

# BÖDELI INFO

27. JAHRGANG  
FEBRUAR 2024



## Marc Baumann

«Mir si Bichsel ...  
sagen bei uns über 300 Mitarbeitende»

SEITE 6



**Herzlich willkommen  
in unserer Reisewelt!**

**JETZT AKTUELL**

Akis-Ausstellung Textilmuseum | 1.3.24 | 75.–

Fondue-Iglu Engstligenalp | 7.3.24 | 105.–

Nachmittagsfahrt ins Blaue | 21.3.24 | 48.–

Treberwurstschmaus Seeland | 22.3.24 | 89.–



**AUS UNSEREM JAHRESPROGRAMM 2024**

Skisafari Dolomiten | 9. – 16.3.24 | 1145.–

Frühlingserwachen Côte d'Azur | 24. – 27.3.24 | 945.–

Marokko – Willkommen im Orient | 5. – 20.4.24 | 4195.–

Apfelblüte im Südtirol | 10. – 14.4.2024 | 965.–

Wellness-Weekend Seefeld | 26. – 28.4.24 | 555.–

Sonneninsel Grado mit Friaul | 1. – 5.5.24 | 995.–

Dresden mit Semperoper | 30.5. – 2.6.24 | 1195.–

Highlights der Rocky Mountains | 28.6. – 13.7.24 | 7695.–

Flussreise Mosel, Rhein & Main | 30.8. – 6.9.24 | 2175.–

**Alle Angebote finden Sie unter  
[www.flueck-reisen.ch](http://www.flueck-reisen.ch) oder in unseren Katalogen.**

Flück-Reisen AG Brienz | +41 33 952 15 45 | [info@flueck-reisen.ch](mailto:info@flueck-reisen.ch)

## «Back to the Roots» – zurück in die Apotheke und zurück in die Heimat

Die Nähe zum Kunden und zur Region ist uns ein zentrales Anliegen – für sie sind wir da.

Unsere Stärke ist die pharmazeutische Kompetenz und Beratung sowie unsere jahrzehntelange Tradition am Standort an der Bahnhofstrasse. Mit wichtigen, präventiven Dienstleistungen positionieren wir uns als erste Anlaufstelle bei Gesundheitsfragen.

Eine ehemalige Arbeitskollegin hatte mir für meine Hilfe in ihrer Apotheke am Nationalen Grippeimpftag das Buch «Haben Sie diese Pille auch in Grün? – Risiken und Nebenwirkungen einer Apothekerin» von Pharmama geschenkt. In diesem Buch beschreibt eine Apothekerin in Kurzgeschichten ihre Erlebnisse bei der Arbeit als Apothekerin in einer öffentlichen Apotheke. Beim Lesen der Geschichten musste ich häufig grinsen, weil die Geschichten – auch wenn sie sehr übertrieben und spitzfindig daher kommen – mir doch einige lustige und schöne, manchmal aber auch traurige Erinnerungen aus meiner Zeit in der öffentlichen Apotheke hervorgerufen haben. Zu dieser Zeit arbeitete ich in einer Spitalapotheke und hatte kaum Kunden- und Patientenkontakt. Ich hatte schon fast vergessen, wie schön es sich anfühlt, sich in einer Apotheke im direkten Austausch mit den Kunden und Patienten um sie zu kümmern. Nun bin ich seit Juni 2023 zurück: als Geschäftsführerin der Grossen Apotheke Dr. G. Bichsel mitten in Interlaken und auch zurück in meiner Heimat, bin ich doch in Wengen aufgewachsen. Und hier, genau in dieser Apotheke, hat meine pharmazeutische Karriere 1998 ihren Ursprung gefunden. Ich durfte

während der Studienwahlwoche vom Gymnasium Interlaken eine Schnupperwoche bei Dr. Guido Bichsel absolvieren. Schon damals wurde mir klar, dass dies eine besondere Apotheke ist, mit all den Arzneimitteln, die für die eigenen Patienten, für Ärzte, aber auch für andere Apotheken und Spitäler von der Grossen Apotheke Dr. G. Bichsel hergestellt werden. Und die Arbeit in dieser Apotheke ist sehr faszinierend und vielseitig. Zudem sind das Aufgabengebiet und die Gesundheitsberatung noch spannender geworden, da wir mittlerweile viele präventive Dienstleistungen wie Impfungen oder Messungen von Blutwerten anbieten dürfen, die wir häufig auch ohne Termin ausführen können. Ich freue mich, wieder hier und für Sie da zu sein – eben «back to the roots».

**«Die vielseitigen Aufgaben einer Apothekerin, der Kontakt zum Menschen und der Anspruch, diesem zu helfen, haben mich bereits als Schülerin fasziniert.»**



Monika Niederhäuser  
Geschäftsführerin Grosse Apotheke  
Dr. G. Bichsel, Interlaken

**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.



RESTAURANT ZUM  
**CHOCH+TOPF**



*gebratenes Lammnierstück*

*Winterzauber*  
LASSEN SIE SICH VON UNSEREN KREATIONEN BEGEISTERN

**RESTAURANT ZUM CHOCHTOPF**  
JUNGFRAU HOTEL \*\*\* Schulgässli 51 3812 Wilderswil  
T 033 845 85 00 info@chochtopf.ch www.chochtopf.ch  
Ein Bereich der SEEBURG-Gruppe Interlaken www.seeburg.ch

**Mobil sein**

**Hausrollator**  
Leicht, faltbar und  
besonders schmal  
für zu Hause.



**Dr. Portmann**  
Krankenmobilen- und Hilfsmittelzentrum  
Apotheke Dr. Portmann AG  
Höheweg 4, 3800 Interlaken  
Tel. 033 828 34 34, www.portmann.ch

**IHR MULDEN UND HEIZÖL-  
LIEFERANT AUS INTERLAKEN**



Muldenservice  
oeltrans ag  
Interlaken / Frutigen / Meiringen / Thun

**oeltrans ag**

Familie Beeler und Mitarbeiter

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



# Inhalt

## EDITORIAL

3 **Monika Niederhäuser**

## INTERVIEW

6 **Marc Baumann**  
«Mir si Bichsel ...  
sagen bei uns über  
300 Mitarbeitende»



## PUBLIREPORTAGE

10 **Theater Brienz**  
Die Scheinwerfer gehen  
wieder an!

13 **Rexhepi AG**  
Schimmelpilzsanierung

## INFOSEITE

15 **SPIRIT OF LIFE body + soul**  
Next Level – der Belief Code!

17 **H. Gosteli AG**  
Der perfekte Strauss  
für den Valentinstag



19 **ACE Color&Cuts**  
Wir stellen unser Team vor

21 **Frutiger Sarbach**  
Integrative Akupunktur

23 **Physio Konzept**  
Behandlung von Schwindel  
mit dem Faszien-distorsions-  
modell FDM

25 **Martha Ruf**  
«Entscheidende Kriterien  
für die Finanzierung einer  
Liegenschaft»

27 **Jäck AG**  
Fräsbuchstaben für  
ein hochwertiges  
Erscheinungsbild

29 **Krebser AG**  
Buch-Tipp

## MUSIK

31 **Musikschule  
Oberland Ost**

32 **Schlosskirche Interlaken**

34 **Interlaken Classics**



37 **Chorgemeinschaft Unterseen**

39 **Kammermusik Hondrich**

## KULTUR

41 **Art7**

43 **Stadtkeller Unterseen**

45 **Oberländer Bühnenkunst**



47 **Schlosskeller Interlaken**

49 **Trinkhalle am Kleinen Rugen**

## VERSCHIEDENES

51 **Raum für Trauer**

52 **Heimatwerk Interlaken**

53 **Interlaken Tourismus**

## SPORT

54 **Tischtennisclub Interlaken**

## AUSSTELLUNG

55 **Kunsthaus Interlaken**



## KIRCHE

56 **Pfimi Interlaken**

## FAMILIE

57 **Kinderbetreuung  
Interlaken Oberhasli**

## KURSE

58 **Volkshochschule  
Haslital/Region Brienz**

## UNTERHALTUNG

59 **Suchspiel**

60 **Tiere suchen ein Zuhause**

61 **Kreuzworträtsel**

62 **Wer ist unsere  
Februar-Person?**

63 **Veranstaltungen**

66 **Kolumne**



Seit rund vier Jahren ist Marc Baumann CEO der Bichsel AG.

## «Mir si Bichsel ... sagen bei uns über 300 Mitarbeitende»

Marc Baumann, ursprünglich aus Grindelwald, ist seit 2019 der CEO von Bichsel. Weshalb Bichsel zwar gut bekannt und doch oft unterschätzt wird, zeigt das persönliche Interview.

**Der Name Bichsel ist in der Region gut bekannt, nicht zuletzt dank der Familie Bichsel, die das Unternehmen über viele Jahrzehnte geprägt hat. Das einstige Familienunternehmen hat sich seither stark weiterentwickelt – wer und was ist Bichsel heute?** Bichsel steht nach wie vor für eine hohe Qualität in der Patientenversorgung in der ganzen Schweiz. Mit viel Respekt blicke ich auf das Grosse, was die Familie Bichsel über die Jahrzehnte aufgebaut hat. Wir haben inzwischen viel in den Aufbau von Strukturen und in unsere Mitarbeitenden investiert, um die Erfolgsgeschichte weiterzuschreiben. Hinter allem, was wir tun, stehen engagierte Menschen, deren Einbindung und Weiterentwicklung ein zentra-

les Anliegen für uns ist. Bichsel ist ein attraktiver Arbeitgeber und bietet vielfältigste Perspektiven.

**Bichsel steht für die Grosse Apotheke, den Produktionsstandort in Unterseen und die HomeCare-Betreuung zuhause. Wie breit ist das Unternehmen heute aufgestellt?** Wir haben unsere Positionierung in allen drei Bereichen geschärft und unseren Marktauftritt angepasst. Alles entstand aus der Grossen Apotheke, sie ist für unsere Kunden:innen eine Anlaufstelle, die erstklassige pharmazeutische Beratung und Leistungen bietet. Mit Monika Niederhäuser, ursprünglich aus Wengen, konnten wir dieses Jahr eine sehr kompetente Geschäftsführerin

der Apotheke gewinnen, die stark mit der Region verbunden ist. Schweizweit positionieren wir uns mit unserem Pharma- und HomeCare-Geschäft. Das heisst, wir stellen einerseits wichtige Arzneimittel her, für die es kaum Alternativen gibt. Andererseits betreuen wir über 10 000 Patienten:innen, hauptsächlich in künstlicher Ernährung.

**Liegt es an der sprichwörtlichen Oberländer Bescheidenheit, dass in der Region die Bedeutung und die Grösse des Unternehmens oft unterschätzt wird?**

Unser Fokus liegt darauf, Patienten:innen bestmöglich zu versorgen. Dabei gerät in den Hintergrund, was wir als Arbeitgeber mit über 300

Mitarbeitenden bieten. Zudem überrascht es eher, dass es in Interlaken und Unterseen eine Pharma-Produktion gibt oder von hier aus einer der schweizweit führenden HomeCare-Anbieter in künstlicher Ernährung agiert. Was uns Oberländer vielleicht mehr prägt als andere: «Lifere statt lafere». Wenn wir Erfolge verbuchen, sollten wir auch darüber sprechen – als Wertschätzung für die Menschen, die das ermöglicht haben.

**Als wichtiger Arbeitgeber bieten Sie Arbeitsplätze in einer grossen Vielzahl verschiedenster Berufe an. Können Sie auch spezialisierte Berufe mit Arbeitnehmenden aus der Region besetzen, oder wie gelingt es, Fachkräfte in die Region zu holen?**

Der Grossteil unserer Mitarbeitenden kommt aus der Region, worauf wir stolz sind. Doch wir spüren den Fachkräftemangel in der ganzen Vielfalt: Apotheker:innen, Fachleute Apotheke, Techniker, Qualitätsmanager oder Produktionsfachpersonen im Pharmaumfeld – sie sind grundsätzlich rar. Auch Fachpersonen im HomeCare-Bereich, wie Er-

## «Bichsel steht nach wie vor für eine hohe Qualität in der Patientenversorgung in der ganzen Schweiz.»

nährungsberater:innen und Pflegefachpersonen, sind nicht einfach zu finden. Und wir wollen ja die besten! So müssen wir schweizweit, teils sogar in europäischen Ländern mit viel Aufwand suchen. Es gelingt uns dabei regelmässig, Personen für die fantastische Umgebung und ausgezeichnete Infrastruktur zu begeistern und in die Region zu bringen. Wo möglich unterstützen wir, dass auch Partner:innen hier einen Job finden.

**Bichsel ist ein engagiertes Unternehmen und ein moderner Arbeitgeber. Welche «neuen» Anforderungen müssen Sie erfüllen, um gute Fachkräfte zu gewinnen? Wie wichtig sind Werte oder neue Arbeitsmodelle?**

Aufgrund der vielfältigen Anspruchsgruppen müssen wir auf verschiedene Bedürfnisse eingehen können. Wir punkten damit, dass das, was wir

tun, einen hohen Wert an Identifikation oder Sinnhaftigkeit bietet. Denn alles, was wir tun, betrifft das Leben. Vision, Strategie und Werte spielen eine wichtige Rolle, die in Zeiten von Veränderungen zudem eine gewisse Stabilität bieten. Dass je nach Funktion flexible Arbeitszeitmodelle oder Homeoffice längst Teil unseres Angebots sind, ist für mich eher selbstverständlich. Was uns ausmacht: unsere Mitarbeitenden, die dabei mitwirken, die Zukunft zu gestalten, und dabei Verantwortung übernehmen können.

**Bichsel unterstützt die allgemeine Arzneimittelversorgung in der Schweiz und sorgt mit HomeCare in vielen Familien für mehr Lebensqualität. Wie ist es für ein Unternehmen, so direkt «gebraucht» zu werden oder gar systemrelevant zu sein?** Es motiviert, zu wissen, dass wir ei-

**Marc Baumann**

Jahrgang: 1978

Zivilstand: verheiratet mit Sina, 2 Kinder (Eric und Janis)

Hobbys: Trail-Running, Biken, Skifahren, Motorradfahren

**Beruflicher Werdegang:** Schulische Ausbildungen in Winterthur und am Gymnasium Interlaken, Master of Law Universität Zürich, Anwaltspatent des Kantons Bern, diverse Management-Weiterbildungen, Change Campus Neuwaldegg in Wien, Unternehmensjurist Marti Baugruppe und anschliessend bei Galenica, ab 2017 Leiter Rechtsdienst Galenica Gruppe und seit 2019 CEO Bichsel





# THE BEATLES TRIBUTE WEEKEND

## Feel the Beat(les)!

Ob «Let it be», «Yesterday» oder «Hey Jude» – wenn Sie die Beatles schon immer einmal live erleben wollten, dann ist dies Ihre Chance. Wir lassen Ihren Traum wahr werden – zumindest fast.

«The Beatbox» sehen dem Original nicht nur täuschend ähnlich, sie klingen auch wie die Kultband und begeistern das Publikum mit einer mitreissenden Show. Freuen Sie sich auf ein kulinarisches und musikalisches Erlebnis im Victoria-Jungfrau.

**Beatles Tribute Dinner**  
Samstag, 24. Februar 2024, ab 18 Uhr

CHF 158.– pro Person  
Inklusive Apéritif, 4-Gang-Dinner, Wasser, Heissgetränke und Konzert  
Das Angebot kann auch in Verbindung mit einer Übernachtung im Hotel gebucht werden.

**Beatles Tribute Brunch**  
Sonntag, 25. Februar 2024, ab 11.30 Uhr

CHF 95.– pro Person  
Inklusive Brunch-Buffer und Konzert  
Ihre Kleinen bis zu 7 Jahren sind eingeladen.  
Halber Preis für Kinder von 7 bis 12 Jahren.



Reservierungen

  
VICTORIA-JUNGFRAU  
GRAND HOTEL & SPA  
INTERLAKEN

Höheweg 41 · CH-3800 Interlaken · T +41 (0)33 828 26 02 · gastronomie@victoria-jungfrau.ch  
www.victoria-jungfrau.ch · www.michelreybier.com

nen bedeutenden Beitrag zur Patientenversorgung leisten. Die Anerkennung als systemrelevant durch das Bundesamt für wirtschaftliche Landesversorgung verstärkt diesen Effekt und ist ein schönes Zeichen der Wertschätzung für unsere Mitarbeitenden. Damit tragen wir jedoch auch eine ansehnliche Verantwortung.

**Hand aufs Herz, Herr Baumann, fühlen Sie sich nach Ihren vielen Wanderjahren noch immer als Oberländer? Wo trifft man Sie in der Region an?**  
Ja definitiv. Mein Vater stammte aus

**«Wir punkten damit, dass das, was wir tun, einen hohen Wert an Identifikation oder Sinnhaftigkeit bietet.»**

Grindelwald – das ist in meinen Genen. Und meine Mutter Verena prägt das als wichtige Bezugsperson mit. Die Mehrheit meiner besten Freunde ist ebenfalls aus dem Oberland, das begleitet einen durchs Leben. In Grindelwald geniesse ich die Ruhe in meinem Vorsass, und man kann mich auf den Ski in der Region oder

beim Trail-Run auf dem Harder antreffen. Die Familie meiner Schwiegermutter Dina stammt übrigens aus Interlaken und hat einen Bezug zu einem Restaurant auf dem Bödéli. Da bin ich auch regelmässig.



*Vom Hauptsitz in Unterseen aus versorgt Bichsel die Kunden in der ganzen Schweiz mit ihren Leistungen und Produkten.*

### Anekdote

Als neuer CEO von Bichsel durfte ich mich mit Dr. Guido Bichsel treffen. Der unermüdliche Gründer war eine Koryphäe in der Pharmazie und als Ehrenmitglied des Spitalapothekerverbands GSASA in Fachkreisen höchst anerkannt. Angesprochen wurde er bei Bichsel häufig als «Herr Doktor». Ich traf ihn also, damals bereits über 100jährig, um mit ihm über ein Consulting zu diskutieren, damit wir weiterhin von seinem Knowhow profitieren konnten – und er wollte ja auch noch nicht in den Ruhestand. In unserer Grossen Apotheke kam er auf mich zu und meinte: «I ha köhrt mit euch sige jetzt alli per Du. I bi dr Guido». Völlig überrascht war es mir natürlich eine grosse Ehre. Seine Offenheit für Neues und sein Verständnis und seinen Rückhalt dafür, dass eine nächste Phase bei Bichsel begonnen hat, haben mich sehr beeindruckt.

*Text: Jrene Küng  
Bilder: Bruno Petroni*

SABINE  
AMACHER

PATRICK  
FABBRI

BENI  
HASLEBACHER

JULIANA  
HELDSTAB

Theater Brienz präsentiert **EINE TRAGIKOMÖDIE**

# DER GOTT DES GEMETZELS

Le Dieu du Carnage von Yasmina Reza  
Dialektfassung: Corinne Thalmann,  
Theater Matte Bern

Regie: Carlo Seggiger  
Nicole Ferretti

## AUFFÜHRUNGSDATEN

PREMIERE Sonntag, 3. März 2024

Mittwoch, 6. März 2024

Freitag, 8. März 2024

Samstag, 9. März 2024

Mittwoch, 13. März 2024

Freitag, 15. März 2024

DERNIERE Samstag, 16. März 2024

jeweils um 20.00 Uhr

im  
**Kinotheater  
Brienz BE**

**VORVERKAUF:** Beni Drogerie, Brienz  
[www.theaterbrienz.ch](http://www.theaterbrienz.ch)

**Eintritt**  
Erwachsene chf 30.--  
Kinder bis 15 Jahre chf 15.--

## Theater Brienz präsentiert eine Tragikomödie

Die Scheinwerfer gehen wieder an!



Adieu «Dramatischer Verein Brienz», hallo «Theater Brienz»! Nach einer längeren Verschnaufpause ist der Verein mit neuem Namen und Logo und viel Elan auf der Showbühne zurück. Zurzeit werden vier verschiedene Möglichkeiten wie die «Junge Bühne» (für Kinder ab 12 Jahren), die heimelige «Wohnzimmerbühne» (Kleinproduktionen), die Improbühne (Training Improvisationstheater) und die «Grosse Bühne» angeboten. Letztere ist für grössere Bühnenstücke in Spielfilmlänge gedacht. Im März 2024 wird die «Grosse Bühne» mit der dramatischen Komödie «Der Gott des Gemetzels» Premiere feiern.

Menschenversuche sind auch in der Kunst ein heikles Thema, und wenn man das Szenario anlegt wie ein Laborexperiment, geht das selten gut. Zwei Paare, ein fierer Streit: Yasmina Rezas Stück «Der Gott des Gemetzels» ist der Theater-Blockbuster der vergangenen Jahre. Es geht um die sehr dünne Haut der Zivilisation - und wann sie reisst. Man setze vier Menschen in ein Zimmer und hetze sie aufeinander. Sie bringen es nicht fertig, einander zu begegnen, ohne das als Kräftemessen zu begreifen. Es lauern Wahnsinn, Verbrechen, teilweise gar die Hölle und selbst die Ruhe kann als Bedrohung wahrgenommen werden. Ein brillantes Scheinheiligenquartett, jeder für sich und Gott gegen alle. Die einzige Rettung? Dieses Stück hochkomisch zu finden!

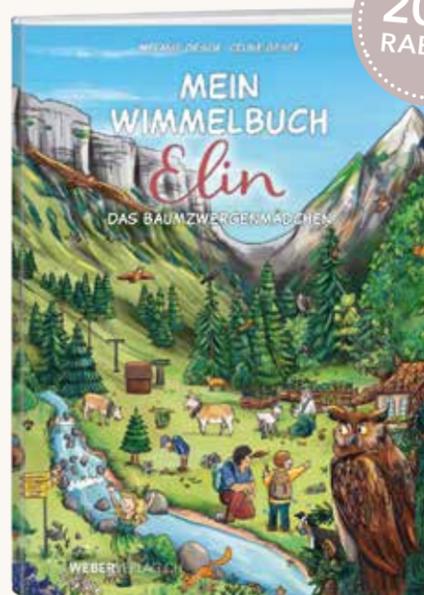


**Theater Brienz**  
Nicole Ferretti, Präsidentin  
079 736 96 77  
[www.theaterbrienz.ch](http://www.theaterbrienz.ch)  
[info@theaterbrienz.ch](mailto:info@theaterbrienz.ch)



# MEIN WIMMELBUCH ELIN

Elin das Baumzwerge Mädchen ist weit über die Grenzen des Berner Oberlands bekannt und beliebt. Zusammen mit ihrer besten Freundin, der Waldohreule Berta, und ihren vielen Tierfreunden erlebt sie spannende Abenteuer in der Natur und in den Wäldern des Erzittals. Im Winter hilft Elin am Skilift mit und im Sommer greift sie den Sennen auf der Alp tatkräftig unter die Arme. Bei der nächtlichen 1.-August-Feier im Eriz und beim traditionellen Schwarzenegg-Märit lernt Elin einige schöne Traditionen der Region und natürlich ganz viele neue Freunde kennen. Tauche auch du mit diesem farbenfrohen und detailverliebten Elin-Wimmelbuch in die wunderbare Welt von Elin ein. Und du wirst schon bald merken wie Fantasie und Wirklichkeit verschmelzen und wie gut es tut, Augen, Ohren und Herzen zu öffnen und zu sehen, wo überall Zwerge, Elfen und kleine Helferinnen leben.



20%  
RABATT

Autorinnen: Celine Geser, Melanie Oesch  
16 Seiten, 24 x 32cm, geklebt, kartoniert  
ISBN 978-3-03818-511-6  
**CHF 23.20.– statt CHF 29.–**



Jetzt bestellen.



Celine Geser will mit ihren Illustrationen die Herzen der Betrachtenden berühren und Guckfenster in Welten öffnen, an denen wir im Alltag vorübergehen: So inspiriert sie die Menschen mit ihren liebevollen, tiefgründigen und lebensbejahenden Bildern dazu, mit dem Herzen zu sehen und das Leben in seiner Schönheit und Tiefe zu feiern.



Melanie Oesch, \*1987, wuchs in der Nähe von Thun im Kanton Bern auf. Sie ist mittlerweile schweizweit bekannt als Frontfrau der erfolgreichen Schweizer Volksmusikformation Oesch's die Dritten. Mit Elin – Das Baumzwerge Mädchen erschien im Weber Verlag ihr erstes Kinderbuch, das zweite folgte kurz darauf.

## Bestellung

Bitte senden Sie mir \_\_\_\_ Ex. «Mein Wimmelbuch Elin» zu je CHF 20.– statt CHF 25.–, plus Versandkosten CHF 9.50. ISBN 978-3-03818-511-6. **Mit dem Code «Winter2023» erhalten Sie Ihren Rabatt von 20 % auch online.**

## WEBERVERLAG.CH

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

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

Adresse \_\_\_\_\_

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

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

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

# Schimmelpilzsanierung

Feuchte und Schimmel in Wohnräumen sind keine Seltenheit.



Schimmel entsteht schnell und geräuschlos. Weshalb? Was habe ich falsch gemacht? Ist Schimmel gesundheitsschädigend? Das sind Fragen, mit denen wir uns tagtäglich auseinandersetzen dürfen. Vor allem der Mieter einer Wohnung fragt sich, was er dagegen hätte unternehmen können, obwohl er täglich mindestens zwei Mal gelüftet hat. Schimmel entsteht leider überall, ob in einem Neu- oder Altbau, bei gedämmten oder nicht gedämmten Fassaden – aber warum? In vielen Fällen von Schimmel im Wohnbereich kommen feuchte Wände oder Ecken durch Temperaturunterschiede zustande.

Um Schimmel vorzubeugen, hilft als Faustregel bereits das regelmässige Lüften, d.h. dreimal täglich ca. 15 Minuten. Die feuchte Luft in den Räumen kann so vollständig entweichen und die feuchten Stellen trocknen aus. In Neubauten, welche heutzutage sehr dicht gebaut werden, kann die feuchte Luft sehr schlecht ausweichen. Doch was ist mit den Häusern, die nicht oder schlecht gedämmt sind?

Dort haben wir leider das Problem, dass es viele Kältebrücken gibt, wo sich die kalte Luft von aussen mit der warmen Luft im Inneren trifft. Dabei bildet sich Kondenswasser und schon hat man die perfekte Stelle damit sich Schimmel bilden kann! **Durch die Entfernung von Schimmel und dessen dauerhafte Vermeidung tragen Sie zu einem gesunden Wohnklima bei.**

Schimmel ist gesundheitsschädigend! Es kann Asthma und Allergien auslösen. Kontaktieren Sie uns und wir zeigen Ihnen gerne auf, wie Sie bei der Schadenbehebung vorgehen sollten.



**Rexhepi AG**  
Kammistrasse 11  
3800 Interlaken  
033 841 00 23  
[info@rexhepi.ch](mailto:info@rexhepi.ch)  
[www.rexhepi.ch](http://www.rexhepi.ch)

## Möchten Sie Bankgebühren sparen?

Genauso wichtig wie der Zins sind die anfallenden Spesen und die Höhe der Gebühren. Profitieren Sie von der Möglichkeit, nebst den Kontoführungsgbühren auch Ihre Bankspesen zu reduzieren.

Gerne zeigen wir Ihnen im persönlichen Gespräch oder unter [www.bankeki.ch/spesenfrei](http://www.bankeki.ch/spesenfrei), wie auch Sie von einem spesenfreien Konto profitieren.

**Anna Simmler**  
Leiterin Kundenberatung



## Next Level – der Belief Code! Das perfekte Delete, Reset und Update für Ihr Unterbewusstsein

Energiemedizin ist auf dem Vormarsch! Nach den beiden weltweit bekannten Erfolgskonzepten Bodycode und Emotionscode folgt nun ein weiterer Meilenstein der Energieheilung – ebenfalls von Dr. Bradley Nelson USA.

### Was genau ist der Belief Code?

Ein «Belief» (Überzeugung, Meinung, Vorstellung, Glaube) ist eine subjektive Ansicht Ihres Unterbewusstseins, ob etwas richtig oder falsch, wahr oder unwahr ist. Er wirkt zudem wie ein Filter, durch den Sie alles um sich herum wahrnehmen und erleben. Der Belief Code ermöglicht mit über 2000 Lösungsmöglichkeiten den direkten Zugang zu den tiefsten Ebenen Ihres Unterbewusstseins. Er entfernt dort zuverlässig jegliche Art von lästigem «Unkraut» an der Wurzel und lässt dafür positive «Saat» spriesen und gedeihen.

#### • Fehlerhafte Kernidentität

Diese entsteht meist schon in der Kindheit und wird so eng mit Ihrer Identität verbunden, sodass Sie sie bewusst nicht mehr als fehlerhaft erkennen können.

#### • Fehlerhafte Grundüberzeugung

Wenn ein negativer Glaube in Ihnen durch andere Emotionen verstärkt und unterstützt wird, beginnt dieser zu wachsen und zu weiteren negativen Glaubenssätzen und Ansichten zu werden. Schliesslich wird er zu einem regelrechten Glaubenssystem.

#### • Einschränkende Glaubenssätze

Diese haben Sie zu sich selbst, zu anderen und zur Welt. Sie können Sie blockieren und ausbremsen sowie davon abhalten, Ihre persönlichen Ziele zu erreichen.

#### • Negative Programme

Sind die «Früchte» des Glaubenssystems, welche automatische Gedanken produzieren, die Sie oft als stille, negative Selbstgespräche wahrnehmen.

### Wie profitieren Sie davon?

Der Belief Code löst all Ihre Glaubensmuster sowie alle dazugehörigen körperlichen, seelischen und geistigen Ungleichgewichte dauerhaft und effizient auf einfachste Art und Weise. Zur Themenvielfalt gibt es keine Grenzen – mit dem Belief Code kann jeder Bereich Ihres Lebens ausgeleuchtet und optimiert werden. Sehen Sie sich, Ihr Umfeld und die Welt in einem neuen Licht!



### Herzlich willkommen!

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

### Behandlungen

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

### Krankenkassen anerkannt

### SPIRIT OF LIFE body + soul

Andrea Kölliker  
Dipl. Therapeutin + Lifecoach  
079 356 06 58  
Schlossstrasse 1  
3800 Interlaken  
[info@spirit-of-life.com](mailto:info@spirit-of-life.com)  
[www.spirit-of-life.com](http://www.spirit-of-life.com)





## KARTENSET NAIVE MALEREI

Lassen Sie auch Ihre Freundinnen und Freunde teilhaben an der vielseitigen Kunst von Ursula Regez-Fuchs – fünf bunte Postkarten mit herzerwärmenden Motiven der naiven Malerei warten auf Ihre Nachricht. Jeder Postkarte liegt ein Couvert zum Versand bei.

Ursula Regez-Fuchs  
5 Karten mit 5 Couverts C5,  
23,6 × 17 × 1,5 cm (Box)  
ISBN 978-3-03818-516-1  
**CHF 12.– statt CHF 15.–**



Jetzt  
bestellen.



Ursula Regez-Fuchs stammt ursprünglich aus dem Appenzellerland und ist im Engadin aufgewachsen. Der Liebe wegen zog sie ins Berner Oberland, wo sie von ihrem Ehemann Jürg die alte Kunst des Scherenschnitts erlernte. Das war der Startschuss für ihre kreative Karriere. Ursula Regez-Fuchs macht nicht nur traditionelle und moderne Scherenschnitte; mit dem Plasmachneider produziert sie auch scherenschnittartige Kunstwerke aus Metall, malt Bilder im Stil der Naiven Bauernmalerei und fertigt Skulpturen aus Keramik. MiniArt, meine Art - kleine Kunst. Alles ein bisschen anders! Ein bisschen heile Welt eben...

### Bestellung

Bitte senden Sie mir \_\_\_\_ Ex. «Kartenset Naive Malerei» zu je CHF 12.– statt CHF 15.– ISBN 978-3-03818-516-1. **Mit dem Code «Winter2023» erhalten Sie Ihren Rabatt von 20 % auch online.**

### WEBERVERLAG.CH

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

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

Adresse \_\_\_\_\_

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

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

Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

## Der perfekte Strauss für den Valentinstag

Sind auch Sie an diesem speziellen Tag ratlos, was Sie Ihren Liebsten schenken wollen? Mit diesem lieblichen Strauss kann man fast nicht falsch liegen! Auf dieser Seite erklären wir Ihnen wie man ihn selbst erarbeiten kann.



- Thymianwurz
- 1 Dekoherz
- 1 Bündeli + Perlnadel
- 1 Spaltbambus + Floraltape
- Plastikbast/Hanfeschur
- Baumschere + scharfes Messer

### Anleitung:

Zuerst werden von allen Werkstoffen unnötige Blätter und Triebe abgeschnitten. Mit einem scharfen Messer werden die Stiele schräg angeschnitten. Das Herz wird mit der Perlnadel durchstochen und mit Hilfe des Floraltapes an den Spaltbambus fixiert.

Mit dem Thymianwurz wird ein lockerer Knoten geformt, welchen wir als Gerüst verwenden. Es wird mit Zeigefinger und Daumen ein Loch geformt, auf welches der Knoten platziert wird. Durch dieses Loch werden nun die Werkstoffe spiralförmig gesteckt und zu einer möglichst runden Form erarbeitet. Angefangen wird mit dem Grün. Danach wird direkt die Rose in die Mitte gesetzt, um das Zentrum und die Höhe des Strausses vorzugeben. Als letzter Schritt wird das Abschlussgrün (Chico) unter den Strauss gelegt, um einen sichtbaren Abschluss zu erzeugen.

An dieser Stelle wird der Strauss mit Bast oder Schnur gebunden. Die Stiele werden mit der Baumschere auf die gleiche Länge geschnitten, danach wollen die Blumenstiele noch mit einem scharfen Messer schräg angeschnitten werden.

Mit diesem liebevoll gestalteten Strauss haben Sie ein ideales Geschenk um am Valentinstag Freude und Liebe weiterzugeben.

*Alle Materialien, die Sie benötigen, erhalten Sie in unserem Blumenladen.*

### Werkstoffe und Hilfsmittel

- 1 Rose
- 1 Alstromeria
- 1 Orchideenrispe
- 1 Freesia
- 1 Lisianthus
- 1 Ranunkel
- 1 Germini
- 1 Hypericum
- 1 Santini
- 1 Phlox
- 1 Wachsbäumchen
- 1 Limonium
- 5 Lentisco
- 2 Efeu
- 3 Chico
- 1 Eukalyptus

### H. Gosteli AG

Metzgergasse 4  
3800 Matten b. Interlaken  
033 822 20 54



# Natürlich Schule

**Tag der offenen Tür:  
Samstag 10. Februar 2024  
15:00 bis 18:00**

**Stell dir vor  
es ist Schule  
und alle  
wollen hin!**

Interessiert ?  
077/520 57 01  
Monika Ackermann

Natürlich Schule  
Unterbach 205a  
3857 Unterbach

[www.natuerlich-schule.ch](http://www.natuerlich-schule.ch)

- Unterricht in Kleingruppen
- Handfeste Projekte
- Montessorimaterial
- Viel Bewegung
- Garten und Wald
- Spezialwochen
- Wochenplan nach individuellen Stärken
- Kiga bis 9. Klasse

## ACE Color&Cuts

Wir stellen unser Team vor



v.l.n.r, Simon, Jessica, Lorena, Laura, Sabine



Split-Hair Technik

Seit 2019 sind wir mit dem Salon ACE Color&Cuts in Unterseen tätig. Im Bödéli Info stellen wir Ihnen in einer Serie unser Team vor. In dieser Ausgabe haben wir dazu Laura interviewt.

### Steckbrief

**Name:** Laura  
**Hairstylisten seit:** 10 Jahren  
 Seit 2022 bei ACE Color&Cuts  
**Liebstes Essen:** Sushi  
**Liebster Film:** Disney's Mulan und Arielle  
**Hund- oder Katze:** Definitiv Katzen

### Was ist deine Spezialität im Bereich Hairstyling?

Meine Spezialität ist vor allem das Haare färben. Mir liegt die Balayage-Technik sehr gut. Das macht es auch zu meiner liebsten Arbeit. Ich mag es aber genau so gut, einen passenden Herrenhaarschnitt zu machen. Die Abwechslung im Coiffeurberuf macht den Reiz aus.

### Du zeigst hier eine Arbeit, welche von dir stammt.

Bitte erzähl etwas darüber.

Ich habe eine Farbkombination von Pink und Orange gewählt. Diese Technik nennt man Split-Hair. Das bedeutet, dass 1/4 der Haare eine andere Farbe hat. Das macht den Look noch interessanter. Für das Styling habe ich die Haare zuerst trockengeföhnt und danach mit unserer B.R.U.S.H. gestylt. Die B.R.U.S.H. ist eine pflegende Wärmebürste,

welche wir eigens aus den Niederlanden importieren. Wir benutzen dieses tolle Gerät bei uns im Service und verkaufen es auch für die Anwendung zu Hause.

### Was machst du, wenn du 2 Wochen Ferien hast?

Ich würde gerne mal nach Hawaii reisen. Die Inseln erkunden und dort surfen gehen.

### Auf welches Erlebnis blickst du immer wieder gerne zurück?

An meine Bodybuilding Zeit denke ich viel zurück. Besonders im letzten Jahr war das Bodybuilding für mich sehr wichtig. Ich habe an mehreren Wettkämpfen teilgenommen. Einmal in Zypern und letzten Oktober konnte ich an der Schweizer Meisterschaft in der Bikini-Klasse den fünften Platz erreichen. Da bin ich wahnsinnig stolz darauf.

### ACE Color&Cuts

Laura  
 Seestrasse 6  
 3800 Unterseen  
 033 525 84 84  
[info@acecolorandcuts.ch](mailto:info@acecolorandcuts.ch)  
[acecolorandcuts.ch](http://acecolorandcuts.ch)



# Sanierung Renovierungen

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 | Renovierungen | Spezialarbeiten**



Mit Stolz und Leidenschaft

Telefon 033 822 00 52 | [info@zurbuchenbau.ch](mailto:info@zurbuchenbau.ch) | [zurbuchenbau.ch](http://zurbuchenbau.ch)

## Integrative Akupunktur: frutiger sarbach akupunktur und osteopathie

Traditionelle Heilmethoden zur Linderung von  
Gastrointestinalen Beschwerden

Akupunktur ist eine anerkannte Therapie bei funktionellen gastrointestinalen Beschwerden.

Funktionelle gastrointestinale Beschwerden sind Störungen des Verdauungssystems, bei denen keine strukturellen oder organischen Ursachen nachweisbar sind. Zu diesen Beschwerden gehören oft Bauchschmerzen, Blähungen, Veränderungen im Stuhlgang und Unwohlsein. Sie können durch verschiedene Faktoren wie Stress, Ernährung oder hormonelle Veränderungen beeinflusst werden. Die genaue Ursache ist oft unklar, und die Diagnose basiert auf dem Ausschluss anderer möglicher Erkrankungen.

Diese traditionelle chinesische Heilmethode basiert auf Meridianen, Energiebahnen im Körper. Durch gezielte Stimulation von Akupunkturpunkten, die mit dem Magen-Darm-Trakt verbunden sind, kann die Harmonie im Verdauungssystem wiederhergestellt werden. Dies wirkt sich positiv auf die Regulierung der Magen-Darm-Motilität, die Reduzierung von Entzündungen und die Verbesserung der Verdauung aus. Die Akupunktur kann die Freisetzung von endogenen Substanzen wie Endorphinen und Neurotransmittern fördern, was besonders für Patienten mit chronischen Bauchbeschwerden von Vorteil ist. Dennoch sollte sie als Teil eines umfassenden Behandlungsplans betrachtet werden, der auch konventionelle medizinische Ansätze einschliesst.

Die zentral gelegene Praxis Frutiger und Sarbach, Akupunktur und Osteopathie, befindet sich im Herzen von Interlaken. Unsere erfahrenen Therapeuten sind von allen Krankenkassen anerkannt und zugelassen. Bei weiteren Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Unser Team TCM Akupunktur / Phytotherapie



Bernhard Frutiger

Roger Emmenegger



**Bernhard Frutiger**

Naturheilpraktiker mit eidg. Diplom  
Fachrichtung TCM / Akupunktur / Phytotherapie  
frutiger & sarbach  
Marktgasse 21, 3800 Interlaken  
033 821 61 56  
[www.frutiger-sarbach.ch](http://www.frutiger-sarbach.ch)

**NEU!**



## Digital Café Jeden zweiten Montag im Monat

Wir begleiten Sie gerne im Thema Digitalisierung und beantworten Ihre Fragen dazu – Kommen Sie vorbei.

Ab 11. März 2024 jeden zweiten Montag im Monat.

Jeweils um 9.30 Uhr bei der Raiffeisenbank in Meiringen und Brienz.

Es ist keine Anmeldung erforderlich – wir freuen uns auf Sie!

# Behandlung von Schwindel mit dem Fasziendistorsionsmodell FDM



Das Fasziendistorsionsmodell ist eine alternativmedizinische Behandlungsmethode zur Behandlung von Bindegewebeverdrrehungen, sogenannten Fasziendistorsionen. Der FDM-Therapeut reformiert die vorliegenden Fasziendistorsionen. Gelingt dies, ist mit einer sofortigen Reduktion der Beschwerden zu rechnen. Die FDM-Methode eignet sich zur Behandlung von körperlichen Beschwerden aller Art. Im folgenden Abschnitt am Beispiel von Schwindel erklärt.

Schwindel ist eine Beschwerde, die den Lebensalltag grundlegend verändert und die betroffenen Menschen fundamental in ihrer Selbstsicherheit einschränkt. Sie fühlen sich bedroht. Mögliche Mobilitätseinschränkung, Arbeitsverlust, Zukunftsängste und soziale Isolation sind reale Gefahren, die ihnen Angst machen.

Es gibt verschiedene Arten von Schwindel. Am häufigsten ist der Schwindel beim zu schnellen Aufstehen aus sitzender, oder liegender Position. Dieser hat als Ursache ein zu **tiefer Blutdruck** und ist ungefährlich, solange man nicht stürzt. Dieser Schwindel ist jeweils nach ein paar Sekunden wieder weg. An zweiter Stelle folgt **der Lage abhängige Schwindel**. In unserem Gleichgewichtsorgan befinden sich Kristalle die, wenn wir uns bewegen, ständig herumpruzeln und dabei Nerven stimulieren, die uns unsere räumliche Wahrnehmung vermitteln. Haften sich diese Kristalle an und pruzeln verspätet herunter, dann suggeriert dies dem Hirn: «Hilfe, ich stürze!» Als Behandlung wird ein Lagewechseltraining durch einen Arzt oder Therapeuten gemacht. Sind die Kristalle alle wieder mobil, ist alles wieder gut.

Es gibt weitere Schwindelarten, die aus sehr unterschiedlichen Gründen auftreten oder aus Kombinationen von verschiedenen Beschwerden entstehen können. Mögliche Ursachen können sein: **Nebenwirkung von Medikamenten, massiver Bluthochdruck, Innenohrentzündung, arterielle Minderversorgung des Hirns, explizit des Kleinhirns**. Hier können Entspannungsmassagen der Nackenmuskulatur und Manipulationen der Halswirbelsäule helfen. **Verspannung der Kopfunterhautfaszie**: Diese Patienten erzählen, dass sie sich wie permanent benommen fühlen. Mittels spezifischer FDM-Techniken kann eine Entspannung herbeigeführt werden, welches die Beschwerden reduziert oder ganz beseitigt. Auch eine **Störung der Hirnnerven** kann Schwindel oder Schwindelgefühle erzeugen. Mit den Hirnnerven ist nicht das Hirn selbst gemeint, sondern die Nerven, die für unsere Wahr-

nehmung sorgen, uns also das Sehen, Hören, Riechen und Schmecken ermöglichen. Werden diese Nerven durch lokale Spannungsveränderungen eingeengt, kommt es zu einem Leistungsabfall der jeweils betroffenen Nerven der sich dann in Benommenheit, Kopfschmerzen oder Schwindelgefühl äussert. Im Untersuch durch einen Neurologen oder ausgebildeten Therapeuten können diese Hirnnerven auf ihre Funktion getestet und mit FDM-Techniken entlastet werden.

Die Durchblutung des Kopfes wird aus dem Bereich der oberen Brustwirbelsäule **vegetativ** versorgt. Eine Blockade in diesem Bereich kommt auch für Beschwerden des Kopfes in Frage. Der Vollständigkeit halber weise ich noch darauf hin, dass auch raumfordernde Erkrankungen innerhalb des Schädels in Erwägung gezogen werden müssen. **Blutung, Tumor oder Schwellung** (zb. durch einen Infekt). Dies sind sehr ernste Erkrankungen, welche in die Hände von Fachärzten gehören und mittels Bildgebung diagnostiziert werden.

Wie man sieht, ist Schwindel eine komplexe Problematik, für die es aber durchaus therapeutische Ansätze gibt.

«FDM - der schnelle Weg zur Beschwerdefreiheit»

### René Mühlemann

FDM IC Therapeut  
Aegertiweg 33  
Im Oberlandshoppingcenter  
2. Stock  
3800 Matten bei Interlaken  
033 821 07 55  
[www.physiokonzept.ch](http://www.physiokonzept.ch)





Zahnklinik Interlaken –  
Institut für Mundgesundheit  
Untere Bönigstrasse 8  
3800 Interlaken  
033 356 85 85  
www.zahnklinik-interlaken.ch



## Braucht mein Kind eine Zahnsperre?

Das Bodeli hat neu eine Kieferorthopädin!  
Frau Dr. Daniela Alferts beantwortet gerne Ihre Fragen



Neu seit 2024 bin ich in der Zahnklinik Interlaken am Institut für Mundgesundheit tätig. Ich bin Fachzahnärztin für Kieferorthopädie sowohl für Kinder- und Jugendliche, als auch für Erwachsene. Mein Augenmerk lege ich stets gesamthaft auch auf das allgemeine Wohlbefinden meiner Patienten.

Bei Fragen rund um das Thema Zahn- und Kieferfehlstellungen stehe ich gerne für Sie zur Verfügung. Dabei liegt mein innovativer Behandlungsansatz darin, die umgebenden Hart- und Weichgewebe mit den funktionellen Komponenten, wie Atmung, Schlucken und Lippenschluss in einen harmonischen Einklang zu bringen. Eine erste, frühe Untersuchung ab 6 Jahren ist eben aus diesen Gründen vorteilhaft für Ihr Kind. Ich kann beim wachsenden Patienten mit sanften Behandlungsmethoden das Kieferwachstum günstig beeinflussen und nachhaltig stabile Behandlungsergebnisse erzielen. Dieses Vorgehen entspricht unserer Praxisphilosophie: Nachhaltigkeit durch Prävention – Früherkennung schafft Vertrauen und Zufriedenheit.

In meiner mehrjährigen Tätigkeit in der Schulzahnklinik in der Schweiz, konnte ich vielen jungen Patienten zu einem schönen Lächeln und gesunden Zähne verhelfen. Eine gute Zahnstellung und stabile Mundhygiene fördern das Selbstbewusstsein und die Entwicklung Ihres Kindes.

Mir luege zäme!

Ihre Dr. Daniela Alferts



## «Entscheidende Kriterien für die Finanzierung einer Liegenschaft»



Eine stabile Finanzierung ist entscheidend für den langfristigen Erfolg. In diesem Kontext spielen Eigenkapital, Kreditwürdigkeit und langfristige Planung eine zentrale Rolle. Dieses Gleichgewicht sichert die finanzielle Gesundheit und Nachhaltigkeit von Investitionen in Liegenschaften.



Die gesunde Finanzierung einer Liegenschaft erfordert eine sorgfältige Planung und Berücksichtigung verschiedener Kriterien. Eine solide finanzielle Basis ist entscheidend, um langfristig den Wert der Immobilie zu erhalten und finanzielle Risiken zu minimieren. Hier sind einige wesentliche Kriterien:

Ein solides Fundament für die Finanzierung einer Liegenschaft ist ausreichend Eigenkapital. Eine hohe Eigenkapitalquote verringert das Risiko für den Kreditgeber und verbessert die Chancen auf günstige Konditionen. Idealerweise sollte mindestens 25-35% des Kaufpreises als Eigenkapital eingebracht werden. Die Bonität des Kreditnehmers ist ein entscheidender Faktor. Ein positiver Kredit-Score ermöglicht den Zugang zu günstigeren Zinssätzen und verbessert die Verhandlungsposition. Eine regelmässige Überprüfung der Kreditwürdigkeit ist ratsam, um eventuelle Probleme frühzeitig zu erkennen und zu beheben. Die Wahl der Kreditlaufzeit und des Zinssatzes beeinflussen die monatlichen Raten und die Gesamtkosten erheblich. Eine kürzere Laufzeit führt zu höheren Raten, aber insgesamt niedrigeren Zinskosten. Langfristige Festzinsvereinbarungen können vor Zinsschwankungen schützen.

Eine gesunde Finanzierung berücksichtigt nicht nur den Kauf, sondern auch die laufenden Kosten für Instandhaltung und Reparaturen. Eine angemessene Rücklage für unvorhergesehene Ausgaben ist essenziell, um finanzielle Engpässe zu vermeiden. In vermieteten Liegenschaften ist der zu erwartende Mietertrag ein zentrales Kriterium. Die Mieteinnahmen sollten die laufenden Kosten und die Kreditraten abdecken. Zusätzliche Einnahmequellen wie Nebenkostenabrechnungen oder Steuervorteile sollten ebenfalls in die Planung einfließen.

Eine gute Finanzierung ermöglicht Flexibilität. Die Möglichkeit zur Sondertilgung oder die Anpassung der Raten bei veränderten Lebensumständen können entscheidend sein, um finanzielle Engpässe zu vermeiden. Die Absicherung gegen Risiken wie Zinsänderungen, Arbeitslosigkeit oder unerwartete Kosten sind wichtig. Versicherungen oder Finanzprodukte, die vor solchen Risiken schützen, sollten in Erwägung gezogen werden.

Eine gesunde Finanzierung berücksichtigt also nicht nur den momentanen Bedarf, sondern auch zukünftige Entwicklungen und potenzielle Risiken. Die sorgfältige Abwägung dieser Kriterien bildet die Grundlage für eine nachhaltige und erfolgreiche Finanzierung einer Liegenschaft.

**Daniel Capelli**

Geschäftsführer

Martha Ruf

Immobilientreuhand AG



3800 Unterseen

Telefon 033 822 69 55

info@martharuf.ch

www.martharuf.ch

## Themenwochen und Kurse



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



### 22. bis 25. Februar mit Erich Stoll Die Stimme im Alter – Basiskurs

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

### 1. bis 3. März mit Denise Grimm Acrylmalerei

Zwischen Blütenweiss und Kohlschwarz. Der Kurs Acrylmalerei Mischtechnik eignet sich für Einsteiger und Fortgeschrittene.

### 3. bis 9. März mit Gabriele Ruh-Weber Veeh-Harfen-Spiel Musizierwoche

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

### 15. bis 17. März mit Elisabeth Maurer Trampolinkurs

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

### 22. bis 24. März mit Marianne Rubin Klöppelkurs

Für Einsteiger und Fortgeschrittene – Klöppeln: Ein über 500-jähriges Kunsthandwerk, das fasziniert.

### 17. bis 19. März mit Katharina Haslebacher und Karin von Büren Teddybärenkurs

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

### 28. März bis 1. April mit Claudia Kupferschmid Faszination Blumenwelten

Haben Sie Lust, sich dem zauberhaften Thema der Blumen- und Blütenwelt zu widmen? Malkurs Acryl Mischtechnik für Einsteiger und Fortgeschrittene.

### 14. bis 20. April mit Raphael B. Meyer Kammermusik-Woche

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

### 26. bis 28. April mit Denise Grimm Experimentelle Kalligraphie

Schreiben – malen – schichten. Ein kreatives Wochenende für Einsteiger und Fortgeschrittene.

### 27. April bis 4. Mai mit Hans Ulrich Reifler Bibel-Ferienwoche

Mit Paulus unterwegs durch den Epheserbrief. Andachten, Referate und Austauschrunden.

#### Infos, Anmeldung, weitere Kurse und Themenwochen:

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

## Fräsbuchstaben für ein hochwertiges Erscheinungsbild



Ihre Werbefläche mit eleganter Anschrift verschönern



Beschriftungen mit Fräsbuchstaben sind eine hochwertige und ansprechende Möglichkeit, um Beschilderungen und Anschriften zu gestalten. Fräsbuchstaben verleihen jeder Beschilderung ein edles und professionelles Erscheinungsbild. Deshalb eignen sie sich besonders gut für den Einsatz in Unternehmen, öffentlichen Einrichtungen, Hotels, Restaurants und anderen Orten, an denen eine hochwertige Präsentation wichtig ist. Fräsbuchstaben werden aus verschiedenen Materialien wie Aluminium, Edelstahl, Acryl oder Verbundplatten hergestellt und können in verschiedenen Grössen, Schriftarten und Oberflächenbearbeitungen gefertigt werden. Sie können entweder flach oder dreidimensional gestaltet sein und bieten eine Vielzahl von Oberflächenveredelungen wie poliert, gebürstet, foliert oder lackiert. Dadurch sind sie äusserst vielseitig einsetzbar und können individuell an die jeweiligen Anforderungen angepasst werden.

Die Verwendung von Fräsbuchstaben in der Signaltechnik bietet zahlreiche Vorteile. Zum einen sind sie äusserst langlebig und robust, was bedeutet, dass sie auch bei widrigen Witterungsbedingungen im Aussenbereich lange Zeit ihre hochwertige Optik behalten. Zudem sind Metallbuchstaben pflegeleicht und lassen sich einfach reinigen, was ihre langfristige Attraktivität sicherstellt. Darüber hinaus bieten Fräsbuchstaben eine hohe Flexibilität in der Gestaltung von Beschilderungen. Sie können sowohl einzeln als auch in Kombination mit anderen Materialien wie Glas oder Holz verwendet werden, um

individuelle und ansprechende Beschilderungslösungen zu schaffen. Zudem können sie mit verschiedenen Beleuchtungsoptionen kombiniert werden, um auch bei Dunkelheit gut sichtbar zu sein.

Die Montage von Fräsbuchstaben ist ebenfalls unkompliziert und kann je nach Bedarf an Wänden, Türen, Fassaden oder anderen Oberflächen erfolgen. Dadurch sind sie vielseitig einsetzbar und können nahezu überall dort eingesetzt werden, wo eine hochwertige Beschilderung benötigt wird.

Insgesamt bieten Fräsbuchstaben eine attraktive und professionelle Lösung für die Signaltechnik in Unternehmen und öffentlichen Einrichtungen. Sind Sie neugierig geworden? Haben Sie andere Fragen rund um das Thema Werbetechnik? Die Abteilung Jäck Beschriftungen freut sich, Sie beraten zu dürfen.

#### Christian Brunner

Jäck AG  
stv. Geschäftsführer Abteilung  
Werbetechnik

Hauptstrasse 5, 3800 Unterseen  
Tel. Schriften: 033 823 07 82

schriften@jaeck-ag.ch  
www.jaek-ag.ch



# THERMOSFLASCHEN

## Koor Isolierflaschen

0.5 Liter  
Fr. 17.90



## Koor Thermo Food Behälter

0.5 Liter  
Fr. 17.90



## Sigg Thermosflaschen Chrom+ Schwarz

0.5 / 0.75 / 1.1 Liter  
Fr. 42.- / Fr. 48.10 / Fr. 49.90

## Thermo Mug Chrom + Schwarz

0.27 / 0.47 Liter  
Fr. 33.- / Fr. 39.-



Ihr Fachgeschäft mit den attraktiven Angeboten.

Besuchen Sie uns



ZIMMERMANN AG Oberlandstrasse 3 3700 Spiez Telefon 033 654 41 41

# Krebsler

## Chäferfüdletroche

«Amtsschimmel. Halsabschneider. Das isch doch Habakuk.»



**Cosmos Verlag**  
Christian Schmid:  
Chäferfüdletroche  
CHF 36.00

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

Woher kommen diese Wörter und Redensarten? Der Sprachwissenschaftler Christian Schmid erzählt in 60 Geschichten von der spannenden Herkunft der bildhaften Ausdrücke. Seine Geschichten geben lustvoll Antworten auf viele Fragen und zeigen, wie packend das Abenteuer Sprache ist.

## Krebsler



## WIR WÜNSCHEN SPANNENDE BUCHMOMENTE!

Ihre Buchhandlung und Papeterie in Interlaken.

Bücher | Papeterie | Büromöbel | Copy-Print

krebser.ch

### Top 5 Belletristik

1. Das späte Leben  
Bernhard Schlink, Verlag Diogenes
2. Melody  
Martin Suter, Verlag Diogenes
3. Die Einladung  
Sebastian Fitzek, Verlag Droemer/Knaur
4. Reichenburg  
Silvia Götschi, Verlag Emons
5. Icebreaker  
Hannah Grace, Verlag Lyx

### Top 5 Sachbuch

1. Über die Heiterkeit in schwierigen Zeiten und die Frage, wie wichtig uns der Ernst des Lebens sein sollte  
Axel Hacke, Verlag Dumont
2. Einfach Tanja  
Tanja Grandits, Verlag AT
3. Power: Die 48 Gesetze der Macht  
Robert Greene, Verlag Hanser
4. Das Kind in dir muss Heimat finden  
Stefanie Stahl, Verlag Kailash/Sphinx
5. Aussaatage 2024 Maria Thun  
Matthias K. Thun, Verlag Aussaatage Thun



## BVG Sammelstiftung Jungfrau: Ausblick 2024

### Was ändert sich 2024 im Vorsorgeumfeld und was gilt es bei den Finanzmärkten zu beachten?

Mit der Reform AHV 21 wird für Mann und Frau ein einheitliches Rentenalter von 65 Jahren eingeführt. Dieses stellt die Bezugsgrösse für die flexible Pensionierung dar und deshalb neu als **Referenzalter** bezeichnet, ein Ausdruck, welcher in ganz Europa eingeführt wird.

Jahr	Referenzalter der Frauen	Jahrgang
2024	64 Jahre (keine Erhöhung)	1960
2025	64 Jahre + 3 Monate	1961
2026	64 Jahre + 6 Monate	1962
2027	64 Jahre + 9 Monate	1963
2028	65 Jahre	1964 ff

Neu ist auch der flexible Rentenbezug in der AHV. Die Rente kann im Alter zwischen 63 und 70 Jahren ab jedem beliebigen Monat bezogen werden. Somit besteht nun die Möglichkeit eines Rentenvorbezuges oder eines Rentenaufschubs. Planen Sie Ihre Pensionierung oder den Vorruhestand? Dann wenden Sie sich vertrauensvoll an uns oder für eine Pensionsplanung bei der Bank EKI per Mail an: [ueli.staehli@bankeki.ch](mailto:ueli.staehli@bankeki.ch); telefonisch unter 033 826 17 68 oder direkt über die BVG-Sammelstiftung Jungfrau: [info@bvg-jungfrau.ch](mailto:info@bvg-jungfrau.ch).



**Ueli Stähli**

Stiftungsrats-Vizepräsident  
BVG-Sammelstiftung Jungfrau  
Bereichsleiter Anlegen, Mitglied der  
Bankleitung Bank EKI Genossenschaft

#### Finanzmärkte

Nach wie vor ist das Umfeld an den Finanzmärkten von den Unsicherheiten betreffend Wirtschafts- und Zinsentwicklung sowie der geopolitischen Lage geprägt. Eine Pensionskasse kann aufgrund ihres langfristigen Charakters die Strategie auch in einem solchen Umfeld beibehalten. Erfreulicherweise haben dank dem gestiegenen Zinsniveau Obligationenanlagen als wichtiger Baustein in der Anlagestrategie wieder an Attraktivität gewonnen.

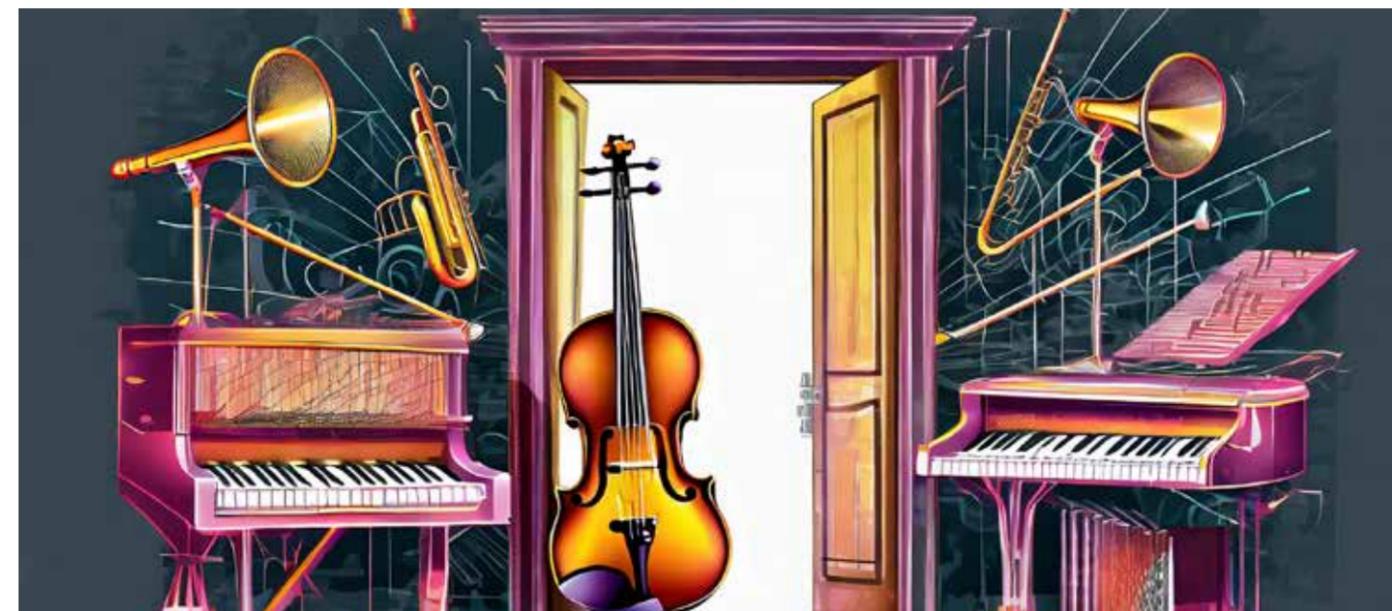
#### Vorsorge Konferenz Schweiz

Am Mittwoch, 13. März 2024 findet die Vorsorge Konferenz Schweiz in Thun statt mit Mitwirkung der BVG-Sammelstiftung Jungfrau. Weitere Informationen dazu finden Sie auf unserer Webseite [www.bvg-jungfrau.ch](http://www.bvg-jungfrau.ch).

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

# Musikschule Oberland Ost

DIE WERK- und WIRKstätte für Musik



#### Eltern-Kind-Musik

18 Monate bis 4 Jahre in Begleitung eines Erwachsenen

#### Schnupperstunden (gratis)

Montag, 12. Februar 2024 um 9:30 Uhr in Brienz  
Dienstag, 13. Februar 2024 um 9:30 Uhr in Interlaken

#### Kurse

Montag in Brienz, Hauptstrasse 67, Raum Michel Weine  
9-9:40 Uhr oder 9:50-10:30 Uhr  
Daten: 26.02. | 04.03. | 11.03. | 18.03. | 25.03. | 22.04. | 29.04. | 06.05. | 13.05.

Dienstag in Interlaken, Mittengrabenstr. 24,  
Haus der Musik  
9:30 - 10:10 Uhr oder 10:20 - 11:00 Uhr  
Daten: 27.02. | 05.03. | 12.03. | 19.03. | 02.04. | 23.04. | 30.04. | 07.05. | 14.05.

Kosten: CHF 180.- pro Familie (9 x 40 Min.)

#### Information:

Melanie Zobrist, 079 511 59 39  
[melanie.zobrist@mso-net.ch](mailto:melanie.zobrist@mso-net.ch)  
Kursanmeldung: [www.mso-net.ch](http://www.mso-net.ch)

#### Instrumentenparcours & Tag der offenen Tür

Samstag, 16. März 24, 10.00 bis 15.00 Uhr,  
Haus der Musik, Interlaken

Samstag, 23. März 24, 10.00 bis 12.30 Uhr,  
Schulhaus Pfrundmatte, Meiringen

Sie mögen schon vorher Instrumente ausprobieren?  
Kein Problem!

Der Einstieg in die MSO ist für alle Interessierten jederzeit möglich! Machen Sie dabei Gebrauch von unseren Schnupperstunden, um die Angebote kennenzulernen. Nehmen Sie direkt mit unseren Lehrpersonen Kontakt auf. Unser Fächerangebot und die Kontaktdaten finden Sie auf unserer Website.

Eine Schnupperlektion ist kostenlos.

#### Anmeldung und Information

Sekretariat MSO  
Mittengrabenstrasse 24  
3800 Interlaken  
033 822 63 70  
[info@mso-net.ch](mailto:info@mso-net.ch)  
[www.mso-net.ch](http://www.mso-net.ch)



# Johann Sebastian Bach

## Das Orgelwerk

Helmut Freitag, Schlosskirche Interlaken

**JOHANN  
SEBASTIAN  
BACH**  
DAS ORGELWERK



An der Musik von Bach kommt kein junger Musiksünder und keine Chorsängerin, kein Cellist und keine Blockflötistin vorbei.

Auch mich hat die unfassbare Persönlichkeit aus Mitteldeutschland mein ganzes musikalisches Leben begleitet. Nicht immer als wohlmeinender Gefährte, sondern immer wieder auch als stets unzufriedener Zuchtmeister. Und hierbei geht es mir so wie unzähligen Generationen vor und nach mir, dessen bin ich mir sicher.

Doch die Begegnung mit ihm und seinem Werk lässt niemanden unbeteiligt, und – dessen bin ich mir auch sicher – die Begegnung mit und in seinem Werk stärkt und erquickt die Seelen aller, die sich mit ihm mühen oder ihm zuhören. Nähern kann man sich ohnehin nur begrenzt, die Tiefe vieler Werke und die Komplexität, oft auch die Einfachheit seiner musikalischen Sprache, lässt uns immer wieder sprachlos und ehrfürchtig zurück.

Wie sagt es der niederländische Schriftsteller Maarten 't Hart sinngemäss: «Wenn ich ein Stück von Bach gespielt/geübt habe, will ich direkt wieder von vorne beginnen.»

Nun jährt sich im Jahr 2025 sein 340. Geburtstag und sein 275. Todestag, dessen alle Welt gedenken wird. Doch halt – wir schreiben erst 2024! Also sind wir im Berner Oberland der Zeit voraus?

Ja und nein. Ich bin dreist und sage: «Mir ist es ein ganz eigenes Anliegen, mein kleines Organistenjubiläum hier in der Schlosskirche Interlaken zu begehen. Dank und Freude bewegen mich, und mithilfe dieses übergrossen Werkes will ich versuchen, dies auszudrücken und den Hörerinnen und Hörern kleine oder grosse Geschenke auf den Weg und ins Herz zu geben.»

Die Fülle der Bachschen Orgelwerke, die uns überliefert sind, ist immens. Neben den bekannten und beliebten Werken sind noch unzählige kleinere Schmuckstücke zu entdecken.

Nicht nur die Toccata d-Moll – übrigens in der Forschung gar nicht unumstritten die Autorschaft Bachs –, sondern auch «Schmücke dich, o liebe Seele» werden uns begegnen. Da erklingt dann ein kleines, inniges Trio oder eine virtuos-festliche Fantasie, die uns mit ihrer Klangfülle und ihren Ausbrüchen schauern lässt.

Neben Bearbeitungen von Werken des Kollegen Vivaldi gehen wir durch ein «harmonisches Labyrinth» oder klagen an Karfreitag «O Mensch, bewein dein Sünde gross».

Dann gibt es die virtuoson Triosonaten, Gipfelpunkt der Kammermusik, oder die Passacaglia c-Moll, die uns in ihrem unerbittlichen Schreiten zu erschlagen droht. So bin ich mir sicher, dass viele Hörerinnen und Hörer ihre

jeweils eigenen Entdeckungen machen werden. Vielleicht tauschen Sie sich/wir uns nach dem Gehörten jeweils aus? Ich würde mich freuen.

Die Konzerte hier in der Schlosskirche erklingen immer am ersten Freitag eines jeden Monats, in besonderen Gottesdiensten, die vom Pfarrteam mit Silvia Bader, Anika Mudrack und Claudio Jegher geleitet werden, und am Altjahresabend und zu Neujahr. Und, da wir hier auf dem Bödéli so nah und freundschaftlich beieinander sind, sende ich musikalische Nachbarschaftsgrüsse nach Unterseen und in die katholische Heiliggeistkirche.

Folgen Sie mir durch das Jahr und in den Kosmos der unsterblichen Musik von Johann Sebastian Bach.

*«Was ein Bach musikalisch tut, muss notwendigerweise alles um ihn herum verdunkeln [...] Ich möchte nicht vom Erbe im realsten Sinne sprechen. Diese, seine Musik, ist in unser aller Gemüt eingeknistet wie kaum eines anderen Meisters Werk [...] Es ist also dies Wertvollste, was wir mit Bachs Musik geerbt haben: die Schau bis ans Ende der dem Menschen möglichen Vollkommenheit und die Erkenntnis des Wegs, der dahinführt: das unentrinnbare, pflichtbewusste Erledigen des als notwendig Erkannten, das aber, um zu Vollkommenheit zu gelangen, schliesslich über jede Notwendigkeit hinauswachsen muss. Ist es einer Musik gelungen, uns in unserem ganzen Wesen nach dem Edlen auszurichten, so hat sie das Beste getan. Hat ein Komponist seine Musik so weit bezwungen, dass sie dieses Beste tun konnte, so hat er das Höchste erreicht. Bach hat dieses Höchste erreicht.»*

*- Paul Hindemith, aus seiner Rede zum Bachfest, Hamburg 1950, anlässlich des 200. Todestages Bachs. Vgl. «Johann Sebastian Bach: Ein verpflichtendes Erbe» in Giselher Schubert, Hrsg., Hindemith: Aufsätze, Vorträge, Reden (Zürich, Atlantis, 1994)*



Prof. Dr. H. Freitag, Hauptorganist Schlosskirche Interlaken

### Konzertdaten 2024 im Überblick

**Freitag, 2. Februar** Schlosskirche Interlaken II

**Freitag, 1. März** Schlosskirche Interlaken III

**Freitag, 22. März** Kirche Unterseen IV

**Freitag, 5. April** Schlosskirche Interlaken V

**Freitag, 3. Mai** Schlosskirche Interlaken VI

**Freitag, 7. Juni** Schlosskirche Interlaken VII

**Freitag, 14. Juni** Kath. Kirche Interlaken VIII

**Freitag, 5. Juli** Schlosskirche Interlaken IX

**Freitag, 2. August** Schlosskirche Interlaken X

**Freitag, 6. September** Schlosskirche Interlaken XI

**Freitag, 20. September** Kath. Kirche Interlaken XII

**Freitag, 4. Oktober** Schlosskirche Interlaken XIII

**Freitag, 11. Oktober** Kirche Unterseen XIV

**Freitag, 1. November** Schlosskirche Interlaken XV

**Freitag, 6. Dezember** Schlosskirche Interlaken XVI

**Dienstag, 31. Dezember**, Silvester  
Schlosskirche Interlaken XVII

**Samstag, 4. Jan. 2025**, Wunschkonzert  
Schlosskirche Interlaken XVIII

Freitag spielt immer freitags, jeweils um 19 Uhr, mit zwei Ausnahmen an Silvester und zum Wunschkonzert 4. Januar 2025, s. o.

Der Eintritt für alle Konzerte ist frei, um eine Kollekte wird gebeten.

Weitere Informationen finden Sie auch unter [www.schlosskirche.ch](http://www.schlosskirche.ch) bzw. das ausführliche Programmheft unter: <http://schlosskirche.ch/resources/bach24.pdf>

**Schlosskirche Interlaken**

Schloss 7

3800 Interlaken

033 822 45 33

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

# Programm der 64. Interlaken Classics 2024



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

**Ostersonntag, 31. März 2024, 17.00 Uhr** –  
Congress Kursaal Interlaken, Konzerthalle  
1. Sinfoniekonzert  
Zakhar Bron Festival Orchestra  
Solisten: **David Garrett, Violine & Olga Scheps, Klavier**

**Ostermontag, 1. April 2024, 17.00 Uhr** –  
Haus der Musik Interlaken  
Abschlusskonzert mit Studentinnen und Studenten vom  
Meisterkurs Trompete

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

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

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

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

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

**Samstag, 13. April 2024, 16.00 Uhr** –  
Kirchgemeindehaus Matten  
Kinderkonzert «**Vivaldi für Kinder**»  
Erzähler: Marko Simsa

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

**Sonntag, 14. April 2024, 17.00 Uhr** –  
Kirche Unterseen  
Abschlusskonzert mit Studentinnen und Studenten  
vom Meisterkurs Violine

Programmänderungen vorbehalten.

**Für weitere Auskünfte und Informationen:**  
Tel. 033 821 21 15, [www.interlaken-classics.ch](http://www.interlaken-classics.ch)

**Für Tickets:**  
[www.kulturticket.ch](http://www.kulturticket.ch)  
Telefon 033 821 21 15  
oder im Tourismusbüro Interlaken

# Details zu den Sinfoniekonzerten



**Ostersonntag, 31. März 2024, 17.00 Uhr** –  
Congress Kursaal Interlaken, Konzerthalle

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

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

\*\*\*\*

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

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

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

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

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

\*\*\*\*

Beethoven Klavierkonzert Nr. 5 Es-Dur op. 73

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

**Für weitere Auskünfte und Informationen:**  
Tel. 033 821 21 15, [www.interlaken-classics.ch](http://www.interlaken-classics.ch)

**Für Tickets:** [www.kulturticket.ch](http://www.kulturticket.ch), Tel. 033 821 21 15 oder  
im Tourismusbüro Interlaken

**Interlaken Classics**  
[info@interlaken-classics.ch](mailto:info@interlaken-classics.ch)  
[www.interlaken-classics.ch](http://www.interlaken-classics.ch)  
Telefon 033 821 21 15

25  
Jahre



## Zweite Brille kostenlos. Seit 2008.

Erhalten Sie beim Kauf einer Korrekturbrille\*  
(Fassung und Gläser) aus unserem Zweitbrillen-Sortiment.  
Auf Wunsch mit Upgrade-Optionen auf Gläser erhältlich.

\*ausgenommen Komplettangebote, Aktionen und MIYOSMART Gläser

Auch mit **Sonnenbrillengläsern**

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

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

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

# Chorgemeinschaft Unterseen

Chorsingen macht Freude und ist gesund – singen Sie bei unserem neuen Projekt mit!



### Mozarts Krönungsmesse und Vivaldis Gloria

Musik mit Schwung und Rhythmus bringt unser nächstes Chorprojekt!

Ein kleines Orchester mit Streichern und Bläsern wird uns begleiten. Hinzu kommt Mozarts Exultate, jubilate für Sopran-Solo und Orchester.

Konzerte am 26./27. Oktober 2024 in der Kirche Unterseen.  
Gesamtleitung: Simon Jenny.

### Chorproben, Einstieg für neue Sänger:innen

Es ist uns ein Anliegen, dass Interessierte auch ohne besondere musikalische Vorkenntnisse mit Freude mit-singen können.

Wir proben jeweils am Donnerstagabend von 19.45 – 21.45 Uhr in der Aula des Oberstufenschulhauses, Steindlerstrasse 3, in Unterseen.

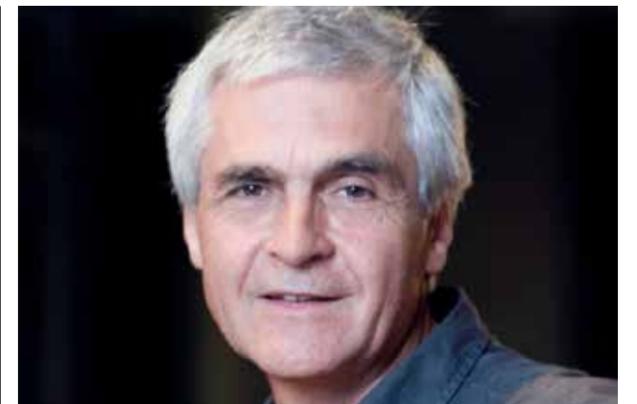
Drei Samstagproben mit chorischer Stimmbildung ergänzen die Vorbereitungen.

Simon Jenny gelingt es dabei, den Chor in einer entspannten, positiven Atmosphäre Schritt für Schritt auf das Konzert vorzubereiten.

### Simon Jenny

Singen ist für Simon Jenny seit frühester Kindheit der natürlichste Ausdruck der Freude. Er liebt es, Menschen durch Singen zur Freude anzuleiten, ihre angeborene Musikalität entdecken zu helfen und damit zum Klingen zu bringen.

Unser Chorleiter studierte in Zürich und Freiburg i. Br. Horn, Klavier, Schulmusik und Kirchenmusik. Er spielte als Hornist im Tonhalle Orchester Zürich, dem Festspielorchester Luzern, in verschiedenen Kammerorchestern und leitete verschiedene Chöre. Zudem ist er seit vielen Jahren freischaffend tätig in den Bereichen Theater, Musik, Singen und Seminarwochen.



### Mitmachen

Wir freuen uns auf neue Sängerinnen und Sänger, die bei diesem Projekt mitmachen wollen!

Sie sind projektweise als Gastsänger:in oder als neues Chormitglied herzlich willkommen!

Wir starten am Do, 15. und Sa, 17. Februar, die Probe vom Do, 22. Februar fällt aus (Sportwoche).

Kosten: Noten zuzüglich Unkosten- bzw. Mitgliederbeitrag. Mehr Informationen über uns finden Sie im Internet. Gerne stehen wir auch persönlich für weitere Auskünfte bereit und freuen uns, wenn Sie sich bei uns melden:

### Weitere Informationen und Auskünfte

Simon Jenny, Chorleiter 079 207 52 19  
Daniel Gerber-Balmer, Präsident 079 610 18 86

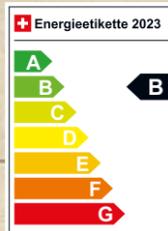


### Chorgemeinschaft Unterseen

[info@chorgemeinschaft-unterseen.ch](mailto:info@chorgemeinschaft-unterseen.ch)  
[www.chorgemeinschaft-unterseen.ch](http://www.chorgemeinschaft-unterseen.ch)

# COLT IS BACK

**5** Jahre Werksgarantie  
**5** Jahre Free Service\*



## NEU IN FAULENSEE

**KRÖPFLI**  
garage faulensee

Garage Kröpfl GmbH  
Angermstrasse 34  
3705 Faulensee  
T +41 (0) 33 654 23 81  
info@garage-kroepfli.ch  
www.garage-kroepfli.ch



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

## siJamais: kriminell!

KAMMERMUSIKKONZERTE  
HONDRICH

Sonntag, 4. Februar 2024, 17 Uhr, Kulturkapelle Spiez



Wie immer verblüfft das Frauentrio musikalisch und schauspielerisch. Die drei Künstlerinnen des Trios «siJamais» führen unterschiedliche Musikstile zusammen: Eigenes und Fremdes, Chansons und Schlager, Klezmer und Pop, Ohrwürmer und Wiederentdeckungen, originell arrangiert. Ein lustvolles Wechselspiel zwischen berührendem Humor und augenzwinkerndem Melodram.

**Mia Schultz**  
Schauspiel, Klarinette und Gesang

**Jacqueline Bernard**  
Schauspiel, Klavier und Gesang

**Simone Schranz**  
Schauspiel, Kontrabass und Gesang

**Adresse**  
Kapellenstrasse 9  
3700 Spiez

[www.sijamais.ch](https://www.sijamais.ch)

**Reservationen**  
[www.kammermusik-hondrich.ch](https://www.kammermusik-hondrich.ch)  
oder per SMS an 078 763 08 54



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**



**Ihr Partner für Beratung, Service und Küchenbau**



Auch im neuen Jahr sind wir Ihr zuverlässiger Ansprechpartner für Ihre Küche und Waschraum! – Besuchen Sie unseren neuen Laden im Zentrum Interlaken Ost (vis-à-vis Bahnhof). Wir freuen uns auf Sie!



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

**art7theater**

Glamourose, ein einzigartiges Theaterstück



**«GLAMOUROSE»**

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

**Premiere 22. Februar 2024**

23. / 24. / 28. / 29. Februar 2024

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

Türöffnung 19.30 Uhr

Beginn 20.15 Uhr

Wir freuen uns riesig auf Euch

**Ticketreservation:**

www.lartrium.ch

www.schlosskeller.ch

Buchhandlung Krebsler, Interlaken

Sekretariat 079 811 37 05

**art7 CRIME TIME**

**Detektiv-Samstage für Erwachsene**

Ein mörderisches Spielvergnügen für alle, welche Lust auf ein einzigartiges Spielerlebnis haben. Improvisation und sehr viel gemeinsame Schnüffelarbeit ist mit dabei.

**3. Februar 2024 LAS VEGAS**

**6. April 2024 WOODSTOCK**

jeweils 13.00 bis ca.18.00 Uhr im Schlosskeller Interlaken

**Art7**

079 811 37 05

info@lartrium.ch

www.lartrium.ch



### Microblading – Augenbrauenkorrektur

Microblading ist eine aus Asien stammende Technik des semi-permanenten Make-up. Dabei wird nicht wie bei einem Tattoo mit einer automatischen Tattoo Nadel Pigmentfarbe in die Haut eingearbeitet, sondern durch einen Stift, der mit sterilen und feinsten Nadeln (Blades) ausgestattet ist. Damit werden manuell feine Striche in die oberste Hautschicht (Epidermis/Dermis) geritzt. Die Wirkung ist dadurch sehr natürlich, da jeder Strich einem Härchen gleicht.

Die Augenbrauen werden nicht willkürlich gezeichnet, die Form wird nach der Morphologie des Gesichts und dem goldenen Schnitt von Phibrows (1.618) berechnet, was zu einem harmonischen Ergebnis führt.

Die Haltbarkeit ist je nach Hauttyp unterschiedlich. Es kann bis zu 2 Jahren halten und verblasst mit der Zeit. Eine Nachbehandlung ist möglich.

Die Methode ist für alle geeignet, die sich eine dichtere Form der Augenbrauen wünschen. Ebenso können fehlende oder lückenhafte Augenbrauen die zum Beispiel durch Chemotherapie verursacht wurden korrigiert werden.

Für weitere Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Spezialpreis bis Ende März 2024

von Fr. 320.– statt Fr. 390.–

enthalten sind Erstgespräch, Behandlung und eine Nachbehandlung innerhalb von 3 Monaten.

nails & face | Angela Modica | Kreuzackerweg 11 | 3800 Matten | 078 71 71 378

Kleintheater am Stadthausplatz



Freitag, 2. Februar 2024, 20.15 Uhr

Café del Mundo  
«Guitarize The World»

Das Gitarrenduo Jan Pascal und Alexander Kilian überrascht mit einem unglaublichen Repertoire, das ein feines Band zwischen Flamenco, Klassik und Jazz, Techno und World Music bindet.

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

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

Freitag, 23. Februar 2024, 20.15 Uhr

Christoph Simon  
«Strolch»

Ein Solo-Kabarett über Zwickmühlen und Verstrickungen eines Midlife Cowboys. Bis ein Betrügerling versucht, die Leute im Quartier auszunehmen. Nicht mit dem Strolch! Witzig, geistreich, zärtlich, filmreif.

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

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



## Raum für Abschied

begegnungsquelle.ch

Burgstrasse 14 3600 Thun 033 222 07 07

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

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

### Abschied, Trauer, Weiterleben

Thomas Rubin AG Bestattungsdienst bietet umfassende Dienstleistungen für Familien und Angehörige



«Trauer ist die Lösung,  
nicht das Problem.»

Chris Paul

**Stadtkeller Unterseen**

Stadthausplatz  
3800 Unterseen  
www.stadtkeller-unterseen.ch



**RUGEN  
GNUSS-WÄLT**  
INTERLAKEN



**Das raffinierte Geschenk für jeden Geschmack!**  
Das Team der Rugen «Gnuss-Wält» berät Sie persönlich und stellt Ihren individuellen Geschenkkorb mit Bieren, Whisky, Gin und feinsten Delikatessen zusammen.

Rugenbräu AG, Wagnerenstrasse 40, 3800 Interlaken, Tel. +41 (0)33 826 46 61, rugenbraeu.ch

# Oberländer Bühnenkunst

Das Schauspielduo JEALINE geht mit dem Theaterdrama «Die Mädchenbande - bis zur letzten Feder» auf Tournee.



Die erste Produktion des Vereins Oberländer Bühnenkunst war mit den ausverkauften Vorstellungen letztes Jahr ein voller Erfolg. Das Theaterdrama «Die Mädchenbande - bis zur letzten Feder», gewinnt durch ihre Thematik weiterhin an Bedeutung und soll gesehen werden. Gerne laden die Oberländer Schauspielerinnen Jeanne Grossmann und Aline Beetschen dazu ein, das Theaterstück auch in Schulen zu zeigen und die Thematik zu behandeln. Der Verein wächst und plant bereits die nächsten spannenden Projekte, weitere Infos finden Sie unter: [www.alinebeetschen.ch/oberlaenderbuehnenkunst/](http://www.alinebeetschen.ch/oberlaenderbuehnenkunst/)



Das Schauspielduo JEALINE präsentiert ein intensives Theaterstück, das auf einer wahren Begebenheit basiert. Eine Therapiesitzung. Vera erzählt zusammen mit ihrer verstorbenen Freundin Luise die Geschichte ihrer Jugend. Sie lebten mit einer Mädchenbande auf der Strasse, ohne Geld und ohne Essen. Die beiden erzählen von

ihren Wünschen und Träumen, von ihren Streichen und Verbrechen bis hin zu ihren prägenden Erfahrungen von Missbrauch und Tod. Eine bewegende Geschichte über Freiheit, Verantwortung und Verlust. Ein intensives Theaterstück, das die Verarbeitung traumatischer Erlebnisse aufzeigt. So direkt, so ehrlich, dass es unter die Haut geht.

## Vorstellungsdaten 2024

- 1. März**, Alte Oele, Thun
- 15. März**, Kulturspiegel, Spiez
- 24. März**, Kinotheater, Meiringen
- 28. April**, Newcommer Festival, Winterthur
- 11. Mai**, Theaterdinner, Weisses Kreuz, Brienz
- 13. September**, Kleinkunsttage, Thun

**Oberländer Bühnenkunst**  
[www.alinebeetschen.ch/oberlaenderbuehnenkunst/](http://www.alinebeetschen.ch/oberlaenderbuehnenkunst/)



**BEO SCHMERZ frei**  
Leben ohne Schmerz

**Ambulante Schmerzpraxis**  
in der Rehaklinik Eden  
Oberried am Brienersee

Willkommen bei uns  
am Brienersee

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

[www.beo-schmerzfrei.ch](http://www.beo-schmerzfrei.ch)

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

**REHA KLINIK eden**  
GEMEINSAM ZUM THERAPIEFOLG




**Arztrezepte  
Spitalrezepte**

Sie können bei uns sämtliche Arzt- und Spitalrezepte abgeben. Sie erhalten Ihre Medikamente portofrei per Schweizer Post zugestellt.

**Unsere Öffnungszeiten:**  
**Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag:**  
8 bis 12 und 14 bis 18.30 Uhr  
**Mittwoch:** geschlossen  
**Samstag:** 8 bis 16 Uhr, durchgehend

**Gratis Kundenparkplätze vor und hinter dem Haus**

**drogerie hänni**  
Interlakenstrasse 1  
3806 Bönigen  
Telefon 033 823 62 00  
[www.drogerie-haenni.ch](http://www.drogerie-haenni.ch)

**FREITAG, 16.2.2024 · 20:00 UHR**  
**NNAVY**  
 SRF 3 BEST TALENT  
 SOUL UND JAZZ  
 R&B  
**CHF 25.-**



**FREITAG 31.5.2024 · 20:00 UHR**  
**CAROLINE ALVES**  
 SRF 3 BEST TALENT  
**CHF 25.-**



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

**Food & Kasse ab 18:30 Uhr**  
 Untere Bönigstrasse 35 3800 Interlaken [www.topoff.ch](http://www.topoff.ch)  
 Ein Bereich der SEEBURG-Gruppe Interlaken [www.seeburg.ch](http://www.seeburg.ch)



**BEO-Storen** GmbH  
 Heidi und Markus Fuchs  
 Renggliweg 5 Telefon 033 821 24 37  
 3806 Bönigen [www.beo-storen.ch](http://www.beo-storen.ch)

**Sonnige Wintertage,  
 wärmende Sonnenstrahlen geniessen.**

Sonnenstoren	Sonnensegel	Pergola
Wintergarten	Lamellenstoren	Rolladen
Alufensterläden	Insektenschutzgitter	Plisse

**Gerne führen wir auch Reparaturen und Tuchwechsel aus.**

**Gartenpflege & Innenbegrünung - Unsere Leidenschaft!**



**C. Zumbrunn**  
 HAUS & GARTEN

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

Telefon +41 76 421 47 70 [czumbrunn.ch](http://czumbrunn.ch)



**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**

Offertanfrage online:  
[www.boedeli-raeumungen.ch](http://www.boedeli-raeumungen.ch) Interlaken



**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 • [ao-praxis@hin.ch](mailto:ao-praxis@hin.ch) • [www.ao-praxis.ch](http://www.ao-praxis.ch)

# Schlosskeller Interlaken

Kleintheater des Kunsthhauses Interlaken



**art7 Theater**  
**«GLAMOUROSE»**

22. / 23. / 24. / 28. / 29. Februar 2024 und  
 1. / 2. / 6. / 7. / 8. / 9. / 13. / 14. / 15. / 16. März 2024  
 20.15 Uhr

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

**Vorschau März und April 2024**

**Fred Jaggi**  
 Imker, Autor und Geschichtenerzähler | Freitag, 22. März 2024 | 20.15 Uhr

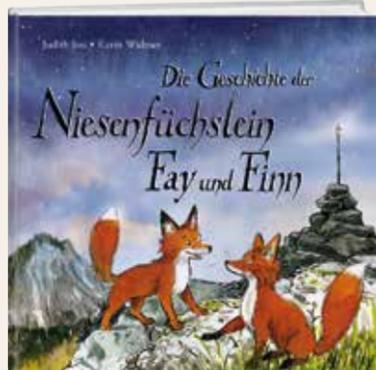
**Schlamassel**  
 Musik von unterwegs - Balkan, Klezmer & mehr | Samstag, 27. April 2024 | 20.15 Uhr

**Schlosskeller Interlaken**

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



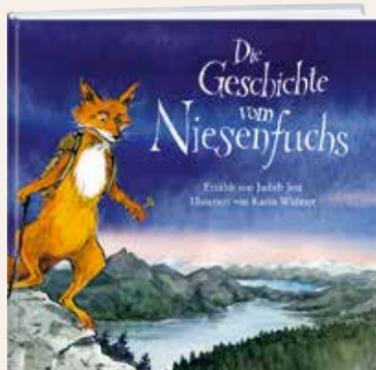
# DER NIESENFUCHS



Autorinnen: Judith Josi,  
Karin Widmer  
40 Seiten, 22,5 x 22,5 cm  
gebunden, Hardcover  
Mit 18 Abbildungen  
ISBN 978-3-03818-293-1  
**CHF 35.-**



Jetzt  
bestellen.



Autorinnen: Judith Josi,  
Karin Widmer  
40 Seiten, 22,5 x 22,5 cm  
gebunden, Hardcover  
Mit 39 Abbildungen  
ISBN 978-3-03818-139-2  
**CHF 35.-**



Jetzt  
bestellen.



Niesenfuchs Plüschtier  
**CHF 39.-**



Jetzt  
bestellen.

## Bestellung

Bitte senden Sie mir \_\_\_ Ex. «Die Geschichte der Niesenfuchslein Fay und Finn» zu je CHF 35.-, inkl. MwSt. und Versandkosten.  
ISBN 978-3-03818-293-1

Bitte senden Sie mir \_\_\_ Ex. «Die Geschichte vom Niesenfuchs» zu je CHF 39.90.-, inkl. MwSt. und Versandkosten.  
ISBN 978-3-03818-139-2

Bitte senden Sie mir \_\_\_ Ex. «Niesenfuchs Plüschtier» zu je CHF 39.-, inkl. MwSt., zzgl. Versandkosten CHF 11.-

Mit 20% Rabatt oder auch online mit dem Code: «WINTER2024».

## WEBERVERLAG.CH

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

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

Adresse \_\_\_\_\_

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

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

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

# «Züggig, urchig, gredi fuhrt»

SQ Habkern am Kulturanlass der Trinkhalle im Kleinen Rugen



Am Freitag, 23. Februar 2024, findet der beliebte Kulturanlass in der Trinkhalle am Kleinen Rugen statt. Auf dem Programm steht dieses Jahr urchige Musik: Das Schwyzerörgeli-Quartett Habkern ist im Rugen zu Gast.

Christoph Häni (Örgeli/Akkordeon), Sam Sterchi (Örgeli), Martin Mosimann (Örgeli) und Peter Gerber (Bass): Das Schwyzerörgeli Quartett Habkern sorgt am Kulturanlass der Trinkhalle im Kleinen Rugen für urchige Stimmung. «Züggig, urchig u gredi fuhrt»: neben Ländler, Schottisch und Polka dürfen auch ein Fox oder eine Schnellpolka von Christoph Häni nicht im Repertoire fehlen!

Datum Freitag, 23. Februar 2024  
Türöffnung 18.30 Uhr  
Beginn 19.30 Uhr

- Eintritt gratis
- Verpflegungsmöglichkeit ab 18.30 Uhr, während der Pause und anschliessend an das Programm: «Öppis Warms us dr Trinkhalle-Chuchi»
- Gehweg beleuchtet
- Räume gemütlich geheizt

Der Förderverein freut sich auf Ihren Besuch in der Trinkhalle und auf ein gemütliches Zusammensein!

### Ihr Anlass mit Aussicht?

Hochzeit, Geburtstag oder Familienfeier? Mieten Sie die Trinkhalle am Kleinen Rugen für Ihren Anlass! Der freie Blick auf das Jungfraumassiv sowie der Charme der traditionsreichen Räume werden auch Sie verzaubern. Die Trinkhalle kann während dem gesamten Jahr gemietet werden. Mehr Informationen zum Raumangebot und den Konditionen finden Sie unter [trinkhalle.ch](http://trinkhalle.ch)

**Trinkhalle am Kleinen Rugen**  
3800 Interlaken  
[www.trinkhalle.ch](http://www.trinkhalle.ch)

**METZGEREI AG STUCKI BÖNIGEN**  
 Tel.: 033 | 822 29 19

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

**Den ganzen Monat diverse Eintöpfe.**

**PODOLOGIE**  
 Med. Fusspflege  
 Fabienne Gafner

**FERIEN VOM**  
**23.12.2023 – 29.01.2024**

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

**VALENTINSTAG 14. Februar**

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

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

**B. Ruffel**  
 Unterseen – Interlaken  
 Seestrasse 23a  
 Crea-Zone Tel. 033 822 12 33

**Trauercafé SRK Interlaken**

In der Trauer nicht alleine bleiben und neuen Mut schöpfen, dazu schenken wir Ihnen im Trauercafé Raum und Zeit.

Das Trauercafé ist ein geschützter und konfessionsneutraler Ort mit professioneller Leitung.

**Mittwoch, 7. Februar 2024, 19 Uhr bis 21 Uhr**  
 Stadthaus Unterseen, Untere Gasse 2, 3800 Unterseen

Kostenlose Teilnahme, Anmeldung nicht erforderlich

Weitere Daten und Auskünfte unter:  
 www.srk-bern.ch oder 033 225 00 87

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

Einmaliges Wandergebiet  
 Themenweg · Monstertrotti

Winterwandern · Schiitelln  
 Schneeschuhtouren

**Isenfluh-Sulwald**

Luftseilbahn  
 Télécabine  
 Cablecar

**US** Tel. 033 855 22 49  
 www.isenfluh.ch

**Hörgeräte Ruchel**

*Hörgeräteeinpassung ist Vertrauenssache.*



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

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

Ihr zuverlässiger Partner für professionelle

**Schneeräumung**

**KONSAC**

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

**Team Sunneschyn AG**

Wir suchen in der Region Interlaken einfühlsame Mitarbeitende – zur Unterstützung älterer Menschen im Alltag. Flexible Einsatzzeiten. Stundenlohn.



Tel. 031 335 18 18  
 www.team-sunneschyn.ch

# Kindertrauergruppe im Berner Oberland



Kindertrauer ist sehr individuell und drückt sich häufig anders aus als bei Erwachsenen. Der Tod eines nahestehenden Menschen bedeutet für Kinder eine tiefe seelische Erschütterung und verändert das Leben.

In der schützenden Atmosphäre der Kindertrauergruppe können die Kinder der eigenen Trauer in all ihren Facetten Zeit und Raum geben. In der Begegnung und dem Austausch mit anderen Kindern erfahren sie Verständnis, Trost und Mut für ihren Trauerweg.

Im Spiel, beim kreativen Gestalten, Bücher hören und anschauen, in der Natur sein und beim Kochen und Essen spüren sie, dass ihre Gefühle wichtig und einzigartig sind und jeder Mensch anders trauert.

Die Kindertrauergruppe Thunersee in Spiez ist für Kinder im Alter von fünf bis 12 Jahren, welche einen Elternteil oder ein Geschwister durch den Tod verloren haben. Die Kindertrauergruppe findet einmal monatlich samstags statt.

Eine Trauergruppe für Jugendliche und eine für junge Erwachsene finden in Bern statt.

Für Schulen/Kindergarten/KiTas/ Sonderschulen ist eine Trauerbox verfügbar mit viel praktischem Inhalt und einem Leitfaden in Buchform und in leichter Sprache zu den Themen Sterben, Tod und Trauer. Die Trauerbox ist im Ernstfall sofort zur Verfügung.

**Auskunft/Anmeldung**

Kathrin Häberli  
 Trauerbegleiterin für Familien, Kinder und Jugendliche  
 www.raumfuertrauer.ch  
 079 418 28 17

**Raum für Trauer**

3700 Spiez  
 kathrin.haerberli@outlook.com  
 079 418 28 17

# Nichts Neues!

...auch im 2024 finden Sie bei uns Trendiges und Bewährtes für Gross und Klein

100 JAHRE  HEIMATWERK  
INTERLAKEN

VEREINE / VERSCHIEDENES



Nach einem kalten Skitag ein Nackenkissen mit Rapskörnerfüllung auflegen oder den Winter an der Wärme mit einem wohlriechenden Raumspray oder einem Duftöl von Aromalife geniessen.

Neu finden Sie im Heimatwerk Interlaken Naturkissen, Scrunchies, Necessaires, Taschen und andere Produkte «mit Herz» von TextilArt aus Männedorf. TextilArt ist ein Unternehmen der Stiftung Noveos. Menschen mit psychischer Beeinträchtigung finden dort einen Arbeitsplatz und stellen trendige Accessoires und praktische Alltagsgegenstände mit dem besonderen Extra her.

Neuheiten unserer langjährigen Partner sind die lustigen Neigetiere «Chamäleon» und «Anglerfisch» der Stiftung Weizenkorn in Basel und die zeitlosen Windlichter der Glasi Hergiswil. Besonders freut uns, auch im Jahr 2024 mit neuen und langjährigen Partner:innen zusammen zu arbeiten – eine Plattform für Schweizer Handwerk zu sein.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

## Öffnungszeiten Februar und März

Montag bis Freitag 09.00 bis 18.30 Uhr

Samstag und Sonntag 09.00 bis 17.00 Uhr



## Heimatwerk Interlaken

Höheweg 115

3800 Interlaken

Telefon 033 822 16 53

# Winterlaken Labyrinth

Entdecke das winterliche Labyrinth aus Weihnachtsbäumen



VEREINE / VERSCHIEDENES

Dicht aneinander reihen sich tausende Tannenbäume und in der Luft liegt der würzige Duft nach Tannennadeln. Diesen Winter steht zur Hebung der Willkommenskultur und damit zur Stärkung des Tourismusbewusstseins auf der Höhematte ein Labyrinth aus ausgedienten Weihnachtsbäumen. Eine winterlich magische Atmosphäre und zahlreiche Überraschungen erwarten dich im Winterlaken Labyrinth.

Verschlungene Holzschnitzelwege führen durch den Tannenwald bis zum aMAZement Park. Unterwegs triffst du auf überdimensionale Objekte und Elemente, die an die vielfältige Ferienregion Interlaken und das Tourismusland Schweiz erinnern. Die Wege sind mit LED-Lämpchen gesäumt. Der Begegnungsort lädt mit diversen Aktivitäten und Sitzgelegenheiten zum Verweilen und zum Austausch ein. Auf der hiesig gebauten Holzkegelbahn könnt ihr euch ein spannendes Kegel-Duell liefern oder vom Aussichtsturm das Labyrinth von oben entdecken. Was wünschst du dir fürs neue Jahr? Schreibe deinen Wunsch auf ein Zettelchen und hänge es an einen der Tannenbäume.

Das gemeinsam mit Partnern realisierte Projekt stiess bereits vor der Eröffnung auf grossen Zuspruch. Einheimische, Gäste und regionale Partner spendeten ihren

Weihnachtsbaum und leisteten damit einen wichtigen Beitrag zur Entstehung des Winterlaken Labyrinths. Die Reise der Tannenbäume ist mit dem Winterlaken Labyrinth jedoch noch nicht zu Ende. Nachdem sie die Besucher:innen erfreuten, werden sie im März an Fischereiverbände, Höfe und Tierparks zur weiteren Verwendung übergeben.

Das kostenlose Winterlaken Labyrinth ist bis Sonntag, 3. März 2024, täglich von 08.30 bis 21.30 Uhr geöffnet. Abends sorgt die Beleuchtung für eine stimmungsvolle Atmosphäre und lädt zum Besuchen, Verweilen und Geniessen ein.

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

## Interlaken Tourismus

Marktgasse 1

Postfach, 3800 Interlaken

033 826 53 00

mail@interlakentourism.ch

# Tischtennisclub Interlaken

TISCHTENNISCLUB  
INTERLAKEN

Tischtennis Jubiläums - Turnier



Der Tischtennisclub Interlaken feiert in diesem Jahr sein 50 jähriges Jubiläum. Zu diesem Anlass wird am 9. März 2024 ein Tischtennis-Plauschturnier organisiert. Zugelassen sind alle tischtennisspielfreudigen Personen ab 13 Jahren und nicht lizenzierte Spieler.

Die Veranstaltung findet in der Burgseelihalle in Ringgenberg statt. Hallenöffnung ab 10.00 Uhr. Start Plauschturnier 11.30 Uhr. Das Turnier dauert bis 17.00 Uhr. Für die Bestplatzierten gibt es bei der Siegerehrung ein Präsent.

Für die Ausrüstung wird Sportbekleidung empfohlen, Hallenschuhe sind obligatorisch. Schläger und Bälle können vor Ort bezogen werden.

Anmeldung über die Website [ttcinterlaken.jimdo.com](http://ttcinterlaken.jimdo.com) mit dem QR-Code. Die Kosten betragen Fr. 10.- pro Teilnehmer.

**Sponsoren:** AIS Computer AG, H. Gosteli AG, Bank EKI, Waldhotel-Unspunnen

**Tischtennisclub Interlaken**  
Senggigässli 28  
3800 Matten b. Interlaken

# Kunsthhaus Interlaken

VEREIN FREUNDE DES  
KUNSTHAUSES INTERLAKEN

Veranstaltungen im Februar

## Hammond Experience, Jazz, Blues & more

**Samstag, 3. Februar 2024, 20 Uhr, Barbetrieb ab 19.30 Uhr**  
Niels Frederiksen, ham-org B3 | Stephan Urwyler, git | Rolf Häsler, sax | Markus Schenk, dr. Hammond Experience spielt in der Tradition der beliebten Hammond Bands von Jimmy Smith, Charles Earland oder Joey DeFrancesco. Das Repertoire besteht aus einem spannenden Mix mit Eigenkompositionen und speziell für diese Besetzung arrangierten Stücken aus Blues, Funk und Latin.  
**Eintritt: 25.-**

## Le syndrome d'Unspunnen, Dokumentarfilm

**Samstag, 10. Februar 2024, 17 und 20 Uhr**  
**Barbetrieb vor und nach den Vorführungen**

Auf der Spur des «unsäglichen» Unspunnensteins. 220 Jahre nach seiner «Geburt», 40 Jahre nach seinem Diebstahl, 22 Jahre nach seinem Wiederauftauchen und 18 Jahre nach dem zweiten Verschwinden verfolgen zwei Filmemacher die Spur des Unspunnensteins. In einer Zeit, in der die Jüngeren glauben, dass in den Unspunnenstein geheime Zeichen eingemeisselt sind, und bevor das Gedächtnis der Älteren für immer verblasst, wollen die beiden Regisseure den Männern - und einigen Frauen - Gehör schenken, die vom Unspunnensyndrom betroffen sind.

**Regie:** Robin Erard & Samuel Chalard  
**Kollekte**

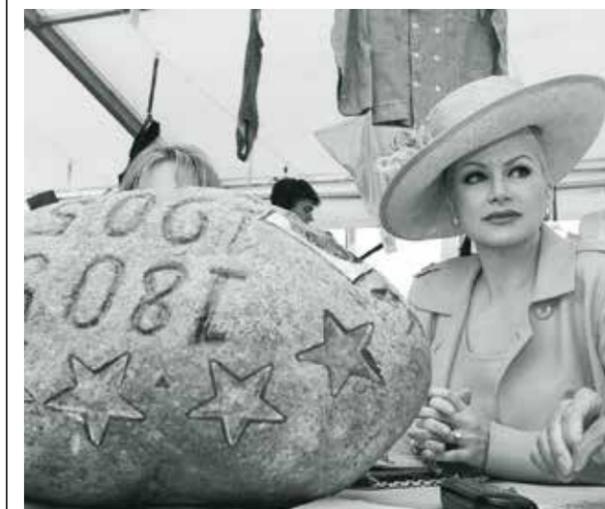
## DuoLog, Jazz im Dialog

**Samstag, 17. Februar 2024, 20 Uhr**  
**Barbetrieb ab 19.30 Uhr**

Stewy von Wattenwil, p | Alex Hendriksen, sax sind seit vielen Jahren in verschiedensten Formationen zusammen unterwegs. Nun reduzieren sie maximal. DuoLog meint Zwiegespräch, also Zuhören und Sprechen, wobei das Sprechen auch ein Flüstern oder ein Schreien sein kann. In keiner anderen Formation ist Kommunikation besser möglich als im Vis-à-Vis, unter vier Ohren quasi, vorausgesetzt sind musikalische Reife und Offenheit dem andern gegenüber. Alex und Stewy sind dazu in der Lage. Ihre Diskussionen faszinieren, sie sind melodios, spannend, und immer mit viel Geschmack.  
**Eintritt: 25.-**

## Reservationen

[info@kunsthhausinterlaken.ch](mailto:info@kunsthhausinterlaken.ch)  
033 822 16 61



*Le syndrome d'Unspunnen (Filmstills aus dem Dokumentarfilm)*

## Ausstellung:

### SCHWANDEN - SANTA MONICA

Künstlerporträts vom 19. Jahrhundert bis heute  
9. März bis 12. Mai 2024

## Kunsthhaus Interlaken

Jungfraustrasse 55  
3800 Interlaken  
041 033 822 16 61

[www.kunsthhausinterlaken.ch](http://www.kunsthhausinterlaken.ch)  
[info@Kunsthhausinterlaken.ch](mailto:info@Kunsthhausinterlaken.ch)



## Vom Drachebueb

E wahri Gschicht u Wunsch Erfüllig

Dr Drachebueb u i hei üs scho lenger kennt. Sini Läbesumständ u ne unheilbari Chrankheit hei derzue gfuehrt, dass mir geng wieder länger Telefonat hei gha. Er het mini Artikel im Bödeli Info gläse u mir hei über sis Läbe u mi Gloube gredt.

Es Läbe, wo nid nume Schöns parat het gha für nes Chind, wo Freiheit u Fröid vor allem denn het erlăbt, wes het chönne si Drache la stiege zăme mitem Vater oder ou alei. Drum der Übername Drachebueb. Ąrmschti Familie vor Schwyz het e Zytig se betitlet. Huufewys si Gabe cho, wo dFamilie nid het chönne bruuche. Ds Abhole vo Almose het sech wie ne Schand agfuehlt. Guet gmeint. Aber nid gfragt, was es würklech brucht. Die u anderi Erfahrighe hei ihri Spure hinderla u hert gmacht.

I eim vo üsne Gsprăch über sis Erlăbte une Artikel vo mir het er mir vorgschlage, doch mal drüber zschriebe über dKurvene im Läbe. Ihm isch denn scho bewusst gsi, dass er nüm mĂngi vor sech het. Simer parat, we die Letschti chunnt? Was gits ztue, we mir merke, dass zĂndi naht? Vo Versöhnig u dervo, no schöni Erinnerung zschaffe hei mir gredt. Vo de Făhler u grossem Beduure het er verzellt. U geng wieder vo Tröim, wo nid si in Erfüllig gange. Übers

Stärbe zrede het weh ta. Und es Momăntli isch er hĂssig zsi uf mi. Was bleibt mir zfrage, alls: Bisch parat?

De si die letschte zwöi Telefongsprăch cho. Was mir nid hei gwüsst. Mir hei glachet u si ărnscht gsi. U de fragt er mi: Chasch vorem AbhĂnke no für mi u mini Familie băte? Das het mi überrascht u gfröit. U de isch eis vo de letschte WhatsApp cho: I gloube. Unes Lied über dSehnsucht nachem Vater, nach Wyti u Heicho.

I bi gar nid gĂrn im Spital. D Grŭch dert us ElĂnd... Aber dasmal ischs ganz anders gsi. Intensivstation, unfassbari Ruch, ũbernatũrliche Friede bim Bett vom Drachebueb. U es isch mir gsi als ghörti Gott wo seit: «Es isch alles guet.» Die letschti Kurve isch cho. D Frag bleibt: Bisch parat? I gloube. Es git e Gott, wo si Sohn Jesus Christus het hăre gĂ, damit alli, wo a ihn gloube, ewigs Lăbe hei. Drum: Uf Wiederluege, Drachebueb.



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



## Öffentlicher Vortrag «Gewaltfreie Erziehung»



Im Futura Unterseen, 15. Februar, 19.30 Uhr

Die Referentin Sarah Schweizerhof beschäftigt sich seit über 20 Jahren mit Themen der Kindererziehung. Mit ihr entdecken wir, wie Kinder sich Wissen aneignen, wie sie lernen und sich entwickeln. Die Unterschiede zwischen Strafe und konsequentem Verhalten werden beleuchtet und Auswirkungen auf die Kinder und auf uns aufgezeigt. Kostenlos.

### Wir haben freie Plätze in diesen Gemeinden:

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

**Wir suchen dringend Kinderbetreuerinnen zwischen 20 und 60 Jahren in Wilderswil für 2-3 Tage pro Woche, in Bönigen jeweils am Montag und in Meiringen nach Absprache. Auch in allen anderen Gemeinden im östlichen Berner Oberland suchen wir neue Kinderbetreuerinnen.**



**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

# Unser aktuelles Kursangebot – sind Sie dabei?

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

## Praktisch / Kreativ / Handwerk

- Mandala – Dot Art Grundlagen  
Dienstag, 6. Februar, 18.30 Uhr, Meiringen
- Mandala – offene Werkstatt – nur nach Besuch Grundkurs  
Donnerstag, 14. März, 18.30 Uhr, Meiringen
- Frühlingsblütenzauber in Keramik –  
gestalte Blumenschmuck  
2x ab Samstag, 2. März, 9.00 Uhr, Meiringen
- Kreativ mit Beton – giesse deine Idee in Form  
Montag, 4. März, 9.00 Uhr, Innertkirchen oder  
Samstag, 9. März, 9.00 Uhr, Innertkirchen
- Papier-Windlichter – «Marina Licht» herstellen & gestalten  
Donnerstag, 7. März, 18.30 Uhr, Meiringen
- Frühlings- / Osterdeko aus Naturmaterialien  
Mittwoch, 13. März, 8.30 Uhr, Brienz oder  
Mittwoch, 13. März, 14.00 Uhr, Brienz
- Makramee knüpfen  
Freitag, 5. April, 08.30 Uhr, Meiringen
- Hand- und Brushlettering – Grundkurs  
Dienstag, 6. Februar, 18.30 Uhr, Meiringen oder  
Donnerstag, 7. März, 18.30 Uhr, Meiringen
- Sketchnotes – Zeichnen / Gestalten / Visualisieren  
Freitag, 1. März, 18.30 Uhr, Meiringen
- NEU Oster Lettering / Sketchnotes / Doodles  
Donnerstag, 14. März, 18.30 Uhr, Meiringen
- Workshop Zeichnen, Skizzieren und Bemalen  
5x ab Mittwoch, 21. August, 19.00 Uhr, Meiringen
- NEU Schreinerkurs  
Dienstag/Mittwoch, 12./13. März, 8.30 Uhr, Meiringen
- Handhabung Motorsäge  
Samstag, 23. März, 8.00 Uhr, Meiringen

## Informatik / neue Medien

- Eigene Website mit Jimdo gestalten  
Mittwoch, 1. Mai, 19.00 Uhr, Meiringen
- NEU Arbeiten an der eigenen Jimdo-Website  
Mittwoch, 22. Mai, 19.00 Uhr, Meiringen

## Natur

- Evolution – einfach erklärt  
2x ab Donnerstag, 29. Februar, 18.30 Uhr, Meiringen

## Arbeitswelt / Kommunikation

- Steuererklärung ausfüllen – Privatpersonen  
Dienstag, 6. Februar, 18.30 Uhr, Meiringen
- Steuererklärung ausfüllen – Privatpersonen  
Donnerstag, 8. Februar, 18.30 Uhr, Meiringen

Mitglieder der Raiffeisenbank Region Haslital-Brienz erhalten bei beiden Kursen 50% Ermässigung!

- Rechnungsrevision im Verein – Grundlagen  
Mittwoch, 7. Februar, 19.15 Uhr, Meiringen
- NEU Stilsicher Schreiben  
3x ab Dienstag, 27. Februar, 18.45 Uhr, Meiringen
- NEU Social Media für Vereine und KMU  
3x ab Dienstag, 26. März, 18.45 Uhr, Meiringen

## Gesellschaft / Musik

- Gemeinsames Musizieren 60+  
6x ab Dienstag, 6. Februar, 16.00 Uhr, Meiringen
- Was muss ich wissen bevor (m)ein Hund einzieht  
Montag, 5. Februar, 19.30 Uhr, Meiringen oder  
Freitag, 3. Mai, 19.30 Uhr, Meiringen

- NEU Weinkurs  
Freitag, 22. März, 19.00 Uhr, Meiringen

- NEU Freies und lebendiges Erzählen – mit Barbara Luchs  
Samstag/Sonntag, 16./17. März, 9.00 Uhr, Meiringen

## Gesundheit

- NEU Homöopathie bei Grippe und Erkältung  
Donnerstag, 8. Februar, 19.00 Uhr, Meiringen

## Sprachen

- Italienisch A1 – per il viaggio e le vacanze  
10x ab Donnerstag, 15. Februar, 19.00 Uhr, Meiringen

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

## Aktuelles Kursprogramm



## Information und Anmeldung

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



# Finden Sie die Unterschiede

Im Bild rechts sind 7 Unterschiede zum linken Bild versteckt.



Foto: Doris Wyss, Weber Verlag AG

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

Einsendeschluss: Donnerstag, 8. Februar 2024

## Lösung Januar



**Gewinner\*in**  
Christine Stucki, Bönigen

## Gewinnen Sie!

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

## Wärmt, lockert und lindert

Die Chinamed Emulsion eignet sich  
bei Muskelerkennungen,  
Muskelverhärtungen und Rückenschmerzen.



**Chinamed Emulsion**  
250 ml  
CHF **32.90**

**STEDTLI**  
**APOTHEKE DROGERIE**



Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.  
Bitte lesen Sie die Packungsbeilage. DR. BÄHLER DROPA AG

Hauptstrasse 9, 3800 Unterseen  
Telefon 033 822 80 40

# Tiere suchen ein Zuhause

Der Tierschutzverein Interlaken sucht für Verzichttiere ein neues Zuhause.



**Tierschutzverein**  
Interlaken-Oberhasli



### Kätzin Nala

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

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

### Kätzin Sina

- Schwarz
- Ca. 11-jährig
- Leukosegetestet, vollständig geimpft, kastriert, gechippt

Sina ist eine liebe und sehr ruhige Kätzin. Sie mag Streicheleinheiten und würde gerne zu ruhigen Katzenfreunden zügeln, die viel zuhause sind und ihr späteren Freilauf in einer grünen Gegend ermöglichen können.

### Katzenfamilie (2 männliche und 3 weibliche Katzen)

- Tricolor, rot, rot/weiss
- 11 und 12jährig
- Leukosegetestet, vollständig geimpft, kastriert, gechippt

Leider ist es dem Besitzer der 5 lieben und ruhigen Büsis aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr möglich sie zu betreuen. Sie sind sehr lieb zueinander und auch zutraulich zu ihnen vertrauten Menschen. Kinder und andere Haustiere kennen sie nicht und haben Angst vor ihnen. Sie möchten gerne in einen ruhigen Haushalt ziehen, wo man viel zuhause ist und sie viele Streicheleinheiten bekommen. Da sie in der Gruppe gelebt haben, wäre es sehr traurig wenn sie einzeln in ein neues Zuhause umziehen müssten. Sie sollten weiterhin zu zweit oder zu dritt leben dürfen.

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

**Jetzt mit TWINT spenden!**

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

### Kontakt

Katzenauffangstation TSVI Gisela Hertig, 3806 Bönigen  
033 823 80 08, info@giselahertig.ch  
Weitere Katzen, die ein Zuhause suchen, finden Sie unter:  
[www.tierschutz-interlaken.ch](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

Ver-eins-regel, Statut	Stütze am Tisch oder Stuhl	Ort im Berner Oberland	Grenz-fluss Bern-Freiburg	Insel-euro-päerin	int. Raum-station (Abk.)	Abk.: Satellit	Europ. Weltraum-organisa-tion (Abk.)	Ferien-ort im Berner Oberland	Mus	Abk.: Minute
Vertei-digung			12	Wolf in der Fabel						10
Halb-wüchsi-ger (engl.)				Inhaf-tierter				6	Musik-werk (lat.)	
Kapital-erträge					Kranken-haus-abtei-lung	1				
Atmungs-organ	CH-Sport-reporter-legende (Karl) †		frz.: Feuer					9		
Sitz vieler UN-Orga-nisationen										
Gewin-nung von Boden-schätzen	Fördern von Boden-schätzen		Gestalt aus «1001 Nacht» (2 W.)							
wohl-erzogen	Zeit der Hellig-keit		ägypt. Pyra-miden-stadt							
weibl. Kosename	2			Walliser Mundart-sängerin	Abk.: Schweiz. Bundes-bahnen	Muskel-zucken	Sing-vogel			
				Form von: sein			Fisch-fang-gerät			3
Auspuff-ausstoss	ugs.: Kanton Bern							Abk.: Regie-rung		
Staat der USA			5	kurz: Alpha-bet		4	dt. Dichter (Heinrich) † 1856			

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 CHF 50.-

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

Teilnahmeschluss: Donnerstag, 8. Februar 2024  
Die Lösung finden Sie in der nächsten Ausgabe.

Lösungswort Januar: Lesefreude  
Gewinner\*in: Anthony Klein, Gsteigwiler

### Lösungswort Kreuzworträtsel Februar 2024

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

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

# Wer ist unsere Februar-Person aus Brienz?



Foto Schenk Inh. Nicole Müller 3800 Unterseen

## Gewinnen Sie!

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

Die unabhängigen Drogisten am Brienzensee:



### Drogerie Hänni

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



### Beni Drogerie Brienz

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

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

Einsendeschluss: Donnerstag, 8. Februar 2024  
Die Gewinner\*innen werden im nächsten Heft veröffentlicht.

## Auflösung Wettbewerb Januar:

Die gesuchte Person war:  
Tim Fankhauser, Brienz

## Herzliche Gratulation den Gewinner\*innen:

Lukas Geringer, Matten  
Laura Affolter, Brienz  
Robin Zimmermann, Brienz  
Daniel Ritschard, Matten

◆ BETTEN ◆

Foto: ©Christian Fischbacher Co. AG

◆ BÖDEN ◆

Foto: Hain

◆ VORHÄNGE ◆

Foto: ADO Goldkante

# ◆ FLÜBO ◆

Haus für schönes Wohnen

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

# Veranstaltungen

## Februar 2024

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

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

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



## AUSSTELLUNG, FÜHRUNG

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

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

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

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

Jeden Mittwoch, and Samstag  
**Crystallos**  
14.00 bis 17.30 Uhr  
Crystallos, Schmockenstrasse 164,  
Beatenberg  
www.crystallos.ch/de/home

Jeden Sonntag  
**TOURISMUSEUM**  
14.00 bis 17.00 Uhr  
Tourismuseum, Obere Gasse 26,  
Unterseen  
www.tourismuseum.ch

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

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

Täglich  
**Faszination Alpen**  
10 bis 20 Uhr  
Hotel Alpenruh,  
3825 Mürren  
www.urwyler-hansueli.ch

Mittwoch bis Sonntag  
**Wasser, Schnee und Wolken**  
13 bis 18 Uhr  
JungfrauPark Interlaken  
Obere Bönigstrasse 100,  
Matten b. Interlaken  
www.urwyler-hansueli.ch

Donnerstag und Freitag  
**Anmut, Feuer und Farben**  
16 bis 18 Uhr  
Galerie IHB Spectrum  
Postgasse 16,  
3800 Interlaken  
www.urwyler-hansueli.ch

Donnerstag, 1. bis  
Sonntag, 4. Februar  
**Stille Zeit 2024 -  
Galerie Kunstsammlung Unterseen**  
Donnerstag und Samstag, 15 bis 18 Uhr  
Freitag, 18 bis 20 Uhr  
Sonntag, 11 bis 16 Uhr  
Stadthaus Unterseen,  
Dachstock-Galerie,  
Untere Gasse 2, Unterseen  
www.kunstsammlung-unterseen.ch

## GASTRONOMIE, KULINARIK

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

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

Samstag, 17. Februar  
**Racletteabend des Tambouren-  
vereins Sigriswil-Beatenberg**  
ab 18.00 Uhr  
Kongress-Saal Beatenberg,  
Beatenberg  
www.tambouren-sigriswil-  
beatenberg.ch

## GÄSTEEXKURSION, KINDERPROGRAMM

Samstag, 10., 24. Februar  
**Schnupperkurs Langlauf 2024**  
11.00 bis 13.00 Uhr  
Lombachalp, Habkern  
www.habkern.ch

Samstag, 17. Februar  
**Schnupperkurse  
Schneesuhwandern 2024**  
11.00 bis 13.00 Uhr  
Lombachalp, Habkern  
www.habkern.ch

Freitag, Samstag, 23., 24. Februar  
**Vollmond-Schneeschuhtouren  
2023/2024**  
ab 18.00 Uhr  
Lombachalp, Habkern  
www.habkern.ch

## MUSIK

Freitag, 2. Februar  
**Das gesamte Orgelwerk von  
Johann Sebastian Bach**  
ab 19.00 Uhr  
Schlosskirche Interlaken,  
Schlosstrasse 1, Interlaken  
www.schlosskirche.ch

Samstag, 3. Februar  
**«Songs meet young Pop» - Musik  
aus Musical, Film und Pop**  
19.00 bis 20.30 Uhr  
Aula Gymnasium Interlaken  
www.chorgemeinschaft-unterseen.ch

Sonntag, 4. Februar  
**Geselliger Tanznachmittag  
mit Musiker Ueli**  
14.00 bis 17.00 Uhr  
Restaurant Alpenrose,  
3858 Hofstetten

Freitag, 2. Februar  
**Café del Mundo  
«Guitarize The World»**  
ab 20.15 Uhr  
Stadtkeller Unterseen,  
Stadthausplatz, Unterseen  
www.stadtkeller-unterseen.ch

Freitag, 16. Februar  
**NNAVY**  
20.00 bis 22.00 Uhr  
TOPOFF Restaurant und Kulturzentrum,  
Untere Bönigstrasse 35, Interlaken  
www.seeburg.ch

Samstag, 17. Februar  
**InterLachen Party '24 -  
mit DJ Duo Moser & Schelker**  
21.00 bis 1.00 Uhr  
Congress Kursaal Interlaken,  
Konzerthalle, Strandbadstrasse 44,  
Interlaken  
www.congress-interlaken.ch

Freitag, 23. Februar  
**Eliane - GIESSBACH SESSION**  
ab 20.30 Uhr  
Grandhotel Giessbach,  
Giessbach, Brienz BE

Jeden Donnerstag  
**Karaoke @ Frankie's**  
ab 20.00 Uhr  
Frankie's Bar, Kammstrasse 11,  
Interlaken  
www.frankies-interlaken.ch

Jeden Mittwoch  
**Jam Session @ Frankie's**  
ab 20.00 Uhr  
Frankie's Bar, Kammstrasse 11  
Interlaken  
www.frankies-interlaken.ch

## SPORT

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

Samstag, 3. Februar  
**BBO-Familienskirennen**  
Informationen bei Brienz Tourismus  
info@brienz-tourismus.ch

Samstag, 24. Februar  
**Nacht-Parallelschlalom**  
Start 17.00 Uhr  
Hüttbodenpiste  
www.jo-axalp.ch

## THEATER, BÜHNE

Mittwoch, 14. Februar  
**InterLachen '24 präsentiert  
Kaya Yanar mit Hör ufi!**  
20.00 bis 22.15 Uhr  
Congress Kursaal Interlaken,  
Auditorium, Strandbadstrasse 44,  
Interlaken  
www.congress-interlaken.ch

Donnerstag, 15. Februar  
**Theater 3./4. Klasse**  
ab 20.00 Uhr  
Kongress-Saal Beatenberg,  
Beatenberg  
www.schule-beatenberg.ch

Donnerstag, 15. Februar  
**InterLachen '24 präsentiert:  
Helga Schneider - Sweet & Sauer**  
20.00 bis 22.15 Uhr  
Congress Kursaal Interlaken,  
Theatersaal, Strandbadstrasse 44,  
Interlaken  
www.congress-interlaken.ch

Freitag, 16. Februar  
**InterLachen Mixed Show '24**  
20.00 bis 22.15 Uhr  
Congress Kursaal Interlaken,  
Konzerthalle, Strandbadstrasse 44,  
Interlaken  
www.congress-interlaken.ch

Samstag, 17. Februar  
**InterLachen '24 präsentiert  
Markus Krebs - Best of Markus Krebs**  
ab 20.00 Uhr  
Congress Kursaal Interlaken,  
Auditorium, Strandbadstrasse 44,  
Interlaken  
www.congress-interlaken.ch

Donnerstag bis Samstag  
22. bis 24. und 29. Februar  
**art7 Theater - «GLAMOUROSE»**  
ab 20.15 Uhr  
Schlosskeller Interlaken,  
Kleintheater des Kunsthauses Interla-  
ken, Schloss 7a,  
Interlaken  
www.schlosskeller.ch

Freitag, 23. Februar  
**Christoph Simon «Strolch»**  
ab 20.15 Uhr  
Stadtkeller Unterseen,  
Stadthausplatz, Unterseen  
stadtkeller-unterseen.ch

## VERSCHIEDENES

Montag bis Sonntag  
**Hot Pot Brienz**  
17.00 bis 22.00 Uhr  
Cholplatz Brienz  
www.hotpot-brienz.ch

Montag bis Sonntag  
**Natureisbahn Brienz**  
Bei guter Witterung täglich  
13.30 bis 17.30  
und Mittwoch/Freitag/Samstag, 19.00  
Uhr bis 21.00 Uhr  
Informationen Tourist Info Brienz  
Die Natureisbahn kann nur bei  
eiskalten Wetterverhältnissen  
präpariert werden

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

Samstag  
**Fair-tret-bar Biomarkt**  
Samstag, 8.30 bis 12.00 Uhr  
Schorenstrasse 1, 3855 Brienz



## 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, Doris Wyss,  
Nikita Zenhäusern, Salomé Mettler, Gwattstrasse 144,  
3645 Gwatt, Tel. 033 336 55 55, Fax 033 336 55 56,  
boedeli-info@weberverlag.ch

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

Samstag, 3. und Sonntag, 4. Februar  
**Lottomatch vom Trychler-Club  
Unterseen**  
Samstag 16 bis 22 Uhr  
Sonntag 14 bis 18 Uhr  
Restaurant Stadthaus, Unterseen

Mittwoch, 7. Februar  
**Trauercafé SRK - Unterseen**  
19 bis 21 Uhr  
Stadthaus Unterseen,  
Untere Gasse 2, Unterseen  
www.srk-bern.ch

Samstag, 10. Februar  
**Mobilier-Schlittelrennen**  
Anmeldung: 15.00 bis 16.00 Uhr  
Start: 17.00 Uhr  
www.axalp.ch

Freitag, 2. Februar  
**Familientreff Beatenberg**  
9.00 bis 11.00 Uhr  
Pavillon Wydi, Spirenwaldstrasse 302,  
Beatenberg

Sonntag, 4. Februar  
**Kirchensonntag**  
ab 9.45 Uhr  
Evang.-ref. Kirche Beatenberg,  
Spirenwaldstrasse 197, Beatenberg  
www.kirchebeatenberg.ch

Montag, 19. Februar  
**Multimedia Show:  
Solatrike II, Asien & Australien**  
18.00 Uhr  
Ref. Kirchgemeindehaus Matten,  
Matten  
www.d-t-b.ch

Samstag, 24. Februar  
**Startabend 8. Riedbode Partnerjass**  
ab 19.30 Uhr  
Gasthaus Riedboden,  
Riedboden 242, Beatenberg  
www.riedboden.ch

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



Jetzt die Apps  
herunterladen!



gedruckt in der  
schweiz

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

Titelseite Marc Baumann  
Foto Bruno Petroni

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

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

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

# Kinder? Karriere? Vielleicht keins von beidem

Weil Lebensentwürfe so aussehen dürfen, wie du es möchtest



Tina Heiniger  
Thun

Ich will keine Kinder, wollte nie welche. Ich weiss, dass ich damit nicht alleine bin. Aber bis heute fühlt es sich als Frau in den Dreissigern immer noch so an, als müsste die Entscheidung, kinderfrei zu bleiben, jeweils erklärt werden. Spätestens aber wenn ich darüber spreche, dass mir Lohnarbeit und Karriere nicht viel bedeuten, wird das Gegenüber meistens stutzig. Schliesslich ist es doch so, dass frau nur dann auf Kinder verzichtet, wenn sie diesen Urwunsch opfert, um in der Arbeitswelt richtig durchzustarten. Eins vorweg, für mich funktioniert das wunderbar, also das mit dem Verzicht, auf beides, Kinder und die klassische Karriere.

## Von der Freiheit sich nur auf sich zu konzentrieren

Ich habe das Privileg eines schönen Daheims und eines sehr angenehmen Jobs, der mir durchaus Freude bereitet. Aber ich habe immer gesagt, dass ich arbeite, um zu leben

und nicht umgekehrt, denn zwei Dinge haben mich nie sonderlich interessiert: Kinder und klassische Karriere. Versteht mich nicht falsch, ich empfinde grössten Respekt gegenüber Leuten, die sich für Kinder entschieden haben und es ist skandalös, dass sich in der Schweiz bis heute Kinder und eine klassische Karriere, vor allem für Frauen, so schlecht vereinbaren lassen. Ich bewundere die Geduld, den Durchhaltewillen und das Ausharren von Eltern und ich wünsche mir für Familien und Frauen überall auf der Welt, dass Kitaplätze bezahlbar sind und Carearbeit anerkannt wird. Ich werde aber nicht weiter über Familien mit Kindern schreiben, weil ich ihnen keine Stimme geben kann. Was ich aber kann, ist es, Frauen, welche keine Kinder möchten, eine Stimme zu geben. Es ist okay, in unserer leistungsorientierten Gesellschaft nichts von all dem zu wollen. Wir müssen uns nicht gegen Kinder und für eine Karriere entscheiden. Die Entscheidung, nichts von beidem zu wollen, ist absolut valide. Das System, in dem wir leben, ist oft nicht gut zu uns, und manchmal ist es halt so, dass tägliche Dinge wie Zähneputzen, duschen oder was Anständiges zu Essen kochen grosse Herausforderungen sind. Du musst keine super boss bitch werden, welche sich in der Arbeitswelt durchsetzt, und du musst auch nie ein Kind zur Welt bringen. Das ist okay und es sollte selbstverständlich sein, dass du dich nicht jedes verdammte Mal erklären musst.

Looking at you, unangenehmer Arbeitskollege, der nicht beim Namen genannt werden darf.

## Ich baue kein Haus, pflanze keinen Baum und ich kriege keine Kinder

Mein Herz gehört den schönen Dingen dieser Welt. Ich liebe das Erkunden schöner Plätze, gutes Essen, erfüllende Gespräche, meine Lebensmenschen und Hunde. Ich liebe es, Dinge von Hand zu erzeugen. Ich mag es, dass ich hübsche Sachen erschaffen kann. Egal, ob schreiben, zeichnen, malen, drucken oder modellieren. Mich macht es glücklich,



wenn ich sehe, dass ich selbst etwas geschaffen habe. Auch wenn sich diese kleinen Kunstwerke, welche mindestens für mich eine grosse Bedeutung haben, schlecht kapitalisieren lassen. Ich hatte bereits das Privileg, einige meiner Werke verkaufen zu können. Aber am Ende des Tages ist dies nicht von Bedeutung, denn ich schaffe diese Gegenstände nur für mich. Ich habe mich zwar dagegen entschieden ein Haus zu bauen oder Kinder zu kriegen, aber trotzdem möchte ich ganz kleine Fussspuren hinterlassen, auch wenn dies nur mit einem Bild ist, dass vielleicht in 50 Jahren jemand für CHF 5 auf einem Trödelmarkt kauft. Denn am Ende des Tages zählt nicht mein potenzielles Vermächtnis, sondern die Zeit, welche ich auf diesem Planeten habe, und glaubt mir, die nutze ich.

«Wir sind nicht kinderlos, wir sind kinderfrei»

- Unbekannt



*Goldschmiede Habluetzel*

Seit 1997

