

# BÖDELL INFO

25. JAHRGANG  
NOVEMBER 2022

A portrait of Fabio von Allmen, a man with a well-groomed brown beard and short brown hair, smiling warmly at the camera. He is wearing a dark navy blue sweater over a light blue collared shirt. The background is a blurred outdoor setting with green foliage and a building.

## Fabio von Allmen

«Wir hatten schon als Kinder den Wunsch,  
irgendwann etwas Eigenes zu schaffen.»

SEITE 6

**Kabelfernsehen**  
**Bödeli**



IGA Aktion 2022

**1 Jahr zum 1/2 Preis!\***

\* Gültig für alle neuen Kundinnen und Kunden bei Bestellung bis am 7. November 2022, Mindestvertragsdauer 24 Monate  
Bestehende Kundinnen und Kunden erhalten bei einem Upgrade eine Gutschrift von Fr. 150.-, Mindestvertragsdauer 12 Monate



033 827 01 01 | [www.kabelfernsehen.ch](http://www.kabelfernsehen.ch)



## Jung, dynamisch und innovativ

Wer Unterstützung im Online-Marketing sucht, wird bei vonMedia aus Interlaken fündig.

**Eine gute Onlinepräsenz wird für Unternehmen immer wichtiger. Ein entscheidender Teilbereich ist dabei das Marketing. Der FC Thun verlässt sich diesbezüglich auf das Team von vonMedia.**

Früher war der FC Thun nur auf Facebook präsent, und wir betreuten alles selbst – so wie es wohl heute noch viele Unternehmen machen. Wir merkten aber bald, dass das neben dem anspruchsvollen Tagesgeschäft viel zusätzlichen Aufwand bedeutet. Die Ressourcen in unserer Medienabteilung sind begrenzt, und beim Know-how zeigten sich immer grössere Lücken. Der Bereich des Digitalen ist ausgesprochen komplex, und gerade das Online-Marketing stellte uns vor grosse Herausforderungen. Uns wurde klar, dass wir uns auf die Suche nach einem externen Partner machen mussten, der uns in diesem Bereich unterstützt.

Bei der Firma vonMedia sind wir fündig geworden. Egal ob es um spezifischen Content oder die allgemeine Strategie geht, wir werden in allen Belangen des Online-Marketings äusserst kompetent beraten und unterstützt. Wir arbeiten jetzt seit mehr als einem Jahr mit vonMedia zusammen. In den ersten drei Monaten hat sich unsere Reichweite verdoppelt – das hat uns sehr beeindruckt und bestätigt, dass wir mit vonMedia die richtige Wahl getroffen haben.

Der FC Thun ist ein traditionsreicher Fussballclub, der national und sogar schon international schöne Erfolge feiern konnte. Auch vonMedia hat eine Top-Mannschaft: jung, dynamisch und innovativ – das beschreibt das Team perfekt. Die Mitarbeitenden sind auch äusserst unkompliziert und sofort zur Stelle, wenn wir Unterstützung brauchen.

Kurz gesagt: Wir sind rundum zufrieden mit vonMedia und hoffen, dass die Zusammenarbeit noch viele Jahre dauern wird. Ich kann wirklich allen Unternehmen nur empfehlen, sich die nötige Unterstützung im Online-Marketing beim Team von vonMedia zu holen.

**«In den ersten drei Monaten hat sich unsere Reichweite verdoppelt.»**

Andres Gerber  
Präsident  
FC Thun



**NATHA YOGA** Integraler Yoga für alle Level

**dōTERRA** Wellness-Botschafterin

Erfahre mit Asanas und achtsamen Abläufen neue Kraft, Inspiration und Ausrichtung.

**WOCHENPROGRAMM**  
 MONTAG 09:00 - 10:30 Uhr  
 DIENSTAG 17:45 - 19:15 Uhr  
 DONNERSTAG 08:15 - 09:45 Uhr  
 FREITAG WORKSHOPS 19:00 - 21:00 Uhr

Preise  
 Probeabonnement 3 Mal 80.-, Einzel 35.-  
 Natha Yoga Membership: 3 Monate Fr. 300.-

**ZEIT FÜR DICH - WOHLFÜHLTAGE**  
**Freitag & Samstag 18. & 19. November**  
 Aroma Touch Relax Entspannung  
 An beiden Tagen zum Spezialpreis von 70.-

Workshop Achtsamer Alltag Sa, 19.11.22  
 Bringe mehr Bewusstheit und Freude in Deinen Tag, 09:00 - 10:45 Fr. 55.-

Kursleitung & Anmeldung  
 Andrea Neiger | Natha Yoga Teacher & Ausbilderin FA  
 info@andreaneiger.ch | 079 753 61 91  
 Yoga-center.ch | Aarmühlestr. 35A | Interlaken

**DIE PERFEKTE ZEIT, DANKE ZU SAGEN!**

**TOPOFF** RESTAURANT KULTURZENTRUM




**RACLETTE- & FONDUE-PLAUSCH**  
**PERSONALFEST**  
**KUNDENANLASS**  
**FUSSBALL WM VIEWING**  
**WEIHNACHTSESSEN ...** Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme.

**BEI UNS LÄSST SICH'S GUT FEIERN!**

**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

**Mobil sein**




**Gehböckli**  
 Mehr Sicherheit beim Gehen, faltbar, Gewicht 2,5 kg

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

**Top4-Skipass gewinnen**  
 MO-FR: 17.45

**Radio Be0** schickt Dich auf die Skipiste!

Jede Woche einen Top4-Skipass gewinnen!  
 Radio Be0 verschenkt ab dem 31. Oktober während 7 Wochen, 7 Skipässe im Wert von je 850 Franken.  
 Radio Be0 hören & Top4-Skipass gewinnen!

**Radio Be0**

Scanne für mehr Infos den QR-Code oder geh auf radiobeo.ch



# Inhalt

## EDITORIAL

3 **Andreas Gerber**

## INTERVIEW

6 **Fabio von Allmen**  
 «Wir hatten schon als Kinder den Wunsch, irgendwann etwas Eigenes zu schaffen.»

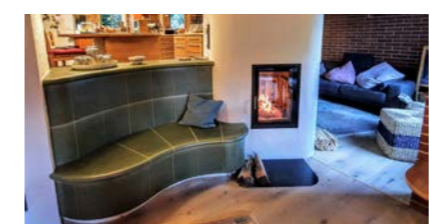


## PUBLIREPORTAGE

- 11 **Massagepraxis am Felsenegg**  
Neue Gemeinschaftspraxis
- 13 **Variété Castello GmbH**  
Erstes Winter-Variété in der Region
- 15 **Praxis Natürlich im Fluss**  
Hypnosetherapie

## INFOSEITE

- 17 **Dropa Drogerie**  
Gesundheits-Tipp
- 19 **Zurbuchen Ofenbau**  
Wohnraumfeuerung

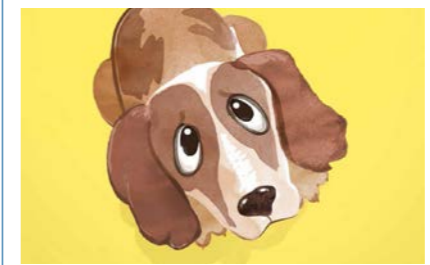


- 20 **Hörakustik Lembeck**  
Was hat Schwerhörigkeit mit unserer Fitness zu tun?
- 23 **Gosteli Blumenladen**  
Mehr als nur ein altes Buch
- 25 **Raiffeisenbank Jungfrau**  
Am Küchentisch in eine andere Welt abtauchen.

- 27 **Urfer Optik AG**  
Kluge schützen sich
- 29 **Frutiger & Sarbach**  
SOS aus der Mitte des Körpers
- 31 **Krebser AG**  
Buch-Tipp

## KULTUR

- 33 **Interlaken Tourismus**
- 35 **Kunsthaus Interlaken**
- 37 **Schlosskeller Interlaken**
- 39 **Stadtkeller Unterseen**
- 41 **Theater Glinggige**



43 **Touristinformation RiGoNi**

## MUSIK

- 45 **Jodlerklub Matten**
- 47 **Jugendmusik Unterseen**
- 49 **Musikschule Oberland Ost**
- 51 **Musikverein Interlaken Unterseen**



## KURSE

53 **Volkshochschule Haslital / Region Brienz**

## KIRCHE

- 55 **Pfimi Interlaken**
- 56 **StedtliLeist Unterseen**

## FAMILIE

59 **KIBIO**

## VERSCHIEDENES

- 61 **claro Weltladen**
- 63 **Soroptimist Interlaken**
- 65 **Heimatwerk Interlaken**



## UNTERHALTUNG

- 42 **Kreuzworträtsel**
- 67 **Suchspiel**
- 69 **Tiere suchen ein Zuhause**



- 72 **Wer ist unsere November-Person?**
- 71 **Veranstaltungen**
- 74 **Kolumne**



Das junge Erfolgsteam von vonMedia.

## «Wir hatten schon als Kinder den Wunsch, irgendwann etwas Eigenes zu schaffen.»

Fabio von Allmen ist Co-Founder des Online-Marketing-Unternehmens vonMedia in Interlaken. Im Interview erzählt er, was das Unternehmen ausmacht und was die Vorteile von ihren Marketingstrategien sind.

### Fabio von Allmen, können Sie uns zum Einstieg ganz allgemein schildern, was Online-Marketing eigentlich alles beinhaltet?

«Online-Marketing» ist ein sehr weiter Begriff, und es gibt äusserst viele Dienstleistungen in dieser Branche – das reicht von einfachen E-Mail-Newslettern bis zum Optimieren von Websites. Wir haben uns aber auf einen spezifischen Bereich spezialisiert: Social Media und Google-Ads. Im Bereich Social Media sind das hauptsächlich die Plattformen Instagram, LinkedIn, Facebook und natürlich TikTok. Dabei fokussieren wir

uns auf bezahlte Werbeanzeigen und nicht nur auf die klassischen Beiträge. Das ist ein wichtiger Unterschied; mit den Werbeanzeigen kauft man direkt Reichweite für das jeweilige Unternehmen.

Wir konzentrieren uns auf diesen bezahlten Bereich von Social Media, weil er unserer Meinung nach der effizienteste ist und wir hier schon sehr viele Erfahrungen sammeln durften – wir verwalten pro Jahr ein Werbebudget in der Höhe von über zwei Millionen Franken.

### Wie sieht der Werdegang des Unternehmens vonMedia aus?

Das Unternehmen haben mein Cousin Jeremy von Allmen und ich zusammen aufgebaut. Wir hatten schon als Kinder den Wunsch, irgendwann etwas Eigenes zu schaffen – wir wussten nur noch nicht was. Jeremy hat dann nach der Lehre begonnen, für eine Marketingagentur in Zürich zu arbeiten. Dort konnte ich mich bald auch einbringen. Uns wurde klar, dass diese Branche genau das Richtige für uns ist. Bald unterstützten wir kleinere Unternehmen hier in Interlaken bei ihrem Social-

Media-Auftritt. Schritt für Schritt konnten wir wachsen – hauptsächlich dank Weiterempfehlungen.

Dabei spielten sicher die grösseren Unternehmen, die wir betreuen dürfen, eine wichtige Rolle: der FC Thun, die Gentlemen's Clinic in Zürich oder die international aktive Jungheinrich AG. Während der Gründungsphase im Juni 2019 arbeitete ich noch von meinem Schlafzimmer aus. Jetzt haben wir ein cooles Büro hier in Interlaken sowie ein zweites in Pfäffikon und insgesamt sieben Angestellte – sogar einen Lehrling bilden wir aus.

### Ihr seid also wahre Jungunternehmer!

Bei der Gründung unseres Unternehmens waren wir tatsächlich noch sehr jung – und wir sind es ja eigentlich heute noch. Doch das ist im Social-Media-Marketing ein Vorteil. Dank unserem Alter und unserem eigenen Umgang mit Social Media verfügen wir über tiefgründige Fachkenntnisse und Berührungspunkte. Auch für die Zusammenarbeit in unserem Team ist das ein tolle Sache,

## «Wir hatten klare Vorstellungen davon, was einen guten Arbeitgeber ausmacht – und diese wollten wir verwirklichen.»

wir wissen genau, was junge Talente suchen – das schafft Nähe, was uns sehr gut gefällt.

### Welche Vorteile bietet das Social-Media-Marketing?

Der grösste Vorteil ist sicher die Messbarkeit, da man äusserst genau evaluieren kann, was die jeweilige Werbung für einen Nutzen generiert. Ein weiterer wichtiger Punkt ist, dass Unternehmen potenzielle Kundinnen und Kunden auf ihrer aktuellen Bewusstseinsstufe ansprechen können. Wenn beispielsweise jemand das erste Mal eine Werbeanzeige sieht, bekommt sie oder er andere Werbung angezeigt als eine Person, die die Website schon häufig besucht hat. Dadurch ist das ganze Marketing viel zielgerichteter. Durch die zahlreichen Kennzahlen erfährt man, welche Argumente bei welcher

Zielgruppe am besten funktionieren, und kann dadurch Kampagnen optimieren und skalieren.

### Für welche Unternehmen ist Social-Media-Marketing besonders wichtig?

Kurz gesagt: für alle! Früher oder später ist jedes Unternehmen darauf angewiesen, sich auch online zu präsentieren. Sei es zur Kundengewinnung, Steigerung der Markenbekanntheit oder Generierung von Bewerbungen und Anfragen. Und je früher dies geschieht, desto mehr profitiert das Unternehmen möglicherweise davon, da es in seiner Region eine Vorreiterrolle übernehmen kann. Doch vordergründig ist es sicher für Unternehmen interessant, die Wachstumspläne verfolgen.

### Fabio von Allmen

Jahrgang: 1998

Hobbys: Fitness, Reisen und Kulinarik

Beruflicher Werdegang: Berufslehre als Metallbauer, diverse Weiterbildungen im Marketing

Website: [www.vonmedia.ch](http://www.vonmedia.ch)



# «Stressfrei einkaufen in den Familienbetrieben in Bönigen.»

KOSTENLOSE PARKPLÄTZE VOR ALLEN FACHGESCHÄFTEN.

GEGEN ABGABE DIESER BONI, ERHALTEN SIE **DOPPELTE PROBON** BIS ENDE. **NOVEMBER 2022.**

drogerie   
hänni  
www.drogerie-haenni.ch

**ELEKTRO SEILER**  
**BÖNIGEN**  
www.elektroseiler.ch

Bäckerei-Konditorei  
**FEUZ**  
www.baeckerei-feuz.ch

METZGEREI AG  
**STUCKI**  
BÖNIGEN  
Tel.: 0331 822 29 19  
www.metzgerei-stucki-ag.ch

**Doppelte**



November 2022

**Doppelte**



November 2022

**Doppelte**



November 2022

**Doppelte**



November 2022

## Was hat man unter «Employer-Branding» zu verstehen, und weshalb kann dies ein Mittel gegen den grassierenden Fachkräftemangel sein?

Unter «Employer-Branding» versteht man den Aufbau einer Arbeitgebermarke. Die Idee dahinter ist, dass sich ein Unternehmen als attraktiver Arbeitgeber positioniert und sich somit von Wettbewerbern abhebt.

Dazu zählen Massnahmen, die neue Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen anziehen, sowie Massnahmen, die dafür sorgen, dass bestehendes Personal dem Unternehmen erhalten bleibt. Die praktische Umsetzung für die Gewinnung von Personal sieht bei uns so aus, dass wir Kampagnen aufgleisen, bei denen die Mitarbei-

tenden des Unternehmens in Videos selbst schildern, was sie am Unternehmen wertschätzen.

So bekommen die potenziellen neuen Mitarbeitenden einen authentischen Eindruck vom Unternehmen

**«Für uns ist es sehr wichtig, dass wir hinter den Produkten stehen können.»**

und können entscheiden, ob es zu ihnen passt. Man gibt den Leuten die Chance, sich mit dem Unternehmen zu identifizieren. Für unsere Kundin-

nen und Kunden ist das ein ausschlaggebender Vorteil, weil sie dadurch aus der Masse herausstechen.

Wir betreuen beispielsweise ein Unternehmen, das für eine Stelle während eines ganzen Jahrs nur 15 Bewerbungen erhielt – durch unsere Kampagne waren es innerhalb weniger Monate über 200!



Fabio von Allmen im modernen Büro in Interlaken.

## Anekdote

Mini Oma isch für mi scho immer es Vorbild gsi. Umso meh freuts mi, ds sie regelmässig bi üs ufne Kafi verbi chunnt. Da sich üsi Oma bi jedem als «Oma» vorstellt und oh vom Team so gnannt wird, sorgt ds immer fürnä grossi Freud bi allne. Wo zwöi neu Mitarbeiter hei agfange, ha ig vergesse z sege ds üsi Oma ab und zue ä Überraschigsbusuech macht. Als i nachemne Termin iz Büro bi cho und eine vo üsne neue Mitarbeiter zu mir gseit het: «D'Oma isch da gsi» hani gwüss, das ds oh nümme nötig isch.

Bilder: zvg.  
Text: David Heinen



## Erleben Sie Giessbach auch im Winter

Immer wieder kam in den Sommermonaten die Frage auf, wie sich das Grandhotel Giessbach im Winter anfühle. Jetzt ist die Gelegenheit da, dies selbst herauszufinden. Weg vom herkömmlichen Luxus und der Alltagshektik hin zu unversehrter Natur und wohltuender Ruhe.

Ab November 2022 bis März 2023 öffnet das Grandhotel Giessbach seine Türen für Individualgäste und verschiedene Anlässe an zahlreichen Wintertagen und -wochenenden.

Unser Restaurant «Les Cascades» ist am Mittag und Abend auch für Tagesgäste geöffnet. Bitte reservieren Sie vorab und informieren Sie sich über die Öffnungszeiten.

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.



CH - 3855 Brienz | T +41 33 952 25 25 | [grandhotel@giessbach.ch](mailto:grandhotel@giessbach.ch) | [giessbach.ch](http://giessbach.ch)

# Neue Gemeinschaftspraxis am Felsenegg

«Gönnen Sie sich eine Auszeit»



Langsam hält der Herbst wieder Einzug und die Natur wechselt farbenfroh ihre Blätterpracht. Auch wir Menschen brauchen von Zeit zu Zeit das Innehalten und die Ruhe.

### Diese Ruhe

finden Sie ab sofort am Felsenegg in Interlaken, wo Ihnen zwei kompetente und engagierte Therapeutinnen begegnen, die mit viel Leidenschaft bei ihren Kunden sind.

**Anja Roos** ist ursprünglich gelernte Fachfrau Betreuung und hat sich im Jahre 2017 zur Medizinischen Masseurin weitergebildet. Seither ist sie als Medizinische Masseurin tätig und hat im letzten Jahr ihren Traum von der eigenen Praxis verwirklicht.

Ihre Behandlungen sind von den meisten Krankenkassen in der Zusatzversicherung anerkannt.

Haben Sie Beschwerden oder möchten Sie sich einfach nur eine erholsame Auszeit gönnen? Dann sind Sie hier genau richtig. Sie können zwischen verschiedenen Behandlungsmethoden wählen:

- Klassische Massage
- Manuelle Lymphdrainage
- Fussreflexzonenmassage
- Kopfschmerz- und Migränetherapie
- Schröpfkopfbehandlung
- Kräuterstempel Massage
- Hot Stone Massage
- Schwangerschaftsmassage

Die Behandlungen werden vor Ort in der Praxis individuell auf Sie angepasst.

**Janka Horváth** ist Dipl. Lomilomi Therapeutin und von den meisten Krankenkassen anerkannt. In ihrer Lomilomi-Ausbildung hat sie nicht nur die technischen und medizinischen Grundlagen erlernt, sondern auch die hawaiische Kultur und Denkweise kennengelernt. Es hat sie gelehrt, wachsamer zu sein, achtsamer mit sich um-

zugehen und auf den eigenen Körper zu hören. Dieses Wissen fliesst in die ganzheitliche Behandlung ein.

Hawaiische Körperarbeit - Lomilomi - ist weit mehr als eine Massage. Sie hat zum Ziel, das Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele wieder herzustellen, um so Gesundheit zu erlangen oder zu erhalten, im Sinn und Geist von Aloha Spirit.®

Eine Massage, die Körper und Seele berührt. In der Lomilomi-Massage wird der ganze Körper behandelt. Verspannte Muskeln werden gelockert, Bänder und Sehnen gedehnt und der Zellstoffwechsel aktiviert. Dank der grossflächigen, fließenden Bewegungen (Kneten, Streichen) können auch die tieferliegenden Gewebeschichten angesprochen werden.®



Haben wir Ihr Interesse geweckt, dann freuen wir uns sehr, Sie bald bei uns in der Gemeinschaftspraxis am Felsenegg begrüßen zu dürfen.

Die Termine können nur auf Voranmeldung telefonisch oder online gebucht werden.



**Janka Horváth**  
Waldeggstrasse 61  
3800 Interlaken  
076 696 49 10  
[info@selfcarelomilomi.com](mailto:info@selfcarelomilomi.com)  
[www.selfcarelomilomi.com](http://www.selfcarelomilomi.com)



**Anja Roos**  
Waldeggstrasse 61  
3800 Interlaken  
078 811 15 20  
[anja Roos@outlook.com](mailto:anja Roos@outlook.com)  
[www.massagepraxis-roos.ch](http://www.massagepraxis-roos.ch)

**Variété CASTELLO**

**Dinner & Show**  
 der Winterevent  
 für Gross und Klein  
 mit  
 Artistik, Clowns und Poesie

**staunen  
 träumen  
 geniessen**

**1. - 31. Dezember 2022**  
 in Spiez/Gwätt  
 Bushaltestelle Deltapark

**Silverster-Gala**  
 mit einzigartiger  
 jetzt Tickets sichern!

Tickets:

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

## Erstes Winter-Variété in der Region



Diesen Dezember glitzert im Gwatt nicht nur der Schnee. Das Variété Castello schlägt sein Zelt auf und bringt strahlende Zirkus-Atmosphäre mit. Für Firmenevents und für Besuchende jeden Alters wird eine Artistik-Show mit feinem Essen von Beo Catering geboten.



### Was ganz Neues

Lukas Böss wusste schon als kleiner Bub, dass er einmal Clown werden will. Nach vielen Kinderwochen im Zirkus Harlekin wurde der Traum wahr: Clown Luc wurde zur festen Grösse in der Zirkuswelt. Auf seinem Weg blieb er nicht allein. Neben Lebenspartnerin Isabelle Hostettler, deren Herz ebenfalls fast nur für den Zirkus schlägt, gesellten sich Brendy und Steeven van Gool dazu. An Letztere erinnern sich viele gern, prägten die beiden doch so manche Show im legendären Zirkus Nock.

Das Vierergespann verwirklicht mit dem Variété Castello nun ein neuartiges Projekt: Ein Winter-Variété, das eng mit dem Zirkus verwandt künstlerische Vorstellungen mit feinsten Kulinarik von Beo Catering serviert. Wenn sich Schlangenfrau Colette verbiegt, weiss man kaum mehr, wo welches Körperteil hingehört, geschweige

denn, ob aus dem Päckchen verrenkter Glieder je wieder eine Frau werden kann. Zu staunenden Gesichtern führt auch der Auftritt der Ukrainerin Anastasia mit Partner Ruslan. Hier erst so viel: Diese Partnerakrobatik zeigt geballte Frauenpower. Gespielt wird in geheiztem Zelt vom 1. bis 31. Dezember 2022 im Gwatt, nahe der Bushaltestelle beim Deltapark.

Tickets hier



**Variété Castello GmbH**

Blümlisalpweg 11  
 3700 Spiez  
[info@variete-castello.ch](mailto:info@variete-castello.ch)  
[www.variete-castello.ch](http://www.variete-castello.ch)

# Lieben Sie Entspannung?

Dann gönnen Sie sich eine entspannte Sicht mit den neusten Nahkomfort- und Wellnessgläsern.

## CHF 150.– Rabatt

beim Kauf von zwei Gläsern.  
Gültig vom 1. November 2022 bis 31. März 2023.



weltmode. spitzenqualität. bestpreise.

**Import Optik**

Adliswil | Brig | Brunnen | Ebikon | Egerkingen | Einsiedeln | Goldau  
Interlaken | Sissach | Sursee

[www.import-optik.swiss](http://www.import-optik.swiss)

# Mit Kraft der inneren Bilder – Hypnose-therapie



Kennen Sie die Sehnsucht, endlich bei sich angekommen zu sein und das ewige Suchen hinter sich gelassen zu haben? Hypnose ist ein natürlicher therapeutischer Prozess, um unbewusst Gespeichertes neu zu bewerten.

Die Hypnose ist eine alte Therapieform und wurde bereits vor 4000 Jahren angewandt. Inzwischen ist ihre therapeutische Wirkung wissenschaftlich einwandfrei belegt. Die Hypnose-therapie wurde in den letzten Jahrzehnten wieder entdeckt und erfreut sich zunehmender Beliebtheit. Sie wird in Zukunft eine wichtige Rolle in der Medizin spielen, so in der Geburtshilfe, in der Psycho- und Traumatherapie, Anästhesie und auch in der Zahnmedizin.

Im Zustand der hypnotischen Trance wird unser Verstand, das rationale Bewusstsein, umgangen. Dafür gewähren wir unserem Unterbewusstsein mehr Aufmerksamkeit. Dadurch können in der Hypnose-therapie grundlegende und nachhaltige Veränderungen vorgenommen werden, welche oft für unseren Verstand unzugänglich sind. In der hypnotischen Trance wird eine tiefe Entspannung erreicht. Bereits dieses innere Loslassen führt zur unerwarteten schnellen Besserung oder Linderung zum Beispiel bei Schlafstörungen, Ängsten und innerer Nervosität. Einen ähnlichen Prozess erleben wir täglich kurz vor dem Einschlafen und dem Erwachen. Hypnose ist somit ein absolut natürlicher Zustand.

### Wie funktioniert Hypnose-therapie?

Grundsätzlich geht es darum, einen tiefen Entspannungszustand zu erreichen, um mit dem eigenen Unterbewusstsein in Kontakt zu treten. In diesem hypnotischen und entspannten Zustand können wir wichtige Informationen abrufen, wo und wann ein «Problem» bei Ihnen erstmals entstanden ist und was Sie dazu brauchen, damit Ihr inneres System dieses «Problem» wieder loslassen kann.

Die Hypnose-therapie ist eine gezielt ICH-stärkende Therapie. Diese ist bestrebt, die eigenen Ressourcen, die in jedem Menschen zu finden sind, ihm wieder zur Verfügung zu stellen. Gleichzeitig verhilft sie Ihnen zu einem besseren Selbstbild und Selbstwertgefühl sowie einer realistischen Wahrnehmung Ihres eigenen Selbst.

Sowohl Ursache wie auch Lösung Ihrer Themen sind bereits in Ihnen vorhanden. Beides können wir zusammen erkennen, verstehen, verarbeiten und schliesslich Heilung erreichen.



### Sind Sie für eine Veränderung bereit?

Bei folgenden Themen kann Ihnen eine Hypnose-therapie helfen:

- Innere Konflikte, mangelndes Selbstwertgefühl, Spannungen, negative Erlebnisse
- Mobbing, Stress
- Ängste (Phobien), Panik, Sucht, Zwänge, Blockaden
- Schlafstörungen
- Tinnitus, chronische Leiden, Zähneknirschen, Essstörungen
- und vieles mehr

Text: Prisca Haudenschild

Bild: Rahel Gerber

### Praxis Natürlich im Fluss

Prisca Haudenschild

Hypnose-therapeutin PR VSH NGH / Coaching

Obere Hauptgasse 70, 3600 Thun

Tel. 079 382 81 75

[priscahaudenschild@gmail.com](mailto:priscahaudenschild@gmail.com)



# Sanierung Renovationsen

Möchten Sie Ihr Haus oder Ihre Wohnung sanieren oder umbauen?

Von der Planungsphase bis zum letzten Farbanstrich werden wir gerne Ihre Wohnträume umsetzen.

Rückbau, Mauerwerk, Verputzarbeiten, Betonarbeiten, statische Verstärkungen und Umgebungsarbeiten – wir geben Ihrem Zuhause ein neues Gesicht.

Mehr Infos



Wir sind Ihr kompetenter Partner seit 1976 für  
**Hochbau | Tiefbau | Sanierung | Renovationsen | Spezialarbeiten**



Mit Stolz und Leidenschaft

Telefon 033 822 00 52 | Mobile 079 418 54 84 | [info@zurbuchenbau.ch](mailto:info@zurbuchenbau.ch) | [zurbuchenbau.ch](http://zurbuchenbau.ch)

## Im Ton verfehlt

Wenn es kratzt, das Sprechen schwerfällt, die Stimme leiser, höher oder tiefer klingt, liegt meist eine Heiserkeit vor. Ursachen gibt es viele. Wer seine Stimme zurückhaben möchte, nutzt sie im Idealfall gar nicht.

Die menschliche Stimme entsteht primär im Kehlkopf, dieser befindet sich am oberen Ende der Luftröhre und enthält Stimmlippen.

Ihre freien Ränder bilden die Stimmbänder. Die Stimmlippen treten beim Sprechen zusammen und verschliessen die dazwischenliegende Stimmritze fast ganz. Die Luft, die beim Ausatmen durch diesen Spalt strömt, bringt die Stimmlippen in Schwingung, so entstehen Töne.

Ist dieser Vorgang beeinträchtigt, kann es zu Heiserkeit kommen. In den meisten Fällen ist sie bei Kindern wie bei Erwachsenen ungefährlich und verschwindet nach kurzer Zeit wieder. Die Ursachen, welche die Stimme beeinträchtigen, sind sehr vielseitig. Häufig sind es Viren oder Bakterien, die Entzündungen im Bereich des Kehlkopfs oder des Kehldeckels auslösen, etwa bei einer Erkältung. Auch andere Faktoren wie chronisches Sodbrennen oder Rauchen reizen die Schleimhaut und können die Stimme hemmen. Eine Überlastung durch Singen oder Schreien führt ebenfalls oft zu Heiserkeit; so sind Menschen, die häufig und laut sprechen (müssen) öfters heiser. Eine chronische Heiserkeit ohne nachvollziehbare Ursachen sollte ärztlich abgeklärt werden.

### Schonen und schmieren

Wer seine Stimme schnellstmöglich zurückhaben möchte, spricht und flüstert im besten Fall wenig oder gar nicht, verzichtet aufs Rauchen und meidet trockene Räume. Wichtig ist in jedem Fall eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr in Form von warmem Tee und regelmäßigen Nasenduschen. Bei Menschen, die berufsbedingt auf eine gut funktionierende Stimme angewiesen sind, zum Beispiel Sänger\*innen, Schauspieler\*innen oder Moderator\*innen, ist eine sogenannte «Stimmhygiene» besonders wichtig. Um die Stimmbänder zu «schmieren», empfiehlt sich Glycerin oder Emser Salz Pastillen oder Zubereitungen mit Salbei. Dass Flüstern die Stimme schont, ist ein Mythos: Schreien wie Flüstern ist für die Stimmlippen ein wahrer Kraftakt, auch Räuspern beansprucht ungemein.

Was wir essen und trinken beeinflusst die Stimme ebenso: Scharfe und würzige Speisen sowie koffeinhaltige Getränke können zu Schleimhautreizungen führen. Daneben lohnt es sich, deutlich und langsam zu sprechen, bewusst Pausen einzulegen und unterschiedliche Tonlagen zu unterlassen. Um Heiserkeit vorzubeugen oder zu bekämpfen, eignet sich die Naturheilkunde besonders gut: Spagyrische Sprays oder Teemischungen



können auf Symptome und Beschwerden abgestimmt werden. Die Fachpersonen in der DROPA stellen individuelle Naturheilmittel für alle Stimmlagen her.

### Jana Häfliger

Dipl. Drogistin HF und  
Co-Betriebsleiterin  
DROPA Drogerie Apotheke  
Interlaken Ost

Untere Bönigstrasse 12  
3800 Interlaken  
033 823 80 30

DROPA Drogerie Interlaken  
Rugenparkstrasse 1  
3800 Interlaken  
033 821 25 25

DROPA Drogerie Unterseen  
Bahnhofstrasse 25  
3800 Unterseen  
033 826 40 40





Foto: Raphael Faux  
gstaadphotography.com

## «Bhüet Euch!»

Musik: Marie Theres von Gunten  
Texte: Jules Waltherth  
Orgelwerke: Wolfgang Sieber

SONNTAG, 13. NOVEMBER 2022, 16 UHR

SCHLOSSKIRCHE INTERLAKEN

OBERLÄNDERCHÖRLI INTERLAKEN



MARIE THERES VON GUNTEN, MUSIKALISCHE LEITUNG

PROFESSOR DR. HELMUT FREITAG, ORGEL

PFARRER FRANZ WINZELER, SPRECHER



EINTRITT FREI, KOLLEKTE

 Kirchgemeinde Gsteig-Interlaken  
 Pfarrkreis Interlaken-Matten



# Wohnraumfeuerungen



Autarke Wärme aus regionalen Brennstoffen

**Strommangel, unsichere Versorgungslage und hohe Preise bei Gas und Oel. Die Schlagzeilen wiederholen sich infolge der aktuellen Weltlage seit Monaten immer wieder.**

Durch diese Informationen findet in der Bevölkerung ein grosses Umdenken statt. Man realisiert, wie abhängig unsere Energieversorgung von verschiedensten Faktoren ist und wie die Auswirkungen sein können oder bereits sind.

**Holz, der einheimische CO<sub>2</sub>-neutrale Brennstoff**

Man besinnt sich wieder vermehrt auf regionale Produkte, welche nicht von stillgelegten Häfen in China oder vom Kriegsgeschehen in der Ukraine blockiert werden. Es ist auch anzunehmen, dass sich die aus Versorgungsangst entstandenen Hamsterkäufe im Holzmarkt in Zukunft wieder normalisieren und somit eine regionale Versorgung sichergestellt ist.

Um eine gewisse Unabhängigkeit von den erwähnten Energieträgern zu erlangen bieten sich unsere Wohnraumfeuerungen bestens an. Ein Cheminéeofen, Cheminée oder Speicherofen funktionieren mit dem einheimischen Brennstoff Holz auch ohne Strom. Mit einem solchen Ofen kann ein Grossteil, vielfach sogar der gesamte Wärmebedarf eines Einfamilienhauses oder einer Wohnung abgedeckt werden. In einem Feuer kann man notfalls auch noch eine Wurst grillieren oder Wasser kochen, was eine gewisse Unabhängigkeit bedeuten kann.

**Frühzeitige Planung**

All diese und weitere Vorzüge von Wohnraumfeuerungen sind mit den aktuellen Vorkommnissen deutlich mehr in den Fokus von vielen Leuten gerückt. Die Anfragen dazu sind stark angestiegen. Dies hat nun auch in unserer Branche zu teilweise nicht gekannten Lieferzeiten geführt, welche teilweise bei 12-15 Monaten liegen. Auf Grund dieser langen Lieferzeiten ist es wichtig, ein Projekt frühzeitig anzugehen und zu planen. Da auch die ausführenden Ofenbaubetriebe sehr stark ausgelastet sind, kann bereits die Besprechungs- und Planungsphase etwas länger als gewohnt in Anspruch nehmen. Wenn ein solches Vorhaben auf den übernächsten Winter realisiert werden soll, sollte die Planung und Vorauswahl bereits jetzt beginnen, damit die Materialien frühzeitig bestellt werden können und die Terminplanung besprochen werden kann.



Für alle Anliegen im Bereich der Wohnfeuerungen, vom Cheminéeofen bis zur Ganzhausheizung sind wir gerne ihr Ansprechpartner.

**Marco Zurbuchen**

Eidg. dipl. Hafnermeister  
Zurbuchen Plattenbeläge und  
Ofenbau AG  
3800 Unterseen  
Tel. 033 822 79 84  
[info@zurbuchen-unterseen.ch](mailto:info@zurbuchen-unterseen.ch)  
[www.zurbuchen-unterseen.ch](http://www.zurbuchen-unterseen.ch)

Showroom:  
Bahnhofstrasse 21  
3800 Unterseen



# Was hat Schwerhörigkeit mit unserer Fitness zu tun?

Mehr als man denkt, sagt Gisela Lembeck Geschäftsführerin von Hörakustik Lembeck.

**HÖRakustik  
LEMBECK**  
BESSER HÖREN  
BESSER VERSTEHEN  
UND MEHR...



## Hören ist die Verbindung zum täglichen Leben und das in allen Bereichen: Freizeit, Familie, Beruf.

Das Hören ist uns oft gar nicht bewusst. Es funktioniert einfach rund um die Uhr. Sogar im Schlaf ist unser Gehör aktiv.

Unser Gehör ermöglicht uns die tägliche Kommunikation und das Zusammenleben, es fördert unser Wohlbefinden, das seelische Gleichgewicht und unsere geistige Fitness. Denn nur wer gut hört, kann mitten im Leben stehen. Ist das Gehör gestört, hat das grosse Auswirkungen auf unsere tägliche Kommunikation, egal wo wir sind: In der Familie, bei Freunden oder im Beruf. Je anspruchsvoller die akustische Umgebung ist, desto wichtiger ist es, dass wir in der Lage sind Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden und gleichzeitig aus einer Geräuschkulisse das Wesentliche herauszuhören und verstehen zu können.

Neben der Wahrnehmung von Sprache und Geräuschen, hat unser Gehör die Fähigkeit der Orientierung im Raum. Die Augen sehen nur das was gerade in unserem Blickfeld ist, die Ohren übernehmen die gesamte Orientierung, sogar im Dunkeln. Sie warnen uns vor Gefahren die wir nicht sehen können z.B. im Strassenverkehr.



Gisela Lembeck, Geschäftsführerin Hörakustik Lembeck

Ein gutes Gehör bewirkt eine verbesserte Selbstsicherheit und Selbstbewusstsein. Denn wer gut hört muss keine Angst haben, dass er etwas nicht oder falsch versteht. Somit werden Stress und Versagensängste abgebaut.

Aber so leistungsfähig und vielseitig unser Gehör auch ist, es leidet mit der Zeit. Es ist ein natürlicher Prozess, dass unser Gehör schlechter wird und damit die Fähigkeit verliert, in komplexen Hörumgebungen, wie in einem Restaurant oder auf einer grossen Familienfeier gut zu verstehen.



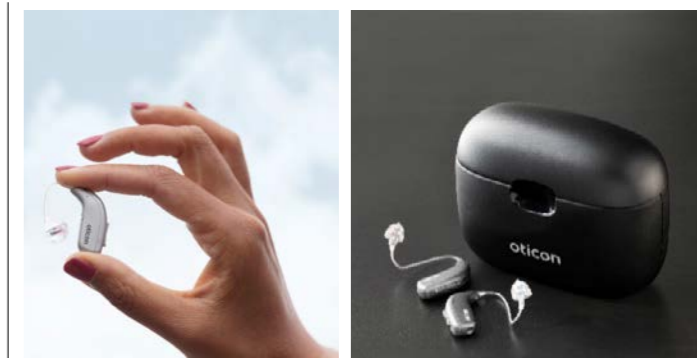
v.l.n.r. Peter Bokämper, Stefanie Burkhalter, Gisela Lembeck, Alois Meyering

## Was hat das jetzt alles mit unserer Fitness zu tun?

Die Folge einer Hörschädigung ist, dass wir uns unbewusst immer mehr zurückziehen.

Wir gehen nicht mehr an Vorträge, wir meiden grössere Familienfeste, wir gehen nicht mehr in ein Restaurant, weil wir nicht gut verstehen und das Verstehen sehr anstrengend ist oder Angst haben falsch zu verstehen. Wir gehen nicht mehr mit unserer Wandergruppe wandern, weil wir den Gesprächen nicht folgen können. Es gibt sicher viele Beispiele wo wir aus diesen Gründen Aktivitäten vermeiden. Deshalb leidet auch unsere körperliche Fitness durch die Vermeidung solcher Hörsituationen. Auf der anderen Seite fehlen uns die anregenden Gespräche mit Freunden und Familie. Denn auch hier ziehen wir uns langsam immer mehr zurück. Durch diesen Rückzug leidet unsere körperliche und unsere geistige Fitness.

Das muss nicht so sein. Sind wir mit Hörgeräten gut versorgt, wird ein Grossteil dieses Rückzugs aufgehoben, weil wir wieder besser kommunizieren können, weil wir auch feine leise Geräusche wieder wahrnehmen und weil wir uns wieder gut orientieren können. Wir sind wieder sicherer im Alltag unterwegs, haben wieder Freude an Gesprächen und an Treffen mit Freunden und Familie. Nach neusten Studien hat die Schwerhörigkeit einen signifikanten Einfluss auf die langfristige Entwicklung von Demenz. Die Forschenden der Universität Leipzig z.B. sehen eine Erhaltung der kognitiven Leistung als besonders vielversprechend an. Eine Erhöhung der körperlichen und geistigen Aktivität, gesunde Ernährung, gute Einstellung des Blutdrucks und des Blutzuckers (bei Bedarf) und auch eine frühzeitige Behandlung von einer Hörbeeinträchtigung können einen nachhaltig positiven



Effekt auf die kognitive Leistungsfähigkeit und Lebensqualität älterer Menschen haben. Probieren Sie die neuen Hörgeräte mit Fitnesstracker, so können Sie Ihre Fortschritte via App genau verfolgen.

**Das Ausprobieren von Hörsystemen ist bei Hörakustik Lembeck selbstverständlich gratis und unverbindlich.**

## Hörakustik Lembeck AG

Harderstrasse 9  
3800 Interlaken  
033 822 04 63

Hauptstrasse 139b  
3855 Brienz  
033 951 40 57

Spillstattstrasse 14  
3818 Grindelwald  
033 853 81 85

info@hoerakustik-lembeck.ch  
www.hoerakustik-lembeck.ch

# HOTEL Seiler au Lac

An alle Gäste die im Sommer und Herbst  
so zahlreich unsere Restaurants besucht haben

## Vielen Dank



**Feines Hirschragout**  
oder  
**zarte Rehmedaillons**  
oder  
**Wildschweinkoteletten**  
**mit hausgemachten Spätzli,**  
**und klassischen Wildbeilagen**

**Mittagsmenüs**  
mit frischem Fisch, zartem Fleisch  
und feinen vegetarischen Gerichten.  
mit Suppe oder Salat ab Freitag 21.50

**BETRIEBSFERIEN AB DEM 13. NOVEMBER  
BIS IM FRÜHLING**



### Öffnungszeiten bis am 13. November:

Montag und Dienstag  
ab 12 Uhr  
Freitag bis Sonntag ab 16 Uhr

### Ruhetage:

Mittwoch und Donnerstag  
Freitag bis Sonntag ab 16 Uhr

### Ab 14. November

Freitag bis Sonntag ab 11 Uhr

### Betriebsferien vom

**18. Dezember 22 bis 6. Januar 23**  
ab dem 7. Januar 2023 sind wir wieder  
Freitag bis Sonntag ab 16 Uhr für Sie da

**Bönigen**  
am Brienzsee

**Wir freuen uns auf Ihre Reservation**  
Das Seiler au Lac Team und Stefan Zingg

033/828 90 90 | hotel@seileraulac.ch |  
www.seileraulac.ch

## Gutschein für einen Aperitif

Für 2 Personen vor dem Essen erhalten Sie ein Glas  
Weisswein, Prosecco oder Fruchtsaft.

Einlösen im Seerestaurant «La Gare» oder der  
Pizzeria «La Bohème» im Hotel Seiler au Lac in Bönigen.

Gültig bis: Ende Dezember 2022



# Mehr als nur ein altes Buch

**H. GOSTELI AG**  
BLUMEN · GARTENBAU

«Plötzlich erschien über ihnen ein leuchtender Stern, der sich langsam bewegte.  
Sie folgten dem Stern und kamen schliesslich auch an dem Stall an.»

Weihnachten ist die Zeit der Besinnlichkeit, der Familie  
und der Geschichten. Mache mit alten Geschichten  
deine persönliche Weihnachtsdeko.

### Material:

- Strohkrantz-Unterlage
- Alte Buchseiten
- Floral Tape
- Agraffen
- Heissleim
- Glührath
- Div. Weihnachtsdekoration
- Band

Beginnen Sie damit die alten Buchseiten vorsichtig aus  
dem Buch heraus zu reissen. Dabei ist es wichtig, dass  
die Seiten nicht zu alt sind, damit sie nicht auseinander  
bröckeln. Je nach Kranzgrösse können die Seitenstücke  
des Buches variieren. Die einzelnen Seiten werden  
danach in der Hand zerknüllt.

Der Strohkrantz wird zuerst mit Floral Tape komplett um-  
wickelt. Dabei ist es wichtig, das Tape immer wieder ein  
wenig zu ziehen, damit es optimal an der Kranzunter-  
lage haftet. Anschliessend wird Seite für Seite mithilfe  
von Agraffen an dem Kranz befestigt. Auch hier kann die  
Länge der Agraffen je nach Kranzunterlage variieren.

Die einzelnen Seiten werden mit einer Agraffe durchsto-  
chen, so dass diese sich nicht mehr lösen können. Dabei  
ist es wichtig, die Seite eher am Ende zu befestigen und  
nicht in der Mitte. So kann bei der nächsten Seite die vor-  
herige Agraffe verdeckt werden, in dem sich Seite für  
Seite überlappen. Dieser Vorgang wiederholen Sie, bis  
die Kranzunterlage nach Ihrem Wunsch genügend über-  
deckt ist.

Jetzt die schönste Arbeit am Ganzen. Nun können Sie  
Ihren Kranz weihnachtlich ausschmücken. Die Grösse  
der Dekoration bestimmen Sie selbst. Achten Sie jedoch  
darauf, dass sie ein Stück der Unterlage mit den Buch-  
seiten freilassen, damit Ihre Dekorationsartikel genü-  
gend Platz haben und sich optimal in den Kranz einfü-  
gen. Nun leimen Sie Stück für Stück Kugeln, Zapfen und  
weitere Materialien auf Ihren Kranz. Achten Sie dabei da-  
rauf, dass Sie verschiedene Formen und Grössen Ihres  
Materials verwenden um einen Kontrast zu erhalten. Sie  
können Ihre Dekoration nur mit einem Akzent oder auch



voll rund gestalten. Wenn Sie den Kranz lieber neutral  
halten möchten, kann auch die komplette Unterlage mit  
Seiten eingedeckt werden. Die Kranzdekoration können  
Sie je nach Jahreszeit anpassen, damit er Ihnen das  
ganze Jahr über Freude bereitet.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Wir  
freuen uns, Sie an unserer Adventsausstellung herzlich  
zu begrüssen und Sie mit noch mehr Weihnachten zu in-  
spirieren.

### Adventsausstellung:

Samstag, 12. November 2022, 13 bis 18 Uhr  
Sonntag, 13. November 2022, 11 bis 17 Uhr

### Blumenladen-Team Gesteli

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

**Jetzt**  
Pensionierung  
planen

○ Spätschicht



📍 (Früh-)Pensionierung

## Was immer Ihr Ziel ist.

Mit einer rechtzeitigen **Pensionsplanung** machen wir den Weg frei für einen finanziell abgesicherten Ruhestand.

[raiffeisen.ch/pension](https://raiffeisen.ch/pension)

*wir si da für di ...*

# Am Küchentisch in eine andere Welt abtauchen

Tauchen gehört zu Daniel Ischi's grossen Leidenschaften. Als Vorsorge- und Pensionsberater der Raiffeisenbank Jungfrau entführt er seine Kund:innen auch gerne ab Wohnzimmer gedanklich in die «Welt nach 65» und wie diese auf der finanziellen Seite dann mal aussehen könnte.

**Wer sich leicht überfordert fühlt, alle Aspekte einer Pensionsplanung zu überblicken, der kann das heutzutage professionell erstellen lassen.**

Als ehemaliger Polizist, Pilot und Versicherungsexperte konnte Daniel Ischi viel an wertvoller Lebenserfahrung sammeln, die seinen Kund:innen nun zugutekommt. Dass er sich dabei von schwierigen Zeiten auch wieder nach oben arbeiten konnte, verdankt er seiner Strukturiertheit und seinem Fleiss. Zwei Eigenschaften, die auch die finanzielle Vorsorge begünstigen.

Für viele junge Leute ist die Pension weit weg und das sei auch gut so. Daniel Ischi weiss jedoch, wie man es sich einfach machen kann, den richtigen Zeitpunkt zu erwischen, um für später die Weichen zu stellen:

- mit 50 Jahren / jetzt sagen, was man will und mit der Bank die Planung angehen
- mit 60 Jahren / jetzt nur noch machen, was der persönliche Plan sagt
- mit 65 Jahren / ab jetzt einfach geniessen

Daniel Ischi fühlt sich am wohlsten, wenn Kund:innen ihm auf der Strasse zuwinken, weil er eben «da ist für sie». Es ist auch der Mensch, den ihn interessiert und im Vordergrund steht. Für ihn und jede noch so unterschiedliche Lebenssituation reizt es Daniel Ischi, den passgenauen Plan für die spätere Genusszeit im Leben zu erstellen.

Er liebt «sein» Berner Oberland, ein feines Schnitzel, mit dem Velo zur Bank zu fahren und auch abends zu arbeiten. Die positive Art, die er dem Leben begegnet, strahlt auch auf seine Arbeit, um mit viel Zuversicht gute und zielorientierte Lösungen zu erreichen.

**Daniel Ischi's persönlicher Tipp:**

«Haben Sie am 10. November schon was vor? Lassen Sie uns doch an unserem Pensionsplanungsanlass einen Termin am Küchentisch abmachen...!»



**Daniel Ischi**

Privatkundenberater  
Raiffeisenbank Jungfrau  
Untere Bönigstrasse 3  
3800 Interlaken  
033 828 82 88  
[jungfrau@raiffeisen.ch](mailto:jungfrau@raiffeisen.ch)  
[www.raiffeisen.ch/jungfrau](https://www.raiffeisen.ch/jungfrau)

# Erlebnis Weihnachtsmarkt Brienz

Samstag, 26. Nov. 2022,  
12–21 Uhr  
Sonntag, 27. Nov. 2022,  
10–18 Uhr

Erleben Sie unseren  
romantischen Weihnachtsmarkt  
im historischen Dorfteil und  
entlang der Seepromenade.



Verein Weihnachtsmarkt Brienz  
Hauptstrasse 143, 3855 Brienz, Schweiz  
Tel. +41 (0)33 952 80 80  
info@brienz-tourismus.ch

[www.weihnachtsmarkt-brienz.ch](http://www.weihnachtsmarkt-brienz.ch)

## Kluge schützen sich

Brillenträger\*innen sind besonders im Winter benachteiligt.  
Was bestenfalls nur stört, kann auch zur Gefahr werden.  
Auch in diesem Artikel: «Eiger Sonne» – Ihr persönliches Geschenk.



Perfekter Augenschutz im Winter. Nie ist es wichtiger, seine Augen perfekt zu schützen als im Winter, wenn die UV-Strahlung von der Schneeoberfläche extrem reflektiert wird. Zudem kann es gefährlich werden, wenn Ihre Sicht infolge Tränenflusses im entscheidenden Moment verschwimmt. Eine gut sitzende Sonnenbrille oder Goggle ist auch deshalb unabdingbar, um Ihre Augen vor einer gefährlichen Entzündung (Schneeblindheit) zu bewahren. Wenn Sie zu jenen Menschen gehören, die auf eine Sehhilfe angewiesen sind, so haben wir ein breites Sortiment an korrigierbaren Sonnen- und Sportbrillen – auch wenn die Arme zu kurz geworden sind respektive Sie an einer altersbedingten Weitsichtigkeit oder an einer Hornhautverkrümmung leiden.

### Kontaktlinsen: die Lösung aller Probleme

In jedem Fall ist das Beschlagen der Brille lästig: Sie betreten im Winter eine Gondel oder einen Raum und schon haben Ihre Gläser einen zähen, weissen Beschlag. Die Brille beschlägt nämlich umso mehr, desto grösser der Temperaturunterschied zwischen Brillengläsern und Raumtemperatur ist. Gut also, dass es Kontaktlinsen gibt, allen voran die Tageslinsen. Die Vorteile liegen sozusagen auf den Augen: kein Beschlagen und Folge dessen stets klare Sicht, hoher Tragekomfort, keine Einschränkungen bei Sport, Beruf und Freizeit. Mit einer lässigen Sonnen- oder Sportbrille schützen Sie Ihre Augen vollständig.

### «Eiger Sonne» – Ihr persönliches Geschenk

Vom 31. Oktober bis 31. Dezember 22 schenken wir Ihnen beim Kauf einer Sportbrille oder bei einer Anpassung der Kontaktlinsen eine Tube «Eiger Sonne» von der Apotheke Portmann.

Sie sehen: Mit Urfer Optik geht die Sonne auf.

### Wichtige Umbauinformation:

Vom 31. Oktober bis 5. Dezember 22 bauen wir für Sie um. Unser Geschäft bleibt während der gesamten Umbauzeit geöffnet, und wir können alle Dienstleistungen anbieten. Am Montag 31.10., 7.11. und 5.12.2022 bleibt es ausnahmsweise geschlossen. Am 6. Dezember 22 eröffnen wir das neue stilvoll eingerichtete Lokal.



Kluge schützen sich: perfekter Augenschutz im Winter



**Peter Urfer**  
Urfer Optik AG  
Bahnhofstrasse 29  
3800 Interlaken  
Telefon 033 822 50 32  
info@urferoptik.ch  
www.urferoptik.ch



**MITGLIEDSCHAFTEN  
IM SPA NESCEMS**



## Mehr als ein Workout!

Abwechslungsreiche Gruppenfitnesskurse. Intensive Trainings im Fitness-Center. Entspannende Wellnessmomente. Eine luxuriöse Ausstattung, in der Sie sich rundum wohlfühlen.

### 1 Jahr Spa-Mitgliedschaft\* für CHF 2950.–

Inkl. individuellem Trainingsplan,  
4 Behandlungen nach Wahl à 60 min,  
Körperanalyse und Ernährungsratschlägen  
(\*Gültig für alle Spa-Bereiche, Fitness-Center  
und Gruppenkurse)



**ALLE ANGEBOTE:  
Probieren Sie es einfach mal aus.**



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

VICTORIA-JUNGFRAU GRAND HOTEL & SPA  
Höheweg 41 · 3800 Interlaken · +41 (0)33 828 27 30 · receptionvj@spanescens.com  
www.victoria-jungfrau.ch · www.michelreymbier.com

# SOS aus der Mitte des Körpers

frutiger sarbach  
akupunktur und osteopathie

Wer kennt es nicht: Probleme schlagen einem schnell «auf den Magen» und so mancher Kummer ist nicht leicht «zu verdauen».

**Kaum ein anderer Bereich des Körpers reagiert so sensibel auf innere und äussere Faktoren. Sind die Verdauungsfunktionen aus dem Gleichgewicht, hilft und harmonisiert die Akupunktur behutsam. Egal, ob der Magen «sauer» ist oder uns etwas Bauchschmerzen bereitet.**

Bauchschmerzen können viele Ursachen haben. Wenn die Beschwerden über längere Zeit bestehen, müssen sie differenzialdiagnostisch abgeklärt werden. Auch bei chronischen Erkrankungen wie Morbus Crohn oder Colitis Ulcerosa kann die Akupunktur Symptome lindern und das schubartige Fortschreiten zum Stillstand bringen. Bei der Crohn-Erkrankung sowie der Colitis Ulcerosa handelt es sich um chronisch entzündliche Prozesse in der Darmwand, die blutigen Durchfall und Bauchschmerzen verursachen.

Schulmedizinisch werden beide Erkrankungen vor allem mit entzündungshemmendem Kortison behandelt, mehrere deutsche Studien zeigten jedoch, dass insbesondere die Akupunktur eine effektive und zugleich nebenwirkungsarme Alternative oder Ergänzungstherapie darstellt. Bei akupunktierten Crohn und Colitis Patienten zeigte sich in allen Untersuchungen eine deutliche Besserung der Entzündungssymptome sowie des subjektiven Befindens. Die Symptomverbesserung hielt auch mehrere Monate nach der Behandlung noch an.

In der Akupunktur wird mit feinsten Nadeln, definierte Akupunkturpunkte behandelt. Diese Punkte liegen auf festgelegten Meridianen (Energiströmen). Aus der heutigen Forschung weiss man, dass diese Punkte eine neurale Verbindung zu den korrespondierenden Organen haben. Die Akupunktur bietet ein fundiertes System, das eine regulative Wirkung auf das vegetative Nervensystem hat und somit bei Bauchschmerzen indiziert ist. In unserer Praxis können wir Klienten im Bereich Akupunktur, Phytotherapie TCM, Osteopathie und Mikronährstoff Beratung umfassend betreuen.

Unsere Praxis finden Sie im Zentrum von Interlaken. Die Praxis und Therapeuten sind von kantonaler Stelle geprüft und zugelassen. Wir entsprechen den Anforderungen sämtlicher Krankenkassen. Die Kosten werden im Rahmen der Zusatzversicherung bis zu 80 % übernommen.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne 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

# MUSCHELN

DEN GANZEN MONAT NOVEMBER SERVIEREN WIR  
HERRLICHE FRISCHE MUSCHELN AUS HOLLAND !

**Muscheln "Seemannsart"**, 1 kg  
In Weisswein gedämpft mit Zwiebeln, Lauch & Knoblauch Fr. 24.50

**Muscheln "provençale"**, 1 kg  
An Tomatensauce mit Provençale-Kräuter Fr. 24.50

**Muscheln & Frites**, 700 g  
Herrliche Seemannsmuscheln mit einem Körbchen Pommes Fr. 24.50



**Brasserie 17**  
CAFÉ | BAR | RESTAURANT

ROSENSTRASSE 17, INTERLAKEN  
WWW.BRASSERIE17.CH  
TEL: 033 822 32 25

# Krebser

## unlebbbar

Der neue Roman der Thuner Autorin Franziska Streun



Zytglogge Verlag  
unlebbbar  
Fr. 32.00

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

Der 75-jährige Fred bricht in seiner Wohnung zusammen. Seine Nachbarin Nicole und ihr Sohn Leo finden ihn und alarmieren den Notarzt. Dieser verordnet dem Alleinstehenden Bettruhe, und Nicole übernimmt widerwillig die Aufgabe, regelmässig nach ihm zu schauen. Fred nutzt die Gelegenheit, sein Gewissen zu erleichtern. Doch Nicole hat mit ihren eigenen Dämonen zu kämpfen. Nach und nach realisiert sie, dass ihre traumatische Kindheit auf verhängnisvolle Weise mit Freds Vergangenheit verknüpft ist.

# Krebser



**BUCHVERNISSAGE  
«UNLEBBAR»  
MIT FRANZISKA STREUN**

Dienstag, 22. November 2022, 19.30 Uhr  
bei Krebser in Thun

Türöffnung 19.00 Uhr  
Eintritt CHF 15.-, mit Krebser Kundenkarte CHF 10.-  
Vorverkauf in allen Filialen, Platzzahl beschränkt

Bücher | Papeterie | Büromöbel | Copy-Print

krebser.ch

### Top 5 Belletristik

1. Lektionen  
Ian McEvan, Verlag Diogenes
2. Einsame Nacht  
Charlotte Link, Verlag Blanvalet
3. Nachmittage, Ferdinand von Schirach  
Verlag Luchterhand
4. Der Rote Diamant  
Thomas Hürlimann, Verlag Fischer
5. Solothurn blickt in den Abgrund  
Christof Gasser, Verlag Emons

### Top 5 Sachbuch

1. Das Risiko, du selbst zu sein  
Bahar Yilmaz, Verlag Integral
2. Attack your dreams  
Andri Ragetti, Verlag Giger
3. Das Kind in dir muss Heimat finden  
Stefanie Stahl, Verlag Kailash/Sphinx
4. Starseeds  
Birgit Fischer, Verlag Ansata
5. 101 Essays, die dein Leben verändern werden  
Brianna Wiest, Verlag Piper





## BVG Sammelstiftung Jungfrau: die solide Vorsorgelösung in Ihrer Region

**Viele Unternehmen und damit auch ihre Beschäftigten zahlen zu viel für die Leistungen ihrer Pensionskasse und müssen nun auch noch Kürzungen akzeptieren. Vergleichen Sie Ihre aktuelle Pensionskassenlösung mit der soliden Vorsorgelösung der BVG-Sammelstiftung Jungfrau. Ein Vergleich kann sich lohnen!**

Die berufliche Vorsorge steht unter Druck. Viele Pensionskassen haben ihre Leistungen angepasst, um die langfristigen Leistungsversprechungen sicherstellen zu können.

Kennen Sie die aktuellen Leistungen Ihrer Pensionskasse? Gerade deshalb lassen viele Unternehmer, Stiftungsräte und Pensionskassen-Verantwortliche ihre Pensionskasse überprüfen. Wissen Sie, ob ihre Pensionskasse weiterhin gut genug ist, um die kommenden Herausforderungen zu meistern? Wollen Sie das Optimierungspotential für Ihre Unternehmung und Ihre Pensionskassenlösung herausholen?

Gerne unterstützen wir Sie in der Beurteilung Ihrer aktuellen beruflichen Vorsorge. Die

Mitarbeitenden der Bank EKI analysieren Ihre Pensionskasse transparent und kostenlos.

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



**Armin Häsler**  
Bank EKI Genossenschaft  
Bereichsleiter Versicherungen

Weitere Informationen entnehmen Sie der Website: [www.bvg-jungfrau.ch](http://www.bvg-jungfrau.ch)

# Vielseitiger November

Von Spätherbst-Wanderungen bis Winterlaken



Der spätherbstliche November bietet dir ein abwechslungsreiches Wanderprogramm bei phänomenaler Fernsicht. Es lohnt sich also in jedem Fall, die Wanderschuhe nochmals zu schnüren und loszuziehen, solange der Winter noch nicht Einzug hält. Nicht selten erlebst du ein einmalig schönes Naturschauspiel, wenn sich der Nebel lichtet und die Sonnenstrahlen die weissen Bergspitzen zum Glitzern bringen.

### Wanderung auf Interlakens Hausberg

Geh raus und wandere Richtung Interlakens Hausberg, den Harder Kulm, los. Oben angekommen, geniesst du vom Zwei-Seen-Steg aus den einmaligen Panoramablick auf das Böödeli sowie den Thuner- & Brienersee. Die verschneiten Berggipfel Eiger, Mönch und Jungfrau sind hier zum Anfassen nahe.

Noch bis am Sonntag, 27. November bringt dich die über 100-jährige Standseilbahn hoch hinauf auf den Harder Kulm. Übrigens kannst du auch im Panorama-Restaurant bei einem schmackhaften Mittagessen die herrliche Aussicht geniessen. Erkundige dich dazu nach dem preislich attraktiven Lunch-Billet.

### Bergwelt um den Thunersee geniessen

Ebenfalls bis Ende November bringt dich die Gruppenumlaufbahn jeweils freitags bis sonntags hinauf auf das Niederhorn. Noch täglich verkehrt die Stockhorn-Bahn, die dich in ein echtes Wanderparadies führt. Und die Pyramide am Thunersee, der Niesen, ist noch bis Mitte November mit der Bahn erreichbar.

### Winterlaken deine Wintererlebniswelt

Im November beginnt aber auch der Winterlaufakt in Interlaken – oder anders gesagt: «Winterlaken». Damit du nichts verpasst, findest du hier laufend alle aktuellen Angebote rund um Winterlaken.



Interlaken Tourismus (TOI) Informiert an dieser Stelle über seine Tätigkeiten für die Gäste und für Einheimische:

### Interlaken Tourismus

Marktgasse 1, Postfach  
3800 Interlaken  
Tel. +41 (0)33 826 53 00  
[mail@interlakentourism.ch](mailto:mail@interlakentourism.ch)  
[www.interlaken.ch](http://www.interlaken.ch)

# Kunsthhaus Interlaken

Veranstaltungen im November

Sonntag, 6. November, 17 Uhr

## Klavierkonzert - Edith Sievi

Werke von Scarlatti, Clementi, Chopin und Liszt  
Eintritt Fr. 20.- | Schüler und Studenten gratis  
Vorverkauf: 079 707 46 71

Samstag, 19. November, 20 Uhr | Bar 19.30 Uhr

## Swiss Ländler Gamblers

Seit über 20 Jahren erfolgreich unterwegs ... und auch im Kunsthaus stets ausverkauft ...  
Eintritt Fr. 25.- | Vorverkauf: 079 486 53 25 oder peter.grossen@frutigen.ch

Sonntag, 20. November, 11 Uhr | Bar | Eintritt frei, Kollekte

## Fussball isst unser Leben

Podiumsdiskussion mit Musik  
Es diskutieren untereinander und mit Ihnen  
Andy Egli, Ex-Nationalspieler und Fussballexperte  
Walter Ammann, Ex-Sportchef FC Thun  
Urs Graf, Präsident FCI & Stiftung Kunsthaus Interlaken  
Leitung: Stefan Regez, Ex-Chefredaktor Schweizer Illustrierte  
Musikalische Begleitung: Stefan Dorner, Piano  
Eine spannende Auseinandersetzung mit Fussball und der WM 2022 in Katar. Nicht nur für Fussball-Fans!

Freitag, 25. November, 20.30 Uhr | Bar 20 Uhr

## Face the Music - Jazz and more

Verena Glatthard, voc. | Matthias Ganz, p |  
Alexander Grossniklaus, dr | Roland Wilhelm, bs  
Eintritt 25.- | Vorverkauf: 033 822 16 61 oder info@kunsthausinterlaken.ch

## Fussball-Bistro

Ab 21. November können Sie in unserem Fussball-Bistro bei einem kühlen Bier, einem Glas Wein oder einem (auch alkoholfreien) Drink ... die WM-Spiele verfolgen und mit Freunden und Gleichgesinnten mitfiebern und diskutieren. HOPP SCHWIIZ!

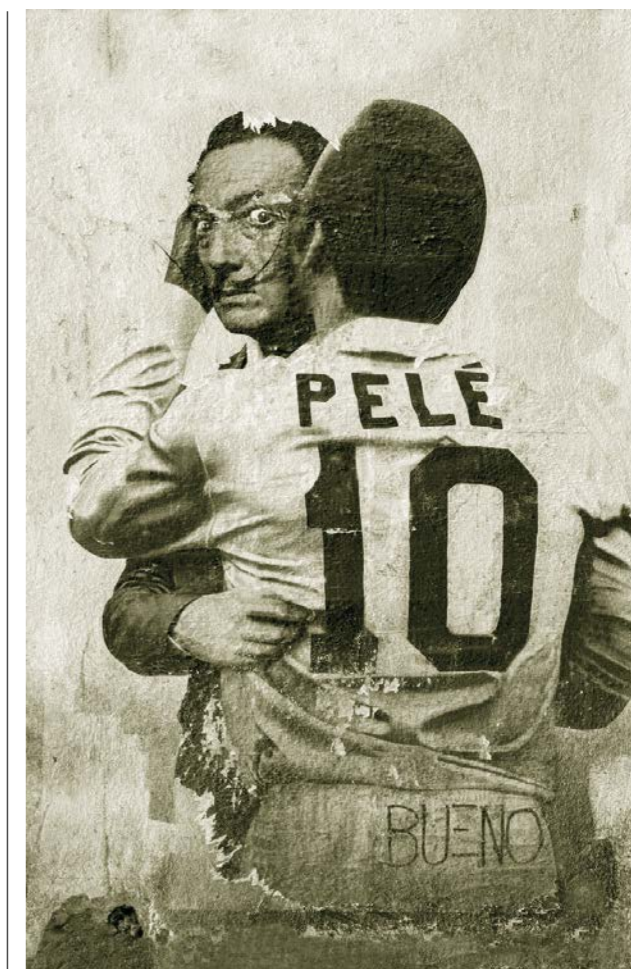
Die Öffnungszeiten des Bistros finden Sie auf unserer Homepage und im speziellen Flyer. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Fussballklub Interlaken & Kunsthaus Interlaken

Nur noch bis 27. November!

## Fussball isst unser Leben

Fussball ist Teil unserer Gesellschaft, ist Sport, ist Unterhaltung und ist Business. Seit Jahrzehnten fasziniert der Sport Millionen von Menschen und ist dabei zu einem Milliardengeschäft geworden. Die Ausstellung Fussball ist unser Leben findet zur (umstrittenen) 22. Fussball-WM



Fussball & Kunst - Pelé küss den Künstler Salvador Dalí  
Wandbild aus São Paulo, Brasilien, 2017 © Rubens Alarcon

in Katar statt. Sie beleuchtet verschiedene Aspekte rund um den Fussball, sie zeigt Kunst über Fussball und über Fussballkunst und spricht auch unschönen Begleitscheinungen dieses Sports an, die nicht erst mit der kommenden WM zu Tage treten. Die Ausstellung umfasst Malerei, Video, Installationen, Zeichnungen, Plastiken und Fotografien von 23 internationalen Künstlerinnen und Künstlern.

## Öffnungszeiten

Mi-Sa, 14-17 h | So, 11-17 h | Mo+Di geschlossen.

Führungen durch die Ausstellung:

13. und 27. November, jeweils Sonntagmorgen, 11 Uhr

## Kunsthhaus Interlaken

Jungfraustrasse 55, 3800 Interlaken

041 033 822 16 61

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



## Slate-Lite fühlt sich wunderbar an.

aktuell über 50 unterschiedliche Dekore in unserem Showroom mit einzigartigen Farben und Mustern in unserem Steinfurnier Sortiment.

Wir bieten Ihnen nicht nur Schiefer, sondern auch Kalksteine, Sandsteine und sogar Marmor für Ihr individuelles Bauprojekt!



## Slate-Lite

Echter dünner, biegsamer Naturstein

Besuchen Sie uns im Showroom an der Kammistrasse 11 in 3800 Interlaken.

033 841 00 23  
[rexhepi.ch](http://rexhepi.ch)

## Geeignet ist Slate-Lite für

- Wände im Innenbereich
- Wände im Außenbereich
- Fassaden
- Dusche & Badezimmer
- Küche & Fliesenspiegel
- Ladenbau / Theken
- Möbelbau
- Fussböden
- bestehende Untergründe

## Hauchdünnes, biegsames Steinfurnier.

Die 100% natürliche Steinoberfläche wird auf der Rückseite zur besseren Stabilität mit einem Fiberglasträger verstärkt, der zudem die weitere Verarbeitung einfach und komfortabel macht.

Aus massiven Steinblöcken (Schiefer, Marmor, Sand- oder Kalkstein) werden durch ein revolutionäres Verfahren viele hauchdünne Steinschichten abgezogen und weiterverarbeitet.



## OFFIZIELLES JAHRBUCH SCHWINGEN 2022

Auf 200 Seiten wird in Wort und Bild über sämtliche Kranz- und Bergkranzfeste 2022, insbesondere aber auf über 80 Seiten ausführlich über das Eidgenössische Schwing- und Älplerfest 2022 berichtet. Das grosszügige neue Bildbandformat setzt die «Bösen» dabei noch besser in Szene.

Das 200-seitige Jahrbuch ist reich mit Farbbildern illustriert.

ISBN 978-3-03818-410-2

CHF 29.00



Jetzt  
bestellen.



## OFFIZIELLER SCHWINGER- KALENDER 2023

Die eindrücklichsten und schönsten Bilder der Schwing-saison 2022 im Grossformat! Dieser grosszügige Wandkalender zeigt viele Schwinger und die Sieger in Aktion, mal vor dem Gang, mal nach dem Sieg. Offizieller Kalender des Eidgenössischen Schwingerverbands.

14 Blätter, doppelseitig bedruckt, 43 x 34,5 cm, Spiralbindung  
ISBN 978-3-03818-393-8, mit 61 Abbildungen.

CHF 25.00



Jetzt  
bestellen.



5 Franken pro Kalender gehen zu Gunsten des Hilfsfonds und der Hilfskasse des ESV.

### BESTELLUNG

Bitte senden Sie mir \_\_\_ Ex. «OFFIZIELLES JAHRBUCH SCHWINGEN 2022» zum Preis von je CHF 29.00  
Versandkosten CHF 6.00, ISBN 978-3-03818-410-2

Bitte senden Sie mir \_\_\_ Ex. «OFFIZIELLER SCHWINGER-KALENDER 2023» zum Preis von je CHF 25.00  
Versandkosten CHF 6.00, ISBN 978-3-03818-393-8

Bitte senden Sie mir \_\_\_ Ex. «KOMBIANGEBOT: JAHRBUCH UND KALENDER» zum Spezialpreis CHF 49.00 anstelle von CHF 54.00, Versandkosten CHF 6.00

### WEBERVERLAG.CH

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

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

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

Adresse \_\_\_\_\_

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

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

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

# Kleintheater des Kunsthhauses Interlaken

Monatsprogramm November 2022



### Duo Falter

Carlo Niederhauser und Barbara Schirmer

Freitag, 18. November 2022 | 20.15 Uhr  
Hackbrett und Cello. Zwei Instrumente. Ein Klangmosaik.  
Eine musikalische Reise durch Raum und Zeit.

Lustvoll verspielt weben Schirmer und Niederhauser Klänge zu Skulpturen, in denen der Zeitbegriff gedehnt und aufgehoben wird.



### Matto Kämpf am Apparat

Spoken word

Samstag, 26. November 2022 | 20.15 Uhr  
Trockener Humor, bernische Gemütlichkeit und Vielfalt in Text und Bild. Die Bühnenprogramme von Matto Kämpf sind unterhaltsam, absurd und gleichzeitig intelligent.

### Vorverkauf

Buchhandlung Krebsler AG  
Aarmühlestrasse 35 | 3800 Interlaken  
[interlaken@krebser.ch](mailto:interlaken@krebser.ch)

### Schlosskeller Interlaken

Sekretariat 079 811 37 05  
[www.schlosskeller.ch](http://www.schlosskeller.ch)



**TRAINIEREN SIE IN UNSEREM MODERNEN FITNESS**  
mit eGYM, SensoPro, Matrix, Acticore und Dividat Senso

Mit Einfühlungsvermögen und langjähriger Erfahrung betreuen wir Sie beim personalisierten und evidenzbasierten Training und medizinischer Trainingstherapie.

Lernen Sie unser Team kennen:   
www.physio-artos.ch  

 **Physio SPArtos**  
Interlaken & Spiez

Alpenstrasse 45 | 3800 Interlaken | 033 828 88 68 | Mühlegässli 22 | 3700 Spiez | www.physio-artos.ch

# Hart auf Hart

Freitag, 2. Dezember 2022, 20.15 Uhr



**Infoveranstaltungen**

**19:30 Uhr**

Donnerstag  
**20. Oktober 2022**

Mittwoch  
**16. November 2022**

Dienstag  
**24. Januar 2023**

Donnerstag  
**16. März 2023**

Mittwoch  
**26. April 2023**

Donnerstag  
**11. Mai 2023**

**im Noss Schulzentrum**  
Es ist keine Anmeldung erforderlich

**NOSS**

9. Schuljahr (Real und Sek)  
10. Schuljahr (Zwischenjahr)  
Kauffrau/Kaufmann EFZ (Schule und Praktikum)

auch für Sekundar-  
schülerInnen

noss.ch

**Schulzentrum**

«Ein Feuerwerk an Ideen, Sprachakrobatik und schauspielerischer Meisterschaft.»

Satirisches Schauspiel mit viel subtilem Humor, geschrieben und entwickelt während der Krise für schwierige und gute Zeiten.

Stadtkeller Unterseen, Obere Gasse 2  
Eintritt: CHF 30.- / bis 16-jährig CHF 15.-

**Vorverkauf bei:**

Dropa Drogerie Unterseen  
Bahnhofstrasse 25, 3800 Unterseen  
Tel. 033 826 40 40

**Vorschau:**

Stedtlitheater  
Eintritt: CHF 25.- / 15.-

**Silvesterproduktion «Unerwartete Gäste»**

Eine mysteriöse Kriminalkomödie von Fred Carmichael. Ein amüsantes Wiedersehen mit vielen bekannten Krimi-Figuren wie Butler, Zimmermädchen, Gesellschaftsdame, Liebhaber, Notar usw.

**Première:**

30. Dezember 2022, 20.15 Uhr

**Weitere Spieldaten:**

31. Dezember 2022  
4. / 6. / 7. / 10. / 13. / 14. Januar 2023  
jeweils 20.15 Uhr

**Dernière:** 15. Januar 2023, 17 Uhr

**Stadtkeller Unterseen**

Stadthausplatz  
3800 Unterseen  
www.stadtkeller-unterseen.ch

# Der Wald

Die kostenlose Kraftquelle zur Stärkung und Gesundheitserhaltung von Körper, Seele und Geist !

Wissenschaftliche und empirische Untersuchungen belegen einwandfrei (Prof. Y. Miyazaki) massive Verbesserungen von stressbedingten Zivilisationskrankheitszuständen (Schlaf, Herz/Kreislauf, Burnout) welche durch die modernen Lebensumstände entstanden sind, durch

## Waldbaden

Eine neue Heilmethode? Beileibe nicht. Jeder hat seine eigenen Empfindungen bezüglich seinem Wohlbefinden und um seine Gesundheit zu fördern. Es geht nicht darum DEN idealen Waldbade - Wald zu finden. Aber mit Achtsamkeit gegenüber der Vielfalt an Bäumen und Pflanzen, den Düften, des Wassers und des Lichtes im Wald zu begegnen und aufzuspüren. – Dies ist eigentlich das unaufgeregte Ziel des gesundheitsfördernden Waldbadens!

**Einfach spazieren, eintauchen und zur inneren Ruhe finden im Wald!**

Im Rahmen unseres Geschäftsjubiläums  
50 Jahre schwerzmann «DER Gesundheitsladen» veranstalten wir einen

## VORTRAG

Dienstag, 15. November, 20 Uhr, im Saal des Kunsthouses Interlaken  
mit dem Buchautor Robert Gallmann zum Thema

## Waldbaden im Berner Oberland (siehe unten)



Robert Gallmann & Prof. em. Yoshifumi Miyazaki  
256 Seiten, 23 x 27 cm, gebunden, Hardcover

**Mit 88 Abbildungen und 33 Karten aus dem Grindelwald- & Lauterbrunnental, Rosenloui, Gasterental ...**

# Theater Glinggige Meiringen



Eine tief sinnige Komödie von A.R. Gurney mit feinem Humor

Kate und Greg sind seit vielen Jahren miteinander verheiratet. Zwischen den beiden läuft ganz gut, bis Sylvia im Leben von Greg und damit auch von Kate auftaucht. Zwischen Greg und Sylvia ist es Liebe auf den ersten Blick. Die Hundedame, die immer mehr menschliche Züge bekommt, öffnet Greg völlig neue Bereiche des Lebens. Die Dreiecksbeziehung frisst aber aus der Sicht von Kate «ein empfindliches Loch in ihre Ehe». Ein Stück über menschliche Beziehungen und Hundeliebe.

### Auf der Bühne

Andreas Widmer als Greg (Ehemann)  
Sara Santschi als Kate (Ehefrau)  
Nicole Ferretti als Sylvia (Hund)  
Thierry Ueltschi als Tom (anderer Hundehalter)  
Kathrin Ming als Phyllis (Kates College-Freundin)  
Flavia Eggler als Lesley (Therapeutin)

### Hinter der Bühne

Alex Truffer, Inszenierung  
Esther Feuz, Regie-Assistentin und Souffleuse  
Adrian Wenger, Oski Linder, Technik  
Quori Balmer, Maske und Frisuren  
Michaela Blatter, Gastro  
Oski Linder, Bar  
Peter Halter, Illustration und Plakat

### Spieldaten 2022

Freitag, 11. November / Samstag, 12. November  
Mittwoch, 16. November / Freitag, 18. November  
Samstag, 19. November / Mittwoch, 23. November  
Freitag, 25. November / Samstag, 26. November

**Ort:** In der Tramhalle, Meiringen  
**Türöffnung:** 19 Uhr / Vorstellungsbeginn 20 Uhr  
**Eintrittspreis:** Fr. 25.-  
**Vorverkauf:** [www.glinggige.ch](http://www.glinggige.ch)  
und Papeterie Jenny, Meiringen



**Theatergruppe Glinggige**  
[info@glinggige.ch](mailto:info@glinggige.ch)  
[www.glinggige.ch](http://www.glinggige.ch)

übertriebener Prahler	engl.: Rechnung	kleine Krebse (ital.)	Flagge	besondere Form des Sauerstoffs	Abk.: geboren	frz.: Sommer	römischer Sonnengott	Vorgeigere. Sinti-, Roma-Kapelle	Nichtfachmann	Abk.: national
Schuhteil				Wagen mit Zugtieren			6			
persönliches Fürwort (4. Fall)		10	Kartoffelstockgericht						engl.: blau	
vorhaben				gern gesehen			5			
	1				lat.: Fall		Teil der Treppe		Gemeinde im Kanton Bern	
tropischer Baum	frz.: Leben		bestimmter Artikel						7	
Dichter der römischen Antike					engl.: Schritt					2
Hüne	Geldeintreibung		ohne Nutzen, Zweck		Rohrverbindungsstück		höchste Trumpfkarte b. Jass		einst; eher	
engl.: Stinktier	ital.: eine		Auto- bauart (Abk.)		Edelpelz					
					ugs.: Firma		ital.: See		Zwerg, Erdgeist	
lat.: im Jahre				Teil eines Gedichts	zweistellige Zahl	Abk.: Gesamtarbeitsvertrag	Nachweis, Quittung			
				Gehirnstrommessung (Abk.)			ältester oder sehr früher Vorfahr			11
geistliches Lied	Gebiet im Kanton Bern							griech. Vorsilbe: Erd...		
ugs.: hinauf				Abk.: Schweiz. Fussballverband			masslos, ungeheuer			

**WÄHLEN SIE AUS ÜBER 500 BÜCHERN**  
UNTER [WWW.WEBERVERLAG.CH](http://WWW.WEBERVERLAG.CH)!

# Knobeln Sie mit!

Wir verlosen 1 Büchergutschein vom Weber Verlag im Wert von Fr. 50.-  
 Talon einsenden an Weber AG, Kreuzworträtsel BodelilInfo/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](mailto:wettbewerb@weberverlag.ch)

**Teilnahmeschluss:** Donnerstag, 10. November 2022  
 Die Lösung finden Sie in der nächsten Ausgabe.

**Lösungswort Oktober:** Kuerbissuppe  
**Gewinner\*in:** Rosmarie Mrak, Gadmen

## Lösungswort Kreuzworträtsel November 2022

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11			

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

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

# Advent, Advent, ein Lichtlein brennt ...

Adventsfenster 2022



Die heilige Zeit fängt schon bald an und auch dieses Jahr suchen wir wieder 24 Einwohner/innen in Ringgenberg-Goldswil die ein Adventsfenster gestalten möchten.

Die Fenster sind jeweils von 17 Uhr bis 22 Uhr beleuchtet.

Ausschank ist von 17 Uhr bis 19 Uhr.  
 Der Dorf-Adventskalender bleibt bis Ende Dezember 2022 zum Besichtigen offen.

Fühlen Sie sich angesprochen und würden Sie gerne ein Fenster gestalten?  
 Dann melden Sie sich doch bei uns im Büro.  
 Die Koordinaten finden Sie am Ende des Inserates.

Wir freuen uns bereits heute auf Ihre Teilnahme!  
**Anmeldungen bitte bis am 16. November 2022.**

Ihre Tourist Information  
 Ringgenberg-Goldswil-Niederried

**Touristinformation RiGoNi**  
 Hauptstrasse 170  
 3852 Ringgenberg  
 Tel. 033 822 33 88  
[mail@ringgenberg-goldswil.ch](mailto:mail@ringgenberg-goldswil.ch)  
[www.ringgenberg-goldswil.ch](http://www.ringgenberg-goldswil.ch)

## Tag der offenen Tür in der Schule Kunterbunt Beatenberg

Unsere Schule hat ihre Türen im August 2022 geöffnet. Hier dürfen Kinder in einer alternativen und individuellen Form Lernbegleitung erfahren.

Wir freuen uns sehr, wenn wir Ihnen am

**Freitag, 18. November von 16.00 - 19.00**

und am

**Samstag, 19. November von 10.00 - 15.00**

unser Konzept, die Schulräume und die wunderbare Jurte als Achtsamkeitsort vorstellen können.

Natürlich dürfen die Kinder auch an weihnachtlichen Geschenken in der Küche mithelfen oder beim kreativen Kerzengestalten in der Schulwerkstatt.

Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich verzaubern.

Wir freuen uns auf einen regen Austausch mit Ihnen und Ihren Kindern.

Schule Kunterbunt, Beundenstrasse 18, 3803 Beatenberg / 033 841 02 07

[www.huus-kunterbunt.ch](http://www.huus-kunterbunt.ch) [info@huus-kunterbunt.ch](mailto:info@huus-kunterbunt.ch)

## Konzert & Theater 2022



Im Jahre 1955 führte der Jodlerklub Matten mit dem Stück «D'Wätterhäx» das erste Konzert und Theater durch.



Was bereits knapp 70 Jahre zurückliegt, wurde zur jährlichen Tradition und Höhepunkt der Vereinsaktivität. Man dachte, nichts kann uns bremsen, da die Zuschauer immer treu wiederkamen. Doch dann änderte sich vor zwei Jahren unser Alltag. Die Pandemie zwang uns nicht nur zum Abstand halten, Masken tragen und Hände desinfizieren, sondern auch das erste Mal in der Geschichte des Jodlerklubs, das Konzert und Theater abzusagen. Letztes Jahr schöpften wir neue Hoffnung, suchten ein Theaterstück, verteilten die Rollen und übten unsere Lieder und Jutze. Im Herbst mussten wir ein weiteres Mal kapitulieren, da die Auflagen für uns kaum tragbar gewesen wären. Heute aber sind wir voller Zuversicht und Motivation, unsere Geschichte fortzusetzen und im November 2022 wieder ein Konzert und Theater durchzuführen.

«Überraschige uf em Bärghof», ein lustiger Drei-Akter, verspricht einen unterhaltsamen Abend.

Neu bieten wir eine Sonntagsnachmittagsvorstellung an. Ab 13 Uhr wird unsere Kaffeestube mit Kuchenbuffett geöffnet sein und um 13.30 Uhr startet das Konzert und Theater. Die Abendvorstellungen bleiben unverändert, die Jodlerküche steht ab 18 Uhr mit Hamme, Jodlerwurst, Kartoffelsalat und Pastetli bereit und um 20 Uhr beginnen wir mit den Jodlervorträgen und anschliessend mit dem Theater. Neben dem Glücksspiel mit vielen tollen

Preisen erwartet unsere Gäste neu eine Jodlerbar! Wir freuen uns sehr auf euren Besuch!

### Konzert & Theater 2022

Samstag, 12. November, 20 Uhr  
Sonntag, 13. November, 13.30 Uhr  
Freitag, 18. November, 20 Uhr  
Samstag, 19. November, 20 Uhr

### Platzreservation

Ab Montag, 31. Oktober 2022 jeweils Montag bis Mittwoch, 18 bis 21 Uhr unter 079 775 37 58  
Für die Sonntagsvorstellung können keine Plätze reserviert werden!  
Eintritt: Erwachsene CHF 15.- / Kinder CHF 5.-

### Tanz und Unterhaltung nach dem Theater

12. November, Eduwysspouer  
18. November, Ländlertrio Napfgruess  
19. November, Trio Arva

# RACLETTE ZYT



2er Raclette  
Fr. 23.- statt Fr. 39.-



4er Raclette  
Fr. 59.- statt Fr. 99.-



8er Raclette  
Fr. 89.- statt Fr. 119.-



2er Raclette  
Fr. 29.90 statt Fr. 39.90



2er Raclette  
Fr. 29.90 statt Fr. 39.90



4er Raclette  
Fr. 84.-



Outdoor Raclette Kit  
Fr. 19.90



2er Raclette TTM  
Fr. 58.-



1er Raclette Kisag  
Fr. 19.90



1er Raclette Trisa  
Fr. 12.90 statt Fr. 19.90

Ihr Fachgeschäft mit den attraktiven Angeboten.

Besuchen Sie unseren Internet Shop.

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



**ZIMMERMANN**  
HAUSHALT · GESCHENKE

ZIMMERMANN AG Oberlandstrasse 3 3700 Spiez Telefon 033 654 41 41

# Adventskonzert Jugendmusik Unterseen

Sonntag, 27. November 2022, 14 Uhr



Verbringen Sie mit uns einen gemütlichen Nachmittag am ersten Adventssonntag. Lauschen Sie weihnächtlichen und konzertanten Klängen der jungen Musikantinnen und Musikanten. Stimmen Sie sich ein auf die kommende festliche Winterzeit.



Sonntag, 27. November 2022, 14 Uhr

**Kirche Unterseen**

Türöffnung 13.30 Uhr

Eintritt frei - Kollekte

**Musikalische Leitung:**

Markus Zenger & Sven Mosimann

**Jugendmusik Unterseen**

3800 Unterseen

[www.jugendmusik-unterseen.ch](http://www.jugendmusik-unterseen.ch)





# BUCHVERNISSAGE

**Donnerstag, 3. November 2022, 19.00 Uhr**  
 Rettungsstützpunkt FMI in Wilderswil  
 (Parkplatz, P1 Schynige Platte)  
 Eintritt frei, keine Anmeldung  
 Anschliessend Apéro

Daniel Harder

## Leben Retten II

### Geschichten aus 55 Jahren Notfall- und Anästhesiepflege

In seinem zweiten Buch «Leben retten II» erzählt Daniel Harder, Experte für Anästhesiefachpflege und Rettungsanästhetiker, noch mehr bewegende Geschichten aus 55 Jahren Notfall- und Anästhesiefachpflege: Unfälle, Notsituationen, akute Erkrankungen, Reanimationen – ergänzt mit Erlebnisberichten von Patientinnen und Patienten. Die Geschichten, oftmals tragisch und nahezu unerträglich, handeln von der Herausforderung, für in Not geratene Menschen und deren Angehörige da zu sein. Und sie enden doch grösstenteils glücklich: Bei den meisten Einsätzen, auch dies zeigt Daniel Harder in seinem neuen Buch, können die Rettungskräfte helfen und Leid lindern.



© 2022  
 Daniel Harder  
 CHF 39.–  
 Format 16 × 23 cm  
 240 Seiten, Gebunden, Hardcover  
 Mit zahlreichen Abbildungen  
 ISBN 978-3-03818-408-9

WEBERVERLAG.CH

# Musikschule Oberland Ost

Musik für das ganze Leben!



## Schülerkonzerte im Haus der Musik

Freitag, 18. November 2022, 18.30 Uhr  
 Saal, Haus der Musik  
**Schülerkonzert Klarinette**  
 Es spielen Schülerinnen und Schüler von Markus Zenger

Freitag, 18. November 2022, 19 Uhr  
 EMK, Waldeggstrasse 5, 3800 Interlaken  
**Schülerkonzert Querflöte**  
 Es spielen Schülerinnen und Schüler von Rita Bossard

Sonntag, 20. November 2022, 10.30 Uhr  
 Saal, Haus der Musik  
**Bühne frei! - Begabtenkonzert IFM (Intensivförderung Musik)**  
 Es spielen Schülerinnen und Schüler aus dem Begabtenprogramm IFM der drei Musikschulen MUSIKA, MSO und MSRT

Sonntag, 20. November 2022, 16 Uhr  
 Saal, Haus der Musik  
**Schülerkonzert Trompete**  
 Es spielen Schülerinnen und Schüler von Sami Lörtscher

Montag, 21. November 2022, 19.15 Uhr  
 Saal, Haus der Musik  
**Schülerkonzert Gitarre & Ukulele**  
 Es spielen Schülerinnen und Schüler von Stefan Carrel

Samstag, 26. November 2022, 11 Uhr, Kirche Gsteig  
**Schülerkonzert Querflöte**  
 Es spielen Schülerinnen und Schüler von Rita Bossard

Samstag, 26. November 2022, 16 Uhr  
 Saal, Haus der Musik  
**Schülerkonzert Klavier**  
 Es spielen Schülerinnen und Schüler von Annette Philipona

\*\*\*



Der Einstieg in die MSO ist für alle Interessierten jederzeit möglich! Machen Sie dabei Gebrauch von unseren Schnupperstunden, um die Angebote und Lehrpersonen kennenzulernen. Eine Schnupperlektion ist kostenlos.

Unser Fächerangebot finden Sie auf unserer Website.

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





## SIND SIE BEREIT ZUM FEIERN?

### IST IHRE FEIER ZUM JAHRESENDE SCHON GEPLANT?

Nach all den herausfordernden Monaten ist es Zeit Danke zu sagen. Danke an Team, Kunden, Familie, einfach so... Wir sind bereit und flexibel für Sie! Feiern Sie besinnlich oder ausgelassen. Oder geniessen Sie gemütliche Stunden gemeinsam mit Ihrer Familie.

Unsere vielseitigen Räume bieten ausreichend Platz für Sie und Ihre Gäste. Kennen Sie unsere Dachterrasse mit einmaligem Blick übers Bödeli? Gerne unterbreiten wir Ihnen ein massgeschneidertes Angebot.

### VEREINSKOLLEGEN TREFFEN

Planen Sie das Winterhalbjahr für Ihren Verein? Treffen Sie sich mit Ihren Mitgliedern und stellen Sie persönlich das Programm fürs kommende Jahr vor.

Darf es nach der Versammlung gemütlich sein? Wir haben Möglichkeiten, Ihren Vereinsanlass gebührend zu gestalten – und das ohne Raummiete für die Einheimischen. Engagiert schauen wir mit Ihnen in die Agenda.

### DAS NICHT-ALLTÄGLICHE GESCHENK – AN SIE SELBST?

Waren Sie schon Gast in der eigenen Region?

Gönnen Sie sich das Einzigartige oder überraschen Sie eine liebe Person: «Stars only» – übernachten auf unserer Dachterrasse unter dem Interlakner Sternenhimmel oder wenn's regnet in der grosszügigen Aarmühlesuite!

Wir können Ihnen Gutscheine auch für unseren Mahlzeitendienst, für einen individuell zusammengestellten Aufenthalt oder für einen bestimmten Wert ausstellen.

### ÜBRIGENS, AUCH WIR WERDEN FEIERN - IM 2023 GIBT ES UNS SEIT 125 JAHREN.

Hotelgeschichte seit 1898 - wir lassen uns in gewohnter Manier bestimmt etwas einfallen und danken allen auf dem Bödeli für die jahrelange Treue, Unterstützung und das Mitgestalten unserer Geschichte.

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



## KREATIVES & ACHTSAMES SCHREIBEN

Ob Tagebuch, Blog, Newsletter, Biografie, Geschichten oder andere Texte, lasse dich von uns zum Schreiben inspirieren.

### Inhalt

Themen finden | Schreibstil entwickeln | Ausdruck & Wortwahl

Mit Bewegung ins Handeln kommen  
Mit doTERRA ätherischen Ölen Achtsamkeit & Fokus legen

### Kurs 1

Donnerstag, 10., 24. November und 1. Dezember 2022  
20:00 – 21:30 Uhr

### Kurs 2

Freitag 11., 25. November und 9. Dezember 2022  
09:15 – 10:45 Uhr

Kosten: 270.- (3 Mal 90 Min.)

Kursleitung & Anmeldung  
Doris Wyss, Freischaffende Journalistin  
Tel. 079 459 44 44  
Andrea Neiger, Yogalehrerin & Wellnessberaterin  
Tel. 079 753 61 91  
Yoga-center.ch | Aarmühlestr. 35A | Interlaken  
info@yoga-center.ch



# Winterkonzert

Samstag, 26. November 2022, 20 Uhr



Datum: 26. November 2022  
Zeit: 20 Uhr  
Ort: Kirche Unterseen  
Eintritt frei, Kollekte

Liebe Freunde des Musikverein Interlaken Unterseen,

«Musik ist zweifellos der Vermittler zwischen dem geistigen und auch dem sinnlichen Leben.»  
- Ludwig van Beethoven

Mit dieser Aussage von Ludwig van Beethoven wollen wir Sie durch unser Winterkonzert führen. Sie trifft genau zu! Unser Programm beschreibt in vielen Facetten und sehr differenziert genau diese, wie Ludwig van Beethoven sagt «dem geistigen und sinnlichen Leben», zugeschriebene Vermittlung.

Besuchen Sie uns doch an diesem 1. Adventabend und lassen Sie sich mit unserer Musik zwischen geistigem und sinnlichem Leben vermitteln.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

### Programm:

Mountain Moments – Luis Carlos Neves Serra  
To A Friend – Jacob de Haan  
Legend Of The Amber Room – Michael Geisler  
Castellum – Mario Bürki  
Siamesische Wachtparade – Paul Lincke, Arr. Yo Kitano  
Voice Of The Vikings – Michael Geisler  
Highland Cathedral – Arr. Christian Marti  
Aurora Borealis – Rossano Galante  
Merry Christmas Everyone – Steven Reineke

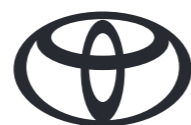


**Musikverein Interlaken Unterseen**

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



10 JAHRE  
GARANTIE &  
ASSISTANCE



## TOYOTA COROLLA CROSS

DAS MEISTGEKAUFTE AUTO DER WELT  
JETZT ALS 4x4-HYBRID-SUV.

Jetzt Probe fahren!

Garage Zimmermann AG

Seestrasse 109, 3800 Unterseen

T +41 33 822 15 15

info@garage-zimmermann.ch

www.garage-zimmermann.ch

Service-aktivierte 10-Jahres-Garantie und Assistance oder 185'000 km ab 1. Immatikulation für alle Toyota Fahrzeuge (es gilt das zuerst Erreichte). Detaillierte Informationen finden Sie in den Garantiebestimmungen auf toyota.ch.



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

# Die Ferien sind vorbei - Zeit für einen Kursbesuch!

Volkshochschule  
Haslital/Region Brienz

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

### Praktisch / Kreativ

- NEU Grosse Laterne als Windlicht aus Holzklötzchen  
Donnerstag, 10. November, 18.30 Uhr, Meiringen
- NEU Kleine Laterne aus Holzklötzchen  
Donnerstag, 1. Dezember, 8.30 Uhr, Meiringen
- NEU Kleine Laterne aus Holzklötzchen  
Donnerstag, 1. Dezember, 18.30 Uhr, Meiringen
- NEU Sketchnotes  
Freitag, 4. November, 18.30 Uhr, Meiringen
- Mandala - Dot Art Grundlagen  
Mittwoch, 9. November, 18.30 Uhr, Meiringen
- Fingerring aus Silberbesteck - AUSGEBUCHT  
Freitag, 4. November, 17 Uhr, Innertkirchen
- Fingerring aus Silberbesteck  
Samstag, 5. November, 9 Uhr, Innertkirchen
- NEU Dreieckstuch aus Restwolle stricken  
2x ab Dienstag, 15. November, 8.45 Uhr, Brienz
- Adventskranz aus Naturmaterialien - am Morgen  
Mittwoch, 16. November, 8.30 Uhr, Brienz
- Adventskranz aus Naturmaterialien - am Nachmittag  
Mittwoch, 16. November, 14 Uhr, Brienz
- NEU Abstraktes Malen mit Gold, Silber, Schwarz und Kupfer  
Donnerstag, 17. November, 9.30 Uhr, Brünig
- NEU Workshop Naturkosmetik & Aromapflege - Theorie/Praxis  
Donnerstag, 3. November, 19 Uhr, Meiringen
- NEU Workshop Naturkosmetik & Aromapflege - Theorie/Praxis  
Donnerstag, 17. November, 8.30 Uhr, Meiringen

### Informatik / neue Medien

- Das Google-Konto und andere Cloud-Lösungen  
Mittwoch, 2. November, 19 Uhr, Meiringen
- Eigene Website mit Jimdo gestalten  
Mittwoch, 9. November, 19 Uhr, Meiringen
- NEU Videos mit Smartphone drehen und am PC schneiden mit Freeware  
4x ab Dienstag, 8. November, 19 Uhr, Meiringen
- Word vertieft  
4x ab Montag, 28. November, 19 Uhr, Meiringen
- NEU Sicherheit im Umgang mit Raiffeisen E-Banking  
Donnerstag, 1. Dezember, 18 Uhr, Meiringen



### Arbeitswelt

- Post it! Social Media professionell einsetzen - AUSGEBUCHT  
2x ab Mittwoch, 23. November, 19.30 Uhr, Meiringen

### Sprachen

- NEU Italienisch A1 - Schnupperkurs für Einsteiger  
3x ab Samstag, 5. November, 9 Uhr, Meiringen

**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



**Künzli** GmbH  
Gartengestaltung | Gartenpflege

Harderstrasse 35  
3800 Interlaken

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



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

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

# Begägne, aber richtig

Gmeinschaft, wo Ateil nimmt



staunen - erleben - geniessen

> **wir zaubern euch den herbst noch etwas länger!**



Vom 7. bis 27. November fahren wir jeden Freitag, Samstag und Sonntag!

niederhorn.ch/herbstzauber



«Hoi, wie geits?» «Guet, danke. U dir?» «Es louft, merci.»  
«U wie geits dir würklech?»

Ja, wie geits üs? Interessiert das üsers Umfäld überhaupt? We mi öper fragt, wies mir geit, de fragi mängisch: «Hesch Zyt?». U de erläbi ab u zue, dass mis Vis-à-vis gar ke Zyt oder ächts Inträsse het, wies würklech um mi steit.

Mönsche jeden Alters liide drunder, dass sie sich nid wahrgno füehle. E ganze Tag verusse, u niemer «gseht» eim. Es isch es Grundbedürfnis vom Mönsch, derzue zghöre, agno zsi, Wärschetzig zübercho, gliebt zwärde. Mit Jesus Christus isch Gott sälber Mönsch worde, het Begägnig gsuecht mit Individue, wo mir vielech nid hätte gwählt: Gfallni, Betrüger, Gschitereti, Usgschtosni, Chranki, schlächt Bildeti. Jesus het 12 ängi Fründe gsuecht u ihne Vorgläbt, wie Begägnig, Gmeinschaft u Liebi, wie se Gott meint, geit. U mit dene 12 u Vielne, wo nach dene si cho, het er dWält veränderet bis hüt.

Es isch so wichtig, dass mir Orte u Mönsche hei, wo mir ächti u wärtvolli Begägnige chöi ha. Wo es ächts Inträsse da isch, wies dir u mir geit. Was, we alli, wo das hie läse, ab sofort afö anders luege u lose? Eifach de andere säge, was sie ztue hei, das het no sälte funktioniert. Aber i sälber cha der Unterschied mache. Der erscht Schritt.

U weni das mache, de erläbi oft, wie bim Gägenüber dOuge afö lüchte. Ändlech wieder mal es Lächle ufme truurige Gsicht.

Mönsche, wo ächti Begägnige afö erläbe - mit Gott u Mönsche - wärde verwandelt. Sie fasse nöie Muet, die drückt Seel atmet wieder uf, dMuulegge zeige wieder ine anderi Richtig, e Hoffnigsschimmer am Horizont.

Wärs nid schön, we mir grad ir dunkle Jahreszyt, wo ab-roche isch, e Liechtblick si für anderi? Settegi wo frage: «U wie geits dir würklech?». Vielech müesse mir das Jahr nid überlegge, was mir wäm schänke a Wiehnacht. Vielech schänke mir eifach Gmeinschaft, wo Ateil nimmt.

Ächti Begägnige, wo Läbe verändere u rette.

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



## Advänts-Märit u Chilchefescht in der malerischen Altstadt von Unterseen

Freitag, 18. bis Sonntag, 20. November 2022  
Auf dem Stadthausplatz



Ein Weihnachtswunderland mit Markt und vielen anderen Aktivitäten lockt auch in diesem Jahr Jung und Alt in die Altstadt von Unterseen. Blickfang ist der grosse geschmückte Weihnachtsbaum auf dem östlichen Stadthausplatz. 60 geschmückte Holzhäuschen locken mit einem breiten, abwechslungsreichen Warenangebot. Nicht fehlen werden Angebote für die jüngsten Besucher, und natürlich gibt es viel Musik!

### Viel los uf em Advänts-Märit

- Wettersicheres Partyzelt mit Sitzmöglichkeiten
- Streichelzoo im Partyzelt
- Ponyreiten mit der Reitschule Ernst Voegeli
- Kerzenziehen
- Rösslispiel
- Gospelkonzerte mit den Happy Voices in der Kirche
- Märchenstunden mit dem Samichlaus
- Verschiedene Musikanten spielen auf
- Drehorgelmusik
- Flohmarkt
- Weihnachtsbeleuchtung beim Stadthaus und in der Oberen Gasse

Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt mit Glühwein, Weihnachtstee, Chäsbrätel, Bratwurst, Käse, Walliser Spezialitäten, Ofenbrot, Süssigkeiten und vielem mehr.

### Öffnungszeiten Advänts-Märit:

Freitag, 18. November, 14 bis 21 Uhr  
Samstag, 19. November, 10 bis 21 Uhr  
Sonntag, 20. November, 10 bis 17 Uhr

## 50. Jubiläums-Chilchefescht mit Tombola im Schloss, im Futura, in der Kirche und auf dem Stadthausplatz

Freitag, 18. bis Sonntag, 20. November, gemeinsam mit dem Adväntsmärit

Jubiläums-Tombola mit vielen Preisen und einem E-Bike als Hauptgewinn. Der Erlös kommt dem HEKS-Projekt Obstbauern in Wayoz Dsor in Armenien zugut.

### Kirche

#### Freitag

- 20 Uhr Konzert der Gruppe «crazy mofos»

#### Samstag

- 10 Uhr Jubiläum 50. Schloss- und Chilchefescht
- 14 Uhr offenes Singen mit Annette Balmer
- 16 Uhr eine Auszeit mit Texten und Stille
- 18 Uhr Abschluss Räbeliechtliumzug
- 19.15 Uhr Gospelkonzert Happy Voices
- 20.15 Uhr Gospelkonzert Happy Voices

#### Sonntag

- 10 Uhr Gottesdienst zum Ewigkeitssonntag
- 14 Uhr eine Auszeit mit Texten und Stille

### Futura

#### Samstag und Sonntag

- Futura-Beizli, Ort der Begegnung
- ab 10 Uhr Kaffee und Kuchen
- ab 11 Uhr kalte und warme Küche
- Bazar mit Handarbeiten und Karten
- Engel und Adventsdekorationen
- Flohmarkt an der Unteren Gasse 17

### Schloss, für Kinder und Familien

- Lebkuchen verzieren
- Schminkwerkstatt
- Kinderaktivität im Schlossgarten
- Am Samstag ab 12 Uhr Räbeliechtli schnitzen, Umzug um 17.30 Uhr
- Verkauf von Adventskränzen und Weihnachtsarrangements im Hüttli vor dem Schloss

### Stadthausplatz

- Bräzeli-Verkauf
- Kerzenziehen im Zelt mit dem Cevi-Team
- Hüttli mit Handarbeiten und Adventsgestecken



# Dass Sie besser hören, ist für uns Herzenssache.



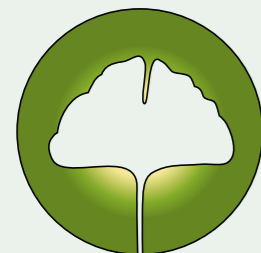
Jetzt Wunschtermin vereinbaren

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



## Praxis für klassische Homöopathie

Jungfraustrasse 32 · 3800 Interlaken · Telefon 033 821 29 60  
info@gesund-homoeopathie.ch · www.gesund-homoeopathie.ch

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

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

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

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

### Eignungsgebiete

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



**Dominique Dietrich**

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

Von allen Krankenkassen anerkannt.

## Wir suchen Sie!



In Bönigen, Meiringen und im Gebiet Lüttschental/Zweilütschinen/Grindelwald suchen wir dringend Kinderbetreuerinnen zwischen 20 und 60 Jahren!

### 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!

### Sie suchen eine Betreuung für Ihr Kind?

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

## Wir haben freie Plätze in diesen Gemeinden:

Gemeinde	Alter	Betreuungstage
Beatenberg	Baby bis Schulkind	Dienstag bis Freitag
Interlaken	Baby bis Schulkind	Montag bis Freitag
Interlaken	Ab 2 ½ Jahren	Montag bis Freitag
Lauterbrunnen	Baby oder Kleinkind	Montag bis Sonntag
Matten	Ab 1 Jahr	Donnerstag
Meiringen	1 bis 4 Jahre	Mittwoch & Freitag
Mürren	Ab 1 Jahr	Nach Absprache
Stechelberg	Baby oder Kleinkind	Freitag
Unterseen	Baby bis Kleinkind	Dienstag bis Sonntag



### 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

## 传统中医

### Traditionelle chinesische Medizin

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



### Gratis Puls-/Zungendiagnose nach den Methoden der TCM

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

## IHR MULDEN UND HEIZÖL-LIEFERANT AUS INTERLAKEN



Familie Beeler und Mitarbeiter

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



## Herbstaktion

### Küchenmaschine Kenwood Chef Baker XL

**inkl. Mixer und 2. Chromstahlschüssel**



**Fr. 749.-**  
nur solange Vorrat!

www.haushalt-voegeli.ch



Gebr. Vögeli AG, Bahnhofstrasse 24, 3800 Unterseen, T 033 822 21 90, www.haushalt-voegeli.ch

## Weizenkorn-Kerzen: warmes Licht für dunkle Tage



claro Weltläden für fairen Handel Brienz und Interlaken



Die geschützten Werkstätten «Weizenkorn» sind ein soziales Unternehmen in Basel. Sie bieten begleitete Arbeitsplätze für vorwiegend junge Frauen und Männer an, die aus psychischen Gründen vorübergehend oder dauernd auf dem freien Arbeitsmarkt keine Stelle finden. Hier werden nebst anderen kunsthandwerklichen Artikeln auch die bekannten Kerzen hergestellt. Der geregelte und begleitete Arbeitsalltag bietet den hier arbeitenden Menschen die Grundlage zur Verbesserung der Vermittelbarkeit und zum Erweitern von Fachwissen.

Die Weizenkorn-Kerzen gehören seit Jahren zum festen Bestandteil im Sortiment unserer claro Weltläden. Auch wenn wir sie das ganze Jahr hindurch anbieten, sind sie doch vor allem in der Advents- und Weihnachtszeit sehr beliebt. Die vielen wunderbaren Farben, die verschiedenen Grössen und Formen laden ein zum Kombinieren. Seien es die klassischen Eiskerzen, die mit leichtem Schwung gegossenen mehrfarbigen Landschaftskerzen oder die eleganten kleinen oder grossen Stabkerzen – wer die Wahl hat, hat die Qual!

In der kalten Jahreszeit mit ihren oft dunklen Tagen strömt das Licht einer brennenden Kerze Behaglichkeit und Wärme aus. Kommen Sie doch bei uns vorbei und wählen Sie in aller Ruhe aus. Ob Sie ein spezielles Mitbringsel suchen, ein hübsches Advents-Arrangement zusammenstellen möchten oder einfach eine neue Kerze für Ihr Zuhause brauchen: wir beraten Sie gerne und freuen uns auf Ihren Besuch.

#### claro Weltläden

Marktgasse 46, 3800 Interlaken  
www.claro-interlaken.ch

Hauptstrasse 103, 3855 Brienz  
www.claro-brienz.ch

# Aus Liebe zum gesunden Schlaf.

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

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

**Jetzt**  
beraten  
lassen!

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



## VICTORIA - JUNGFRAU Tenniscenter Interlaken



### 2 Indoor Teppichplätze mit Granulatbelag

- Sportshop mit FILA Tennisbekleidung
- Testrackets von Head und Wilson

### Spielerabos

Jahresabo No Limit CHF 594  
Winter Tagesabo CHF 385

### Tennisschule Keller mit über 35 Jahren Erfahrung

Privat- und Gruppenunterricht

### 1. Schnupperlektion für Kinder gratis

Höheweg 41, 3800 Interlaken  
Tel. 033 828 28 55  
[tenniscenter@victoria-jungfrau.ch](mailto:tenniscenter@victoria-jungfrau.ch)  
[www.tennisschule-keller.ch](http://www.tennisschule-keller.ch)



Martin Keller  
Geschäftsführer

# Stop, Stop, Stop, Stop, Stop, Stop, Stop!



**SOROPTIMIST INTERNATIONAL  
SWITZERLAND**

Licht gegen Gewalt an Frauen

Der 25. November ist der Internationale Tag gegen  
Gewalt an Frauen. Weltweit wird mit verschiedenen  
Aktionen, vor allem mit Licht in oranger Farbe auf die  
Problematik der Gewalt aufmerksam gemacht.

Orange ist die Farbe der Kommunikation. Die 16 Tage  
vom 25. November bis zum 10. Dezember, dem Inter-  
nationalen Tag für die Menschenrechte, werden daher  
«Orange Days» genannt.

Die Orange Days sind eine Plattform, um das Bewusst-  
sein der Bevölkerung für die Thematik der Gewalt an  
Frauen und Mädchen, ja Gewalt überhaupt zu schärfen.  
Gewalt ist weitgreifend, vielschichtig und durch den Uk-  
raine Krieg näher gerückt denn je.

Sorooptimistinnen engagieren sich  
gegen Gewalt an Frauen

Mit verschiedenen, bereits zur Tradition gewordenen  
Aktionen engagiert sich der Sorooptimist Club Interlaken  
auch dieses Jahr wieder stark.

### Lichterbrücken

Wir leuchten die Orange Days ein.  
Am Freitag, den 25. November 2022 werden verschie-  
dene Brücken in Interlaken und Unterseen mit orangen  
Lampions beleuchtete.

### Standaktion

Am Samstag, den 26. November 2022 werden auf dem  
Marktplatz, wie jedes Jahr, feine orange Sternen-Güezi  
aus der Bäckerei Mohler verkauft.

### Orange Gebäude

Nicht nur die Sorooptimistinnen sondern auch die Kirch-  
gemeinden und die jeweiligen Pfarrer\*innen setzen sich  
mit grossem Engagement für die Thematik der Gewalt  
gegen Frauen und Kinder ein. Auch dieses Jahr werden  
wieder verschiedene Kirchen in oranger Farbe aufleuch-  
ten: so zum Beispiel die Kirche Habkern und die Kirche  
in Lauterbrunnen.



**Sorooptimist Interlaken**  
3800 Interlaken  
[www.sorooptimist.ch](http://www.sorooptimist.ch)



Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne:

Tel.: 033 525 15 66 E-Mail: [info@huatcm.ch](mailto:info@huatcm.ch)

Jungfraustrasse 38 (Haus Urania), 3800 Interlaken

Hier erfahren Sie mehr: [www.huatcm.ch](http://www.huatcm.ch)



TCM Spezialist Herr Feng Xinyi

Gartenbau  
Gartenpflege  
Baumschule

079 908 93 69

**SEEBURG GARTENBAU**  
[www.seeburg.ch/gartenbau](http://www.seeburg.ch/gartenbau) Interlaken

Malerarbeiten  
im Innen-  
und Aussenbereich

079 138 85 51

**SEEBURG MALEREI**  
[www.seeburg.ch/malerei](http://www.seeburg.ch/malerei) Interlaken

Räumungen  
Umzüge  
Grundreinigung  
Abholservice  
Demontage

033 845 84 27

**BÖDELI RÄUMUNGEN**  
[www.boedeli-raeumungen.ch](http://www.boedeli-raeumungen.ch) Interlaken





## MACHEN SIE IHREN GARTEN WINTERFEST



Gerne helfen wir Ihnen dabei, den Grundstein für einen blühenden und grünenden Garten im kommenden Jahr zu legen.

Wir erledigen z.B. sämtliche Schnitтарbeiten an Bäumen und Sträuchern für Sie und helfen Ihnen, Ihre Kübelpflanzen winterfest zu machen.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

**SEEBURG GARTENBAU BAUMSCHULE**  
079 908 93 69 3800 Interlaken

## Suchen Sie eine 24-Stunden-Betreuung?



Von Krankenkassen anerkannt

Sicherheit und Lebensqualität zuhause zum Pflegeheimtarif. Führender Anbieter. Engagierte, fürsorgliche Betreuende sind genau so da, wie Sie es brauchen. Kostenlose Beratung.

Tel 033 847 80 60  
www.homeinstead.ch

**Home Instead**  
Zuhause umsorgt

# Besonderes für Gross und Klein ...

100 JAHRE HEIMATWERK INTERLAKEN

... Geschenke und Mehr: Seit 103 Jahren im Heimatwerk Interlaken



Neu im Heimatwerk sind Spiele von Anna Meier und Céline Rohrbach. Das «Leiterlispü» und «Löu», sowie die limitierten «Rägeboge-Jasscharte» von der Bärndütsch GmbH versprechen Spielspass im Berner Dialekt und sind echte Hingucker. Für die Kleinen finden Sie bei uns Klassiker: Spiele der Stiftung Brändi, handgefertigte Spielwaren zahlreicher Schweizer Institutionen, wie die zeitlosen Holzautos von Weizenkorn, die kuschelige Musikkdose «Foxy» von Q-Design, oder die Nachzieh-Schildkröte der Holzmanufaktur KARO.

Auch von unseren langjährigen Partnern gibt es Neues: das Teelichtkarussell im Milchknendesign von Lumière des Alpes und der Pilz-Nussknacker der Drechslerei Ruff sind nur zwei von vielen neuen Produkten. Weiterhin finden Sie bei uns: die Schwemmholz-Engel von Ruth Berchtold, Keramik von Rolf Mösching und winterliche Textilien von Rigotex.

Besuchen Sie unser Winterlaken Rätselfenster, ab dem 21. November!

### Öffnungszeiten November

Montag geschlossen  
Dienstag bis Freitag, 9 bis 18.30 Uhr  
Samstag und Sonntag, 10 bis 17 Uhr



### Öffnungszeiten Dezember

Montag bis Freitag, 9 bis 18.30 Uhr  
Samstag und Sonntag, 10 bis 17 Uhr  
24. Dezember, 9 bis 17 Uhr  
25. und 26. Dezember, geschlossen  
31. Dezember, 10 bis 17 Uhr  
Betriebsferien vom 1. bis 8. Januar 2023

**Heimatwerk Interlaken**  
Höheweg 115  
3800 Interlaken  
Telefon 033 822 16 53

## FUSSPFLEGE

KATHARINA BLATTER

Breitengässli 5  
3800 Unterseen

Mobile +41 79 700 04 40

E-Mail k.blatter@hotmail.com

Termine auf telefonische Voranmeldung  
Hausbesuche möglich

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

### Herbstliche Grüsse ...

Sonnenstoren	Sonnensegel	Pergola
Wintergarten	Lamellenstoren	Rolläden
Alufensterläden	Insektenschutzgitter	Plissee

Gerne führen wir auch Reparaturen und Tuchwechsel aus.

## 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.hörgeräte-ruchel.ch | Matten b. Interlaken

Einmaliges Wandergebiet Themenweg • Monstertrotti Winterwandern • Schlitteln Schneeschuhtouren

Luftseilbahn  
Télécabline  
Cablecar **LIS** Tel. 033 855 22 49  
www.isenfluh.ch  
Die «goldenen Herbsttage» bei uns geniessen!

**GONG TCM**  
Praxis für chinesische Medizin

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

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

Von den Zusatzversicherungen  
der Krankenkassen anerkannt.

**GUTSCHEIN**  
für eine kostenlose Zungen- und  
Puls-Diagnose.  
(Gültig für 1 Monat ab November 2022)



**% SAVE THE DATE!  
FAMILY DAY  
SAMSTAG, 26.11.2022**

**SPIEL, SPASS,  
SPANNUNG!  
TOLLE PREISE  
ZU GEWINNEN!**

DETAILLIERTE INFOS:  
BOEDEL-CENTER.CH/FAMILY-DAY




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

AUSFAHRT  
INTERLAKEN  
OST

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



**Hotelplan**

**Wir ziehen um**  
Das Team von Interlaken  
begrüsst Sie neu in Spiez

Ab dem  
1.11.22

**Wir freuen uns  
auf Ihren Besuch**  
Hotelplan Filiale Spiez  
Seestrasse 2, 3700 Spiez  
Telefon 033 654 62 68



**akupunktur & osteopathie**

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

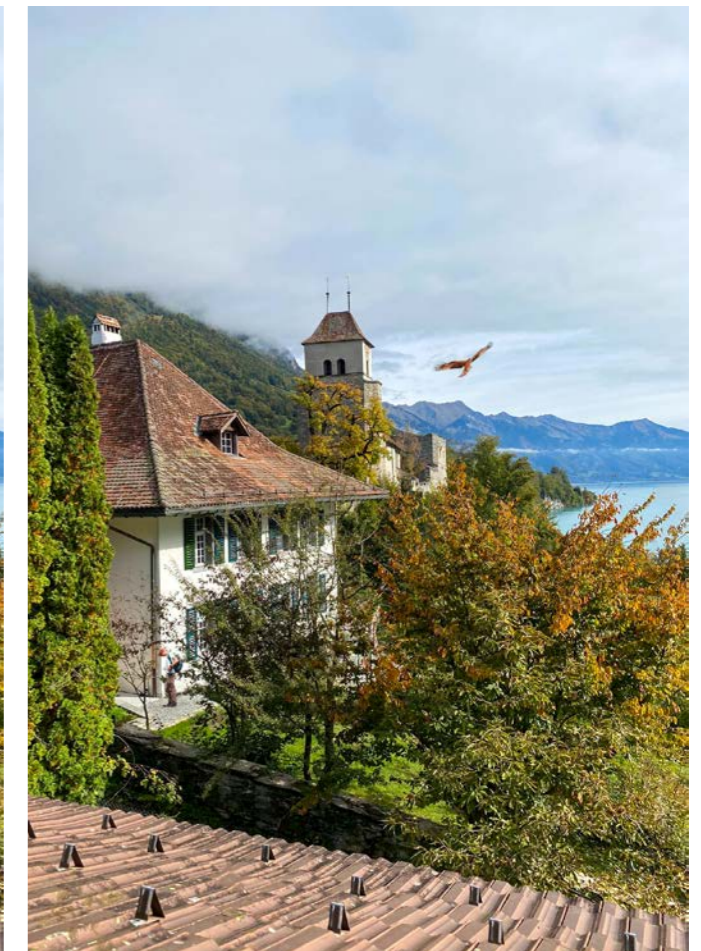



Marcel Schaffer Franz Bauer

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

# 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 BödeliInfo/BrienzInfo, Gwattstrasse 144,  
3645 Gwatt oder an [wettbewerb@weberverlag.ch](mailto:wettbewerb@weberverlag.ch)

Einsendeschluss: Donnerstag, 10. November 2022

## Lösung Oktober



**Gewinner\*in**  
Petra Rölli, Wengen

## Gewinnen Sie

1 Gutschein im Wert von Fr. 100.-  
von der Droga Drogerie Günther  
Unterseen/Interlaken

## Bei Heiserkeit, Hustenreiz und Halsschmerzen

GeloRevoice  
20 Lutschtabletten Kirscharoma

CHF **15.90**



**dropa**  
GANZ SCHÖN GESUND!

DROPA Drogerie Apotheke  
Untere Bönigstrasse 12, 3800 Interlaken

DROPA Drogerie  
Rugenparkstrasse 1, 3800 Interlaken

DROPA Drogerie  
Bahnhofstrasse 25, 3800 Unterseen

**copy shop** Jungfrau Papeterie AG  
Bhend Papeterie

**10% Gutschein**  
Centralstrasse 27, 3800 Interlaken  
Tel. 033 822 32 36 www.jungfrau-papeterie.ch

binden  
stempel  
gravuren  
laminieren  
print finish  
plot service  
grossscan service  
grossformatkopien  
print@jungfrau-papeterie.ch

Basteln  
Partyartikel  
Malzubehör  
Büromaterial  
Dekorationen  
Ballonservice  
Einrahmungen  
Geschenkboutique  
info@jungfrau-papeterie.ch

Der Rabatt ist nicht kumulierbar mit anderen Bons und Rabatten.  
Nicht gültig für: Dienst- und Serviceleistungen, Reparaturen,  
Ergobag-/Satch-Sortiment oder Netto-Artikel.

**Homöopathie für Nutztiere**

In diesem Kurs lernen wir die Grundlagen für die «Homöopathie im Stall». Nach diesen sechs Kurstagen wirst Du in der Lage sein, selber gezielt bei Mastitis, Durchfall, Geburtsproblemen etc. Deine Tiere mit der Homöopathie zu unterstützen.

Sechs Kurstage, jeweils Montag Nachmittag oder Abend, ab 07. Nov. 2022.

**Kursleitung:**  
Heidi Risi, dipl. Tierheilpraktikerin TEN/Homöopathie, 6374 Buochs NW

**Info und Anmeldung:**  
www.tiere-gesund.ch oder 079/399 82 11

**VOGELI** Elektrofachgeschäft und Küchenbau  
Wir ächt süsch!

**Kaffeemaschine ausgestiegen?**

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

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

**Wenn wir älter werden...  
Hilfe zu Hause** (Haushalt, kochen, waschen, einkaufen und vieles mehr, was der Alltag so bringt )

**Team Sunneschyn Region Interlaken**  
Tel. 079 155 77 84

**OrthoMedio**  
Orthopädie Schuhtechnik GmbH

**AB 1. OKT. IN UNTERSEEN**  
**GEÄNDERTE ÖFFNUNGSZEITEN**

**UNTERSEEN** MONTAG 13.30 – 17.00  
**SPIEZ** DI – FR 09.00 – 12.00 / 13.30 – 18.00  
SA GESCHLOSSEN

**Andere Termine sind auf Voranmeldung möglich.  
Infos: www.orthomedio.ch**

Orthopädische Einlagen | Fussberatung | Hilfsmittel  
Schuhreparaturen | Korrekturen | Bequemschuhe

Ihr zuverlässiger Partner für professionelle

**Schneeräumung**

**KONSAC**

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

**PODOLOGIE**  
Med. Fusspflege  
Fabienne Gafner-Grossenbacher

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

**Auch Hausbesuche möglich!**

**Wellnessoase**

Sprudeln im warmen Whirlpool, ein kurzer Saunagang. Fühlbar wohltuend – Ihre Auszeit im Hotel und SPArtoS.

**T +41 33 828 88 44**  
[www.hotel-artos.ch](http://www.hotel-artos.ch)

**Hotel Artos Interlaken**  
Ein Teil vom Zentrum Artos Interlaken.

# Tiere suchen ein Zuhause

Der Tierschutzverein Interlaken sucht für Verzichttiere ein neues Zuhause.



## Junge Katzen zwischen 3 und 6 Monaten

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, gechipt und ab 6 Monaten kastriert. Sie werden gegen eine Übernahmegebühr und mit Schutzvertrag abgegeben.

### Kontakt

Katzenauffangstation TSVI Gisela Hertig, 3806 Bönigen  
033 823 80 08, [info@giselahertig.ch](mailto:info@giselahertig.ch)

Weitere Katzen, die ein Zuhause suchen, finden Sie unter:  
[www.tierschutz-interlaken.ch](http://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



**Tierschutzverein**  
Interlaken-Oberhasli

**Kosmetik BEO**  
Interlaken

Lassen Sie sich in die Welt von Kosmetik BEO verführen. Eine Entspannung von Kopf bis Fuss  
Termin nach Vereinbarung.

Kosmetik BEO | [www.kosmetik-beo.ch](http://www.kosmetik-beo.ch)  
Höheweg 2 | Tel: 078 748 23 49  
3800 Interlaken | [kosmetikbeo@hotmail.com](mailto:kosmetikbeo@hotmail.com)

Interlaken  
**Kostüm-Verleih Frey**

Alle Kostüme griffbereit.  
Damit auch IHRE Veranstaltung ein voller Erfolg wird!

**Entertainment**

079 715 52 56 [www.kostuem-frey.ch](http://www.kostuem-frey.ch)

**PLÜSS** metallbau

**Plüss Metallbau**  
Weissenaustr. 54, 3800 Unterseen  
Telefon 033 822 27 06  
Fax 033 822 27 67  
[metallbaupluess@bluewin.ch](mailto:metallbaupluess@bluewin.ch)  
[www.metallbau-pluess.ch](http://www.metallbau-pluess.ch)

METZGEREI AG  
**STUCKI**  
BÖNIGEN  
100 Jahre

033 822 29 19

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

**Team Sunneschyn**  
Dienstleistungen für ältere Menschen im Alltag. Wir suchen in der Region Interlaken freundliche, einfühlsame Mitarbeitende (sehr gute Deutschkenntnisse)  
Tel. 031 335 18 18  
[www.team-sunneschyn.ch](http://www.team-sunneschyn.ch)

**ISA'S RAUMSERVICE**  
SAUBER & ZUVERLÄSSIG

Reinigungen • Umzugsplanungen

Isabelle Chabert  
Obere Gasse 44, 3800 Unterseen  
076 340 17 59  
[www.isasraumservice.ch](http://www.isasraumservice.ch)

Ihr Familienbetrieb mit persönlicher Beratung!

**drogerie hänni**

MO/DI/DO/FR:  
08:00-12:00 / 14:00-18:30 Uhr  
MI: geschlossen  
SA: 08:00 bis 16:00 Uhr  
Telefon: 033 823 62 00  
[www.drogerie-haenni.ch](http://www.drogerie-haenni.ch)

**PROBON**  
Punkten mit dem Fachgeschäft

**HSR Ingenieure AG**  
Spiez · [www.hsr-ingenieure.ch](http://www.hsr-ingenieure.ch) · 033 655 60 00

Bauberatungen

- Fördergelder
- Bauphysik
- Energie
- Umwelt

**hsr**

**GEAK**  
GEWÄSSERPROJEKTALTIWEIS DER KANTONE

# Veranstaltungen

November 2022

Die Veranstaltungsdaten können für die **Ausgabe Dezember 2022** bis **am Donnerstag, 10. November 2022**, an folgende Adressen gesendet werden:

**Interlaken Tourismus**, Marktgasse 1, 3800 Interlaken, Tel. 033 826 53 00, [veranstaltungen@interlaktourism.ch](mailto:veranstaltungen@interlaktourism.ch), [www.interlaken.ch/events](http://www.interlaken.ch/events) oder  
**Brienz Tourismus**, Postfach 801, 3855 Brienz, Tel. 033 952 80 80, [info@brienz-tourismus.ch](mailto:info@brienz-tourismus.ch), [www.brienz-tourismus.ch](http://www.brienz-tourismus.ch)

## AUSSTELLUNG, FÜHRUNG

Samstag und Sonntag  
26. und 27. November  
**Adventsausstellung Ringgenberg**  
Samstag, 16 bis 20 Uhr  
Sonntag, 14 bis 19 Uhr  
Dorfmuseum Schlossweid  
Kirchgasse 12, Ringgenberg

Jeden Mittwoch bis Sonntag  
**Fussball isst unser Leben**  
Kunsthhaus Interlaken  
Jungfraustrasse 55, Interlaken  
[www.kunsthhausinterlaken.ch](http://www.kunsthhausinterlaken.ch)

Jeden Montag bis Samstag  
**Kunstaussstellung Bödeli-Bibliothek Josephine Fischer**  
Bödeli-Bibliothek  
Spielmatte 3, Unterseen  
[www.boedeli-bibliothek.ch](http://www.boedeli-bibliothek.ch)

Jeden Mittwoch bis Sonntag  
**Galerie Kulturpodium IHB Spectrum Silberweiss Blau Oberland**  
13 bis 18 Uhr  
JungfrauPark Interlaken  
Obere Bönigstrasse 100, Interlaken  
[www.urwyler-hansueli.ch](http://www.urwyler-hansueli.ch)

Jeden Donnerstag und Freitag  
**Galerie Kulturpodium IHB Spectrum «Lichtflug»**  
16 bis 18 Uhr, IHB spectrum  
Postgasse 16, Interlaken  
[www.urwyler-hansueli.ch](http://www.urwyler-hansueli.ch)

Montag bis Freitag  
**Ausstellungsraum der Schule für Holzbildhauerei**  
8 bis 11.30 / 14 bis 17 Uhr  
Freitag, 8 bis 11.30 / 14 bis 15 Uhr  
[www.holzbildhauerei.ch](http://www.holzbildhauerei.ch)

Jeden Mittwoch  
**Geführter Dorfrundgang**  
9.30 bis 11.30 Uhr  
Anmeldung bis am Vortag  
Tourist Info Brienz  
[www.brienzensee.ch](http://www.brienzensee.ch)

## GÄSTEEXKURSION, KINDERPROGRAMM

Samstag, 19. November  
**Gschichtezyt**  
für Kinder von 4 bis 6 Jahren  
9.15 bis 10 Uhr  
Bödeli-Bibliothek  
Spielmatte 3, Unterseen  
[www.boedeli-bibliothek.ch](http://www.boedeli-bibliothek.ch)

Donnerstag, 30. November  
**Värlizyt**  
für Kinder von 1 bis 3 Jahren mit Begleitung, 10 bis 10.30 Uhr  
Bödeli-Bibliothek  
Spielmatte 3, Unterseen  
[www.boedeli-bibliothek.ch](http://www.boedeli-bibliothek.ch)

## GASTRONOMIE, KULINARIK

Freitag, 4. und 18. November  
**Verkauf von Holzofenbrot**  
ab 11 Uhr  
Niederried b. Interlaken

Freitag 4. und 18. November  
**Exklusives Candle-light Höhlenraclette**  
18 bis 21 Uhr  
Beatushöhlen-Genossenschaft  
Staatsstrasse 30, Sundlauenen  
[www.beatushoehlen.swiss](http://www.beatushoehlen.swiss)

Samstag, 5. November  
**Verkauf von Holzofenbrot**  
ab 7.30 Uhr  
Dorfmuseum Schlossweid  
Kirchgasse 12, Ringgenberg  
[www.ringgenberg-goldswil.ch](http://www.ringgenberg-goldswil.ch)

Jeden Montag, Dienstag und Freitag bis Sonntag  
**Käsefondue am See**  
11.30 bis 20 Uhr  
Golf- & Strandhotel Neuhaus  
Seestrasse 121, Unterseen  
[www.hotel-neuhaus.ch](http://www.hotel-neuhaus.ch)

## MUSIK

Freitag, 4. November  
**Naomi Lareine - TOPOFF**  
20 bis 22 Uhr  
TOPOFF Restaurant und Kulturzentrum,  
Untere Bönigstrasse 35, Interlaken  
[www.topoff.ch](http://www.topoff.ch)

Freitag, 18. November  
**Duo Falter**  
20.15 Uhr  
Schloss 7a, Interlaken  
[www.schlosskeller.ch](http://www.schlosskeller.ch)

Samstag und Sonntag  
26. und 27. November  
**Konzert Chor Notabene und Jodlerklub Unterbach 2022**  
Samstag, 14 Uhr  
Sonntag, 17 Uhr  
Kirche Bönigen

Samstag, 26. November  
**Winterkonzert Musikverein Interlaken Unterseen**  
20 Uhr, Ev.-ref. Kirche Unterseen  
[www.mviu.ch](http://www.mviu.ch)

# Wer ist unsere November-Person aus Ringgenberg?



Foto Schenk Inh. Nicole Müller 3800 Unterseen

### Gewinnen Sie!

Wir verlosen 4x das Buch  
«Der Sportreporter und die Philosophen»

Autor: Beni Thurnheer  
336 Seiten, 16 x 23 cm, gebunden, Hardcover  
Mit zahlreichen Abbildungen  
ISBN 978-3-03818-427-0, CHF 39.- / EUR 39.-



**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/BrienInfo, Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt oder: wettbewerb@weberverlag.ch

**Einsendeschluss:** Donnerstag, 10. November 2022  
Die Gewinner\*innen werden im nächsten Heft veröffentlicht.

### Auflösung Wettbewerb Oktober

Die gesuchte Person war:  
Stefan Meyer, Unterseen

### Herzliche Gratulation den Gewinner\*innen:

Doris Müller, Gsteigwiler  
Marlise Badertscher, Unterseen  
Imelda Spieler, Grindelwald  
Xaver Gander, Unterseen

◆ BETTEN ◆

Foto: ©Christian Fischbacher Co. AG

◆ BÖDEN ◆

Foto: Hain

◆ VORHÄNGE ◆

Foto: ADO Goldkante

## ◆ FLÜBO ◆

Haus für schönes Wohnen

eidg. Dipl. Bodenlegermeister  
Hauptstrasse 109 · 3855 Brien  
Tel. 033 951 19 64  
www.fluebo.ch

Samstag, 26. November  
**Musikabend**  
im Restaurant Alpenblick  
20 Uhr, Restaurant Alpenblick  
Im Haag 397, Habkern  
www.alpenblick-habkern.ch

Freitag, 4. November  
**Giessbach Session Candy Dulfer**  
20.30 bis 23 Uhr im Giessbach  
www.giessbach.ch

Samstag, 12. November  
**Giessbach Session WilDC**  
20.30 bis 23 Uhr im Giessbach  
www.giessbach.ch

Samstag und Sonntag  
19. und 20. November  
**Giessbach Session DJ Bobo**  
20.30 bis 23 Uhr im Giessbach  
www.giessbach.ch

Freitag, 25. November  
**Giessbach Session, Roman Nowka's  
Hot 3 & Stephan Eicher**  
20.30 bis 23 Uhr  
www.giessbach.ch

Samstag, 26. November  
**Giessbach Session Milow**  
20.30 bis 23 Uhr im Giessbach  
www.giessbach.ch

Sonntag, 27. November  
**Adventskonzert**  
der Musikgesellschaft Brien  
19 Uhr, reformierte Kirche Brien  
www.mgbrien.ch

### LESUNG, VERSAMMLUNG, VORTRAG, KURSE

Samstag, 5. November  
**Vernissage Kunstausstellung  
Josephine Fischer**  
16 bis 18 Uhr, Bödeli-Bibliothek  
Spielmatte 3, Unterseen  
www.boedeli-bibliothek.ch

Samstag, 12. November  
**Der Wert des Wassers  
in unserer Schöpfung**  
19.30 Uhr, Zentrum Artos  
Alpenstrasse 45, Interlaken  
www.artos.ch

Dienstag 15. November  
**Vortrag der Wald  
Waldbaden im Berner Oberland**  
20 Uhr, Kunsthaus Interlake  
Jungfraustrasse 55, Interlaken  
www.gesundheitsladen.ch

Sonntag und Montag  
27. und 28. November  
**Herbstseminar 2022**  
9 bis 12.45 Uhr  
Victoria-Jungfrau Grand Hotel & Spa  
Höheweg 41, Interlaken  
www.coiffuresuisse.ch

Mittwoch, 30. November  
**Vortrag mit Dr. A. Baumgartner**  
Die faszinierende Welt unsers  
Planetsystems, 19.30 bis 20.30  
UhrBödeli-Bibliothek  
Spielmatte 3, Unterseen  
www.boedeli-bibliothek.ch

### MÄRKTE

Mittwoch und Donnerstag  
9. und 10. November  
**Brienser Märt 2022**  
Brien Dorf, Hauptstrasse 64  
www.brien.ch

Freitag, 18. November  
**Adventsverkauf**  
18 bis 22 Uhr  
Schulhaus Bönigen, Schulhausplatz  
Harderstrasse 3, Bönigen  
www.frauenverein-boenigen.ch

Samstag und Sonntag  
19. und 20. November  
**Weihnachtsmarkt Oberried**  
Schulhaus  
Samstag, 10 bis 19 Uhr  
Sonntag, 10 bis 17 Uhr  
www.oberried.ch

Sonntag, 20. November  
**Basar des Gemeinnützigen  
Frauenvereins Wilderswil**  
11 bis 16 Uhr  
Mehrzweckgebäude Wilderswil  
(beim Schulareal), Wilderswil  
www.frauenverein-wilderswil.ch

Samstag, 26. November  
**Dorfmärit Matten**  
8 bis 16 Uhr  
Dorfplatz, Matten b. Interlaken  
www.matten.ch

Samstag, 26. November  
**Adventskranzverkauf  
Frauenverein Iseltwald 2022**  
ab 10 Uhr  
Mehrzweckhalle Iseltwald  
www.harzis.ch

Samstag, 26. November  
**Adventskranzverkauf Bönigen 2022**  
ab 12.30 Uhr, Kirche Bönigen

Samstag und Sonntag  
26. und 27. November  
**Erlebnis Weihnachtsmarkt Brien**  
Samstag, 12 bis 21 Uhr  
Sonntag, 10 bis 18 Uhr  
www.weihnachtsmarkt-brien.ch

Jeden Samstag  
**Bio Märit Brien**  
8.30 bis 11.30 Uhr  
Zwischenbächen, Brien

### LOTTO

Samstag und Sonntag  
5. und 6. November  
**Grosses Turnerlotto**  
Samstag, 16 bis 19 Uhr/20 bis 23 Uhr  
Sonntag, 15 bis 19 Uhr, Hotel Alpina  
Hauptstrasse 44, Interlaken  
www.tvmatten.ch

Mittwoch, 9. November  
**Lottomatch Musikgesellschaft Brien**  
Hotel Weisses Kreuz Brien  
www.mgbrien.ch

Samstag und Sonntag  
12. und 13. November  
**Lottomatch  
der Musikgesellschaft Bönigen**  
ab 13 Uhr  
Mehrzweckhalle Bönigen  
Harderstrasse 3, Bönigen  
www.mgboenigen.ch

Sonntag, 13. November  
**Lottomatch 2022**  
ab 13 Uhr  
Mehrzweckhalle Iseltwald

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

Samstag, 19. November  
**Lottomatch Skiclub Brienz**  
 16 Uhr, Restaurant Steinbock  
[www.skiclub-brienz.ch](http://www.skiclub-brienz.ch)

## SPORT

Jeden Montag und Dienstag  
**Yoga**  
 Dienstag, 9 bis 10.30 Uhr  
 Montag, 18.30 bis 20 Uhr  
 Hauptstrasse 67, Brienz  
[www.om-shakti-yoga.ch](http://www.om-shakti-yoga.ch)

## THEATER, BÜHNE

Freitag, 4. November  
**Judith Bach**  
 20.15 Uhr  
 Stadtkeller Unterseen  
 Obere Gasse, Interlaken  
[www.stadtkeller-unterseen.ch](http://www.stadtkeller-unterseen.ch)

Samstag und Sonntag  
 5., 6. und 12. November  
**Konzert & Theater**  
**Jodlerklub Habkern**  
 Samstag, 5. November ab 20.15 Uhr  
 Sonntag, 6. November ab 13.30 Uhr  
 Samstag, 12. November ab 20.15 Uhr  
 Schulhaus Habkern

## VERSCHIEDENES

Mittwoch, 9. November  
**Trauercafé SRK Interlaken**  
 19 bis 21.30 Uhr  
 Stadthaus Untersee  
 Untere Gasse 2, Unterseen  
[www.srk-bern.ch](http://www.srk-bern.ch)

## Impressum

Offizielles Mitteilungsblatt für Vereine, Institutionen und Gewerbe von Interlaken, Matten, Unterseen, Beatenberg, Bönigen, Därliigen, Goldswil, Gsteigwiler, Habkern, Iseltwald, Leissigen, Niederried, Ringgenberg, Saxeten, Sundlauenen, Wilderswil, Gimmelwald, Gündlischwand, Isenfluh, Lauterbrunnen, Lütschental, Mürren, Stechelberg, Wengen, Zweilütschinen, Axalp, Brienz, Brienzwiler, 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](mailto:boedeli-info@weberverlag.ch)

Leitung BödeliInfo/BrienzInfo, Inserate und Gewerbezeiten  
 Andrea Abegglen, Tel. 033 336 55 55,  
[boedeli-info@weberverlag.ch](mailto:boedeli-info@weberverlag.ch)

Dienstag 15. November  
**Tanznachmittag für Seniorinnen und Senioren**  
 14 bis 17 Uhr  
 Congress Kursaal Interlaken  
 Strandbadstrasse 44, Interlaken  
[www.congress-interlaken.ch](http://www.congress-interlaken.ch)

Freitag 18. November  
**Sonntagsverkauf Interlaken**  
 11 bis 17 Uhr  
 Geschäfte Interlaken  
[www.interlaken.ch](http://www.interlaken.ch)

Donnerstag, 24. November  
**Adventseinläuten**  
 13.30 bis 16.30 Uhr  
 Altes Schulhaus Habkern, Unter der Kirche 362, Habkern

Samstag, 26. November  
**Adventseinläuten**  
 11 bis 16 Uhr  
 Altes Schulhaus Habkern  
 Unter der Kirche 362, Habkern

Montag bis Mittwoch  
 Samstag und Sonntag  
 26. November bis 31. Dezember  
**Liechtliwäg 2022**  
 Kirche Bönigen

Täglich  
**Lamatrekking Jungfrauregion 2022**  
 Elsbeth und Urs Schmutz  
 Lamatrekking Jungfrauregion  
 Wengelacherweg 8, Wilderswil  
[www.lamatrek-jungfrauregion.ch](http://www.lamatrek-jungfrauregion.ch)

Mittwoch, 2. / 9. / 16. November  
 und Freitag, 11. November  
**Tauschen von Paninibilder**  
 14 bis 18.30 Uhr  
 Bödeli-Bibliothek  
 Spielmatte 3, Unterseen  
[www.boedeli-bibliothek.ch](http://www.boedeli-bibliothek.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](http://www.huggler-holzbildhauerei.ch)

Samstag und Sonntag  
**Lama-Trekking**  
[www.lama-ranch-brienz.ch](http://www.lama-ranch-brienz.ch)

Täglich ab 28. November  
**Hotpot Brienz**  
 17 bis 22 Uhr  
 Kohlplatz Brienz  
 Reservation: Brienz Tourismus  
[www.brienzersee.ch](http://www.brienzersee.ch)

Donnerstag, 17. November  
**Trauer Café Brienz**  
 10 bis 12 Uhr  
 in der Pfrundschiir Brienz  
 Auskunft: Nicole Joss Fuchs  
[trauercafebrienz@gmail.com](mailto:trauercafebrienz@gmail.com)

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 Fabio von Allmen, vonMedia  
 Foto Andrea Abegglen, Weber Verlag AG

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

Erscheinungsweise 12 x jährlich, Ausgabe Dezember 2022  
 erscheint am Mittwoch, 30. November 2022.  
 Beiträge per Mail an: [boedeli-info@weberverlag.ch](mailto:boedeli-info@weberverlag.ch)

Annahmeschluss: Donnerstag, 10. November 2022  
 Alle Beiträge erscheinen sowohl im Bödeli- als auch im BrienzInfo.

Lesen Sie uns online - weltweit:  
[www.boedeli-info.ch](http://www.boedeli-info.ch)

Jetzt die Apps  
 herunterladen!



gedruckt in der  
 schweiz

# So ein Mist!

Via Pferdemist zur Toleranz



Stephanie Gartenmann  
 Matten

«He, hallo! Wer räumt das hier bitte auf?!», fuhr mich eine Passantin an, als ich mit dem Pferd durch die Strassen Unterseens ritt und mein Weggefährte sich erleichtern musste. Pferdemist führt seit einiger Zeit zu hitzigen und emotionalen Diskussionen. Auf dem Bödeli gibt es fast so viele Pferde wie Einwohner, könnte man denken. Irgendwo ist immer Hufgetrappel zu vernehmen. Auch ich gehöre nun seit zehn Jahren der Reitgemeinde an und schätze es sehr, auf dem Bödeli dieses Hobby ausüben zu können. Das Bödeli wird aber immer dichter besiedelt, Waldflächen verschwinden. Der Wald ist für immer mehr Menschen ein Erholungsraum und auf den Strassen begegnen sich die unterschiedlichsten Verkehrsteilnehmer. Auch wir Reiter und Reiterinnen gehören zu den Verkehrsteilnehmern.

Da die meisten Pferde in Siedlungen stehen oder mindestens einmal eine Strasse überqueren müssen, hinterlassen sie ihre Spuren. Ich weiss, Pferdemist duftet nicht nach Blumen. Zur Genüge habe ich schon ge-

hört «du stinkst nach Pferd!». Selber rieche ich das nicht mehr. Bin ich aber «zivil» unterwegs und nicht ausgerüstet mit Reithosen und Stallstiefeln, muss auch ich zugeben, es riecht schon ziemlich stark und ich kann verstehen, dass es nicht angenehm ist. Da liegt es auch an uns Reiter und Reiterinnen Rücksicht zu nehmen. Ich kann auch verstehen, dass der Mist der Pferde auf einer Strasse stören kann und vor allem im Sommer unangenehm ist.

## «Pferdemist lädt zum Nachdenken ein».

So wie wir, haben auch unsere Pferde ein Bedürfnis sich zu erleichtern und da sie nicht so wie wir, trainiert sind aufs Töpfchen zu gehen, erleichtern sie sich wann und wo es ihnen gefällt. Steuern können wir das nicht. Gegen die «Mistplage» sind die Reitergemeinde und die Gemeindefür geeignete Massnahmen und in gewissen Gemeinden gibt es eine Abgabe für die Reinigung. Wir versuchen auch möglichst den Mist selber wieder einzusammeln, doch dies ist manchmal eine Herausforderung, die wir nicht bewältigen können. Längere Ritte durch Feld und Wiese und der normale Alltag mit beruflichen Pendenzen und anderen Tätigkeiten lassen es nicht immer zu, den Pferdeäpfeln hinterher zu jagen. Wir beteuern ihnen aber, wir geben unser Bestes. Pferdeäpfel sind aber

nicht nur stinkig, sondern haben auch einige Vorteile für den eigenen Garten. Haben Sie Obstgehölze oder beispielsweise Rosen zuhause? Sie werden den Mist dankend annehmen. Pferdemist gehört zu den besten Düngern der Welt, ist natürlich reich an Nährstoffen und hat keine chemischen Zusatzstoffe. Man nennt den Pferdemist auch «das braune Gold» unter den Gärtnern. Ihr Garten und auch die Umwelt wird es Ihnen danken und er ist erst noch «Gratis zum Mitnehmen».

Wir erleben herausfordernde Zeiten. Die Corona-Pandemie steckt uns noch in den Knochen und ein tobender Krieg in Europa, nur wenige Flugstunden von uns entfernt, hat uns aus einer vermeintlich selbstverständlichen Wohlfühl-Oase gerüttelt. Diese Zeit zehrt an unseren Nerven und verlangt sehr viel von uns. Viele unter uns sind gestresst und haben mit Existenzängsten zu kämpfen. Wir sitzen aber alle im gleichen Boot. Ich rufe auf, unseren Mitmenschen mit etwas mehr Freundlichkeit zu begegnen und zuerst den konstruktiven Dialog zu suchen.

Wir Reiter sind auch nur Menschen, die die Freude ausleben mit unseren vierbeinigen Partnern die Natur zu geniessen, so wie Sie mit ihren Kindern, Hunden oder einfach mal alleine. Es ist «ein Mist», tritt man hinein und ärgert sich.

Angesichts der wirklichen Probleme unserer Zeit ist der natürliche «Mist» ein sehr kleines Ärgernis und lädt uns ein, wenigstens in unserem Alltag vor Ort Toleranz zu leben.



*Goldschmiede Hablützel*

---

Marktgasse 35 Interlaken [www.goldschmiede-habluetzel.ch](http://www.goldschmiede-habluetzel.ch) 033 823 88 80