befreiten unser Auto.

Text: David Heinen
Bilder: Andrea Abegglen, zvg.

**UNSCHLAGBAR...
UND UNSCHLAGBAR LECKER:**

Brasserie 17
CAFÉ | BAR | RESTAURANT
Gemütlichkeit kennt keine Zeit...

SUPER SCHNIPO

**Zwei panierte Schweinsschnitzel
mit Pommes und Salat** **Portion (ca. 220g.) Fr. 19.50**
Kleine Portion **Fr. 16.50**

Wie alle Jahre trumft die Brasserie 17 in Interlaken wieder mit einer seiner beliebtesten kulinarischen Aktionen auf. Ab Mitte Januar bis Ende Februar wird das beliebte Schnitzel & Pommes frites als SUPER SCHNIPO serviert. Zwei riesige Schnitzel, welche über den Tellerrand hinausschauen, lassen kaum noch genügend Platz für die Pommes. Ein Beilagesalat gehört fix zum Programm. Und die Brasserie 17 ist dafür bekannt, dass der Preis - mit Fr. 19.50 - immer sehr bescheiden bleibt. Damit auch Vegetarier auf ihre Kosten kommen, haben wir natürlich auch dort eine leckere Option im Angebot.

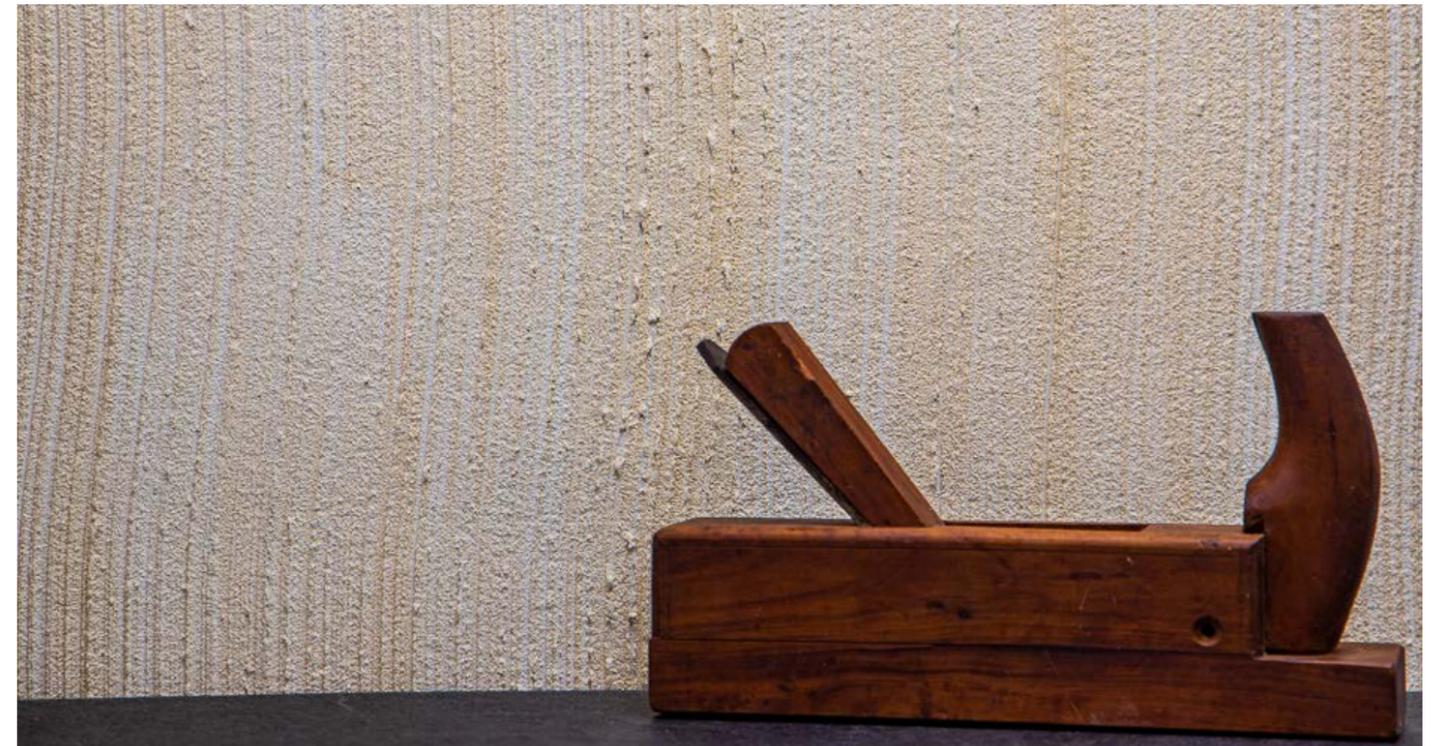
Weiterhin werden auch sonst jeden Tag abwechslungsreiche Gerichte aus aller Welt auf den Teller gezaubert. Die abwechslungsreichen, günstigen Mittagsmenus geniessen eine grosse Beliebtheit. Die einzigartige Brasserie Spezialität bleiben die weit und breit unschlagbaren Spareribs. Nach Hausrezept rassig mariniert und serviert mit Farmer Fries, begeistert dieses Gericht jeden Schlemmer.

“Locker und unkompliziert“ - dieser Devise hat sich das Team der Brasse in Interlaken mit Haut und Haaren verschrieben. Das Stimmungslokal hat sich denn auch weit über die Interlakner Grenzen einen Namen gemacht. Die Mitarbeiter sorgen für Stimmung hinter und vor dem Tresen. Kein Wunder fühlt sich Gross und Klein zuhause. Da kann man wirklich sagen: Ä Guete in der “Brasse“!

Brasserie 17 - Rosenstrasse 17 - 3800 Interlaken - 033 822 32 25 - www.brasserie17.ch - info@brasserie17.ch

Lehm

Der Baustoff für Heute und Morgen.



Lehm ist das älteste Baumaterial der Menschheit.

Das wachsende Umweltbewusstsein und der Wunsch nach gesundem Wohnen fördern die Wiederentdeckung des natürlichen, abfallfreien Baustoffs als baubiologisch ideales Material.

Der Wandaufbau und die Wahl der Materialien hat einen bestimmten Einfluss auf das Raumklima eines Gebäudes. Durch Atmen, Schwitzen, Kochen und Duschen «produziert» der Mensch rund zwei Liter Flüssigkeit pro Tag. Bleibt diese im Haus eingeschlossen, steigt die Luftfeuchtigkeit deutlich an.

Wenn die Wände von synthetischen Baustoffen versiegelt sind, sammelt sich die Feuchtigkeit auf der Oberfläche an und begünstigt das Wachstum von Schimmelpilzen und Algen.

Dass Schimmelpilze Asthma auslösen können, gilt heute als unbestritten.

Lehmputz hat die Eigenschaft, sehr viel Feuchtigkeit aufzunehmen - bis zu neunmal mehr als Gips. Sie wird gespeichert und abgegeben, wenn die Raumluft wieder trockener ist. So sorgt Lehm für einen ausgeglichenen Feuchtehaushalt und verhindert Wohnschimmel und Algen, diesen wird die Nahrung entzogen.

Bereits das Verputzen einer einzigen Wand in einem Zimmer verbessert das Raumklima und dient Ihrer Gesundheit!

Wir beraten Sie gerne und erklären Ihnen die vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten von und mit Lehm.



Rexhepi AG
Kammstrasse 11
3800 Interlaken
info@rexhepi.ch
033 841 00 23
www.rexhepi.ch

Themenwochen und Kurse



Das Zentrum Artos mit Pflegezentrum, ***Hotel und Mietwohnungen, bietet im Hotel Kurse zu verschiedenen Themen an. Interessierte aus Interlaken und Umgebung sind herzlich eingeladen, daran teilzunehmen. Hier finden Sie eine Auswahl an beliebten und bewährten Kursen.



23. bis 26. Februar 2023 mit Erich Stoll Die Stimme im Alter – Basiskurs

Ein abwechslungsreiches und fröhliches Stimmseminar für Menschen, die auch im Alter gehört und verstanden werden wollen!

3. bis 5. März 2023 mit Elisabeth Maurer Trampolinkurs

Das Schwingen auf dem hochelastischen Trampolin macht Spass, stärkt und entspannt die gesamte Körpermuskulatur.

5. bis 11. März 2023 mit Gabriele Ruh-Weber Veeh-Harfen-Spiel Musizierwoche

Schön Saitenklang und froh Gesang. In der Gruppe bekannte und unbekannte Lieder und Instrumentalstücke spielen.

17. bis 19. März 2023 mit Zita Zmoos Teddybärenkurs

Von Hand genäht. Vom Ausschneiden des Schnittmusters bis zum Stopfen stellen Sie Ihren Teddybären oder Ihr Schaf selbst her.

24. bis 26. März 2023 mit Sigrid Zurschmiede Handlettering

Buchstaben zeichnen und gekonnt in Szene setzen. Mit Schriften experimentieren und dekorative Verzierungen gestalten. Keine Vorkenntnisse nötig.

24. bis 26. März 2023 mit Marianne Rubin Klöppelkurs

Für Einsteiger und Fortgeschrittene – Klöppeln: Ein Kunsthandwerk, das fasziniert. Lassen Sie sich davon begeistern!

31. März bis 2. April 2023 mit Denise Grimm Experimentelle Kalligraphie

Variationen mit der Cola-Feder, dem Schreibutensil der experimentellen Kalligraphie. Ein kreatives Wochenende für Einsteiger und Fortgeschrittene.

23. bis 29. April 2023 mit Raphael B. Meyer Kammermusik-Woche

Streichinstrumente, Holzblasinstrumente, Klavier, Gitarre... alle in 440 Hz gestimmten Instrumente sind willkommen. Ensemble-Erfahrung ist von Vorteil.

29. April bis 5. Mai 2023 mit Hans Ulrich Reifler Bibel-Ferienwoche

Das Christuszeugnis in der Offenbarung neu entdecken und Hoffnung für die Gegenwart und Zukunft gewinnen. Andachten, Referate und Austauschrunden.

3. bis 7. Juli 2023 mit Verena Füllemann Strickkurs

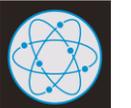
Accessoires in verschiedenen Schwierigkeitsstufen. Eine Woche gemeinsamen Schaffens mit der Möglichkeit, Techniken zu erlernen oder zu vertiefen.

Infos, Anmeldung, weitere Kurse und Themenwochen:

Zentrum Artos Interlaken | Telefon 033 828 88 77 | mail@artos.ch | www.hotel-artos.ch

#15jahrfeiremer

Jubiläum und Neuorganisation



AHB elektro ag



Daniela Kläusler



Christof von Allmen



Werner Binggeli



Michael Hebeisen



Sandro Kläusler



Pascuale Maselli



Nils Eichenberger



Werner Hebeisen



Hanspeter Hug



Walter Steffen



Simon Wohlhauser



Andreas Trippel



Tomasz Czasty



Joos Gadmer



Tomas Hejda



Dora Hebeisen



Nico Wolf



Mattia Catino



Kilian Burri



Sina von Allmen



Till Riesterer

Das Team der
AHB elektro ag.

«Zusammenkommen ist ein Beginn,
Zusammenbleiben ist ein Fortschritt,
Zusammenarbeiten ist ein Erfolg.»
(Henry Ford)

Bereits ist es über 15 Jahre her, seitdem die drei Herren Christof von Allmen (A) Werner Hebeisen (H) und Werner Binggeli (B) die AHB elektro ag gegründet haben. Die Elektroinstallationsfirma bietet das komplette Angebot von Neuinstallationen bis hin zum Service / Unterhalt im privaten, gewerblichen und industriellen Bereich an. Auch beim Thema Sicherheit (Brandmeldung, Einbruchalarm ...) hat die Firma für jede Situation die passende Lösung bereit. Viele Herausforderungen haben die drei Gründer, gemeinsam mit einem unglaublich tollen Team, gemeistert. Der Fokus war stets klar und es wurde ausnahmslos am selben Strick gezogen.

Nun ist es soweit und Werner Hebeisen hat im September 2022 sein Pensionsalter erreicht. Dies wurde am 7. Oktober 2022 mit einem grossen Überraschungs- und Jubiläumsfest im Schalandersaal der Rugenbräu Interlaken mit total rund 100 Personen gebürtig gefeiert!

(Siehe Beitrag «Jubiläum Pensionierung Stabsübergabe» unter www.ahbelektro.ch/aktuelles).

Für seine Nachfolge hat Werner frühzeitig gesorgt. Der Verwaltungsratspräsident tritt von der Geschäftsleitung zurück und übergibt sein Amt an Daniela Kläusler (neue VRP) und Michael Hebeisen (VR). Nebst Christof von Allmen (weiterhin Geschäftsführer) und Werner Binggeli (VR) kommen Sandro Kläusler und Pascuale Maselli zusätzlich zum Verwaltungsrat hinzu.

Zu sechst will die neu organisierte Geschäftsleitung das Ruder mit grosser Motivation übernehmen. Werner Hebeisen wird der AHB elektro ag mit seinem enormen Wissen aber dennoch weiterhin zur Seite stehen und zeitweilig im Betrieb bleiben.

AHB elektro ag

Geissgasse 3
3800 Interlaken
033 847 01 35

info@ahbelektro.ch
www.ahbelektro.ch



Mittagsmenü - 18.- pro Mahlzeit (im 10er Abo oder für Firmen auf Rechnung)

Suppe, Salat und Hauptgang - täglich Mittags von 11.30 - 13.30h - Normalpreis 22.-

im Februar & März: «Burger & Ribs»

Nebst unserem beliebten «Brienzer Holzhack-Burger» servieren wir Ihnen «Pulled Pork Burger», «Poulet Burger», «Vegi Burger» sowie saftige Ribs mit vielen Beilagen. Kommen Sie vorbei und probieren Sie unsere hausgemachten «Burger & Ribs».



ab Februar - «es heds solangs hed» - Treberwurst aus Twann

Keine Schnapsidee! Die Saucisson wird mit den heissen Tresterdämpfen, welche sich während der Marc-Destillation im Brennshafen entwickeln, veredelt.



Sonntag, 12. Februar 2023, 17h

«faustdickes Verbrechen» (schwäbisch)

Sonntag, 2. April 2023, 17h

»Blutbad im Gemeinderat« (badisch)

Ein fesselnder Kriminalfall wartet bereits auf Sie! Das Motiv: Ein köstliches Gänge-Menü begleitet von mindestens einem eiskalten Mordfall, den es aufzudecken gilt. Wagen Sie sich in obskure Gesellschaft, mischen Sie sich unter die dunklen Figuren und machen Sie den Übeltäter ausfindig. Erleben Sie einen garantiert unvergesslichen Abend. Details und Buchung auf unserer Homepage.

Hotel Restaurant Brienzerburli/Löwen Winterpause bis Frühling 2023. Ausnahmen: Für geschlossene Gesellschaften steht das Restaurant nach Absprache zur Verfügung.

Details zu Anlässen und aktuelle Informationen finden Sie auf unserer Homepage oder auf  Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Familie Huggler & Mitarbeiter

Beschwerden der Nacken- und Halsmuskulatur

Linderung von Beschwerden der Nackenmuskulatur mit Akupunktur

Bei einer Umfrage von 2020 gab fast die Hälfte der Schweizer an, im vergangenen Jahr unter Nackenschmerzen gelitten zu haben.

Solche Beschwerden gehören zu einer der häufigsten chronischen Schmerzzustände, die zu erheblichen Einschränkungen bis hin zur Arbeitsunfähigkeit führen. Oft stecken alltägliche Fehlhaltungen und Überlastung dahinter. Um die Wirbel zu schützen, verhärtet die Nackenmuskulatur samt Faszien und löst eine schmerzhafte Verspannung aus. Die Symptome können lokale Schmerzen sein, als auch Spannung und Schmerzen bis in die Hände. Schulter- und Ellbogenbeschwerden können ebenfalls ihre Ursache in der Halswirbelsäule und der umgebenden Muskulatur haben.

Kopfschmerzen, die über den Hinterkopf zur Stirn ausstrahlen treten auch häufig auf. Das geschmeidige Zusammenspiel zwischen Schulter-, Nacken- und Rückenmuskulatur ist wichtig, um Bewegungen problemlos auszuführen. Verklebungen zwischen Muskeln und Faszien können die Bewegungsfreiheit massiv einschränken und können über längere Zeit unbehandelt Schäden an den knöchernen Strukturen (Arthrose) herbeiführen. Akupunktur kann zerstörte Strukturen nicht reparieren, wohl aber gestörte Funktionen harmonisieren und verbessern.

Nach heutigem Verständnis wirkt die Akupunktur über verschiedene Mechanismen. Es lassen sich dabei 3 Hauptwirkungen beschreiben:

Lokale Wirkung

Durch die Nadel wird immer eine lokale Stoffwechselreaktion und vermehrte Durchblutung ausgelöst. Auch wenn die sehr dünnen Nadeln keine richtige Blutung oder grosse Verletzung auslösen, entsteht eine ausreichende Aktivierung der körpereigenen Reparaturmechanismen. Diese lokale Wirkung ist besonders bei Muskelverspannungen und Sehnenreizungen von grosser Bedeutung.

Fernwirkung (reflexartig)

Bei der Fernwirkung der Akupunktur stellt man sich den Wirkungsmechanismus ähnlich wie bei einem neurologischen Reflex vor, bei welchem durch die mechanische Reizung der Sehne über eine Verschaltung im Nervensystem eine Aktivität des Muskels (Streckung) ausgelöst wird. Statt einer Muskelaktivität werden jedoch der Stoffwechsel und die Schmerzverarbeitung im Gehirn positiv aktiviert.

Systemische Wirkung

Die systemische, ganzheitliche Wirkung der Akupunktur ist durch unser medizinisches Verständnis und die universitären Forschungen bisher am wenigsten zu erklären. Die Wirkungen ergeben sich in der Auswahl verschiedener Punkte, die eine ganzheitliche Wirkung auf den Stoffwechsel, die Schmerzzentren und das Vegetativum haben. Die chinesische Medizin arbeitet in der Diagnosestellung mehr mit Bildern und beschreibt die Behandlung dieser übergeordneten Funktionsstörungen sehr pragmatisch. Ganz fremd sind uns diese Gedanken jedoch nicht, im Sprachgebrauch wissen auch wir noch etwas von übergeordneten Zusammenhängen. Hinweise geben uns ältere Beschreibungen wie: «Das geht einem an die Nieren», «dem läuft die Galle über» oder «Kloss im Hals». Wenn wir die Ergebnisse der Psychosomatik und Psychoneuroimmunologie berücksichtigen, sind manche der beschriebenen Zusammenhänge auch für uns besser zu verstehen.

Die Wirkung der Akupunktur wurde mittels umfangreicher Studien bestätigt. Deshalb werden unsere Leistungen von sämtlichen Krankenkassen im Rahmen der Zusatzversicherungen übernommen.

Unser Team steht Ihnen gerne für weitere Fragen zum Thema zur Verfügung.

Unser Team Akupunktur TCM:



Bernhard Frutiger

Roger Emmenegger

Bernhard Frutiger

Naturheilpraktiker mit eidg. Diplom
Fachrichtung TCM / Akupunktur
frutiger & sarbach
Marktgasse 21, 3800 Interlaken
033 821 61 56
www.frutiger-sarbach.ch

Wir kaufen Ihre Liegenschaft rasch und unkompliziert

Sie möchten Ihre Liegenschaft möglichst einfach, schnell und unkompliziert verkaufen? Egal ob Wohnungen, Mehrfamilienhäuser, Bauland, baubewilligte Projekte, sanierungsbedürftige Objekte oder solche im Rohbauzustand. Die Immo4Passion AG handelt mit Immobilien aller Art und ist stets auf der Suche nach interessanten Objekten, um das eigene Portfolio zu erweitern. Von der ersten Besichtigung, der notariellen Beurkundung des Kaufvertrages und bis zur effektiven Zahlung des Kaufpreises können wir den Kauf Ihrer Liegenschaft innerhalb von zwei bis vier Wochen zuverlässig und effizient abschliessen.

Sie kennen den Wert Ihrer Liegenschaft nicht? Kein Problem. Gerne unterstützen wir Sie mit unserer Schwestergesellschaft, der Expert4Home GmbH. Als erfahrene Immobilienberater kennen wir den Immobilienmarkt genau und bieten Ihnen die besten Voraussetzungen, um den Wert Ihrer Liegenschaft fair und für beide Parteien angemessen zu definieren. So können Sie Ihre Liegenschaft unkompliziert und mit wenig Aufwand erfolgreich verkaufen.

Was sind Ihre Vorteile bei einem Liegenschaftsverkauf an die Immo4Passion AG? Ein Liegenschaftsverkauf kann aufwendig und teuer werden. Bei einem Verkauf an uns entsteht keine Maklerprovision. Die ganzen Maklerkosten und Aufwendungen bleiben Ihnen also erspart. Jeder Kaufinteressent, welcher die Liegenschaft besichtigen möchte, verursacht nicht nur Aufwendungen beim Makler, sondern jeweils auch beim aktuellen Eigentümer, beispielsweise wenn dieser noch in der Liegenschaft wohnt. Das Risiko der Bonität potenzieller Käufer entfällt, da unsere Gesellschaft die Garantie der Kaufpreiszahlung zusätzlich mit einem unwiderruflichen Zahlungsverprechen absichert.



Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Gerne dürfen Sie sich bei uns für ein unverbindliches Gespräch melden.



Aktuelle Projekte der Immo4Passion AG

MFH Alte Unterdorfstrasse
Matten bei Interlaken, im Bau seit Oktober 2022

Umbau Wohnung Vorholzstrasse
Unterseen, in Ausführung seit November 2022

MFH Campingstrasse
Bönigen, Projekt in Planung

NEU Wohnüberbauung Kupfergasse
Matten bei Interlaken, Projekt in Planung



QUALITY 4 HOME
Ihr Küchenbauer | www.quality4home.ch

IMMO 4 PASSION
Ihr Immobilienentwickler | www.immo4passion.ch

EXPERT 4 HOME
Ihr Makler | www.expert4home.ch

Marktgasse 1 | 3800 Interlaken | +41 33 511 26 44

Weingenuss aus dem Berner Oberland

Sommelier Bruno Loncao verrät seine Genuss-Tipps für den Februar.

RUGEN WY-CHÄLLER
INTERLAKEN

INFO / GETRÄNKE



Ein Gruss aus dem Rugen «Wy-Chäller»

Die Rugenbräu AG steht für Biergenuss aus dem Berner Oberland, und dies seit über 155 Jahren. Mit der Rugen «Gnuss-Wält» und dem Rugen «Wy-Chäller» wird in Sachen Getränke zudem eine Vielfalt angeboten, welche seinesgleichen sucht. Das breite und sorgfältig zusammengestellte Weinangebot wird vom Weinfachmann Bruno Loncao betreut. Als Sommelier weiss er, welche Weine im Trend sind, zu welchen Gerichten sie passen, und stellt mit dem Team der Rugen «Gnuss-Wält» die persönliche Beratung sicher.

Der kulinarische Tipp für den Februar

Die Vielfalt der Weine fasziniert Bruno Loncao: «Der Genuss beginnt dann, wenn man einen schönen Wein zu einem feinen Gericht oder Produkt wählen kann – die Kombination von Aromen macht es aus.» Für den Monat Februar 2023 empfiehlt er daher einen Vacherin Mont d'Or aus

dem Ofen, dazu passen zum Beispiel ein Riesling oder ein Gewürztraminer aus dem Elsass. Auch ein Fendant oder Humagne Rouge aus dem Wallis sowie ein fein perlender Champagner harmonieren wunderbar.

Trends für das Jahr 2023?

Gibt es einen Trend, der sich für das Jahr 2023 in der Weinwelt abzeichnet? Bruno Loncao steht im ständigen Kontakt mit Winzern und Produzenten: «Die Nachhaltigkeit, im Sinne von biologischen Weinen oder solchen, welche aus biodynamischem Anbau stammen, steht auch hier im Zentrum», weiss Bruno Loncao. Zudem sind vegane Weine, alkoholfreie Weine oder sogenannte «Orange Wines» (maischevergorene Weine) sowie solche, welche in der Amphore gereift sind, gefragt.

Beliebt sind auch Schaumweine aus der Schweiz, Deutschland oder Österreich und für die wärmeren Monate sind Rosé Weine – Think Pink – im Trend.



Bruno Loncao
Verkaufsberater Wein,
DipWSET/Dipl. Sommelier ASSP.

Rugenbräu AG
Wagnerenstrasse 40
3800 Matten b. Interlaken
www.rugenbraeu.ch

Alles für Ihre selbstgemachte PASTA



Kenwood Chef Titanium mit Mixglas
Fr. 640.- statt 799.-



Kenwood Chef XL Titanium mit Mixglas
Fr. 690.- statt 849.-



Pastamaschine
Fr. 125.-



Ravioli Aufsatz
Fr. 82.90



Teigrad
Fr. 32.-



Pastatrockner
Fr. 59.-



Ravioli Ausstecher rund oder eckig. Zwei Grössen ab. **Fr. 11.80**



Teigwaretopf 6.5L
Fr. 239.-



Sieblöffel
Fr. 46.20



Teigholz
Fr. 9.50



Oel/Essigflasche
Fr. 17.50

Aktionen solange Vorrat.

Ihr Fachgeschäft mit den attraktiven Angeboten.

Besuchen Sie unseren Internet Shop.

www.zimmermann-spiez.ch



ZIMMERMANN AG Oberlandstrasse 3 3700 Spiez Telefon 033 654 41 41



Bodycode und Emotionscode – werden Sie Ihren Ballast los!



Es war noch nie so einfach, krank und unglücklich machende Altlasten über Bord zu werfen – dauerhaft und äusserst effizient.

Eingeschlossene Emotionen sind schädliche Energien, die nicht verarbeitet werden konnten. Die meisten stammen aus negativen Lebensereignissen oder werden über Generationen vererbt. Wir alle haben solch unnötige und belastende «Gepäckstücke» mit dabei, nicht selten sogar hunderte davon. Sie können körperliche und psychische Beschwerden wie z.B. Ängste, Wut, Depressionen, Schmerzen, Süchte, Burnout, Schlafstörungen, Nervosität sowie unzählige weitere Blockaden und Krankheitsbilder verursachen.

Der Bodycode ist ein über Jahrzehnte ausgereiftes Konzept, das ständig erweitert wird und mehr als 800 mögliche Lösungspunkte bietet. Durch gezielte Abfrage Ihres Unterbewusstseins – welches jeden einzelnen Augenblick Ihres Lebens kennt und speichert – werden alle noch so versteckten Ungleichgewichte aufgedeckt und auf einfachste Art und Weise vollständig und dauerhaft gelöst.

Beide Methoden können optimale Voraussetzungen für Gesundheit, Leichtigkeit, Fülle, Liebe und Erfolg in Ihrem Leben schaffen. Sie sind auch für Kinder und Tiere hervorragend geeignet.

Auflösungen finden in der Praxis oder online statt – mit derselben Wirkung!

Herzlich willkommen!

- Autogenes Training
- Coaching + Lebensberatung
- AUNDA Healing nach Attilio Ferrara
- Bodycode + Emotionscode nach Bradley Nelson
- 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

Termine nach telefonischer Vereinbarung (auch WhatsApp)

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



SP BÖDELI-JUNGFRAU DEINE NEUE SOZIALE UND ÖKOLOGISCHE KRAFT IN DER JUNGFRAU-REGION.

Die SP Bödeli-Jungfrau ist aus dem Zusammenschluss der SP-Sektionen Beatenberg, Bönigen, Interlaken, Matten, Unterseen, Wilderswil und SP-Mitgliedern in den übrigen Gemeinden hervorgegangen.



Mir. Zäme.

Sozialdemokratische Partei
Bödeli-Jungfrau

sp-boedeli-jungfrau.ch | info@sp-boedeli-jungfrau.ch



Die Königin der Blumen



Die Rose wird als Sinnbild der Liebe betrachtet. Daher wird sie am Valentinstag gerne an die Liebsten verschenkt.



Red Naomi



Twilight



Paloma



White Naomi

Die Ursprünge der Rose findet man in Zentralasien. Seit mehreren Jahrhunderten hat die Rose einen grossen Stellenwert und ist in alten Geschichtsbüchern zu finden.

Die Rosen-Zucht in Europa begann ab dem 19. Jahrhundert. Seither werden täglich neue Rosensorten gezüchtet. Durch die Züchtung gehen markante Eigenschaften wie Duft oder Stacheln leider verloren.

Die Produktion von Schnittrosen findet vor allem in Ecuador, Holland und Italien statt. Die Rosen brauchen für ihr Wachstum ein stetig warmes Klima. Die richtige Schnittrife ist sehr wichtig, da die Blüte entweder schon zu weit offen ist oder sich nicht mehr öffnen kann. Es kann dazu führen, dass die Qualität der Rosen variiert.

Es gibt unzählige Rosensorten, sei es als Schnitt für die Floristik oder im Topf für den Garten. Nebst den klassischen Edelrosen gibt es auch Garten- sowie Polyantharosen.

Die Königin der Blumen hat hohe Ansprüche bei der Pflege. Vor allem bei Schnittrosen ist die Pflege nicht zu unterschätzen. Sie benötigt viel Wasser (mind. die halbe Länge der Rose im Wasser), eine passende Vase (Wasservolumen) und einen langen Anchnitt mit einem scharfen Messer (keine Scheren, diese verletzen die Wasserleitbahnen). Die Rosen sollten nicht neben eine Fruchtschale gestellt werden. Früchte stossen ein Ethylen-Gas aus, welches die Rosen zum frühzeitigen Welken bringt. Für zusätzliche Informationen zu Sorten oder Pflege stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



Blumenladen-Team Gosteli

H. Gosteli AG
Metzgergasse 4, 3800 Matten
Telefon 033 822 21 06
info@hgosteli.ch
www.hgosteli.ch

nescens⁺
swiss anti-aging science
| SPA



Day Spa

Ob entspannt in den Tag starten, einen erholsamen Feierabend geniessen oder den Sonntag zelebrieren – das vielseitige Day Spa Angebot lässt keine Wünsche offen.

Day Spa Angebote ab CHF 175.–
mit Behandlungen und kulinarischen Highlights.

Day Spa Angebote sind ebenfalls als Gutscheine erhältlich.



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

Der Kauf einer Immobilie

Sie beabsichtigen eine Liegenschaft zu kaufen und haben über einen privaten Anbieter eine solche gefunden. Für die Kaufsabwicklung erhalten Sie jedoch keine professionelle Beratung. Sie müssen nun, wenn Sie ohne Mithilfe der Fachleute diesen Kauf durchführen, folgendes beachten.

Eine Liegenschaft kauft man bekanntlich nicht alle Tage. Haben Sie sich für ein passendes Angebot entschieden und möchten nun eine Zusage erteilen und den Kauf abwickeln, so gibt es Grundlagen zu beachten, welche eine professionelle Immobilienagentur Ihnen bietet und bei der Kaufsabwicklung mithilft.

Sie sollten vom Verkäufer eine schriftliche Verkaufsofferte mit elementaren Angaben zum Objekt erhalten, welche folgende Themen/Informationen beinhalten: Der Amtliche- und Eigenmietwert, was für Ihre zukünftige steuerliche Belastung massgebend ist. Das Baujahr oder letztes Renovationsjahr sind Angaben, damit Sie wissen, welche Renovationskosten inskünftig auf Sie zukommen könnten. Aber auch die Nebenkostenangaben der jährlichen Kosten sind eine wichtige Grundlage. Bei einem Haus sollten zusätzliche Angaben wie der Gebäudeversicherungswert, die Kubatur und die Grösse der Parzelle in der Offerte enthalten sein.

Beim Kauf einer Wohnung sind nebst der Nebenkostenabrechnung auch die Bilanz bedeutend, denn aus dieser ersehen Sie den Stand des Erneuerungsfonds, also wieviel Geld die Gemeinschaft rückgestellt hat für kommende Renovationen. Aber auch die Protokolle mit den Beschlüssen der Eigentümergemeinschaft sollten Sie erhalten, damit Sie über Beschlüsse informiert sind, welche für Sie finanzielle Folgen haben könnten oder in der Gemeinschaft vielleicht sogar Differenzen bestehen. Beim Stockwerkeigentum ist auch massgebend, dass ein Verkäufer Ihnen das Verwaltungsreglement (Rechte und Pflichten jedes Eigentümers) und die Stockwerksbegründung abgegeben hat. Sie treten in diese Gemeinschaft mit dem Kauf ein und können nichts ändern an diesen Reglementen, daher ist es von Vorteil, dass Sie dies vorab studiert haben.

Nebst den Unterlagen ist aber auch die Besichtigung des Objektes ein grundlegender Bestandteil. Denn beim Kauf wird die Gewährleistung (Mängelhaftung) einer Liegenschaft üblicherweise, soweit gesetzlich zulässig, wegbedungen. Das heisst im Klartext: Sie kaufen eine Immobilie wie besichtigt und erhalten dafür keine Garantien, ausser Ihre Immobilie ist neu erbaut worden. Ist die Liegenschaft etwas älter, so wäre es auch hier von Vorteil bei einer der Besichtigungen einen Baufachmann mitzunehmen oder zumindest das Objekt mehrmals besichtigt zu haben.



Spätestens wenn Sie nun die Finanzierung bei der Bank klären, sind auch die Angaben der Schuldbriefhöhe oder auch der Wohnflächen, sowie des Grundbuchauszuges ein unerlässlicher Bestandteil. Die Bank wird für die Wertberechnung und die damit verbundene Finanzierung diese Angaben benötigen. Wie Sie sicherlich bemerkt haben, ist es beim Kauf Ihrer Liegenschaft ein Vorteil, wenn Sie ein Objekt über einen Fachmann erwerben oder zumindest einen solchen dazu ziehen.

martha ruf
IMMOBILIENTREUHAND AG

Daniel Capelli
Geschäftsführer
Martha Ruf
Immobilientreuhand AG

3800 Unterseen
Telefon 033 822 69 55
info@martharuf.ch
www.martharuf.ch





Elektrofachgeschäft
und Küchenbau

Wär ächt süsch!

Kaffeemaschine ausgestiegen?

Über unseren Reparaturservice bekommen
Sie schnelle und kompetente Hilfe: **033 822 21 90**

Gebr. Vögel AG, Bahnhofstr. 24, 3800 Unterseen-Interlaken
T 033 822 21 90, www.haushalt-voegeli.ch



Krebser

Chöit ders eso näh?

50 Geschichten, welche die wichtigen Fragen des Lebens behandeln.



Cosmos Verlag
Pedro Lenz
Chöit ders eso näh?
Fr. 27.00

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

Ist die Aare der schönste Fluss der Welt? Machen Sie gerne Geschenke? Kann man Glück aufsparen? Lesen Sie Outdoor-Prospekte? Dürfen Kinder unanständige Wörter sagen? Ist die Verpackung wichtiger als der Inhalt? Warum gibt es in Innenstädten mehr Nagelstudios als Buchhandlungen? Konnte man früher im Mittelland jeden Winter Iglus bauen? Wie heisst der Fleischkäse in der Romandie? Geben Sie in den Ferien das Smartphone an der Rezeption ab?



THOMAS RUBIN
BESTATTUNGSDIENST

Raum für Abschied

Unsere Begegnungsquelle 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 Feiern

Bestatter mit
eidg. Fachausweis
Sonja Binoth & Thomas Rubin



Begegnungs-
quelle

Sie dürfen
sich gerne für eine
Raumbesichtigung
bei uns melden.

033 222 75 75 · begegnungsquelle.ch · Burgstrasse 14 · 3600 Thun

Krebser



**WIR WÜNSCHEN
SPANNENDE BUCHMOMENTE!**

Ihre Buchhandlung und Papeterie
in Interlaken.

Bücher | Papeterie | Büromöbel | Copy-Print

krebser.ch

Top 5 Belletristik

1. Blutbuch
Kim de l'Horizon, Verlag Dumont
2. Kaltbad
Silvia Götschi, Verlag Emons
3. Eine Frage der Chemie
Bonnie Garmus, Verlag Piper
4. Kuckuckskinder
Camilla Läckberg, Verlag List
5. Mimik
Sebastian Fitzek, Verlag Droemer/Knaur

Top 5 Sachbuch

1. Das Date mit dir selbst
Tom Bobsien, Verlag Rowohlt
2. Schmerzfrei & beweglich bis ins hohe Alter
Bracht / Liebscher-Bracht, Verlag Mosaik
3. Das Kind in dir muss Heimat finden
Stefanie Stahl, Verlag Kailash/Sphinx
4. Aussaattage 2023 Maria Thun
Matthias K. Thun, Aussaattage Thun-Verlag
5. 101 Essays, die dein Leben verändern werden
Brianna Wiest, Verlag Piper

Dass Sie
besser hören,
ist für uns
Herzenssache.



Jetzt
Wunsch-
termin
vereinbaren

Fassen Sie sich noch heute ein Herz! Machen Sie einen kostenlosen Hörtest, dieser dauert nur 30 Minuten. Sie erhalten sofort Ergebnisse und können mit unseren erfahrenen Hörsystemakustikern besprechen, welche Möglichkeiten es gibt, Ihr Hörvermögen zu bewahren beziehungsweise zu verbessern. Vereinbaren Sie einfach unverbindlich einen Termin, um Klarheit zu gewinnen.

Audika Hörcenter
Bälliz 40
3600 Thun
Tel. 033 223 00 31
thun@audika.ch

Audika Hörcenter
Oberlandstrasse 9
3700 Spiez
Tel. 033 655 01 33
spiez@audika.ch

Audika Hörcenter
Aarmühlestrasse 1
3800 Interlaken
Tel. 033 823 19 56
interlaken@audika.ch

Audika
Ihr Experte für gutes Hören

Schlosskeller Interlaken

Kleintheater des Kunsthauses Interlaken
Monatsprogramm Februar 2023



Pedro Lenz
Lesung seines neuen Kolumnenbands
«Chöit ders eso näh?»

Freitag, 3. Februar 2023 | 20.15 Uhr
Ist die Aare der schönste Fluss der Welt? Machen Sie gerne Geschenke? Kann man Glück aufsparen? Lesen Sie Outdoor-Prospekte? Dürfen Kinder unanständige Wörter sagen? «Chöit ders eso näh?», das sind fünfzig Geschichten, über die Pedro Lenz in seinem neuen Kolumnenband schreibt.



art7 Theater
«Mordsfrauen» - Tramödie

23. / 24. / 25. Februar 2023 und
10. / 11. / 16. / 17. / 18. März 2023 | 20.15 Uhr

Justizvollzugsanstalt, Abteilung für die härtesten Kaliber. Hier sitzen vier Mörderinnen ein, die einiges auf dem Kerbholz haben. Freuen Sie sich mit «Mordsfrauen» auf eine Tramödie hinter Gittern von Corina Rues-Benz.

Vorschau April 2023
Fabulatria Theater für kleine und grosse Kinder
«Pfefferland retour!» - ein Theaterstück ab 5 Jahren |
1. April 2023, 15 Uhr | 2. April 2023, 11 Uhr |
5. April 2023, 15 Uhr

Tirza Niklaus, Karin Steiner und Jost von Allmen
Musik und Bilder aus der Jungfrauregion |
Samstag, 22. April 2023, 20.15 Uhr

Ulan und Bator
«ZUKUNST» | Freitag, 28. April 2023, 20.15 Uhr

Vorverkauf
www.schlosskeller.ch
Buchhandlung Krebsler AG, Interlaken



Garnitür - so schön war die Zeit ...
Musik in kabarettistischer Form

3. / 4. März 2023 im Schlosskeller
24. März 2023 im Kunsthaus | 20.15 Uhr
Ist Garnitür eine Zutat, ein Zubehör oder ist es «Gar nid tüür», also Evergreen? Garnitür ist etwas von allem und noch mehr.

Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Abend mit einer Mischung aus Theater und Gesang.

Schlosskeller Interlaken
Sekretariat 079 811 37 05
www.schlosskeller.ch

IHR SCHLÜSSELERLEBNIS IM 2023

Verwaltung von Eigentums- und Mietwohnungen
Beratung rund um Immobilien
Bewertungen und Verkauf von Immobilien
Erstvermietungen
Wohnungsübergaben



Howell Home AG
Postgasse 9 – 3800 Interlaken
Matte 29 – 3807 Iseltwald
Tel. +41 33 821 60 60 – info@howell-home.ch
www.howell-home.ch

Ihr kompetenter und zuverlässiger
Immobilien-Partner im Berner Oberland

HOWELL



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

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

Kunsthhaus Interlaken

VEREIN FREUNDE DES
KUNSTHAUSES INTERLAKEN

Veranstaltungen im Februar



Claus Raible



Claudia Dettmar: Teich, 2006, Sammlung Kanton Bern

Samstag, 4. Februar | 20.30 Uhr, Bar 20 Uhr

Claus Raible Trio

Claus Raible, piano | Giorgos Antoniou, bs | Xaver Hellmeier, dr

Claus Raible hat ein eigenes Format wie international nur wenige, die sich in diesem Genre bewegen. Mit seiner superlativischen Technik und seiner geschmeidigen Geläufigkeit ist Raible ein furioser Stilist. Frankfurter Rundschau, 2022

Eintritt: CHF 25.-

Reservationen: 033 822 16 61 oder
info@kunsthhausinterlaken.ch

Freitag, 10. Februar | 20 Uhr

Liebi, Tod und Händöpfelstock

Multimediale Show mit Willy Schnyder, Dani Misteli, u.a.

An Abdankungen wird oft viel gelacht. Woran das liegt? Darauf haben der visuelle Gestalter Dani Misteli und der Komponist Willy Schnyder, der schon mehrmals im Kunsthhaus zu Gast war, auch keine Antwort. Im neuen gemeinsamen Projekt **Liebi, Tod und Händöpfelstock** wagen sie ein Stelldichein mit Gevatter Tod.

Eintritt: CHF 25.-

Reservationen: 033 822 16 61 oder
info@kunsthhausinterlaken.ch

Sonntag, 19. Februar | 18 h

Solartrike

Von Europa nach Kirgisistan, 15 000 km
Multimedia-Vortrag von David Brandenberger
Eintritt frei, Kollekte zugunsten Hilfswerk «Horyzon.ch».

Wegen Renovationen in den Ausstellungsräumen findet bis Ende Mai im Kunsthhaus keine Ausstellung statt.

Wir freuen uns, Sie ab dem 3. Juni 2023 zur Ausstellung **Werte im Wandel** - Die Kantonale Sammlung Bern zu Gast im Kunsthhaus Interlaken begrüssen zu dürfen.

Die Ausstellung zeigt eine Auswahl von Kunstwerken aus der Kunstsammlung des Kantons Bern. Die mittlerweile einhundertjährige Sammlung verfügt über nahezu 6 000 Kunstwerke von über 1 400 Kunstschaffenden.

Der Vielfalt an Stilrichtungen und Techniken entspricht auch der Reichtum an unterschiedlichsten Inhalten. So spiegeln etliche Werke die Tugenden ihrer Zeit wider und erzählen von zeitlosen Werten, von Idealen, aber auch vom Wandel und von neuen Deutungen. Aufgrund des Umfangs der Kantonalen Kunstsammlung Bern besteht die Ausstellung **Werte im Wandel** aus zwei Teilen. Der 2023 gezeigte, erste Teil der Ausstellung widmet sich den Begriffen Glaube, Gerechtigkeit und Weisheit.

Auswahl der Werke: Dr. Harald Kraemer (University Museum and Art Gallery, The University of Hong Kong).

Kunsthhaus Interlaken

Jungfraustrasse 55, 3800 Interlaken

041 033 822 16 61

www.kunsthhausinterlaken.ch

staunen - erleben - geniessen

> Rocky Day! 4.2 und 4.3.2023

Der Familientag auf dem Niederhorn! Mit lustigem Schneeballspiel, Malatelier und Rocky live vor Ort!

Jetzt entdecken:



Niederhorn
Beatenberg

ROCKY DAYS:
KINDER
FAHREN
KOSTENLOS



Stadtkeller Unterseen



Februar 2023



Samstag, 4. Februar 2023, 20.15 Uhr

Zauberer Lionel
«Deine Wahrheit»

Was ist wahr? Und was bloss Fake? Sind wir alle fremdgesteuert? Selten war es so schwer, das herauszufinden. Gibt es nur eine Wahrheit? Oder vielleicht doch mehrere? Fragen über Fragen. Lionel sucht augenzwinkernd Antworten. Und er findet sie. Kein Wunder: Als Zauberer beherrscht er das Spiel mit Realität und Illusion wie kein Zweiter.

Einzigartige Zaubereffekte und ebenso einzigartige Geschichten versetzen Sie in Staunen und bringen Sie zum Lachen. Machen Sie sich auf zu einer magischen Reise.

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

25. März
Musique Simili «Paramundo»

Worldmusic/Musiktheater/Gypsi. Das Ensemble verführt Sie ohne Umwege auf Abwege: auf eine Reise nach Paramundo mit vollem Herzen und leichtem Gepäck – einem Seemannskoffer voller musikalischer Abenteuer und Geschichten.

ab 6. Mai
Stedtlitheater «Frühlingsproduktion»

Die Stückwahl wird auf www.stadtkeller-unterseen.ch und in der Tagespresse bekannt gegeben. Premiere: Samstag, 6. Mai 2023, 20.15 Uhr



Samstag, 25. Februar 2023, 20.15 Uhr

Cenk
«Schleierhaft»

Cenk nimmt uns mit auf eine Reise durch die schrägste Nacht seines Lebens: Die Hochzeit seiner Cousine. Auf seiner Odyssee hinterfragt er klassische Lebensentwürfe, gesellschaftliche Konventionen, uralte Märchen und das Leben an sich. Doch spätestens in der Unendlichkeit des Universums ist nichts mehr wirklich gewiss und gleichzeitig alles möglich. Furchterregend; aber gleichzeitig die ideale Voraussetzung, um seiner Fantasie freien Lauf zu lassen. Tauchen Sie ein in eine faszinierende Welt, die sich dessen bewusst ist, mit dem Ausdruck «faszinierende Welt» ein etwas abgedroschenes Klischee zu bedienen. Lehnen Sie sich zurück und erleben Sie eine Geschichte, die zu 100 Prozent frei erfunden ist. Vielleicht. Vielleicht auch nicht.

Eintritt: Fr. 30.- / bis 16-jährig Fr. 15.-
Bar geöffnet ab 19.30 Uhr

Vorverkauf:
Stedtli Apotheke Drogerie
Hauptstrasse 9, 3800 Unterseen
Tel. 033 822 80 40
info@stadtkeller-unterseen.ch
www.stadtkeller-unterseen.ch

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

Trinkhalle am Kleinen Rügen

Feiern mit bester Aussicht!



Am Waldrand des Kleinen Rügen, nur wenige Minuten von Interlaken entfernt, liegt die Trinkhalle. Der freie Blick auf das Jungfraumassiv sowie der Charme der traditionsreichen Räume wird auch Sie verzaubern. Die Trinkhalle kann während dem gesamten Jahr gemietet werden.

Die Trinkhalle am Kleinen Rügen verfügt über

- eine vollständig ausgerüstete Küche
- beheizbare Räumlichkeiten
- und einen beleuchteten Gehweg

Das schicke Bijou eignet sich für Geburtstagsfeiern, Hochzeiten, Firmenanlässe oder Sitzungen. Geniessen Sie die einzigartige Atmosphäre und buchen Sie Ihren Wunschtermin für Ihren nächsten Anlass mit Aussicht!

Kulturanlass 2023 - Tres Pesetas

Freitag, 24. Februar 2023, Beginn 19.30 Uhr
Seit über 20 Jahren treten Tres Pesetas in unveränderter

Formation auf. Die drei leidenschaftlichen Gitarristen, die alle auf dem Bödeli leben, spielen sich unverfroren quer durch das Latinorepertoire. Geniessen Sie einen wunderbaren musikalischen Abend in der Trinkhalle am Kleinen Rügen.

Eintritt frei, Türöffnung ab 18.30 Uhr, für Hungrige gibt es «öppis Warms us dr Trinkhalle-Chuchi».

Der Förderverein Trinkhalle am Kleinen Rügen freut sich auf Ihren Besuch!

Information und Reservation

Förderverein Trinkhalle
am Kleinen Rügen
079 784 79 21
www.trinkhalle.ch
info@trinkhalle.ch



Konzert «Symphony of Freedom»

Blasorchester Oberland Thun BOOT

BOOT
BLASORCHESTER
OBERLAND THUN

Samstag, 4. März 2023, 19.30 Uhr, Lötschbergsaal Spiez
Sonntag, 5. März 2023, 17.00 Uhr, Lachensaal KKThun

Leitung:

Tobias Salzgeber

Das Blasorchester Oberland Thun BOOT ist wieder zurück auf der Bühne und präsentiert das Konzertprogramm 2023 «Symphony of Freedom» mit zwei Premieren:

Rotterdam 1945, Johan de Meij

(Schweizer Erstaufführung)

Hymn to a Blue Hour, John Mackey

The Force Awakens from Star Wars, John Williams

Symphony of Freedom, Thomas Doss

(Schweizer Erstaufführung)

Über 60 begeisterte Musikerinnen und Musiker vereinen sich zu einem harmonischen Ensemble und beschenken Ihnen einen unvergesslichen Konzertabend mit hochstehender Musik!



Blasorchester Oberland Thun BOOT

www.boot-verein.ch

www.facebook.com/BlasOrchesterOberlandThun

Vortragsabend «Realität vs. Fiktion»

Donnerstag, 23. Februar 2023


Die Kulturbeutler



Prof. Dr. med. Eva Scheurer
Direktorin des Instituts für Rechtsmedizin der Universität Basel.



Jürg Mosimann
Buchautor und ehemaliger Mediensprecher der Kantonspolizei Bern.

In Krimis sehen wir Forensikern bei ihrer Arbeit gerne über die Schulter. Doch wie realistisch sind unsere Vorstellungen von ihrem Arbeitsumfeld? Viele haben durch Serien wie «CSI» ein eher verzerrtes, fast schon romantisches Bild über die Aufgaben einer Rechtsmedizinerin.

Mit viel Charme gewährt uns **Prof. Dr. med. Eva Scheurer** einen exklusiven Einblick in ihren nicht ganz alltäglichen Alltag.

Als ehemaliger Mediensprecher der Kantonspolizei Bern weiss **Jürg Mosimann** Realität und TV-Fiktion zu unterscheiden. Während vieler Jahre hat er im Rahmen seiner Arbeit zahlreiche Tatorte besucht und sich an polizeilichen Ermittlungsdiskussionen beteiligt. In seinem spannenden Vortrag nimmt er die Ermittlungsarbeit unter die Lupe und berichtet über die Unterschiede zwischen Fernsehen und richtigem Leben.

Seien Sie mit dabei und finden auch Sie heraus;
Was ist Fiktion und was entspricht der Realität?

Vorverkauf: CHF 15.-
Abendkasse: CHF 18.-
Studenten: CHF 8.-

Vortragsabend

Donnerstag, 23. Februar

20 Uhr

Kirchgemeindehaus Matten bei Interlaken

Die begehrten Tickets sind erhältlich unter:

www.verein-kulturbeutel.ch

077 470 06 55



Die Kulturbeutler

3800 Matten bei Interlaken

www.verein-kulturbeutel.ch

Klavierabend mit Marcin Fleszar

KAMMERMUSIKKONZERTE
HONDRICH

Sonntag, 12. Februar 2023, 17 Uhr – Inforama Hondrich Grosser Saal



J. Ph. Rameau (1683-1764)
Suite a-Moll RCT 5

F. Chopin (1810-1849)
Ballade g-Moll, Op. 23 No. 1

R. Schumann (1810-1856)
Davidsbündlertänze, Op. 6

- Lebhaft, Florestan und Eusebius
- Innig, Eusebius
- Etwas hahnbüchen, Florestan
- Ungeduldig, Florestan
- Einfach, Eusebius
- Sehr rasch und in sich hinein, Florestan
- Nicht schnell mit äusserst starker Empfindung, Eusebius
- Frisch, Florestan
- Hierauf schloss Florestan und es zuckte ihm schmerzlich um die Lippen

- Balladenmässig sehr rasch, Florestan
- Einfach, Eusebius
- Mit Humor, Florestan
- Wild und lustig, Florestan und Eusebius
- Zart und singend, Eusebius
- Frisch, Florestan und Eusebius
- Mit gutem Humor, geht ohne Pause über in
- Wie aus der Ferne, Florestan und Eusebius
- Ganz aus Überfluss meinte Eusebius und Folgendes, dabei sprach aber viel Seligkeit aus seinen Augen

Adresse

Inforama Hondrich Grosser Saal
Hofstatt 2, 3702 Hondrich bei Spiez

Reservierungen

www.kammermusik-hondrich.ch
078 852 63 48

Berner Oberländer Militärspiel



Konzerte in Thun und Interlaken

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

Alte Reithalle, Expo Areal Thun
Freitag, 17. Februar 2023, 20 Uhr
Türöffnung ab 18 Uhr

Kirchgemeindehaus Matten b. Interlaken
Mittwoch, 22. Februar 2023, 20 Uhr
Eintritt frei, freiwillige Beiträge zur Deckung der Unkosten

Liebe Konzertbesucherinnen und Konzertbesucher

Das diesjährige Konzertprogramm ist thematisch in 3 Teile gegliedert, die jeweils durch brillante Einlagen unserer Tambouren ergänzt werden. Die Idee, den ersten Teil den Themen Frieden und Freiheit zu widmen, entstand im Verlaufe des vergangenen Jahres angesichts der traurigen Entwicklungen in Osteuropa. Wir alle müssen nun schon seit einem Jahr mit der unerträglichen Tatsache leben, dass nicht weit weg von uns Krieg herrscht. Das BOMS repräsentiert als Veteranenspiel die Militärmusik und damit die Schweizer Armee. Die Titel der Musikstücke vor der Pause sollen darauf hinweisen, welche Aufgabe sich unsere Armee grundsätzlich stellt, und diese ist zweifellos, den Frieden und die Freiheit zu schützen. Diese beiden Begriffe kommen fast in jedem Titel des ersten Teils vor. Die Ausnahme: die berühmten Silberfäden sind dann eher ein Hinweis auf die vorherrschende Haarfarbe der Ausführenden ...

Nach der Pause werden die Tambouren zu einer kurzen Gedenkfeier überleiten: Der unvergessliche Schweizer Komponist Stephan Jaeggi würde in diesem Jahr 120 Jahre alt. Wir ehren ihn mit drei seiner unvergleichlichen Kompositionen: Alles Märsche, der erste ungemein melodiös, der zweite, den er selbst als «festlich» bezeichnete, verrät seine Vorliebe zur Romantik und beim dritten formte er welsche Melodien zu einem bunten Melodienstrass.

Der dritte Teil des Konzerts ist eine kleine Registershow: nachdem die Tambouren ein weiteres Mal auftreten, wird das Saxophonregister im Mittelpunkt stehen. Dieses wird von den Posaunen abgelöst und am Schluss werden unsere «Grössten», die Bässe, unser diesjähriges Konzert beschliessen.

Wir wünschen gute Unterhaltung!

Ihr Berner Oberländer Militärspiel
Markus Graf, Spielführer

Konzertprogramm

Victory of Peace	Mario Bürki
Für Friede und Freiheit Marsch	Hans Gansch
Friedensruf Andante	Hans Wenger arr. Jaroslav Kubat
Calypsambo Tambouren	Alex Haefeli
Dona Nobis Pacem	trad. arr. Ted Huggens
Silberfäden Thema und Variationen für Trompete Solist: Rolf Marschall	Hart P. Danks arr. Josef Lang jun.
The Vanished Army Poetischer Marsch	Kenneth J. Alfred
Pause	
Butterfly Tambouren	Alex Haefeli
Gruss an das Worblental	Stephan Jaeggi
Festlicher Marsch	Stephan Jaeggi
Bundesrat Petitpierre Marsch	Stephan Jaeggi
Jazz Drums Tambouren	Rolf Liechti
Saxo Trip Solisten: Trix Zbinden, Walter Frauchiger, Konrad Zobrist	Hans Kolditz
Funny Slides Solisten: Hansueli Blatter, Fred Brügger, Hans Stettler, Roland Rüeeggger	Wim Laseroms
Them Basses Solisten: Jörg Ringgenberg, Hugo Greber, Fritz Christen, Hans Stäger, Ueli Jaggi, Hans Bigler	Getty H. Huffine

(Programmänderungen vorbehalten)

Berner Oberländer Militärspiel
www.militaerspiel-boms.ch

Das Programm der 63. Interlaken Classics 2023

MEET TOMORROW'S
CLASSIC STARS
N° 63 INTERLAKEN
CLASSICS
2023



Sonntag, 2. April, 17 Uhr
Grandhotel Giessbach, Brienz
Interlaken Classics Sextet

Gründonnerstag, 6. April, 19.30 Uhr
**Meisterkonzert Reinhold Friedrich und
Wim Van Hasselt, Trompete**

Karfreitag, 7. April, 19.30 Uhr, Kursaal Interlaken
David Garrett mit «Iconic»

Karsamstag, 8. April, 19.30 Uhr, Kursaal Interlaken
David Garrett mit «Iconic»

Ostersonntag, 9. April, 17 Uhr, Kursaal Interlaken
1. Sinfoniekonzert - Zakhar Bron Festival Orchestra
Solisten: Joel von Lerber, Harfe und
Samuel Niederhauser, Violoncello

Ostermontag, 10. April, 17 Uhr, Haus der Musik Interlaken
Abschlusskonzert Meisterkurs Trompete

Freitag, 14. April, 19.30 Uhr, Kursaal Interlaken
2. Sinfoniekonzert - Zakhar Bron Festival Orchestra
Solistin: **Olga Scheps, Klavier**

Samstag, 15. April, 16 / 17 / 18 Uhr
Haus der Musik Interlaken
**Kinderkonzert Steinway & Bianca
«Expedition Rachmaninoff» -**
Ein Mitspielstück für Kinder ab 4 Jahren

Sonntag, 16. April, 17 Uhr
Victoria-Jungfrau, Interlaken
Meisterkonzert Zakhar Bron, Violine

Samstag, 22. April, 19.30 Uhr, Kirche Unterseen
Abschlusskonzert Meisterkurs Viola

Sonntag, 23. April, 11 Uhr, Kirche Unterseen
Matinee «Perlen der Klassik»
u.a. mit Helmut Freitag, Clara Sophie Krüger
und Cécile Vonderwahl

Sonntag, 23. April, 17 Uhr
Abschlusskonzert Meisterkurs Violine

[Programmänderungen vorbehalten.](#)

Für weitere Informationen:

Telefon 033 821 21 15
www.interlaken-classics.ch

Für Tickets:

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

Aus dem Programm der 63. Interlaken Classics 2023

MEET TOMORROW'S
CLASSIC STARS
N° 63 INTERLAKEN
CLASSICS
2023



Karfreitag, 7. April und Karsamstag, 8. April 2023
19.30 Uhr

Kursaal Interlaken, Konzerthalle
DAVID GARRETT MIT «ICONIC»
Musiker: David Garrett, Franck van der Heijden
und Rogier van Wegberg

Stargeiger David Garrett kehrt mit dem neuen Album
«Iconic» zurück auf die Klassikbühnen. Der Künstler zollt
hier den grossen Geigern des Goldenen Zeitalters Tribut.

Eintrittspreise:
CHF 200.- / 140.- / 120.- / 100.- / 80.- / 60.-

Ostersonntag, 9. April 2023, 17.00 Uhr
Kursaal Interlaken, Konzerthalle
1. SINFONIEKONZERT
ZAKHAR BRON FESTIVAL ORCHESTRA
Leitung: Zakhar Bron
Solisten: Joel von Lerber, Harfe;
Samuel Niederhauser, Violoncello

Programm
Debussy: Clair de lune (arr. für Harfe und Orchester)
Rodrigo: Concierto de Aranjuez,
Konzert für Harfe und Orchester
Mozart: Violinkonzert Nr. 5 A-Dur, KV 219
Dvorák: Cellokonzert h-moll, op. 104

Eintrittspreise: CHF 95.- / 75.- / 50.-

Freitag, 14. April 2023, 19.30 Uhr
Kursaal Interlaken, Konzerthalle
2. SINFONIEKONZERT
ZAKHAR BRON FESTIVAL ORCHESTRA
Leitung: Zakhar Bron und Lena-Lisa Wüstendörfer
Solistin: Olga Scheps, Klavier

Programm
Schumann: Manfred Overture op. 115
Beethoven: Klavierkonzert Nr. 3 c-Moll, op. 37
Beethoven: Sinfonie Nr. 3 «Eroica»

Eintrittspreise: CHF 95.- / 75.- / 50.-

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

Traditionelle Thai Massage & Spa «Orchid»

- Seriöse Masseurin mit Diplom
- Wirkungsvoll für Verspannungen und Rückenbeschwerden
- Massage mit verschiedenen Aromen möglich
- Kopf, Nacken und Schultermassage
- Öl Fussmassage
- Maniküre und Pediküre
- Günstige Preise
- Voranmeldung erwünscht

Erotischsuchende Kunden sind bei uns nicht erwünscht.

Hauptstrasse 39
3800 Matten b. Interlaken

www.orchid-interlaken.ch
Facebook: orchid@orchidinterlaken3800
Telefon: 079 824 88 94

FREITAG, 24.2.2023 · 20:00 UHR
BÄNZ FRIEDLI
«S ISCH KOMPLIZIERT»
CHF 25.-
TOPOFF DIFFERENT

FREITAG, 17.3.2023 · 20:00 UHR
PAT BURGNER
SRF 3 BEST TALENT
FOLK POP
CHF 25.-
SRF 3 BEST TALENT

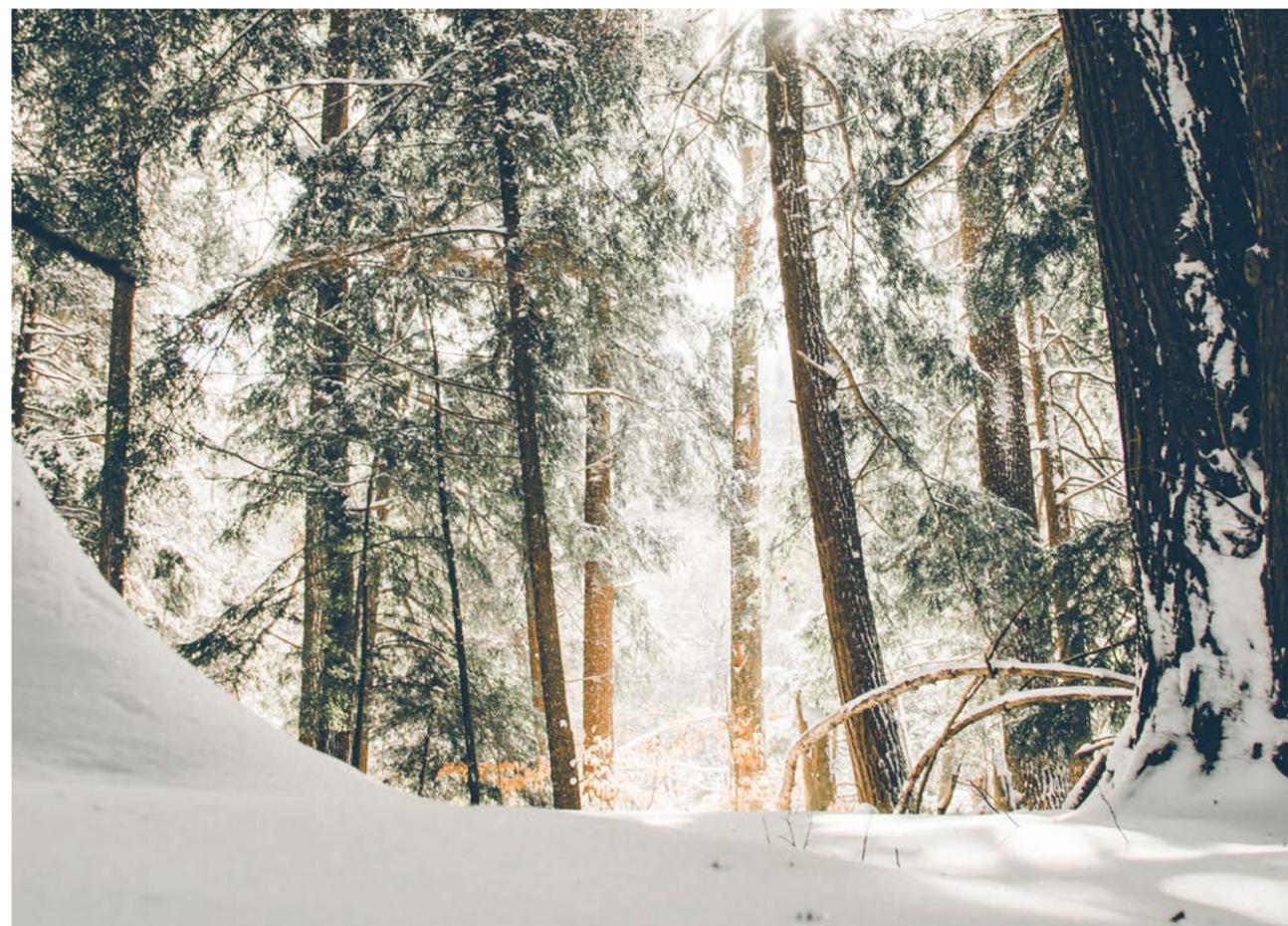
Tickets www.ticketino.com
Hotline 0900 441 441 (CHF 1.-/Min.)
oder in einer von 1600 Vorverkaufsstellen
Food & Kasse ab 18:30 Uhr
Untere Bönigstrasse 35 3800 Interlaken www.topoff.ch
Ein Bereich der SEEBURG-Gruppe Interlaken www.seeburg.ch

Musikschule Oberland Ost

Musik für das ganze Leben!

**HAUS
DER
MUSIK**
Musikschule Oberland Ost

VEREINE / MUSIK



Sonntag, 12. Februar 2022, 15 Uhr
Kirchgemeindehaus Matten

Volksmusik-Konzert und Stubete

15 bis 16 Uhr
Volksmusik-Konzert
Formationen der Musikschule Oberland Ost
Leitung: Jürg Lerch, Sami Lörtscher,
Beat Schenk, Markus Zenger

Jungjutzer Bödeli | Leitung: Maritta Lichtensteiger
Gastformation: Hackbrettduo-Kellerheims

16 bis 18 Uhr
Stubete mit Zvieribuffet und Festwirtschaft
(Bäckerei Michel)
Die Bühne ist offen und alle sind herzlich eingeladen
für spontane Gastbeiträge
Bring dein Instrument und spiel mit!

Voranzeige:

MSO-Instrumentenparcours & Tag der offenen Tür

- Samstag, 18. März 2022, 10 bis 15 Uhr
Haus der Musik, Interlaken
- Samstag, 25. März 2022, 10 bis 12.30 Uhr
Schulhaus Pfrundmatte, Meiringen

Fächerangebot Musikschule Oberland Ost:

Eltern-Kind-Musik, Musik-Bewegung-Tanz, Kindertanz, Klavier, Keyboard, Orgel, Querflöte, Piccolo, Oboe, Fagott, Klarinette, Saxofon, klassische Gitarre, Ukulele, Harfe, E-Gitarre, E-Bass, Kontrabass, Schwyzerörgeli, Alphorn, Jodelgesang, Ak-kordeon, Geige, Bratsche, Cello, Trompete, Waldhorn, Euphonium, Posaune, Tuba, klassischer Gesang, Pop-Gesang, Schlagzeug, Konzertschlüssel, Xylophon, Vibraphon, Timpani, Djembé, diverse Angebot für Orchester, Kammermusik und Bands. Zusammenarbeit mit Jugendmusik-Vereinen im Einzugsgebiet.

Schulleitung: Sandro Häsler, 079 810 29 05



Anmeldung und Information:

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

Ihr zuverlässiger Partner für professionelle
Schneeräumung



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

VALENTINSTAG 14. Februar

Liebe ist...
...wenn Sie statt Worte...
...Blumen sprechen lassen!



Crea-Zone Unterseen **8.00–18.30 Uhr**
Westbahnhof **8.30–18.30 Uhr**



B. Ruffel

Unterseen – Interlaken
Geschäft Westbahnhof Tel. 033 822 63 33
Crea-Zone Tel. 033 822 12 33

METZGEREI AG STUCKI 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

Wir machen Urlaub: vom 19.2.23 bis 26.2.23 ist unser Laden geschlossen.

PODOLOGIE
Med. Fusspflege
Fabienne Gafner-Grossenbacher
Spirenwaldstrasse 252, 3803 Beatenberg
079 784 96 70, www.podologiegafner.ch

Auch Hausbesuche möglich!

BEO-Storen GmbH
Heidi und Markus Fuchs
Renggliweg 5 | Telefon 033 821 24 37
3806 Bönigen | www.beo-storen.ch

Herzliche Grüsse zur Winterszeit

Sonnenstoren	Sonnensegel	Pergola
Wintergarten	Lamellenstoren	Rolladen
Alufensterläden	Insektenschutzgitter	Plissee

Gerne führen wir auch Reparaturen und Tuchwechsel aus.

Kosmetik BEO
Interlaken
Dipl.Kosmetikerin
Kosmetik und Med.Kosmetik
&
Ästhetische Medizin durch Arzt
Hyaluron-Unterspritzung
Termin nach Vereinbarung

Kosmetik BEO | www.kosmetik-beo.ch
Höheweg 2 | Tel: 078 748 23 49
3800 Interlaken | kosmetikbeo@hotmail.com

HUA TCM
Praxis für chinesische Medizin

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne:
Tel.: 033 525 15 66 E-Mail: info@huatcm.ch
Jungfraustrasse 38 (Haus Urania), 3800 Interlaken
Hier erfahren Sie mehr: www.huatcm.ch

TCM Spezialist Herr Feng Xinyi

Vom Froschchönig

u der Hoffnig uf Erlösig



Dä armi Frosch hocket i däm dunkle, nasse u chalte Brunneloch. Einsam isches dert und ugattlig. Jede wach Momänt löslet är, ob ächt ändlech die Person verbi chunnt, wo ihn cha erlöse us däm Eländ. E Fluech isches, wo ihn i die Gschalt u a dä Ort het verbannt.

Mir Mönsche si erschaffe, zum i Beziehig mit üsem Schöpfer zläbe. Leider het ou üs e Fluech troffe. Die erschte Mönsche si usem Paradies verbannt worde, will sie hei welle sii wie Gott. Jetz isch alles anders, müehsam u kompliziert.

Wie der Froschchönig hocke mir mängisch i üsem Loch u frage üs, was mir hie sölle. Wo läbe mir eigentlich? Ire Wält, wo sech jede sälber der Nächsch isch. Wo Eländ, Not u Striit nid wyt ewäg si. Mir si umgä vo Druck u Stress, ou wes üs glingt, das vo üs sälber farn zha. Paradiesischi Zueständ hei mir meischtens nid emal ide Ferie.

U so sehnt sich mängi Seel u mängs Härz wie der Froschchönig a sim verlassne Ort nach Rettig. U grad eso, wie der Chönig us der Gschickt sire Tochter, ar Prinzässin, het gseit, sie mües ihres Verspräche a Frosch halte, will är ihre der Goldball het usem Brunne gholt, het Gott mit

sim Sohn Jesus Christus e Plan gschmiedet. Im Gägesatz zur Prinzässin isch Jesus freiwillig u voller Liebi u Erbarme uf die Ärde cho, um üs Hoffnig, Rettig u Erlösig zbringe. Egal wie tief das Loch isch, wo mir drin stecke: Är findet üs. Du u ig, mir si ihm zWichtigste!

Ja, die üssere Umständ ud Wält bliebe no die gliiche. Aber i üsem Härz faht öpis ah wachse, we mir üse Schöpfer ilade, Herr vo üsem Läbe zwärde. U so, wie der Frosch isch verwandelt worde, wärde ou mir verwandelt. U Gott nennt üs sini Söhn u Töchtere. Vom Mönschechind zum Chönigschind! Ändlech i user Bestimmig. U da derfür bruchts nid emal e Kuss, sondern eifach es Ja une Berührig vom Himmel.

Daniela Francioli-von Allmen
www.pfimi-interlaken.ch

Alpenblick

Hotel Restaurant Gourmet
Richard und Yvonne Stöckli
3812 Wilderswil-Interlaken

Jubiläum

Der Unspunnenspiess mit Sauce der tausend Düfte wird 40 Jahre alt !!!
In der rustikalen Bauernstube und im Swiss Bistro verwöhnen wir Sie!



Die Familie Stöckli und das Alpenblick Team freuen sich
P.S. Der beste Platz für Ihr Familienfest oder Ihren Vereinsanlass!

Reservieren unter info@hotel-alpenblick.ch
Telefon 033 828 35 50

RESTAURANT ZUM
CHOCHTOPF

gebratene Lachstranche

Beliebt & deftig
LASSEN SIE SICH VON UNS VERWÖHNEN!

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



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



Marcel Schaffer



Franz Bauer

Kammistrasse 13 • 3800 Interlaken • Telefon 033 821 14 95 • info@ao-praxis.ch • www.ao-praxis.ch

Einmaliges Wandergebiet
Themenweg • Monstertrotti

Winterwandern • Schlitteln
Schneeschuhtouren

Isenfluh-Sulwald

Luftseilbahn
Télécabine
Cablecar

LIS Tel. 033 855 22 49
www.isenfluh.ch

Geniessen Sie Ihre Ferien bei uns!

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

Kantorei Interlaken probt

Matthäus-Passion von Georg Philipp Telemann



Nach der für alle Musiker entbehrungsreichen «Corona-Lücke» wagt sich die Kantorei Interlaken an ein grosses Passionswerk heran, das erstmals im Berner Oberland erklingen wird.

Die Matthäus-Passion des zu Lebzeiten berühmtesten deutschen Komponisten und Direktors der gesamten Kirchen- und Opernmusik in Hamburg, Georg Philipp Telemann, wird zur Aufführung gebracht.

Dieser ungemein produktive Komponist, der zu seiner Zeit um ein Vielfaches berühmter als sein Freund J. S. Bach und Patenonkel von C.P. E. Bach war, schrieb insgesamt 46 Passionen, von denen die hier komponierte Matthäus-Passion in der Behandlung der Chöre und Arien eine der schönsten ist.

Sie entstand im Jahre 1730 und zeigt eine besonders illustrierende Schreibweise des Komponisten. Die Chöre sind eindringlich plakativ, zum Teil dramatisch, dann wieder lyrisch und stets sehr prägnant gestaltet.

Hinzu kommen vierstimmige Choräle, die die Stimme der Gemeinde im Handlungsverlauf darstellen.

Die fünf Solisten haben wunderbare, zum Teil sehr virtuose Arien und erzählende Rezitative zu gestalten und werden von einem farbig besetzten Kammerorchester mit Flöten, Oboen und Streichern begleitet.

Die Leitung der Kantorei haben Helmut Freitag, Organist der Schlosskirche, und Christine Thöni.



Prof. Dr. Helmut Freitag

Zu diesem besonderen Projekt sind interessierte und versierte Sängerinnen und Sänger aus der näheren und weiteren Region sehr willkommen.

Die Proben der Kantorei sind neu terminiert:
Freitags, 19 - 21 Uhr, Kirchgemeindehaus Matten, Herziggässli.

Das Konzert wird am Sonntag, 25. Juni 23, 17.00 Uhr, in der Schlosskirche Interlaken erklingen.

Gestalten Sie diese Premiere der Telemann-Passion mit!
Wir freuen uns auf Sie!

Kirchgemeinde Gsteig-Interlaken
www.gsteig-interlaken.ch

Schon bald ist Valentinstag!

Es ist Zeit für besondere Geschenke ...

100 JAHRE HEIMATWERK INTERLAKEN



Zuhause, beim Kochen oder unterwegs bereiten die kleinen Dinge besondere Freude. Im Atelier Handweben an der Postgasse in Interlaken entstehen seit 2019 bunte Alltagsbegleiter. Marianne Estermann fertigt am Webstuhl hochwertige Handtücher, Abwaschlappen und praktische Täschli, in kräftig-strahlenden Farben. Die handgewobenen Produkte bestehen aus Baumwolle, Leinen, Seide und Wolle.

«Freude schenken - Herz berühren» ist das Motto von Lebendig aus der Innerschweiz. In den Teegeschenken von Doris Müller steckt jede Menge Frauenpower, Humor und Lebensfreude. Wohlriechende Duftkerzen von Somea aus Zürich, Holzartikel von Trauffer und Kiener, Schulthess Kerzen und Kreationen aus der Glasi Hergiswil - besondere Geschenke die das Herz berühren, finden Sie im Heimatwerk Interlaken.

Öffnungszeiten Februar und März
Montag bis Freitag, 9 bis 18.30 Uhr
Samstag und Sonntag, 10 bis 17 Uhr



Heimatwerk Interlaken

Höheweg 115
3800 Interlaken
Telefon 033 822 16 53

Lesung mit Gerlinde Michel - «Die Toten von Cork»



Der Soroptimist Club Interlaken lädt zu Spannung pur ein.



Gerlinde Michel

In ihrem dritten Krimi «Die Toten von Cork», verpackt Gerlinde Michel das Grauen in katholischen Heimen Irlands in eine mitreissende Erzählung.

Donnerstag, 16. Februar 2023

19.30 Uhr, Kunsthaus Interlaken

Kleiner Imbiss und Barbetrieb nach der Lesung

Eintritt frei

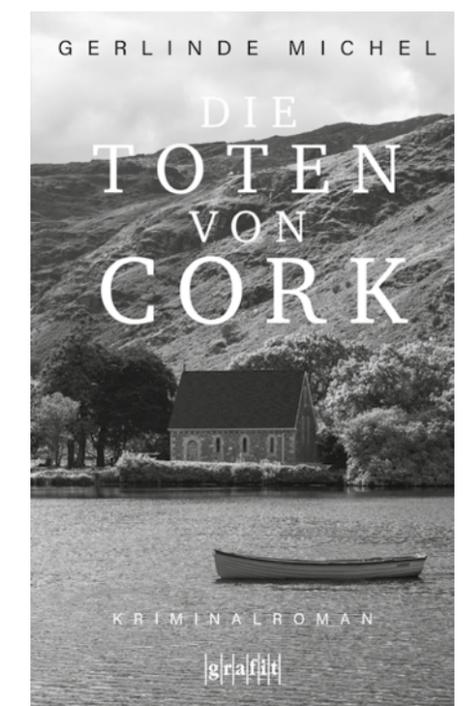
Kollekte zu Gunsten des Vereins Estacion Esperanza

Grünes Idyll und schreckliche Verbrechen: ein erschütternder Blick in Abgründe der katholischen Kirche.

Kriminalkommissar Markus Felchlin macht samt Kindern und Freunden Ferien in Südirland. Dort sind sie offensichtlich nicht willkommen: Jemand versucht, sie mit Vandalismus und Hassbotschaften aus ihrem Ferienhaus zu ekeln. Dann taucht die zehnjährige verwahrlost wirkende Deirdre bei ihnen auf, die niemand zu vermissen scheint. Felchlin findet heraus, dass das Mädchen mit seiner Mutter im Konvent Children of the Blessed Heart lebt. Die Vorkommnisse, die er dort heimlich beobachtet, versetzen seinen Ermittlerinstinkt in Alarmbereitschaft. Doch was sich danach vor ihm auftut, übertrifft seine schlimmsten Erwartungen und erschüttert sein Weltbild bis in die Grundfesten ...

Estacion Esperanza

Die Tankstelle der Hoffnung, so nennt sich das Projekt in den Slums von Lima, Peru. Der Verein, der durch die Schweizerin Miriam Bernales-Kühni und ihren Mann Carlos Bernales gegründet wurde, hat zum Ziel, Kindern und deren Eltern in den Slums zu helfen, ein selbstbestimmtes Leben führen zu können.



Soroptimist Interlaken

3800 Interlaken
www.soroptimist.ch

Lagerföür und Gschichte

Am 17. Februar 2023 ab 19 Uhr

Ringgenberg
Goldswil Niederried
Interlaken-Switzerland



Das Burgseeli in Goldswil kennen wohl die Meisten und sind sicher schon mal an diesem malerischen Ort vorbeigefahren.

Vielleicht waren einige auch schon mal zum Baden im herrlich warmen und wohltuenden Wasser.

Am 17. Februar 2023 ab 19 Uhr können Sie im Burgseeli aber noch mehr erleben! Zum zweiten Mal findet die Veranstaltung «Lagerföür und Gschichte», organisiert von der Komedi-Truppe-Graaggetor, statt.

Lauschen Sie den spannenden und lustigen Geschichten und geniessen Sie einen leckeren Chäsbrätel und ein Glühwein dazu.

Weitere Informationen erhalten Sie direkt bei uns im Büro oder unter www.graaggetor-komedi.ch

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.
Tourist Information
Ringgenberg-Goldswil-Niederried

Touristinformation RiGoNi
Hauptstrasse 170
3852 Ringgenberg
Tel. 033 822 33 88
mail@ringgenberg-goldswil.ch
www.ringgenberg-goldswil.ch

Naturstrandbad Burgseeli

Das Burgseeli öffnet am 6. Mai 2023 wieder seine Türen und sucht dazu ein neues Bademeisterteam.

Ringgenberg
Goldswil Niederried
Interlaken-Switzerland



Das Naturstrandbad Burgseeli liegt etwas versteckt inmitten einer reizvollen Landschaft im malerischen Goldswil bei Ringgenberg. Umgeben von einer artenreichen Pflanzen- und Tierwelt überrascht der idyllische Moorsee von Mai bis September mit ungewöhnlich warmen Temperaturen bis zu 26 Grad. Das idyllische Burgseeli liegt in einem Naturschutzgebiet in einer Art Mulde vor einem Felsrücken, der sogenannten «Burg».

Hauptbademeister/in 100%

Für die kommende Sommersaison 2023 suchen wir für unser einzigartiges Naturstrandbad Burgseeli eine/n neue/n aufgeschlossene/n Hauptbademeister/in (Anstellung von Mitte April - Oktober 2023).

Sie haben die Aufsicht und Hauptverantwortung über den Badebetrieb, die Kasse und führen ein kleines Team. Zudem unterhalten und pflegen Sie das Strandbad mit seinen Gebäuden, Kinderbecken, sowie die sanitären Anlagen und erledigen verschiedenen Reinigungsarbeiten und kleinere Reparaturen.

Haben Sie bereits Vorkenntnisse im Badebetrieb und besitzen Sie die Fachausweise Brevet Pool Plus, CPR/BLS AED und das Modul See? Wir bieten Ihnen eine abwechslungsreiche verantwortungsvolle Aufgabe an einem der schönsten Arbeitsplätze der Schweiz.

Bademeister/in 40 - 80%

Zur Unterstützung des Hauptbademeisters/der Hauptbademeisterin suchen wir zudem neue aufgestellte Bademeister/innen zwischen 40 - 80 %.

Der Aufgabenbereich sieht wie folgt aus:

Sie haben die Aufsicht über den Badebetrieb, leisten erste Hilfe bei Unfällen, helfen beim Unterhalt und Pflegen des Strandbades, seinen Gebäuden und sanitären Anlagen mit, verkaufen Tages- sowie Saisoneintritte und erledigen die verschiedenen anfallenden Reinigungsarbeiten. Haben Sie einer der vorherig aufgeführten Ausweise oder das Interesse daran, einen solchen zu erlangen?

Gerne stehen wir Ihnen für weitere Auskünfte zur Verfügung.

Wir freuen uns, Sie kennen zu lernen.

Touristinformation RiGoNi
Hauptstrasse 170
3852 Ringgenberg
Tel. 033 822 33 88
mail@ringgenberg-goldswil.ch
www.ringgenberg-goldswil.ch

Podologie Schläppi
Med. Fusspflege GmbH



Adrina Schläppi | Aarmühlestrasse 9 | 3800 Interlaken
Telefon 079 764 21 84 | www.podologie-interlaken.ch

OrthoMedio
Orthopädie Schuhtechnik GmbH

Orthopädische Einlagen | Fussberatung | Hilfsmittel
Schuhreparaturen | Korrekturen | Bequemschuhe

Kompetente Fussanalyse im Fachgeschäft für Orthopädie & Bequemschuhe
Der Orth. Schuhmacher Meister berät Sie gerne persönlich.

Sportferien SA 25.2. – SA 4.3.23
Tel. 033 822 14 44 www.orthomedio.ch



OEHRLI AG
Bahnhofstrasse 27a
3800 Interlaken

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



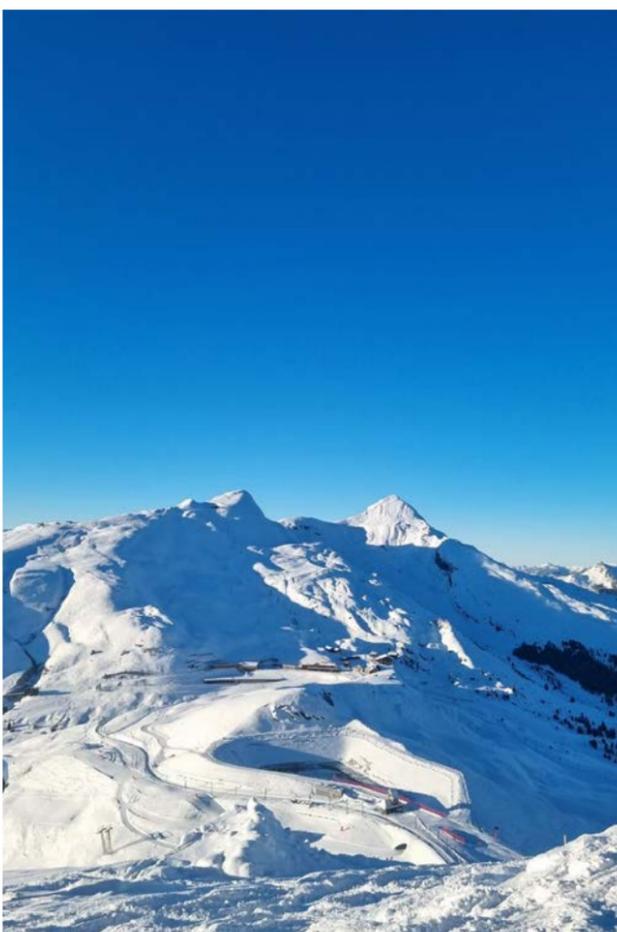
PROBON
Punkten mit dem Fachgeschäft

drogerie hänni

www.drogerie-haenni.ch
Am Mittwoch bleibt unsere Drogerie geschlossen

Wir führen folgende Kosmetikmarken:

MARBERT GERMANY
Louis Widmer SWISS DERMATOLOGICA
ANNEMARIE BÖRLIND NATURAL BEAUTY

Hörgeräte Ruchel

Hörgeräteeinpassung 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

LEON
Dance Art

Salsa
Bachata und vieles mehr
NEUE KURSE IN INTERLAKEN

WWW.LEONDANCEART.COM



Unser aktuelles Kursangebot – sind Sie dabei?



Mitglieder der Raiffeisenbank Region Haslital-Brienz erhalten auf alle Kurse CHF 10.00 Rabatt.

Praktisch / Kreativ

- Kleine Laterne aus Holzklötzchen
Donnerstag, 9. März, 8.30 oder 18.30 Uhr, Meiringen
- Deko Fenster aus Holzklötzchen
Montag, 3. April, 8.30 oder 18.30 Uhr, Meiringen
- Mandala - Dot Art Grundlagen
Montag, 13. Februar, 8.30 oder 18.30 Uhr, Meiringen
- Mandala - Dot Art Grundlagen
Donnerstag, 11. Mai, 8.30 oder 18.30 Uhr, Meiringen
- **NEU** Mandala - offene Werkstatt - nur nach Besuch Grundkurs
Donnerstag, 1. Juni, 8.30 oder 18.30 Uhr, Meiringen
- **NEU** Makramee knüpfen
Dienstag, 7. Februar, 8.30 Uhr, Meiringen
- Kreativ mit Beton - giesse deine Idee in Form
2x ab Mittwoch, 8. Februar, 9 Uhr, Innertkirchen
- **NEU** Workshop Naturkosmetik – Hand- und Lippenpflege (ab 12 Jahre)
Mittwoch, 8. Februar, 14 Uhr, Meiringen
- **NEU** Workshop Naturkosmetik – Hand- und Lippenpflege
Dienstag, 14. Februar, 19 Uhr, Meiringen
- Schreinerkurs für Frauen
Dienstag / Mittwoch, 21. / 22. Februar, 8.30 Uhr, Meiringen
- Hand- und Brushlettering – Grundkurs
Donnerstag, 9. März, 18.30 Uhr, Meiringen
- Sketchnotes in Planung
- Handhabung Motorsäge
Samstag, 18. März, 8 Uhr, Meiringen
- Frühlings- / Osterdeko aus Naturmaterialien
Mittwoch, 22. März, 8.30 oder 14 Uhr, Brienz
- Schmetterlinge aufziehen für Einsteiger
Donnerstag, 25. Mai, 18 Uhr, Meiringen
- **NEU** Sein eigenes **LONGBOARD** bauen
Freitag, 5. Mai, 19 Uhr und
Samstag, 13. Mai, 8.30 Uhr, Innertkirchen

Informatik / neue Medien

- Das Google-Konto und andere Cloud-Lösungen
Mittwoch, 22. Februar, 19 Uhr, Meiringen
- Word vertieft
4x ab Mittwoch, 8. März, 19 Uhr, Meiringen

- Eigene Website mit Jimdo gestalten
Mittwoch, 15. März, 19 Uhr, Meiringen

Arbeitswelt / Gesellschaft

- Steuererklärung ausfüllen – junge Erwachsene 18-25 Jahre
Donnerstag, 2. Februar, 18.30 Uhr, Meiringen
 - Steuererklärung ausfüllen – Privatpersonen ab 25 Jahre
Dienstag, 7. Februar, 18.30 Uhr, Meiringen
 - Steuererklärung ausfüllen – Privatpersonen ab 25 Jahre
Donnerstag, 9. Februar, 18.30 Uhr, Meiringen
 - Sicherheit im Umgang mit Raiffeisen E-Banking
Dienstag, 9. Mai, 18 Uhr, Meiringen
 - Sicherheit im Umgang mit Raiffeisen E-Banking
Donnerstag, 11. Mai, 18 Uhr, Meiringen
- Mitglieder der Raiffeisenbank Region Haslital-Brienz erhalten bei diesen Kursen 50% Ermässigung!**
- Rechnungsrevision im Verein – Grundlagen
Mittwoch, 15. Februar, 19.15 Uhr, Meiringen
 - **NEU** Auftrittskompetenz einmal anders – Arbeitswelt und Privatleben
Mittwoch, 15. März, 19 Uhr, Meiringen
 - Post it! Social Media professionell einsetzen
2x ab Mittwoch, 29. März, 19.30 Uhr, Meiringen
 - Biografie schreiben – über sich oder andere
3x ab Samstag, 6. Mai, 9 Uhr, Meiringen
 - Sich mit Pferden wohlfühlen
Freitag, 24. Februar, 16.30 Uhr, Innertkirchen
 - Tanzkurs März / April in Planung

Einstieg in laufende Sprach- und 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

Viehbestand eines Bauern	▼	Staat in Vorderasien	▼	Getreideart	▼	Gesichtsfarbe (frz.)	▼	Bindewort	anerkennde Worte	weibl. Kurzname	förmliche Anrede	Brückenschiff (frz.)	▼	Ferienort im Berner Oberland	ital.: wir
Dotter	▶		▼					fehlerhaft sprechen	▶						
Mus	▶					natürliche Erdabtragung	▶				2			inhaltslos	
auf Unheil Hinweisender	◀	1						Sitzgelegenheit im Freien (ugs.)	▶						
▶															ital.: Liebe
ugs.: dicker Bauch			frühere frz. Münze		die dem Wind abgekehrte Seite										
Trag- u. Reittier in südl. Ländern	▶													6	
Fischfanggerät	Buchhülle, Umschlag			abwaschen				anbaufähig	Schlitten					Halbinsel in Vorderasien	
▶		8													
runder Griff			Halbton über a		Bündner Ferienort			skand. Münze	▶						5
▶								südamerik. Wurfgerät		Abk.: bestätigt					altperuan. Adliger
Stadt im Kanton Bern					Berner Wappentier	▼	Weltorganisation (Abk.)	Abk.: Stunde	Spitzname für den Basler						
▶						Schluss, Ende									7
Tal der oberen Aare			Landschaft im Kanton Bern							10			Abk.: Sekunde		
frz.: in						männl. Kurzname (engl.)									4

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

62 - kanzlif.de www.kanzlif.ch

Knobeln Sie mit!

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

Talon einsenden an Weber AG, Kreuzworträtsel BodelInfo/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: Donnerstag, 9. Februar 2023
Die Lösung finden Sie in der nächsten Ausgabe.

Lösungswort Januar: Eismond
Gewinner*in: Andrea Rohrbach, Innertkirchen

Lösungswort Kreuzworträtsel Februar 2023

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10				

Vorname _____

Name _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

Kinderbetreuung Interlaken-Oberhasli



Wir haben freie Plätze in Interlaken, Unterseen, Matten, Müren, Stechelberg Lauterbrunnen und Meiringen!

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!

Möchten Sie Kinder betreuen oder betreuen Sie schon?

Schrittweise erweitern wir unser Angebot in der Region Interlaken-Oberhasli. KIBIO richtet sich an Erwachsene, die ihr Zuhause für Kinder 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!

Wanted

Aktuell suchen wir dringend Kinderbetreuerinnen zwischen 20 und 60 Jahren für diese Kinder:

Ort / Gegend	Kind	Jahrgang	Betreuungstag / -zeit
Beatenberg oder Bodeli	Mädchen	2018	Dienstag oder Mittwoch
Bodeli	Junge	2022	2 Tage
Lütschental / Zweilütschinen / Grindelwald	Junge	2019	1 Tag pro Woche
	Junge	2021	
Bönigen	Mädchen	2020	Mittwoch, Donnerstag, Freitag
Interlaken	Junge	2019	Mittwoch
	Mädchen	2021	
Wilderswil oder Bodeli	Mädchen	2019	Mittwoch, Donnerstag
	Mädchen	2021	
Interlaken oder Bodeli	Mädchen	2020	Mittwoch, Donnerstag
	Junge	2022	
Brienz oder Umgebung	Mädchen	2022	2 bis 4 Vormittage, zum Teil auch Wochenende



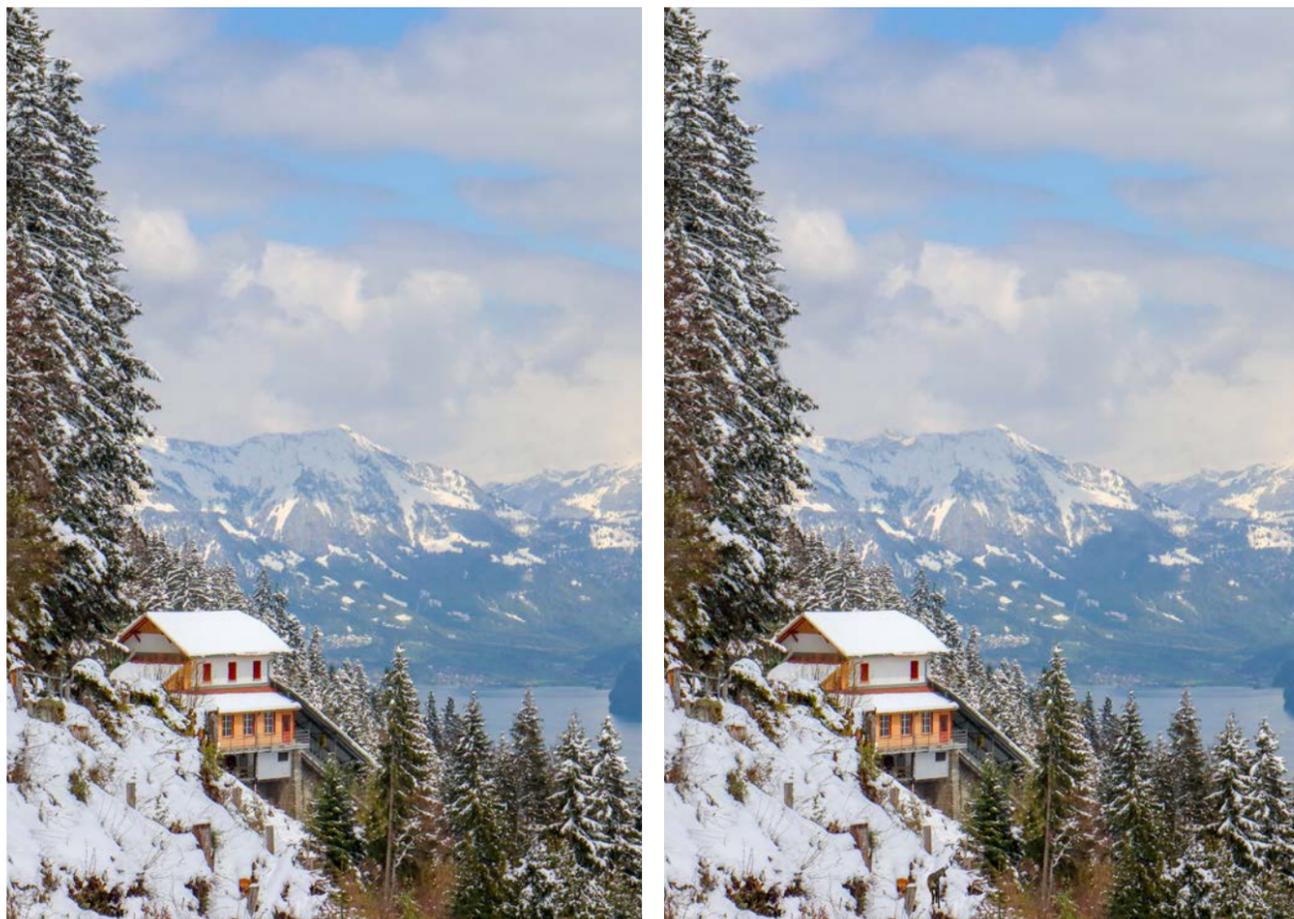
Für nähere Auskunft:

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

kinderbetreuung@kibio.ch
www.kibio.ch

Finden Sie die Unterschiede

Im Bild rechts sind 7 Unterschiede zum linken Bild versteckt.



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

Einsendeschluss: Donnerstag, 9. Februar 2023

Lösung Januar



Gewinner*in
Werner Ritschard-Dräyer
Ringgenberg

Gewinnen Sie!

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

Pflegt stark beanspruchte Hände

Die zart duftende Handcreme enthält wertvolle
Pflanzenessenzen und nährt intensiv



Achillea Handcreme
75 ml
CHF 8.90

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.



Tierschutzverein
Interlaken-Oberhasli



Kätzin Trixi

- Ca. 2 Jahre alt
- Leukosegetestet, entwurmt, vollständig geimpft, gechippt, kastriert

Trixi ist sehr schüchtern und würde gerne in ein neues Zuhause bei ruhigen Personen mit viel Zeit und Geduld einziehen. Sie hat ihr Junges bei uns aufgezogen und darf leider nicht mehr an ihren angestammten Platz zurück. Wer gibt ihr noch ein warmes schönes Zuhause mit späterem Freilauf ins Grüne.



Junge Katzen 6 Monate alt

Verschiedene jüngere und erwachsene Katzen suchen ein neues Zuhause. Sie sind zum Teil noch sehr schüchtern und brauchen etwas Zeit und Geduld um Vertrauen aufzubauen. Da sie von Landwirtschaftsbetrieben stammen, brauchen sie nach einer längeren Eingewöhnungszeit unbedingt Freilauf in einer grünen verkehrsberuhigten Gegend.

Alle Katzen, die wir vermitteln sind leukosegetestet, entwurmt, vollständig geimpft, gechippt und ab 6 Monaten kastriert. Sie werden gegen eine Übernahmegebühr und mit Schutzvertrag abgegeben.



Kätzin Luna

- getigert/weiss
- 6jährig
- Leukosegetestet, entwurmt, vollständig geimpft, kastriert, gechippt

Luna ist eine 6jährige liebe, feinfühlig und stille Katzendame, die gerne in ein ruhiges Zuhause ohne andere Haustiere einziehen möchte. Da sie eine Blasenentzündung hatte, die gut ausgeheilt ist, wäre es sinnvoll ihr weiterhin blasenschonendes Spezialfutter anzubieten.

Gerne möchte sie auch nach draussen gehen, wenn möglich in einer grünen verkehrsberuhigten Gegend.

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

Veranstaltungen

Februar 2023

Die Veranstaltungsdaten können für die **Ausgabe März 2023** bis am **Donnerstag, 9. Februar 2023**, an folgende Adressen gesendet werden:

Interlaken Tourismus, Marktgasse 1, 3800 Interlaken, Tel. 033 826 53 00, veranstaltungen@interlaketourism.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

Jeden Mittwoch
Geführter Dorfrundgang Brienz
9.30 bis 11.30 Uhr
Anmeldung bis am Vortag
Tourist Info Brienz
www.brienzersee.ch

Donnerstag, Freitag & Sonntag
2. / 3. & 5. Februar
Stille Zeit 2023
Donnerstag, 15 bis 18 Uhr
Freitag, 15 bis 20 Uhr
Sonntag, 11 bis 16 Uhr
Stadthaus Unterseen
Dachstock-Galerie, Untere Gasse 2
www.kunstsammlung-unterseen.ch

Jeden Mittwoch bis Sonntag
**Galerie Kulturpodium IHB Spectrum
«Lebensquell Aare»**
13 bis 18 Uhr
JungfrauPark Interlaken
Obere Bönigstrasse 100, Interlaken
www.urwyler-hansueli.ch

Jeden Mittwoch, Freitag & Samstag
**Von Findeln und Meistergeigen
Ausstellung**
Mittwoch & Freitag, 14 bis 16 Uhr
Samstag, 11 bis 15 Uhr
Schweizerische Geigenbauschule
Brienz, Oberdorfstrasse 94
www.geigenbauschule.ch

Jeden Donnerstag & Freitag
**Galerie Kulturpodium IHB Spectrum
«Faszination Nacht»**
16 bis 18 Uhr, IHB spectrum
Postgasse 16, Interlaken
www.urwyler-hansueli.ch

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

Jeden Samstag
Abendessen am Fels
18 bis 21.30 Uhr
Restaurant Stein & Sein
Staatsstrasse 30, Sundlauenen
www.beatushoehlen.swiss

Jeden Sonntag
Brunch am Fels
9.30 bis 11 Uhr
Restaurant Stein & Sein
St. Beatus-Höhlen, Swiss Caves
Staatsstrasse 30, Sundlauenen
www.beatushoehlen.swiss

GASTRONOMIE, KULINARIK

Jeden Samstag
Suppenhaus Brienz
Suppenchesseli deponieren
zwischen 7 bis 9 Uhr,
Kesseli abholen & Ausschank
ab 10.30 bis 11 Uhr

Freitag, 3. & 17. Februar
Verkauf von Holzofenbrot
ab 11 Uhr
Niederried

Samstag, 4. Februar
«Metzgete»
11.30 / 18 Uhr
Sunnysyta Ringgenberg
Kappelstrasse 6, Ringgenberg
www.sunnysyta.ch

12. Februar
**Das Kriminal Dinner Faustdickes
Verbrechen**
17 Uhr, Hotel Weisses Kreuz
www.das-kriminal-dinner.de

Freitag, 10. & 24. Februar
**Exklusives Candle-light
Höhlenraclette 2023**
18 bis 21 Uhr
Restaurant Stein & Sein
Staatsstrasse 30, Sundlauenen
www.beatushoehlen.swiss

Samstag, 18. Februar
Racletteabend des Tambourenverei
18 Uhr, Kongress-Saal Beatenberg
www.tambouren-sigriswil-beatenberg.ch

MUSIK

Samstag, 4. Februar
Klaus Raible Trio
20.30 Uhr
Kunsthhaus Interlaken
Jungfraustrasse 55, Interlaken
kunsthhausinterlaken.ch

Samstag, 11. Februar
Giessbach Session - Philipp Fankhauser
inkl. Essen & Getränke
20.30 bis 23 Uhr
Grandhotel Giessbach, Brienz
www.giessbach.ch

LOTTO

Jeden Mittwoch
Schach- und Spielabend
19 Uhr, Spielhotel Sternen, Brienz
www.spielakademie.ch

MÄRKTE

Jeden Samstag
Zwischenbächen Bio Märkt Brienz
8.30 bis 12 Uhr, Schorenstrasse

LESUNG, VERSAMMLUNG, VORTRAG, KURSE

Donnerstag, 9. Februar
**Online Informationsabend Weiter-
bildung, Lehrgänge & Kurse 2023**
18.30 Uhr, Online
Bildungszentrum Interlaken bzi
www.bzi.ch

Dienstag, 14. Februar
**Live-Reportage «Wanderfieber»
3392 km zu Fuss nach Moskau**
19.30 bis 21.30 Uhr
Kirchgemeindehaus Matten
Herziggässli 21, Matten
www.dieweltentdecker.ch

Donnerstag, 16. Februar
**Lesung Gerlinde Michel
«Die Toten von Cork»**
19.30 Uhr
Kunsthhaus Interlaken
Jungfraustrasse 55, Interlaken
www.kunsthhausinterlaken.ch

Sonntag, 19. Februar
Multimedia-Vortrag Solatrike
18 Uhr
Kunsthhaus Interlaken
Jungfraustrasse 55, Interlaken
www.kunsthhausinterlaken.ch

SPORT

Täglich
Natureisbahn Brienz
Bei guter Witterung
13.30 bis 17.30 Uhr
und Mittwoch, Freitag & Samstag
19 bis 21 Uhr
Jeden Montag bis Mittwoch
Yoga
9 bis 10.30 Uhr / 18.30 bis 20 Uhr
Schulhausstrasse 1, Brienz
www.om-shakti-yoga.ch

Samstag, 4. Februar
BBO Familienskirennen
Infos bei Brienz Tourismus

Samstag & Sonntag, 4. & 5. Februar
Vollmond-Schneeschuhtouren 2023
18 Uhr, Lombachalp, Habkern
www.schneesportschule-habkern.ch

Samstag, 11. Februar
Mobilier-Schlittelfahren

Sonntag, 12. Februar
Adlerriesenslalom Bank EKI Ski Cup
Skilift Habkern, Im Haag 398b
www.skiclub-habkern.ch

Sonntag, 19. Februar
**Raiffeisen Berner Cup
BOSV Meisterschaft**
Skilift Habkern, Im Haag 398b
www.skiclub-habkern.ch

Samstag, 25. Februar
Nacht-Parallelslalom JO Axalp

Sonntag, 26. Februar
BOSV Leki JO Cup
Skilift Habkern, Im Haag 398b
www.skiclub-habkern.ch

THEATER, BÜHNE

Jeden Donnerstag
Theater Brienz
17 bis 18.30 Uhr, die Junge Bühne
19 bis 21 Uhr, die Wohnzimmer Bühne
Anmeldung erforderlich

Freitag, 3. Februar
Pedro Lenz
20.15 Uhr
Kloster und Schloss Interlaken
Schlosskeller, Schloss 7a, Interlaken
www.schlosskeller.ch

Samstag, 4. Februar
Lionel «Deine Wahrheit»
20.15 Uhr
Stadtkeller Unterseen
Stadthausplatz, Unterseen
stadtkeller-unterseen.ch

Freitag, 10. Februar
Liebi, Tod & Händöpfelstock
20 Uhr
Kunsthhaus Interlaken
Jungfraustrasse 55, Interlaken
kunsthhausinterlaken.ch

Donnerstag bis Samstag
23. bis 25. Februar
art 7 Theater - Mordsfrauen
20.15 Uhr
Kloster und Schloss Interlaken
Schlosskeller, Schloss 7a, Interlaken
www.schlosskeller.ch

Wer ist unsere Februar-Person aus Oberschwanden?



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

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: Donnerstag, 9. Februar 2023
Die Gewinner*innen werden im nächsten Heft veröffentlicht.

Auflösung Wettbewerb Januar

Die gesuchte Person war:
Chiara Brunner, Matten

Herzliche Gratulation den Gewinner*innen:

Freddy Surber, Bönigen
Isabelle Béguelin, Därligen
Beat Röthlisberger, Unterseen
Henriette Tschan, Habkern

◆ BETTEN ◆

Foto: ©Christian Fischbacher Co. AG

◆ BÖDEN ◆

Foto: Hain

◆ VORHÄNGE ◆

Foto: ADO Goldkante

◆ FLÜBO ◆

Haus für schönes Wohnen

eidg. Dipl. Bodenlegermeister

Hauptstrasse 109 · 3855 Brienz

Tel. 033 951 19 64

www.fluebo.ch

Freitag, 24. Februar
Bänz Friedli «S isch kompliziert»
20 Uhr
TOPOFF Restaurant & Kulturzentrum
Untere Bönigstrasse 35, Interlaken
www.ticketino.com

Samstag, 25. Februar
Cenk «Schleierhaft»
20.15 Uhr, Stadtkeller Unterseen
Stadthausplatz, Unterseen
www.stadtkeller-unterseen.ch

VERSCHIEDENES

Täglich
Hot Pot Brienz
17 bis 22 Uhr, Cholplatz
www.hotpot-brienz.ch

Täglich
Live Schnitzen
9 bis 12 und 13.30 bis 17 Uhr
Samstag, 9 bis 12 / 13.30 bis 16 Uhr
Sonntag, 11 bis 16 Uhr
www.huggler-holzbildhauerei.ch

Freitag, 17. Februar
Lagerfür & Gschichte
19 Uhr
Burgseeli, Strandbad, Ringgenberg
www.graaggetor-komedi.ch

Freitag & Samstag
24. & 25. Februar
**Winter-Chilbi des
Turnvereins Beatenberg**
16.30 Uhr, Beatenberg Arena,
Spirenwaldstrasse 168, Beatenberg

Jeden Donnerstag
Handtuch weben
13 Uhr
Schulhaus Matten, 1. Stock, Matten
www.kultur-culture.ch

Täglich
Lamatrekking Jungfrauregion 2023
Elsbeth & Urs Schmutz
Lamatrekking Jungfrauregion
Wengelacherweg 8, Wilderswil
www.lamatrek-jungfrauregion.ch

Samstag, 25. Februar
Atelier Champagne
11 Uhr, Grandhotel Giessbach
www.giessbach.ch

Impressum

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

Herausgeber/Realisation/Datenannahme für alle Beiträge/
Inserate/Vereine Weber Verlag AG,
Andrea Abegglen, Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt,
Tel. 033 336 55 55, Fax 033 336 55 56,
boedeli-info@weberverlag.ch

Leitung BödeliInfo/BrienzInfo, Inserate und Gewerbeseiten
Andrea Abegglen, 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;
Nöldy Baumann, Präs. IG Sport Bödeli,
Tel. 079 632 76 70

Titelseite Jean Theiler, Theiler Art Gallery
Foto Andrea Abegglen, Weber Verlag AG

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

Erscheinungsweise 12 x jährlich, Ausgabe März 2023
erscheint am Dienstag, 28. Februar 2023.
Beiträge per Mail an: boedeli-info@weberverlag.ch

Annahmeschluss: Donnerstag, 9. Februar 2023
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

Neues Jahr – neues ich

Zwischen Vorsätzen und guten Wünschen



Tina Heiniger
Thun

Persönlich bin ich ein grosser Fan von Silvester. Ich mag es eigene Traditionen zu schaffen und den Start ins neue Jahr mit den Liebblingen zu verbringen. Was ich hingegen nicht verstehe, sind die ganzen Neujahrsvorsätze. Schliesslich ändert sich nur das Datum, man wird nicht über Nacht zu einem neuen Menschen. Trotzdem bin ich überzeugt, dass es unglaublich wichtig ist, stets an sich zu arbeiten und zu versuchen ein besserer Mensch zu werden, ob das aber unbedingt an Silvester sein muss und dies nachhaltig ist, wage ich an dieser Stelle zu bezweifeln.

Das Internet denkt, dass sich die ganze Welt selbst optimieren soll.

Kaum öffne ich am ersten Januar eine beliebige Social Media App, stechen mir sofort die ersten Werben für Diätpillen und Shakes in die Augen. Alles rein pflanzlich,

super gesund und mit hundertprozentiger Erfolgsgarantie. Ob ich überhaupt abnehmen will, hat mich das Internet natürlich nicht gefragt. Aber ich bin schliesslich eine Frau, deshalb ist es ja klar, dass ich optisch etwas an mir verändern will oder besser gesagt muss. Zusätzlich werden mir Saft-, Kohl- und Low-Carb-Diäten empfohlen. Schliesslich soll nach einem Monat voller Völlerei das potenzielle zusätzliche Gewicht so schnell wieder möglich wieder weg.

Die Kohlindustrie hat nun halt Pech, dass es mich herzlich wenig interessiert, ob ich 5 kg mehr oder weniger auf den Hüften hab. Auch die Werbung für das Fitnesssabo ignoriere ich gekonnt, da ich der Meinung bin, dass die täglichen Spaziergänge mit meinen Hunden genug sind. Ich bin sogar ein bisschen enttäuscht vom Algorithmus, dass er nicht besser weiss, welche Werbung auf meinen Account geschaltet werden soll.

Über den Sinn und Unsinn von Neujahrsvorsätzen

Wie in der Einleitung bereits erwähnt, finde ich es wichtig und richtig, dass Menschen stets an sich arbeiten und wenn jemand den Wunsch verspürt gesünder zu leben, finde ich dies sicherlich erstrebenswert. Den Satz: «Neues Jahr, neues ich» finde ich jedoch sehr überbewertet. Langwierige Veränderungen sind stets ein Prozess und brauchen Zeit, viel Wille und manchmal gibt es auch Rückschläge. Neujahrsvorsätze

sind deshalb oft nicht nachhaltig und frustrieren, wenn sie nicht eingehalten werden können. Persönlichkeitsentwicklung ist leider nichts, was über Nacht passiert. Es ist halt wirklich so, dass wenn man sich verändern will, oft kleine Schritte gehen muss.

Meine Wünsche für das neue Jahr 2023

Ich habe mir also bewusst keine Vorsätze fürs 2023 genommen, aber ich habe Wünsche für das kommende Jahr. Ich wünsche mir, dass meine Familie gesund bleibt und dass allen Menschen, die ich liebe, nur Gutes widerfährt. Ich wünsche mir, dass das 2023 ein ruhiges Jahr wird, ohne



Hiobsbotschaften oder Schreckensszenarien und ich möchte von ganzem Herzen, dass meine Beziehungsmenschen die Ziele erreichen, die sie sich gesetzt haben.

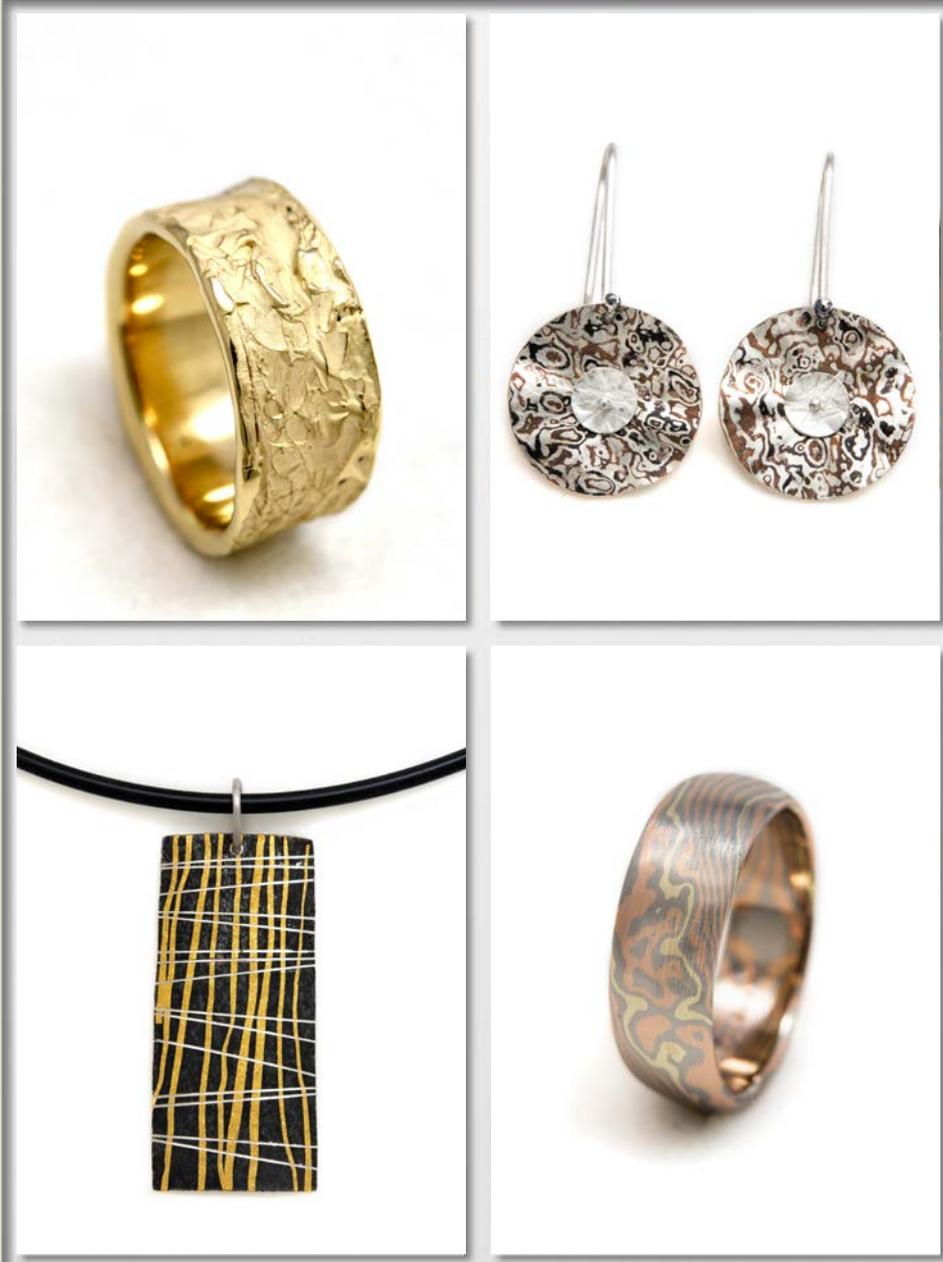
Zudem habe ich eine Bitte an unsere Gesellschaft. Seid lieb zueinander und versucht Gutes zu tun. Lächelt eure Mitmenschen an und sagt einer Person, die ihr mögt, dass ihr stolz auf sie seid und zum Schluss: Seid sanft zu euch, verzeiht euch eure eigenen Fehler und versucht aus Rückschlägen zu lernen.

In diesem Sinne, euch allen ein gutes 2023 u häbet nech sorg.

«Sei du selbst die Veränderung,
die du dir wünschst für diese Welt.»

Mahatma Gandhi





Goldschmiede Hablützel

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