

BÖDELL INFO

26. JAHRGANG
SEPTEMBER 2023

A portrait of a young man with dark, wavy hair, wearing black-rimmed glasses and a maroon polo shirt. He is smiling slightly and looking towards the camera. The background is a blurred green, suggesting an outdoor setting with trees.

Jeremy von Allmen

«Online-Marketing ist eine der effizientesten
Marketing-Massnahmen.»

SEITE 6

Kabelfernsehen
Bödeli



NEU Produkte
& Preise

Wir beraten Sie
gerne – persönlich.

jetzt entdecken

033 827 01 01 | www.kabelfernsehen.ch



Effizient, neugierig und Lösungsstark

Online-Marketing und einen digitalen Rekrutierungsprozess für die Moser-Baer AG – eine erfolgreiche Partnerschaft mit vonMedia.

In einer Welt, in der innerhalb von 60 Sekunden Unmengen an Online-Aktivitäten stattfinden, benötigt es Expertise und pragmatische Umsetzungen im Online-Marketing. Deswegen zählt die Moser-Baer AG bei zukunftsweisenden Innovationen im digitalen Zeitalter auf vonMedia.

Die Online-Präsenz von Unternehmen hat einen entscheidenden Einfluss auf ihren Erfolg und macht damit Online-Marketing unschätzbar wertvoll. Wir haben diesen Trend erkannt und erfolgreich in unsere Marketingstrategie integriert. Dabei spielte die enge Zusammenarbeit mit vonMedia für uns eine Schlüsselrolle.

Die Entscheidung, mit vonMedia und insbesondere Geschäftsführer Jeremy zusammenzuarbeiten, war ein Wendepunkt für unser Unternehmen. Seine Expertise und Präzision hat uns bei der Umsetzung diverser Projekte, sei es z.B. im Bereich Google Ads oder in der Digitalisierung unseres Rekrutierungsprozesses, enorm unterstützt. Die Einführung von TikTok hat z.B. zu einer erheblichen Steigerung der Online-Präsenz und äusserst positiver Resonanz geführt.

Die klare Positionierung vonMedia's in ihren Fachgebieten ist für mich ein klarer Pluspunkt. Sie sind für mich ein Partner, auf den ich jederzeit zählen kann. Entscheidend ist, online so präsent zu sein, dass man offline über uns spricht und

sagt: «Kennst du die? Die machen coole Sachen!» Genau das schafft vonMedia – sie sind am Puls der Zeit und ermöglichen uns, diese Erfolgsgeschichte zu schreiben.

Die Zusammenarbeit mit vonMedia ist ein Paradebeispiel für strategisches Performance-Marketing, das zu nachhaltigem Erfolg führt. Ihre pragmatische Herangehensweise und schnelle Kommunikation machen sie zum starken Partner. Als CMO in einem 85 Jahre alten Traditionsunternehmen, empfehle ich jedem Unternehmen eine solche Zusammenarbeit. Ihre Fachkenntnisse und die Bereitschaft zur Innovation halten uns an der Spitze der digitalen Entwicklung.

«Die vonMedia AG ist
unser verlängerter
Arm im Online-
Marketing.»

Reto Moser
Head of Marketing & Communication
Moser-Baer AG



GONG TCM

Praxis für chinesische Medizin

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

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

Von den Zusatzversicherungen
der Krankenkassen anerkannt.

GUTSCHEIN

für eine kostenlose Zungen- und
Puls-Diagnose.

(Gültig für 1 Monat ab September 2023)



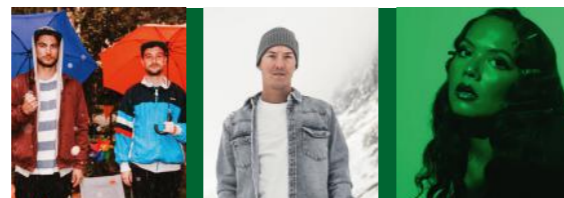
Sonetik GOhear-on, das Mini-Hörgerät
mit maximalem Klangerlebnis.



Melden Sie sich jetzt
zum gratis Hörtest an.



Apotheke Dr. Portmann AG
Höheweg 4, 3800 Interlaken
Tel. 033 828 34 34



FREITAG, 1.9.2023 · 20:00 UHR

THE CAVERS

FREITAG, 27.10.2023 · 20:00 UHR

MATTIU

FREITAG, 3.11.2023 · 20:00 UHR

CAROLINE ALVES

FOOD & KASSE
AB 18:30 UHR



Tickets www.ticketino.com

Hotline 0900 441 441 (CHF 1.-/Min.)

oder in einer von 1600 Vorverkaufsstellen

Food & Kasse ab 18:30 Uhr

Untere Bönigstrasse 35 3800 Interlaken www.topoff.ch

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



Pensioniert? Lust mitzuarbeiten?



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

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



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



Inhalt

EDITORIAL

3 Reto Moser

INTERVIEW

6 Jeremy von Allmen
«Online-Marketing ist eine
der effizientesten Marketing-
Massnahmen.»



PUBLIREPORTAGE

- 11 Rexhepi AG
Attraktive Berufslehre
bei der Rexhepi AG
- 13 Goldschmiede Krauss
Aufstrebende Goldschmiedin
mit glänzender Zukunft
- 15 Regionale Energieberatung
Oberland-Ost
Leuchtmittel-Verbote -
welche trifft's?
- 17 Industrielle Betriebe
Interlaken AG
LADESTROM

INFOSEITE

- 18 Peak AthleticS
Reduziert aufs Maximum!
- 21 PURPUR Bioladen
Der PURPUR Bioladen:
Und es geht weiter ...
- 23 Rugenbräu AG
Die Rugenbräu AG in Zahlen
- 25 Urfer Optik AG
Klare Herbsttage -
revolutionäre Fernoptik
- 27 Zurbuchen Plattenbeläge
und Ofenbau AG
Keramik - Ideal für Familien!

- 29 Stedtli Apotheke Drogerie
Das metabolische Syndrom
oder «das tödliche Quartett»
- 31 frutiger & sarbach
Das Halswirbelsäulen-
Syndrom
- 33 H. Gosteli AG
Gartenbau:
Abteilung Unterhalt



- 35 Daniel Rolli Finanzplanung
Der Finanzplanungs-Tipp
- 37 claro Weltläden
Mangos für eine
bessere Perspektive
- 39 Krebser AG
Buch-Tipp

KULTUR

- 40 Die Kulturbeutel
- 45 art7theater
- 46 Interlaken Tourismus



- 47 Botanischer Alpengarten
Schynige Platte
- 48 Tell-Freilichtspiele Interlaken
- 49 Schlosskeller Interlaken
- 50 Verein Spiezzer Läset-Sunntig

MUSIK

- 53 Haus der Musik

AUSSTELLUNG

- 54 Kunsthaus Interlaken
- 55 Kunstsammlung Unterseen
- 56 Alte Pinte Bönigen

KIRCHE

- 57 Pfimi Interlaken

FAMILIE

- 59 Kinderbetreuung
Interlaken Oberhasli

KURSE

- 61 Volkshochschule
Haslital/Region Brienz

SPORT

- 62 Curling Club Interlaken

VERSCHIEDENES

- 63 Chäsmärt Habkern



- 65 Berner Heimatschutz -
Interlaken Oberhasli
- 66 Spiez Marketing AG
- 67 Die Mitte

UNTERHALTUNG

- 58 Suchspiel
- 64 Kreuzworträtsel
- 68 Wer ist unsere
September-Person?
- 69 Tiere suchen ein Zuhause
- 70 Veranstaltungen
- 74 Kolumne



Jeremy von Allmen im Büro der vonMedia AG in Unterseen.

«Online-Marketing ist eine der effizientesten Marketing-Massnahmen.»

Jeremy von Allmen ist Co-Founder und Geschäftsführer der Online-Marketing-Agentur vonMedia AG in Unterseen und Pfäffikon SZ. Im Interview erzählt er, wie Unternehmen ihre Online-Auffindbarkeit sicherstellen können.

Jeremy, kannst du zum Einstieg ganz allgemein kurz erläutern, was im Bereich Digital Marketing geleistet werden sollte?

Das Wichtigste für Unternehmen ist, ihre Auffindbarkeit sicherzustellen. Wenn jemand nach einem Produkt, einer Dienstleistung oder einer offenen Stelle sucht, will man als Unternehmen gefunden werden.

Das bedeutet heutzutage vor allem, dass Unternehmen in der Google-Suche oder in Sozialen Medien, wie zum Beispiel LinkedIn und Instagram, gefunden werden. Aber auch TikTok, YouTube und Facebook sind relevant. In den letzten Jahren konnte ich immer wieder beobachten, dass Unternehmen in diesem Bereich vieles nicht richtig machen.

Man muss versuchen, die Auffindbarkeit so gut wie möglich und so einfach wie möglich sicherzustellen.

Welche Strategien und Massnahmen lohnen sich, um die Auffindbarkeit sicherzustellen?

Auf der Google-My-Business-Seite kann ein Unternehmen seine Dienstleistung oder sein Produkt mit einem kostenfreien Eintrag anpreisen. Die hinterlegten Informationen und Bilder erscheinen dann bei der Google-Suche. Je detaillierter und sorgfältiger ein Unternehmen diesen Eintrag pflegt, desto besser die Ergebnisse. So kann beispielsweise ein lokaler Händler, wenn richtig und korrekt aufgesetzt, bereits einen ansprechenden, professionellen Ersteindruck bewirken

und hat die Chance, ohne Geld auszugeben, in der Google-Suche weit vorne zu erscheinen. Eine weitere Massnahme sind Firmenverzeichnisse. Es gibt unzählige und viele davon sind gratis. Der nächste Schritt sind Instagram-, Facebook- und LinkedIn-Profilen - auch diese stellen einen ansprechenden Ersteindruck sicher und dienen als eine Art digitale Visitenkarte.

Der nächste Schritt und wohl eine der effizientesten Online-Marketing-Massnahmen sind dann kostenpflichtige Google Ads. Ein lokales Geschäft kann bereits mit 200 Franken im Monat eine grosse Visibilität sicherstellen. Klar, man investiert etwas, aber man kann mit schon sehr wenig Budget sehr viel

erreichen - das vergessen viele. Was viele auch unterschätzen oder noch nicht kennen, sind sogenannte Retargeting-Kampagnen. Es geht darum, Personen, die bereits die Unternehmenswebseite oder das Social-Media-Profil besucht haben, über verschiedene Kanäle nochmals mit Werbung zu bespielen, und somit sicherzustellen, dass diese Personen wieder angesprochen werden.

Das erhöht die Wahrscheinlichkeit drastisch, dass diese bei der Firma nach dem Produkt oder der Dienstleistung fragt. Denn üblicherweise brauchen wir sicher sieben Berührungspunkte, bis wir einen Kauf oder eine Kontaktaufnahme tätigen. Hier sind Google Ads, insbesondere Anzeigen im Google-Display-Netzwerk und Social-Media-Anzeigen besonders gut geeignet. Sie sind kosteneffizient und äusserst effektiv.

Je nach Firma empfehle ich die Google-Display-Anzeigen und Facebook- sowie Instagram-Kampagnen. Aber auch LinkedIn, YouTube oder TikTok können effizient sein. Welche Kanäle man als Unternehmen auswählen sollte, hängt stark von der Branche und der Zielgruppe ab. Gerne mache ich bei dieser Gelegenheit auf unser kos-

«Für potenzielle Kunden muss es so einfach wie möglich sein, ein Unternehmen online zu finden.»

tenfreies Angebot, die Online-Marketing-Analyse, aufmerksam. Hierbei analysieren wir den Online-Auftritt sowie die Auffindbarkeit für Unternehmen und erstellen einen kleinen, aber individuellen und effektiven Massnahmenplan.

Wichtig zu wissen, ist: Man kann klein anfangen, was viel besser ist, als nichts zu machen. Aber zu starten, das ist genau die Hemmschwelle, die viele noch haben. Es geht also nicht nur darum, die Auffindbarkeit sicherzustellen, sondern auch darum, dass die Leute immer wieder von einem hören.

Was ist Employer Branding und wie können Unternehmen davon profitieren?

Employer Branding ist eine Massnahme, die es zum Ziel hat, eine Arbeitgebermarke als attraktiven Arbeitgeber darzustellen und sich damit von anderen Wettbewerbern abzuheben. Es gibt externe und interne Employer-Branding-Massnahmen. Interne stellen Mitarbeiterzufriedenheit, -entwicklung und -för-

derung sicher. Wir als Agentur fokussieren uns zurzeit auf das externe Employer Branding für unsere Kunden. Dabei geht es einerseits um die Arbeitgebermarkenwahrnehmung, damit potenzielle Mitarbeiter authentische Eindrücke des Unternehmens gewinnen können. Andererseits aber auch um konkrete Rekrutierungskampagnen, um offene Stellen zu besetzen. Häufig bekommen wir die Rückmeldung, dass klassische Stelleninserate nicht mehr funktionieren, dass zu wenige, nicht passende oder sogar gar keine Bewerbungen reinkommen. Und so Stellen nicht besetzt werden können. Eins unser Hauptangebote, um diese Probleme zu lösen, ist das sogenannte Social Recruiting.

Über Kanäle wie Facebook, Instagram, TikTok oder LinkedIn schaffen wir es, eine grosse Aufmerksamkeit und zahlreiche Bewerbungen für das Unternehmen und deren offene Stellen zu generieren. Mithilfe unserer Social-Recruiting-Strategie schaffen wir es, Personen, die wech-

Jeremy von Allmen

Jahrgang: 1999

Hobbys: Tauchen, Reisen, Zeit mit Familie/ Freunden verbringen, Kulinarik, neue Trends im E-Commerce, Webdesign und Online-Marketing beobachten

Beruflicher Werdegang: Ich habe 2015 eine KV-Lehre im Reisebüro absolviert und danach Teilzeit in einer Agentur in der Beratung und im Vertrieb gearbeitet; danach folgte der Entscheid, die Matura abzubrechen und eine eigene Agentur Vollzeit aufzubauen. Wir haben die Agentur step-by-step aufgebaut und sind aktuell zu zehnt.

Webseite: www.vonmedia.ch





Investitionen in die Energieeffizienz lohnen sich!

Mit einem gültigen GEAK (Effizienz Gesamtenergie) der Klassen A-D oder einem Minergie-Zertifikat profitieren Sie bei Neuabschluss oder Verlängerung Ihrer Hypothek neu von 0.05 % bis 0.10 % Zinsvergünstigung.

Erhöhen Sie Ihre Hypothek für Renovationen, welche dem Energiesparen oder dem Umweltschutz dienen, werden Sie ebenfalls von uns belohnt.

Profitieren auch Sie vom Bonus-System für Wohnbauhypotheken und berechnen Sie Ihre Vergünstigung mit unserem Bonus-Rechner auf www.bankeki.ch.

Gerne beraten wir Sie persönlich.

Andrea Hahnkamper
Stv. Bereichsleiterin Finanzen



selwillig sind, aber nicht aktiv nach einem neuen Job suchen, anzusprechen. Das vergrössert den Markt von potenziellen Kandidaten extrem. Es geht darum, zu zeigen, dass die Firma sympathisch und ein guter Arbeitgeber ist. Diese authentischen Eindrücke von Unternehmen erreichen wir mit Videos und Webseiten, in denen Personen, die dort in diesem Beruf arbeiten, erzählen, wie ihr Alltag aussieht und was sie an ihrem Arbeitgeber schätzen. So entsteht ein modernes Bild des Arbeitsplatzes und Bewusstsein für die Firma. Potenzielle Mitarbeiter können sich schnellstmöglich mit dem Arbeitgeber und der Stelle identifizieren und sich kinderleicht in wenigen Minuten online bewerben. Zusätzlich haben die Unternehmen die Möglichkeit, mit den potenziell neuen Mitarbeitern zu interagieren. Es ist also fast schon so, dass sich das Unternehmen bei der Person bewirbt.

Wie kann man den Recruiting-Prozess sonst noch verbessern?

Den Bewerbungsprozess im Allgemeinen überarbeiten und digitalisieren. Offene Stellen sollten nicht als einfache PDF-Datei auf der Webseite stehen. Denn so weiss keine Suchmaschine, dass die Firma eine Stelle besetzen will, und es ist nicht userfreundlich, besonders auf dem Handy nicht. Man kann stattdessen webbasierte Softwaretools einführen, die gibt es bereits ab circa 30 Franken im Monat. Das vereinfacht den Prozess, schafft eine digi-

Jeremy von Allmen geniesst seine Freizeit gerne bei einem Spaziergang am Lombach oder einem Abendschwimm im Thunersee.

*Text: Laura Spielmann
Bilder: Bruno Petroni*

«Heutzutage bewirbt sich ein Unternehmen bei den Kandidaten, nicht umgekehrt.»

tale Bewerbungsmöglichkeit und ist auch zum Beispiel in rechtlichen Aspekten eine grosse Hilfe. Mit ein paar wenigen Klicks kann informiert, erinnert und sichergestellt werden. Die Tools indexieren auch auf Google oder publizieren die Stellen auf Gratis-Jobportalen. Wenn jemand nach einem Job sucht, dann weiss Google das und schlägt die Stellen vom Unternehmen vor. Damit sind wir wieder beim Thema Auffindbarkeit, diese Tools können diese sicherstellen. Wir übernehmen oder unterstützen bei der Implementierung solcher Recruitingsoftware. Meine aktuellen Favoriten sind Recuitee oder Join.

Was gefällt dir an deinem Job als Geschäftsführer am meisten?

Der Kontakt mit verschiedenen Personen und diversen Unternehmen. Und der Einblick in verschiedene Firmen: von klassischen Produktionsfirmen bis zu innovativen Start-ups.

Das Kennenlernen von verschiedenen Branchen und Produkten. Das sind Berührungspunkte, die ich sonst nicht hätte. Der Abwechslungsreichtum ist riesig und hat viele Facetten. Aber auch einen Ort zu schaffen, an den Mitarbeiter:innen gerne arbeiten kommen, und das einem auch gesagt wird. Das motiviert mich.



Anekdote

Es ist kurz vor Feierabend passiert. Ich habe für einen Kunden einen Beitrag auf Instagram veröffentlicht, es ging um Haartransplantationen. Nicht einmal fünf Sekunden nach der Veröffentlichung rief meine Schwester an und lachte: «Hey Jeremy, bist du unzufrieden mit deinen Haaren? Willst du mir was sagen?» Dann erst habe ich realisiert, dass ich den Beitrag auf meinem privaten Profil geteilt habe und nicht auf dem des Kunden. Ich habe ihn dann auf dem richtigen Profil veröffentlicht, und seit diesem Moment checke ich immer drei Mal, in welchem Profil ich gerade bin, bevor ein Beitrag online geht.



Schweiz erleben – das Museum im Freien



ALPKÄSEMEISTERSCHAFT CASALP SA 16. & SO 17. September 2023

Auf dem Ballenberg findet die Berner Alpkäsemeisterschaft statt. Die Alpkäse können von den Besucher/innen degustiert werden.

HERBSTMARKT SA 23. & SO 24. September 2023

Schlendern Sie durch die Marktstände, kaufen Sie schöne Souvenirs und geniessen Sie die herbstliche Stimmung auf dem Ballenberg.



TESSINERFEST SO 1. Oktober 2023

«Viva il Ticino» - Das Tessin, die Sonnenstube der Schweiz, kommt auf den Ballenberg und bringt Tessiner Lebensfreude mit.



6. April – 29. Oktober 2023
täglich 10.00 – 17.00 Uhr

ballenberg.ch

Attraktive Berufslehre bei der Rexhepi AG



Ob Maler oder Gipser, die handwerkliche Berufslehre macht Freude und ebnet den Weg für die Berufskarriere.



David Gafner, Lehrlingsausbildner, begrüsst die Lehrlinge der Rexhepi AG zum Start ins neue oder erste Lehrjahr mit einem kurzen kleinen und spassigen Fotoshooting. Gemeinsam mit Jacqueline Strauss begleitet David Gafner die Lehrlinge während Ihrer Ausbildung.

Los ging's bereits am Montag, 7. August, in den frühen Morgenstunden. Die insgesamt sechs Lehrlinge zogen aus um auf den Baustellen Ihren Beruf als Maler oder Gipser neu zu erlernen oder die angefangene Lehre weiterzuführen. Die Rexhepi AG setzt auf die Ausbildung eigener Nachwuchskräfte und stellt sich dem Trend entgegen, dass immer weniger Jugendliche auf die handwerklichen Berufslehre setzen.

Aus diesem Grunde hat Luli Rexhepi, Inhaber, auch als Initiant zur lancierten Sackgeld Job Börse seinen Beitrag geleistet. Die Sackgeld Job Börse ist unabhängig und wird unterstützt von KMU Interlaken sowie der Organisation offene Kinder- und Jugendarbeit Region Jungfrau. «Ich will in meiner Branche ein Zeichen setzen und bin sehr froh unseren sechs Lehrlingen, davon zwei für den Gipser- und vier für den Malerberuf eine Berufslehre zu ermöglichen...»

Bereits jetzt hat die Suche für zukünftige neue Lernende begonnen und einerseits bietet die Rexhepi AG Schnupperlehren für Interessierte an und mit der aktiven Unterstützung des projektes «Sackgeld-

job» (Link im QR Code unten rechts) ist die Hoffnung gross die Akzeptanz der handwerklichen Berufslehre zu steigern.

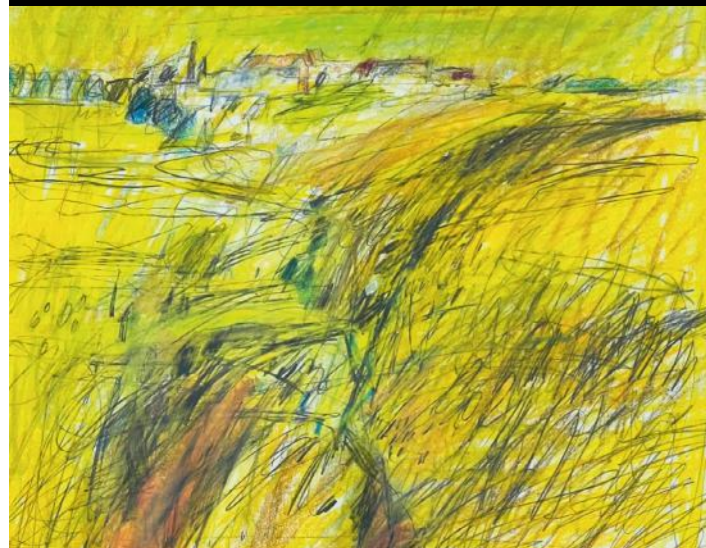
Aktuell bildet die Rexhepi AG pro Lernjahr zwei Lernende aus und schätzt sich glücklich dabei auch zwei Frauen auszubilden. Bei der täglich körperlich anfordernden Arbeit keine Selbstverständlichkeit.



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

kunstmarkt-beo.ch

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



George Rechberger, «Landschaft II», 1986



Heinz Heim, «Niesen dunkelblau»

Jetzt einliefern!

kunstmarkt-beo.ch

Viele neue Bilder online!

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

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

Bereits haben über 700 eingelieferte Bilder von über 200 Künstlern neue Besitzer finden können.

Informieren Sie sich über das ständig wachsende Angebot: kunstmarkt-beo.ch

Bedingungen

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

In Zusammenarbeit: Atelier & Kunstgalerie Hodler GmbH
Frutigenstrasse 46A, 3600 Thun
+41 33 223 15 41, atelier@hodler-thun.ch
www.hodler-thun.ch

Weber Verlag AG
Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt
+41 33 336 55 55, mail@weberverlag.ch
www.weberverlag.ch

Aufstrebende Goldschmiedin mit glänzender Zukunft

goldschmiedekrauss
alles ausser gewöhnlich

Alessia Wasem hat die Goldschmiedeprüfung als Kantonsbeste bestanden.

Sie hat eine mustergültige Prüfung hingelegt: Nach einer 4-jährigen Lehre, in der vor allem genaues Handwerk, Geduld, Durchhaltewillen und auch Schmuckdesign geübt wird, hat Alessia Wasem (23) von der «Goldschmiede Krauss» in der praktischen Prüfung als Kantonsbeste abgeschlossen und mit der Gesamtabschlussnote von 5.5 ihr Können gezeigt.

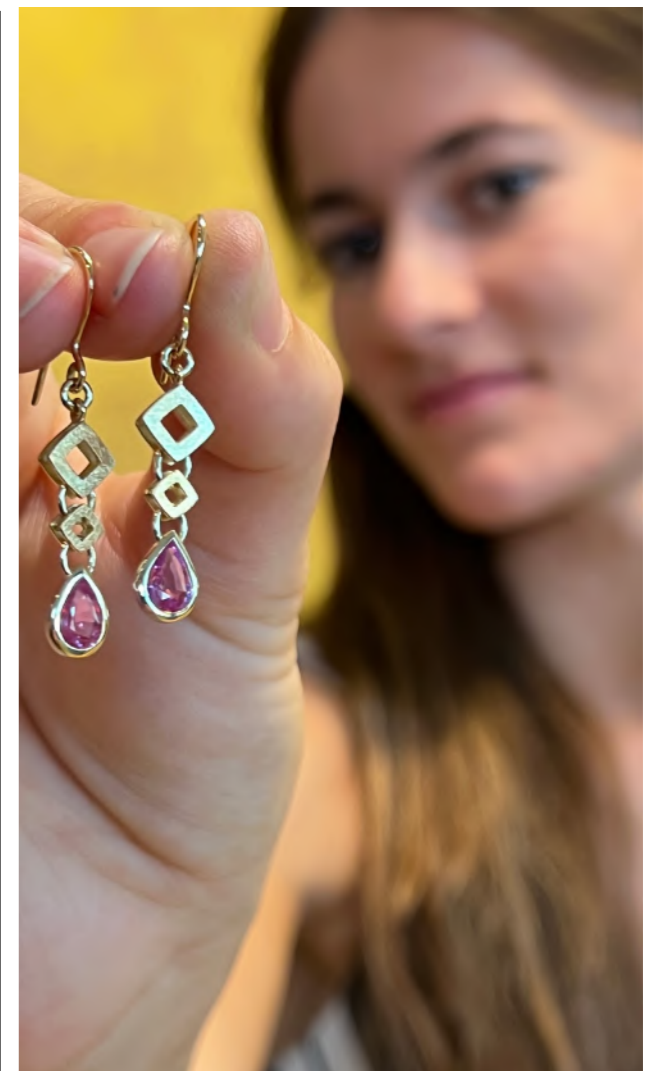
Sie ist genau, feinsinnig und hat einen ausgesprochenen Sinn für das handwerklich Schöne, ideale Voraussetzungen für den Beruf der Goldschmiedin, denn so darf sie sich nun bezeichnen. Und so ist es nicht verwunderlich, dass sie eine besondere «Schwäche» für edle Steine entwickelt hat.

Grosser Erfolg, aber nur ein Anfang

Und was Sie nun im Sinn hat? Ganz sicher, so versichert die frisch gekürt Goldschmiedin, wird sie sich weiterbilden, sie wird weitermachen auf ihrem Weg zu einer noch besseren Fachperson. Zu bedienen, die Wünsche der Kunden zu skizzieren und sich selbst handwerklich zu festigen, das alles wird sie in den kommenden Jahren in der täglichen Arbeit weiter verbessern können. Ihre Ausbildung in der Goldschmiede Krauss hat sie aber vortrefflich gemacht, und ihre hervorragenden Prüfungsergebnisse bestätigen ihre handwerkliche Reife. Alessia Wasem ist sich sicher, dass all das nur der Anfang war: Wer weiss, wohin Sie sich in 10 Jahren oder noch mehr hinbewegt hat?!

Und der Ausbilder, Markus Krauss, Geschäftsführer der Goldschmiede Krauss, er strahlt zunächst einmal, als er davon erzählt, und freut sich über den grossen Erfolg seiner jetzt «neuen» Goldschmiede-Kollegin. Und er fasst es einfach zusammen: «Wir sind glücklich, sie kann stolz sein!». Als jüngste im Team der «Goldschmiede» und mit Sozialen Medien besser vertraut als die «alten Herren», wird Alessia Wasem mit ihrer erfrischenden, kreativen Art Bilder und Videos erstellen und den Instagram-Auftritt der Goldschmiede weiterführen.

Wer möchte und wen diese Zeilen neugierig gemacht haben, kann schon jetzt einen Blick auf die Videos werfen: [instagram.com/goldschmiedekrauss/reels](https://www.instagram.com/goldschmiedekrauss/reels)



Eine schöne Lehrlingsarbeit der Goldschmiedin Alessia Wasem: Ohrhänger in Gelbgold mit pinkigen Safir-Tropfen.



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



VICTORIA-JUNGFRAU
GRAND HOTEL & SPA
INTERLAKEN



Boogie-Woogie Dinner Show mit Chris & Mike

Mit ausgeklügelter Technik und grenzenloser Spielfreude, verblüffen die Tastenakrobaten Chris & Mike mit musikalischen und humorvollen Darbietungen. Freuen Sie sich auf eine fesselnde Musikshow, begleitet von einem unvergesslichen kulinarischen Erlebnis im Victoria-Jungfrau.

Boogie-Woogie Dinner

Samstag, 16. September 2023

19 Uhr Aperitif

19.30 Uhr Boogie-Woogie Dinner

CHF 150 pro Person

inklusive Aperitif, 4-Gang Dinner (ohne Getränke) und Konzert.

Auch buchbar mit Übernachtung.

Boogie-Woogie Brunch

Sonntag, 17. September 2023

Ab 11.30 Uhr

CHF 95 pro Person

inklusive Brunch Buffet und einem Aperitif Getränk

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

Leuchtmittel-Verbote - welche trifft's?

Ab September gilt's ernst: quecksilberhaltige Leuchtmittel dürfen nicht mehr verkauft werden.



Die altbekannten Leuchtstoffröhren verschwinden vom Markt.

Die Schweiz hat EU-Ökodesign-Richtlinien zur Beschränkung der Verwendung bestimmter gefährlicher Stoffe in Elektro- und Elektronikgeräten übernommen. Dementsprechend dürfen diese kein Quecksilber mehr enthalten. Zeitlich begrenzte Ausnahmen bilden spezielle industrielle, militärische und medizinische Anwendungen. Bereits seit 1. September 2021 müssen Lichtquellen mit der neuen Energieetikette deklariert werden.

Die Etikette zeigt neben der Energieeffizienzklasse auch den Stromverbrauch pro 1000 Betriebsstunden. Anfangs gibt es noch kaum Produkte mit einer A-Klasse-Einstufung. Diese «leere» Klasse bietet entsprechende Entwicklungsmöglichkeiten für künftige Produkte. Gewisse Niedervolthalogen-Spots, Halogen-Stablampen mit hoher Leistung ab

etwa 140 Watt, Leuchtstofflampen T2 und T12 sowie Kompaktleuchtstofflampen dürfen seither nicht mehr verkauft werden.

Ab 24. August 2023 sind auch Halogen-Stiftlampen und die Leuchtstoffröhren T8 und T5 vom Markt zu nehmen. Beruhigend ist: Für bestehende Beleuchtungen gibt es ausgereifte LED-Varianten, die in vielen Fällen einfach umgerüstet werden können.

LEDs reduzieren nicht nur den Stromverbrauch, sie geben auch weniger Wärme ab und verfügen über eine deutlich längere Lebensdauer. Heisst auch, dass der Wartungsaufwand für das Auswechseln defekter Leuchtmittel abnimmt. Will eine LED-Lampe dennoch entsorgt werden, so muss dies wegen der enthaltenen elektronischen Bau-

teile bei einer Sammelstelle oder im Lampen-Fachgeschäft geschehen. Dies gilt erst recht für die quecksilberhaltigen Leuchtstofflampen.

Die neuen Bestimmungen zielen auch darauf ab, Lichtquellen künftig besser austauschbar und reparierbar zu machen. Also, am besten das zu ersetzende Leuchtmittel mit ins Fachgeschäft nehmen, um das entsprechende «LED-Pendant» zu finden. Nicht vergessen, zu beachten sind auch die gewünschte Farbtemperatur und die «Dimmbarkeit» des Leuchtmittels.

Exkurs

Die Geschichte der LED-Lampe beginnt bereits 1907, geriet jedoch lange in Vergessenheit. 1962 kam eine erste industriell gefertigte LED-Lampe auf den Markt, den Durchbruch schaffte sie im 21. Jahrhundert. Durch die hohe Energieeffizienz und Lebensdauer verdrängt sie nun herkömmliche Lichttechnologien mehr und mehr.

Text: Regionale Energieberatung

Thun Oberland-West

Bild: iStock, stocksnapper



Regionale Energieberatung Oberland-Ost

Jungfraustrasse 38

3800 Interlaken

033 821 08 68

energieberatung@oberland-ost.ch

www.oberland-ost.ch

Weitere Informationen:

bfe.admin.ch ▶ Effizienz ▶

Energieetiketten und Effizienz-

anforderungen ▶ Lampen

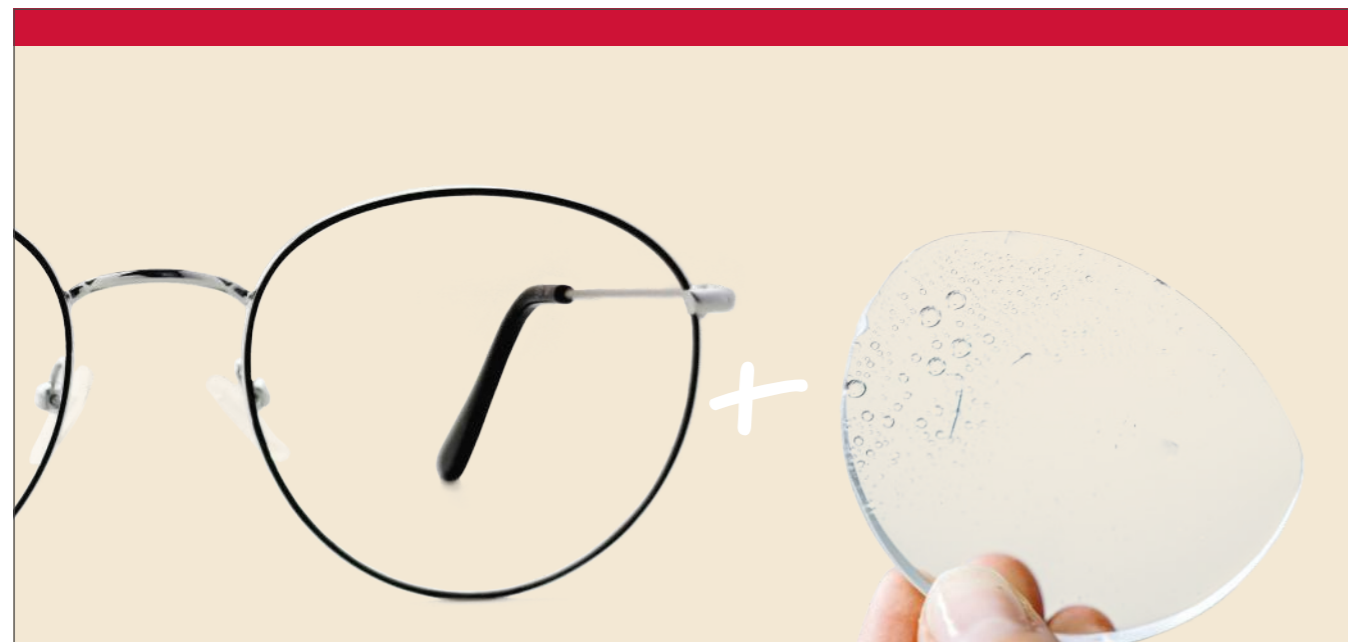
toplicht.ch ▶ Kompendium ▶ Wohnen



Kanton Bern
Canton de Berne



Regionalkonferenz
Oberland-Ost



Das Komplettangebot mit pflegeleichten Gläsern

Modische Brillenfassung + Gläser
Fern- oder Nahbrille: CHF 198.–

Modische Brillenfassung + Gläser
Gleitsichtbrille: CHF 498.–

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

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

LADESTROM

LADESTROM

Die einfache und gesamtheitliche Ladelösung für E-Mobilität.



Bild: zvg Zaptec Schweiz AG

LADESTROM ist die optimale Ladelösung für Einstellhallen von Mehrfamilienhäusern. **LADESTROM** ist einfach und ausbaubar. Das heisst, die Anbindung der Parkplätze mit Ladestationen kann nach und nach kostengünstig erfolgen und wächst mit der Zunahme von E-Autos in der Tiefgarage mit.

Ein integriertes Lastmanagement verhindert eine Überlastung des Hausanschlusses und steuert die Lastverteilung effizient und fair. Die Verrechnung des Strombezugs erfolgt pro Parkplatz beziehungsweise Ladestation und wird in die Stromrechnung des entsprechenden Haushalts integriert und dort separat ausgewiesen.

LADESTROM kann in Abrechnungslösungen für die gemeinsame Nutzung von Solarstrom integriert werden. So kann der Strom ab eigenem Dach fürs Laden in der Einstellhalle genutzt werden. Für die maximale Synergienutzung und der daraus resultierenden Wertsteigerung der Liegenschaft sollten E-Mobilitätsprojekte in Mehrfamilienhäusern gemeinsam angegangen werden. Gemäss dem kantonalen Energiegesetz ist ab 2023 bei Neubauten ein angemessener Teil der

Parkplätze für die Ladeinfrastruktur von Elektrofahrzeugen vorzubereiten oder auszurüsten. Deshalb lohnt es sich, das Thema frühzeitig in die Planung zu integrieren.

LADESTROM wird von der «Smart Energy AARE» angeboten, einer Kooperation unter den Energieversorgungsunternehmen NetZulug AG, Industrielle Betriebe Interlaken AG, Energie Thun AG, InfraWerkeMünsingen und Energie Belp AG. Realisiert werden die Projekte stets mit lokalen Elektroinstallateuren und -planern.

Weitere Informationen
www.ladestrom.ch

Text: Smart Energy AARE



**Industrielle Betriebe
Interlaken AG**
Fabrikstrasse 8, 3800 Interlaken
Tel. 033 826 30 00
www.ibi.ch

Reduziert aufs Maximum!



Gemeinsam motiviert, individuell überwacht, nie langweilig – das ist Peak-Cross-Training im Peak AthleticS Interlaken



Schon von Kind auf sind wir – Patrick Gasser, André Heim und Sandra Heim – sportbegeistert und versuchen, das Maximum aus uns herauszuholen. Wir betrachten das tägliche Training aber nicht als Wettkampf oder lediglich als Mittel, um unsere sportlichen Ziele zu erreichen. Wir sehen das Training als Qualitätszeit an, welche sich jeder und jede täglich gönnen sollte, um sich etwas Gutes zu tun, um von der Arbeit abzuschalten, um sich optimal auf die Anforderungen des Alltags vorzubereiten, und vor allem: um eine tolle Zeit mit Gleichgesinnten zu erleben!

«Peak AthleticS» zu sein, bedeutet für uns: Wir wollen ALLE beim Finden des persönlichen Peaks unterstützen, denn uns ist es wichtig, unsere Sportbegeisterung zu teilen und mit unseren Peak-Cross-Stunden unseren Kunden die Freude und Motivation am gemeinsamen Cross-Training zu vermitteln und sich dabei wohlfühlen.

Wir stellen fest, dass auf dem Bödeli und in der Umgebung immer noch eine Hemmschwelle gegenüber dem sogenannten «härtesten Work-out der Welt» besteht, was jedoch absolut nicht gerechtfertigt ist. Cross-Training eignet sich für jeden Mann und jede Frau, die innerhalb einer Trainingseinheit von 60 Minuten Muskeln aufbauen, Koordination, Schnelligkeit, Widerstandsfähigkeit und Ausdauer trainieren möchte – alles in einem, reduziert aufs Maximum.

Dabei spielt das persönliche Fitnesslevel keine Rolle, denn wir behalten alle Trainierenden stets im Auge und bieten jeweils sofort Erleichterungen und Erschwerungen, Hilfestellungen oder technische Inputs für jede Übung an, ohne dass der Trainingseffekt darunter leidet. Alter, Geschlecht, Trainingszustand oder Motivation sind also keine Ausreden mehr, nicht mit uns zu trainieren!



Wie funktioniert Peak-Cross-Training?

Jedes Cross-Training beginnt mit einem Warm-up, um die Muskeln und Gelenke auf die bevorstehende Belastung optimal vorzubereiten. Oft wird hierbei auch schon die Technik von noch folgenden Übungen angeschaut, damit diese danach im Work-out korrekt und sauber ausgeführt werden können.

Dann folgt das sogenannte WOD, das «Work-out of the Day», wobei verschiedene Übungen mit und ohne Zusatzgewicht mittels vorgegebenen Repetitionszahlen oder auf Zeit geleistet werden müssen. Wie der Name schon sagt, wechselt das WOD jeden Tag, wodurch es beim Peak-Cross-Fitten niemals langweilig wird und die Trainingsreize immer neu gesetzt werden.

Vorbeischaun - erleben - dabei sein!

Wir bieten von Montag bis Donnerstag, sowohl am Morgen wie am Abend, geführte Peak-Cross-Kurse an, welche jeweils 60 Minuten dauern. Dabei ist die Teilnehmerzahl auf 12 Personen beschränkt, damit die Trainingsqualität hoch bleibt.

In unserer Peak-Cross-Box kann aber auch individuell und selbstständig trainiert werden. Dafür erhalten die Kunden einen persönlichen Schlüssel, der ihnen von Montag bis Samstag Zugang von 05.30-22.00 Uhr (sonntags/feiertags von 08.00-20.00 Uhr) ermöglicht, um in einem respektvollen und kollegialen Ambiente zu trainieren.

Natürlich begleiten wir jeden/jede Interessierte/n gerne zu seinem/ihrer individuellen Peak mittels Personaltrainings und Athletiktraining sowie persönlichen Trainingsplänen.



Patrick Gasser, Sandra Heim und André Heim (v. l.)

Peak Athletics

Gsteigstrasse 29a
3800 Matten b. Interlaken
079 859 61 54

www.peakathletics-interlaken.ch
info@peakathletics-interlaken.ch
Instagram: [peakathletics2022](https://www.instagram.com/peakathletics2022)

Themenwochen und Kurse

Das Zentrum Artos mit ***Hotel, Pflegezentrum 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 neuen, beliebten und bewährten Kursen.



15. bis 20. Oktober mit Sonja Beer Einführung in die botanische Kunst

Genau beobachten und ein Pflanzen- oder Baumblatt mit Bleistift und Aquarell realistisch zeichnen lernen.

15. bis 21. Okt. mit Bernhard Scheidegger & Team Sing- und Musizierwoche

Gemeinsames Singen, Pflege froher Gemeinschaft und freie Zeit in der herrlichen Alpenwelt.

27. bis 29. Oktober mit Denise Grimm Abstraktes Malen als Abenteuer

Eintauchen in die Welt der Farben. Acrylmalerei Mischtechnik für Einsteiger und Fortgeschrittene.

30. Oktober bis 4. November mit Vera Stoll Stickkurs

Sticktechniken erlernen und verfeinern.

30. Okt. bis 4. Nov. mit Verena Füllemann Patchwork nähen

Wandbehang oder Kissenbezüge nähen.

10. bis 12. November mit Zita Zmoos Teddybärenkurs

Vom Ausschneiden des Schnittmusters bis zum Stopfen stellen Sie Ihren Teddybär selbst her.

13. bis 17. November mit Marianne Rubin Klöppelkurs

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

17. bis 19. Nov. mit Christa und Gunnar Wichers Meditatives Malen

Schätze in meinem Schatten. Mit Texten der Bibel und experimentellem Malen an Wänden mit Farbe und Pinsel werden Schätze sichtbar, die sonst im Schatten verborgen bleiben.

24. bis 26. November mit Sigrid Zurschmiede Handlettering

Buchstaben, Worte und Sprüche zeichnen und in Szene setzen. Für Einsteiger und Fortgeschrittene.

24. bis 26. November mit Elisabeth Maurer Trampolinkurs

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

1. bis 3. Dezember mit Denise Grimm Kalligraphie, Initialen und Ornamente

Klassische Schriften und dazu passende Initialen und Ornamente. Für Einsteiger und Fortgeschrittene.

Infos, Anmeldung, weitere Kurse und Themenwochen:

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

Der PURPUR Bioladen: Und es geht weiter ...

...mit viel Engagement und Herzblut und deiner Unterstützung!



Manuela Flückiger, Patricia Odermatt, Katrin Keller

Wie alles begann...

Seit fast zehn Jahren betreibe ich, Patricia Odermatt, den PURPUR Bioladen in Interlaken. Ich erinnere mich an meine ersten Tage als wäre es gestern: Die vielen Ideen, das Einrichten und Einräumen, das mulmige Gefühl am ersten Tag gepaart mit einer wahnsinnigen Vorfreude: JETZT GEHT'S WIRKLICH LOS! Ich wurde oft gefragt, was mich dazu bewogen hat, das ehemalige Reformhaus Blaser zu übernehmen. Die Antwort war immer dieselbe: Ich hätte es unglaublich schade gefunden, diese kleine Oase der gesunden LEBENSmittel zwischen den ganzen Touristen-Angeboten zu verlieren.

Die PURPUR-Crew

Wir sind ein eingespieltes Team von drei fachkundigen Frauen: Ich bin Naturheilpraktikerin und sehe Ernährung als mein Lebensthema; insbesondere im Bereich der pflanzlich basierten (veganen) Ernährung kenne ich mich sehr gut aus. Katrin Keller ist gelernte Pharma-Assistentin und ausgebildete Reformfachfrau und gibt als passionierte Köchin gerne ihre Tricks weiter. Manuela Flückiger kennt sich als gelernte Köchin und ausgebildete Ernährungstherapeutin bestens mit den Produkten im PURPUR aus und liebt es, zu experimentieren. Wir drei beleben das PURPUR mit viel Engagement und Enthusiasmus - weil uns der Kontakt mit Menschen Freude macht und uns eine nachhaltige, biologische und gesunde Ernährung am Herzen liegt!

Wir unterstützen neue, nachhaltige Produktideen und kennen viele unserer Anbieter persönlich

Ich setze mich im Laden persönlich dafür ein, neue, innovative Bioprodukte junger (wo möglich regionaler) Unternehmen wie New Roots, Naturkostbar oder Wild

Foods (mit dem leckeren Rüepli-Lachs) zu fördern, um diesen den Aufbau zu erleichtern und die Bekanntheit in der Bevölkerung zu erhöhen. Wir ermöglichen auch neuen, trendigen Produkten mit Erklärungsbedarf den Einstieg in den Lebensmittelhandel. Ohne diese Bekanntheit hätten es viele Firmen nicht in die grossen Detailhandelsketten geschafft. Uns ist es wichtig, wo möglich einen persönlichen Kontakt zu unseren Lieferanten zu haben, um unsere Produkte noch besser zu kennen und mit noch mehr Wissen und Herzblut zu verkaufen.

Mit deiner Unterstützung geht es weiter...

Seit COVID befinden wir uns in einer herausfordernden Situation: Unsere Umsätze sind stark rückläufig. Einer der Gründe könnte die Aufstockung des Sortiments an Bio und veganen Produkten bei den grossen Detailhändlern sein. Nun sind wir auf deine Unterstützung angewiesen: Liegt es dir auch am Herzen, die Vielfalt an Läden in Interlaken zu stärken und auch kleinere Läden wie den PURPUR Bioladen zu erhalten? Möchtest du weiterhin die Möglichkeit haben, spezifische Produkte zu bestellen? Ist dir eine fachkundige Beratung immer mal wieder wertvoll? Dann unterstütze auch du uns mit deinem regelmässigen Einkauf.

Wir freuen uns auf deinen Besuch.

Patricia Odermatt
und TEAM



PURPUR Bioladen

Höheweg / Postgasse 2
3800 Interlaken
033 822 19 28

purpur-interlaken@gmx.ch
www.purpur-interlaken.ch



AKTUELL IN DER BRASSE...

O'ZAPFT IS!

**AM FREITAG, 15. SEPTEMBER
ZAPFEN WIR DAS**

**HOFBRÄU  MÜNCHEN
OKTOBERFESTBIER
AN**

**VON 22.00 - 23.00 UHR OFFERIEREN WIR
EINE RUNDE VOM HAUS**

WWW.BRASSERIE17.CH

Gemütlichkeit kennt keine Zeit...

Die Rugenbräu AG in Zahlen

Genuss aus dem Berner Oberland



Seit 1866 - Bier aus dem Berner Oberland

Die Geschichte der Rugenbräu AG geht bis ins Jahr 1866 zurück, als Grossrat Christian Indermühle auf der Gasthausmatte des Gasthofs Hotel Interlaken eine Brauerei mit Brennerei installierte. 1875 erbauten die damaligen Besitzer den Felsenkeller im Rugen; dieser wird noch heute in dieser Form genutzt.

1892 kaufte Joseph Hofweber die Unternehmung: Seither ist die Rugenbräu AG familiengeführt; in Interlaken wie auch mit dem Depot Zollikofen. Heute bietet die Rugenbräu AG ergänzend zur Brauerei in Interlaken die Rugen «Distillery», die Rugen «Gnuss-Wält» und den Rugen «Wy-Chäller». Zudem - alles für den Genuss aus dem Berner Oberland.

Was es alles braucht ...

- Rund 60 Mitarbeitende stehen in den Bereichen Brauerei, Produktion, Verkauf Aussendienst, Getränketechnik, Administration, Gnuss-Wält, Zentrale Dienste, Wy-Chäller, Logistik, Fuhrpark, Events, Qualitätssicherung und Marketing im Einsatz.

- 10 Biere - Klassiker und Spezialitäten - bilden das Biersortiment, welches mit der stylischen Oberland-Linie sowie saisonalen Bieren ergänzt wird.
- 6 Whiskys, 3 Gins, Liqueure, die Fleur de Bière sowie limitierte Spezialitäten wie Master Distiller Editionen bilden das Angebot an Destillaten.
- Über 400 Weinpositionen verführen im Rugen «Wy-Chäller».
- Über 20 Tanks mit einer Tankkapazität von 1 050 000 Litern sind Garant für das Bier.
- Die Abfüllanlage schafft 12 000 Flaschen pro Stunde.
- 1500 Palettenplätze und über 1 000 Getränkeartikel füllen das Lager.
- Ausgeliefert werden die Produkte mit den 15 Fahrzeugen, die ab Interlaken und Zollikofen im Rugenbräu Design fahren.

Für die Zukunft gewappnet

Um auch künftig für Genuss aus dem Berner Oberland zu sorgen, wird laufend in die Infrastruktur investiert. Eine nachhaltigere Kälteanlage, eine

neue CO₂-Anlage und ein online Logistiksystem wurden in den letzten Monaten dafür implementiert. Sichtbar wird die Entwicklung für die Zukunft auch mit dem leicht angepassten Logo-Design, welches sich nun auch auf den Etiketten des Biersortiments wiederfindet.

Möchten Sie noch mehr über die Rugenbräu AG erfahren und einen Blick hinter die Kulissen werfen? Dann ist eine Brauereibesichtigung perfekt - alle Informationen dazu finden Sie auf www.rugenbraeu.ch



Remo Kobluk
Geschäftsführer

Rugenbräu AG

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

HERBSTZEIT ...



Knöpflisieb
Fr. 54.95



Marronimesser
Fr. 12.90



Knöpflisieb
Fr. 32.-



Trüffelhobel
Fr. 56.70



Pilzbürste
Fr. 9.-



Pilzmesser
Fr. 40.30



Fr. 45.-



Fr. 16.30



Nussknacker

Fr. 22.90



Fr. 35.90



Bräter 24 cm
Fr. 239.-



Passiergerät
Fr. 144.-



Bräter 24 cm
Fr. 239.-

Ihr Fachgeschäft mit den attraktiven Angeboten.

Besuchen Sie unseren Internet Shop.

www.zimmermann-spiez.ch



ZIMMERMANN AG Oberlandstrasse 3 3700 Spiez Telefon 033 654 41 41

Klare Herbsttage - revolutionäre Fernoptik



Jetzt kommen sie, die klaren Herbsttage, die zu schönen Wanderungen einladen. Mit welchem Gadget dieselben zu nie dagewesenen Erlebnissen werden, lesen Sie weiter unten.



Das CL Curio ist das leichteste und kompakteste Fernglas seiner Klasse



Handlicher und leistungsfähiger geht es nicht: das neue Teleskop ATC von Swarovski

Ob traditionell «rotsockig» oder in stylishen Wanderleggings: Wandern ist beliebt. Wer sich nicht nur des kühlen Biers wegen zur Berghütte kämpft, sondern auch noch sehen will, was anderen verborgen bleibt, packt das revolutionäre Fernglas «CL Curio 7x21» von Swarovski mit in den Rucksack. Kein anderes seiner Klasse ist handlicher. Was der preisgekrönte Designer Marc Newson entworfen hat, lässt Sie sehen, wie das Hermelin dem Feldhasen das Fell vom Rücken zieht. Das «Curio» ist mit rund 9x9 cm und 250 g sowohl extrem klein als auch extrem leicht.

Kleines technisches Wunderwerk

Bevor wir an dieser Stelle mit einem weiteren Highlight aufwarten, ein paar bestechende Fakten für all jene, die noch ein Quäntchen Überzeugungskraft benötigen:

- Extrem helles Bild
- Kürzeste Einstellentfernung 2,5 m
- Sehfeld 135 m
- Faltbare nahtlose Brücke

«Ich pack in meinen Rucksack ...»

Wer kennt es nicht, das simple Spiel, mit dem man jedes Kind die vielen Schritte bergwärts zu vergessen versucht? Mag eine Weile funktionieren, aber spätestens beim nächsten Gegenanstieg hat es ausgedient.

Clevere Wandersleute greifen dann zum Fernglas «Curio» und entdecken die drolligsten Naturwunder. Für Jäger*innen und Outdoor-Enthusiast*innen kommt jetzt das zweite Highlight: das neue Teleskop ATC - ebenfalls von Swarovski. Mit einer Länge von rund 25 cm, einem Gewicht von lediglich 970 g und ohne Stativ anwendbar, passt es bestimmt in Ihren Rucksack und garantiert dabei hautnahe Naturspektakel. Als wäre das nicht genug, ist das Teleskop in Ergänzung mit dem VPA (Variabler Phone Adapter) ideal für die Digiskopie, einem Verfahren der Bilderstellung mit Teleskopen. Noch nie davon gehört? Gerne informieren wir Sie persönlich über diese faszinierende Technik sowie über die Möglichkeit, bei uns ein Fernglas zu mieten.

Urfer Optik - für alle, die gerne mehr sehen!

Adrian Zwahlen

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





Liste 1

Die klare Stimme

Samuel

KRÄHENBÜHL

in den Nationalrat

Keramik – Ideal für Familien!



Sie können ein Haus erwerben und wollen die Bodenbeläge erneuern? Dabei ist Ihnen wichtig, dass die Bodenbeläge den Aktivitäten Ihrer Kinder standhalten können und langlebig sind? Dann ist Keramik die perfekte Wahl für Sie. Bodenfliesen aus Keramik sind nicht nur zeitlos schön und repräsentativ, sondern passen dank ihrer Vielfalt an Formaten, Farben und Oberflächen zu einer breiten Palette von Baustilen und Wohnräumen. Zusätzlich bieten keramische Bodenbeläge viele praktische Vorzüge.

Stellen Sie sich vor, Ihre Kinder kommen von draussen vom Spielen und vergessen, ihre schmutzigen Schuhe auszuziehen. Kein Problem, wenn Sie Keramikböden haben. Die Reinigung von Sand, Erde oder Regenwasser auf einem Keramikboden ist mühelos, ohne dass Kratzer oder Feuchtigkeitflecken entstehen. Weder Spielzeug wie Duplo- oder Legosteine, noch Holzklötze, Puppenstuben oder aufregende Autorennen mit Spielzeugautos können den robusten Oberflächen der keramischen Bodenbeläge etwas anhaben. So können sich die Kinder bedenkenlos dem Spielen widmen und Sie können beruhigt sein.

Ein herausragender Vorteil von Keramik ist die Beständigkeit von Farbe und Oberfläche. Mit der Zeit ändern sich die Bedürfnisse und Wünsche der Kinder, und die Einrichtung des Zimmers muss sich anpassen. Wenn Sie andere Möbel hinzufügen oder umstellen, hinterlassen keramische Bodenbeläge keinerlei Spuren durch Lichteinwirkung oder Druckstellen.

Die Einzigartigkeit von Keramikplatten zeigt sich in ihrer Vielfältigkeit. Bei der Auswahl sollten Sie zwischen persönlichem Stil und kurzfristigen Trends abwägen. Kaum ein anderes Material vereint so viele Vorteile, von hygienischen bis hin zu baubiologischen Eigenschaften, wie Keramik.

**Haben Sie konkrete Vorstellungen oder Ideen, bei deren Umsetzung wir Ihnen behilflich sein können?
Zögern Sie nicht, sich bei uns zu melden!**



Adrian Zurbuchen

Eidg. dipl. Plattenlegermeister
Zurbuchen Plattenbeläge
und Ofenbau AG
Mühleholzstrasse 33
3800 Unterseen
Tel. 033 822 79 84
info@zurbuchen-unterseen.ch
www.zurbuchen-unterseen.ch



Das metabolische Syndrom oder «das tödliche Quartett»

Wenn verschiedene Risikofaktoren für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung zusammenkommen, spricht die Medizin von einem metabolischen Syndrom. Dazu gehören ein grosser Bauchumfang, erhöhte Blutzuckerwerte, Bluthochdruck und hohe Cholesterinwerte.



Ein metabolisches Syndrom ist keine eigenständige Erkrankung, sondern die Kombination verschiedener Krankheiten und Symptomen. Es gilt als Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Diese sind in der Schweiz und anderen Industrienationen die häufigste Todesursache. Ein Lebensstil mit falscher Ernährung und wenig Bewegung fördert diese Erscheinung. Die Symptome bleiben oft lange unentdeckt, denn sie verursachen weder Schmerzen noch starke Beschwerden.

Blutfettwerte, **niedriges «gutes» Cholesterin (HDL-Cholesterin)**, **arterieller Bluthochdruck** sowie ein **hoher Nüchternzucker** im Blut. Im Idealfall wird ein metabolisches Syndrom möglichst früh entdeckt, bevor sich dessen Folgen, etwa in der Form eines Herzinfarktes, zeigen. Die Fachpersonen in der Stedtl Apotheke Drogerie können alle Risikofaktoren ermitteln, sie beraten fundiert und individuell.

Meist diagnostiziert sie die Ärztin oder der Arzt eher zufällig während einer Vorsorgeuntersuchung oder erst nach einem Herzinfarkt oder Schlaganfall. Übergewicht ist ein zentraler Faktor beim metabolischen Syndrom. Menschen mit Fettpölsterchen am Bauch («Apfeltyp» oder «Bierbauch») sind stärker gefährdet, als diejenigen, die in erster Linie an den Hüften und Oberschenkeln gut gepolstert sind («Birnentyp»). Die Gefässe werden durch viel Fett in der Bauchregion stärker geschädigt.

Auswahl an medizinischen Dienstleistungen in der Stedtl Apotheke Drogerie:

- Blutdruck messen
- Blutzucker ermitteln
- Cholesterin-Profil
- CardioCheck

Bauchumfang als zentraler Faktor
Die Internationale Diabetesgesellschaft legte fest, dass das metabolische Syndrom am besten durch den Bauchumfang bewertet wird. Die Grenzwerte variieren je nach ethnischer Zugehörigkeit, bewegen sich aber alle im Bereich von maximal 102 cm für Männer und 88 cm für Frauen. Ab diesen Werten spricht man von einer stammbetonten Fettsucht, dem zentralen Anzeichen für ein metabolisches Syndrom. Mindestens zwei weitere Faktoren müssen erfüllt sein. Ein **gestörter Fettstoffwechsel**, er ist messbar anhand der

Herzlich,

Roman Koch
Eidg. dipl. Apotheker
Co-Betriebsleiter
Stedtl Apotheke Drogerie
Hauptstrasse 9
3800 Unterseen
033 822 80 40



01.–10.09.2023

OHA

BAU?
WOW!
ZUKUNFT IM BAU.



Veranstalter **thun*expo**

Partner THUNER TAGBLATT      

www.oha.ch



Künzli

Gartengestaltung | Gartenpflege

Harderstrasse 35
3800 Interlaken
Tel. 033 823 44 04
mail@kuenzli.ch
www.kuenzli.ch





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

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

NEW SUZUKI S-CROSS HYBRID 4x4

Piz Sulai



BEREITS FÜR
Fr. 31 490.-
Fr. 219.-/MONAT

VIER PREMIUM
WINTERRÄDER
GRATIS

PIZ SULAI®
Sondermodell*
mit Preisvorteil:
Fr. 2 660.-

Mehr zum
Sondermodell
und der
Ausstattung
finden Sie hier:



HYBRID TEST DAYS:
Jetzt bei Ihrem Fachhändler.



SUZUKI FAHREN, TREIBSTOFF SPAREN: New Suzuki S-CROSS Piz Sulai® Hybrid 4x4, 6-Gang manuell, Fr. 31 490.-, Treibstoff-Normverbrauch: 6.1l/100km, Energieeffizienz-Kategorie: C, CO₂-Emissionen: 137g/km;
Hauptbild: New Suzuki S-CROSS Piz Sulai® Top Hybrid 4x4, Automat, Fr. 38 990.-, Treibstoff-Normverbrauch: 6.1l/100km, Energieeffizienz-Kategorie: C, CO₂-Emissionen: 137g/km. *Limitierte Sonderserie, nur solange Vorrat.
Leasingkonditionen: 36 Monate Laufzeit, 10.000km pro Jahr, effektiver Jahreszins 3,97%, Vollkaskoversicherung obligatorisch, Sonderzahlung: 30% vom Nettokaufpreis. Die Laufzeit und Kilometerleistung sind variabel und können Ihren persönlichen Bedürfnissen angepasst werden. Ihr Suzuki Fachhändler unterbreitet Ihnen gerne ein individuell auf Sie zugeschnittenes Leasingangebot für den Suzuki Ihrer Wahl. Alle Preise verstehen sich inkl. MWST. Diese Konditionen sind gültig für alle Leasingverträge und die Fahrzeug-Immatrikulation vom 1.7.2023 bis auf Widerruf. Eine Leasingvergabe ist verboten, falls sie zur Überschuldung der Konsumentin oder des Konsumenten führt.

Hardergarage Hilber GmbH, Hauptstrasse 4, 3800 Matten, www.hardergarage-hilber.ch



-30% Rabatt auf allen Grill*

RÄUMUNGSRABATT

-20% Rabatt auf alles Grillzubehör*



OUTDOORCHEF
SWISS GRILL INNOVATION

* Gültig auf Lagerware und nicht bereits reduzierte Artikel



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

Das Halswirbelsäulen-Syndrom

frutiger sarbach
akupunktur und osteopathie

Der Begriff HWS-Syndrom umfasst alle Beschwerden, die im Bereich der Halswirbelsäule auftreten oder von dort ausgehen, also alle Schmerzen und Probleme (wie Bewegungseinschränkungen) im Nacken-, Schulter- und Armbereich. Die Halswirbelsäule bildet den Durchgang subtiler Strukturen von Kopf zu Körper. Symptome wie Kopfschmerzen als auch Probleme im unteren Bereich des Körpers können bei einer Beeinträchtigung entstehen.

HWS Probleme können häufig über eine Fehlhaltung oder durch ein Unfalltrauma entstehen. Meist beginnt die Symptomatik über die Einschränkung der Beweglichkeit mit lokalen Schmerzen. Unbehandelt kann diese Störung zu einer Kaskade von weiteren Symptomen führen.

- Schmerzen an Schulter, Ellbogen und Händen
- Sensibilitätsstörungen an den Händen
- Kopfschmerzen, Migräne
- Schwindel, Tinnitus
- Beschwerden an der ganzen Wirbelsäule

Die Akupunktur bietet eine nachhaltige Therapie, die funktionelle Störungen der Halswirbelsäule behandeln kann. Die Akupunktur löst durch feinste Stimulation körpereigene Hormone aus, die den betroffenen Strukturen zur Genesung helfen. Die Wirkung der Akupunktur ist sofort spürbar.

Sie bietet eine systematische und ganzheitliche Behandlung der betroffenen Strukturen und deren Funktionen. Sie basiert auf der Regulierung der Meridiane (Energieleitbahnen). Diese können die Betroffenen Funktionen Vernetzen und in Balance bringen. Die Verwendung von «distal Punkten» (Punkte an den Extremitäten) ermöglicht eine schonende Behandlung der verletzten Regionen. Gerade bei der Behandlung der HWS ist dies wesentlich, um weitere Traumas zu verhindern.

In unserer Praxis können wir Klienten im Bereich Akupunktur, Phytotherapie TCM, Osteopathie und Mikronährstoff Beratung umfassend betreuen. Unsere Praxis finden Sie im Zentrum von Interlaken. Die Praxis und Therapeuten sind von kantonaler Stelle geprüft und zugelassen. Wir entsprechen den Anforderungen sämtlicher Krankenkassen. Die Kosten werden im Rahmen der Zusatzversicherung bis zu 80 % übernommen.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Unser Team Akupunktur TCM:



Bernhard Frutiger

Roger Emmenegger

Bernhard Frutiger

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



Raum für Abschied

begegnungsquelle.ch

Burgstrasse 14 3600 Thun 033 222 07 07

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

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

Abschied, Trauer, Weiterleben

Thomas Rubin AG Bestattungsdienst bietet umfassende Dienstleistungen für Familien und Angehörige



«Trauer ist die Lösung,
nicht das Problem.»

Chris Paul

Gartenbau: Abteilung Unterhalt



Unser Gartenbaubetrieb ist in zwei Abteilungen aufgeteilt - Gartenbau und Gartenunterhalt. Gerne möchten wir Ihnen die Abteilung Unterhalt und unseren Kundengärtner näher vorstellen.

Die Arbeiten im Gartenunterhalt sind sehr verschieden und vielfältig: Rasenpflege, Bepflanzungen, Schneidarbeiten, Rosenpflege, Grabpflege, Pilz- und Schädlingsbehandlungen etc. Für diverse Pflegearbeiten bieten wir Abonnemente an, wie Rasenschnitt und -pflege, Rosen- und Winterspritzung. Im Winter/ Fröhjahr führen wir mehrheitlich den Winterschnitt aus. Zu einem Spezialpreis schneiden wir Ihre Bäume, Stauden und Sträucher fachgerecht, damit sie im Fröhjahr wieder voller Kraft gedeihen und blühen können. Nebenbei übernehmen wir für Sie auch Jätarbeiten. Gerne berät unser Kundengärtner Gerhard Diener Sie zum Thema Bepflanzungen, Pflanzenschutz, Ernährung und Boden. Ein umfassendes und komplexes Thema im Gartenunterhalt ist der Pflanzenschutz. Wir behandeln Ihre Pflanzen fachgerecht mit mehrheitlich biologischen Spritzmittel. Nicht nur die Pflanzen gegen Schädlinge bekämpfen ist wichtig, sondern diese auch zu stärken und düngen.

Unser Kundengärtner Gerhard Diener und sein Unterhaltsteam kümmern sich täglich mit Freude um Ihren Garten und Pflanzen. Gerhard Diener arbeitet bereits mehr als 10 Jahre in unserem Betrieb. Seit diesem Jahr ist er für die Abteilung Gartenunterhalt zuständig. Er ist ausgebildeter Obergärtner Fachrichtung Grünflächenpflegespezialist. Durch diverse Weiterbildungen und langjähriger Praxiserfahrung hat sich Gerhard Diener ein grosses Fachwissen angeeignet. Bei Schädlingen, Pflanzkrankheiten oder bei schlechtem Gedeihen der Pflanzen und Grünflächen, steht Ihnen Herr Diener gerne für eine kostenpflichtige Fachberatung zur Verfügung.

Gerhard Diener

Obergärtner
Grünflächenpflegespezialist

Jeweils Dienstag bis Freitag
079 916 28 20
geru@hgosteliag.ch



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

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

RESTAURANT ZUM
CHOCH+TOPF

Gemüseburger

Beliebt & deftig

LASSEN SIE SICH VON UNS VERWÖHNEN!

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



akupunktur & osteopathie

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




Marcel Schaffer Franz Bauer

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

<p>Gartenbau Gartenpflege Baumschule</p> <p style="font-size: 24px; font-weight: bold; color: white;">079 908 93 69</p> <p style="font-size: 18px; font-weight: bold; color: white;">SEEBURG GARTENBAU</p> <p style="font-size: 12px; color: white;">www.seeburg.ch/gartenbau Interlaken</p>	<p>Malerarbeiten im Innen- und Aussenbereich</p> <p style="font-size: 24px; font-weight: bold; color: white;">079 138 85 51</p> <p style="font-size: 18px; font-weight: bold; color: white;">SEEBURG MALEREI</p> <p style="font-size: 12px; color: white;">www.seeburg.ch/malerei Interlaken</p>	<p>Räumungen Umzüge Grundreinigung Abholservice Demontage</p> <p style="font-size: 24px; font-weight: bold; color: white;">033 845 84 27</p> <p style="font-size: 18px; font-weight: bold; color: white;">BÖDELI RÄUMUNGEN</p> <p style="font-size: 12px; color: white;">Offertanfrage online: www.boedeli-raeumungen.ch Interlaken</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Schuhe für Sie & Ihn

INA K

Marktgasse 31 • 3800 Interlaken

New collection




www.ina-k.ch

Hörgeräte Ruchel

Hörgeräteanpassung ist Vertrauenssache.



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

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



PODOLOGIE

Med. Fusspflege
Fabienne Gafner

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

ÖFFNUNGSZEITEN: Mittwoch, Freitag und Samstag
Hausbesuche auf Anfrage möglich!

Der Finanzplanungs-Tipp daniel rolli finanzplanungen

Ihre Pensionierung clever geplant

Ihre Pensionierung ist ein grosser Meilenstein in Ihrem Leben. Darum möchte ich Sie ermutigen, die Zeit nach Ihrem Erwerbsleben gut zu planen und sich mit den folgenden Themen auseinanderzusetzen, damit Sie Ihren verdienten Ruhestand dann auch geniessen können.

Der richtige Zeitpunkt Ihrer Pensionierung

Ich empfehle Ihnen, zuerst ein genaues Budget aufzustellen. Wenn Sie die Ausgaben den zukünftigen Einnahmen gegenüberstellen, können Sie einfach feststellen, ob Sie Ihren gewohnten Lebensstandard trotz frühzeitigem Ruhestand beibehalten können oder in welchen Bereichen Sie mit Abstrichen rechnen müssen/können. Allenfalls können Sie bis zu Ihrer Pensionierung Ausgabenüberschüsse noch ansparen?

Pensionskasse: Rente oder Kapitalbezug

Dies wird einer der wichtigsten Entscheide sein, die Sie bezüglich Ihrer Pensionierung treffen müssen. Haben Sie sich für eine Variante entschieden und der Pensionskasse mitgeteilt, können Sie diesen Entscheid praktisch nicht mehr rückgängig machen. Darum ist es wichtig, dass Sie die Vor- und Nachteile genau überprüfen.

Die grosse Herausforderung wird sein, wie Sie das ausbezahlte Pensionskassenkapital und andere Vermögenswerte richtig anlegen werden.

Steuerplanung

Durch eine kluge und frühzeitige Planung können Sie durch gestaffelte Bezüge Ihrer Vorsorgeguthaben (Säule 3a, Freizügigkeitskonto und Pensionskassen-guthaben) einige Tausend Franken Steuern sparen. Wenn Sie Liegenschaften besitzen, könnte es für Sie interessant sein, grössere Renovationen noch während der Zeit Ihrer Erwerbstätigkeit durchzuführen. Jedoch sind besonders dann die steuerlichen Rahmenbedingungen zu beachten.

Weitere wichtige Themen

Überlegen Sie sich, welche Wohnform Sie nach der Pensionierung vorstellen können. Weiter ist zu überprüfen, ob auf die Pensionierung hin die Hypotheken zurückbezahlt werden sollten.

Ein wichtiger Aspekt ist auch die Erbschaftsplanung. Ist Ihr Lebenspartnerin oder Lebenspartner optimal abgedeckt? Wie kann Ihr Erbe an Ihre Nachkommen verteilt werden, damit der Familienfrieden nachhaltig gewährt bleibt? Weiter empfehle ich Ihnen, einen Vorsorgeauftrag zu erstellen und einen Patientenverfügung auszufüllen.

Unabhängiger Berater - Ihre Sicherheit

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

Daniel Rolli

neutraler und unabhängiger
Finanzplaner mit eidg.
Fachausweis
Bahnhofstrasse 37
(Stedli-Zentrum)
3800 Unterseen
033 823 60 53
www.rolli-finanzplanungen.ch



Gemeinschaftspraxis am Felsenegg

Waldeggstrasse 61, 3800 Interlaken



- Klassische Massage
- Manuelle Lymphdrainage
- Fussreflexzonen Massage
- Schröpfkopf Massage
- Hot Stone Massage
- Schwangerschafts Massage

Massagepraxis
Anja Roos
078 811 15 20



- Access Bars®
- Bioenergetische Hot Stone Massage
- Body Detox Fussbad
- Farbtherapie/Bioenergie
- Ernährungscoaching
- 10 Tage Fit Marathon Online

Ernährung und Bioenergie
Barbara Egger
079 323 36 73



Mangos für eine bessere Perspektive



Genuss und Kinderrechte in einem!



Viele der Mango-Produkte, die in den claro Weltläden im Angebot sind, stammen von der Organisation Preda. Diese wurde 1974 durch den irischen Pater Shay Cullen auf den Philippinen gegründet. Für ihn ist der Faire Handel das wirksamste Mittel zur Armutsbekämpfung. Seit 1989 setzt sich die Fair Trade Genossenschaft «WeltPartner», zusammen mit Preda, für Kinderrechte auf den Philippinen ein.

Mit dem Kauf dieser Fair Trade Mangos bewirken Sie 3 Mal Gutes:

1) Das Projekt verschafft über 500 Kleinbauernfamilien auf den Philippinen eine Perspektive durch Zahlung fairer Preise. Dadurch wird Landflucht verhindert und ein Armutskreislauf durchbrochen, der oftmals die Kinder am schlimmsten trifft.

2) 10% des Verkaufspreises der Mango-Produkte von «WeltPartner» verbleiben bei Preda. Dies ermöglicht jährlich für über 100 Kinder, die sexuell ausgebeutet oder unter unmenschlichen Bedingungen weggesperrt wurden, Therapie und ein neues Zuhause.

3) Der leckere exotische Genuss für Sie und Ihre Liebsten: Die verwendeten Carabao-Mangos sind berühmt für ihren hocharomatischen Geschmack. Über 1 kg frische Mangos sind nötig, um 100 g getrocknete Mangos zu erhalten!

Sei es das Chutney für ein Barbecue, oder die Mango-Kokos-Kugeln für den Wander-Rucksack: In den claro-Läden in Brienz und Interlaken finden Sie immer das Passende.

Wir freuen uns auf Sie!



TCM Spezialist Herr Feng Xinyi

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne:

Tel.: 033 525 15 66 E-Mail: info@huatcm.ch

Jungfraustrasse 38 (Haus Urania), 3800 Interlaken

Hier erfahren Sie mehr: www.huatcm.ch

Saisonschluss Naturstrandbad Burgseeli

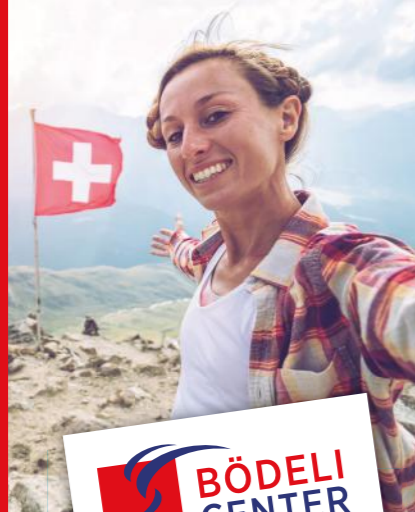
Bis zum 17. September 2023 haben wir täglich von 11 – 19 Uhr für Sie geöffnet. Erleben Sie noch einmal die Ruhe und Schönheit des Naturstrandbads in vollen Zügen, bevor es für den Winter geschlossen wird.



Tourist Information
Ringgenberg-Goldswil-Niederried
CH-3852 Ringgenberg
Tel. 033 822 33 88
mail@ringgenberg-goldswil.ch
www.ringgenberg-goldswil.ch

% STARKE MARKEN

- RAGWEAR
- VAUDE
- MEINDL
- JACK&JONES
- ONLY
- DEUTER
- DAKINE
- O'NEILL
- VILA
- TRESPASS
- ROHNER
- HELLY HANSEN
- COLUMBIA
- VICTORINOX
- NAME IT
- POLAROID
- KIDS ONLY
- VERO MODA
- JACK&JONES JUNIOR
- PIECES



Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 9 – 18 Uhr, Samstag 9 – 17 Uhr

Untere Bönigstrasse 46 3800 Interlaken

www.boedeli-center.ch



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

Einmaliges Wandergebiet Winterwandern • Schlitteln
Themenweg • Monstertrotti Schneeschuhtouren



Isenfluh-Sulwald

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

Ich ergreife Partei

FÜR GESUNDE FINANZEN UND EINE FINANZIERBARE GESUNDHEIT



Nationalratswahlen
vom 22. Oktober 2023

www.zyba.ch

www.spschweiz.ch

IN DEN NATIONALRAT

URSULA ZYBACH

SP
WÄHLEN

Krebser

Das Rezept sind SIE!

Das neue Buch von der Thuner Autorin Esther Pauchard



Lokwort Verlag
Esther Pauchard:
Jenseits der Sprechstunde
Fr. 28.00

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

Während sich die Psychiatrie mit der Behandlung psychisch kranker Menschen auseinandersetzt, zielt das Buch der Psychiaterin Esther Pauchard in eine andere Richtung: Selbstregulation, Resilienzsteigerung und Krankheits-Prävention von psychisch Gesunden.

Sie macht sich stark für vermehrte Selbstverantwortung und Selbstwirksamkeit, öffnet ihren Werkzeugkoffer, gibt den Lesern Informationen, konkrete Methoden und gezielte mentale Mittel an die Hand, womit sie ihr Wohlbefinden verbessern können.

Krebser



BUCHVERNISSAGE «JENSEITS DER SPRECHSTUNDE – DAS REZEPT SIND SIE!» MIT ESTHER PAUCHARD

Dienstag, 19. September 2023, 19.30 Uhr
bei Krebser in Thun

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

Bücher | Papeterie | Büromöbel | Copy-Print

krebser.ch

Top 5 Belletristik

1. Melody
Martin Suter, Verlag Diogenes
2. Rosenloui
Silvia Götschi, Verlag Emons
3. Bretonischer Ruhm
Jean-Luc Bannalec, Verlag Kiepenheuer & Witsch
4. Elternabend
Sebastian Fitzek, Verlag Droemer/Knauer
5. Altas - Die Geschichte von Pa Salt, Lucinda Riley, Harry Whittaker, Verlag Goldmann

Top 5 Sachbuch

1. Beziehungskosmos
Felizitas Ambauen, Sabine Meyer, Verlag Aris
2. Das Kind in dir muss Heimat finden
Stefanie Stahl, Verlag Kailash/Sphinx
3. Power: Die 48 Gesetze der Macht
Robert Greene, Verlag Hanser
4. Der Glukose-Trick - Das Praxisbuch
Jessie Inchauspe, Verlag Heyne
5. Die Wahrheit hinter dem Mythos
Werner Meyer, Angelo Garovi,
Verlag Nünnerich-Asmus

2. Matten Zaubert - Magic Night



Donnerstag, 23. November, mit LIONEL - Deine Wahrheit



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

Seit Jahren widmet sich der Walliser der menschlichen Wahrnehmung und der Täuschung einer oder mehrerer unserer fünf Sinne. Nun hat Lionel das Spannungsfeld zwischen Realität und Illusion in einer eigenen Theaterproduktion erforscht.

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

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

2. Matten Zaubert - Magic Night

Donnerstag, 23. November
20 Uhr
Kirchgemeindehaus Matten bei Interlaken

Die begehrten Tickets sind erhältlich unter:
www.verein-kulturbeutel.ch

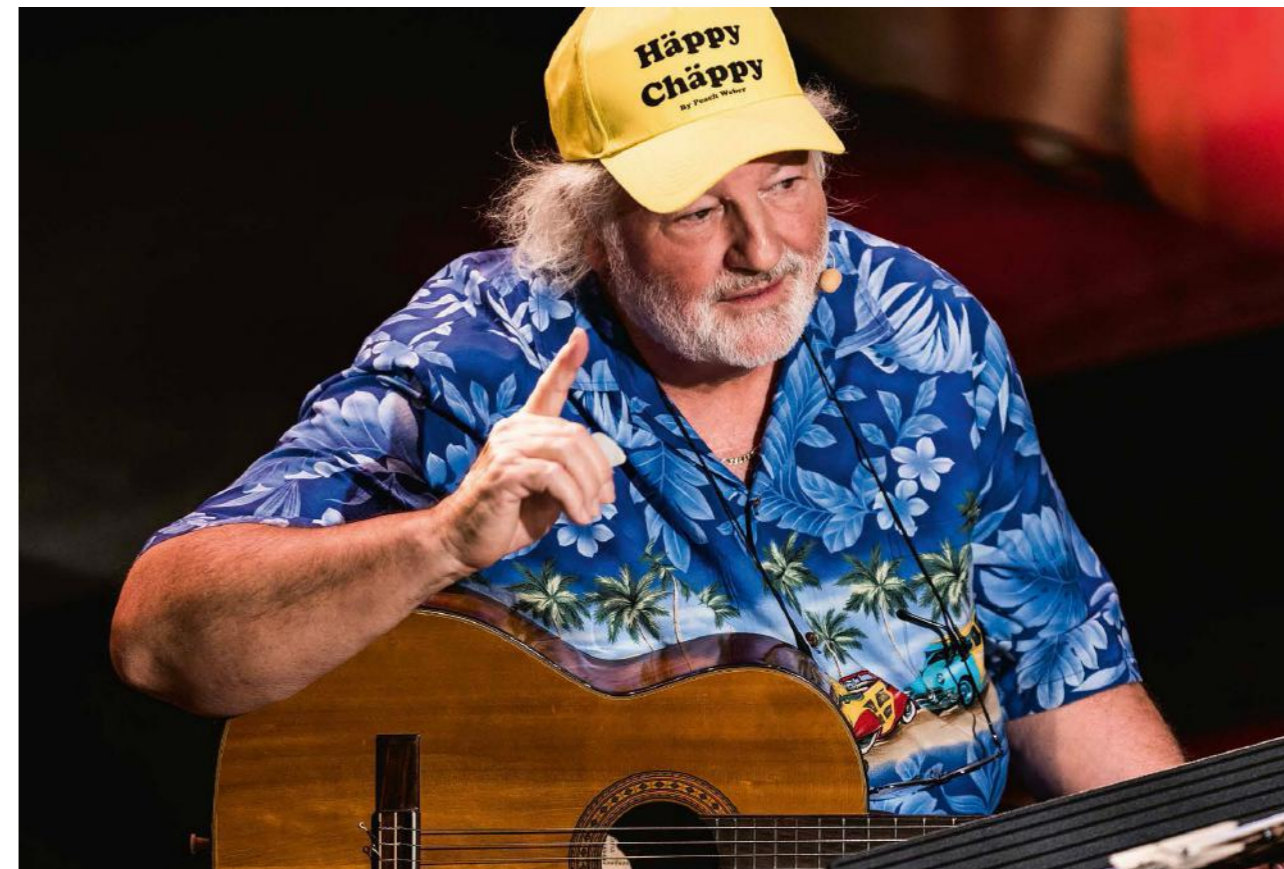


Die Kulturbeutel
3800 Matten bei Interlaken
www.verein-kulturbeutel.ch

2. Matten Lacht Spezial - Lachen mit Peach



Freitag, 24. November, ein Abend mit Peach Weber



Ihn muss man wohl nicht mehr gross vorstellen. Seit mehr als 45 Jahren steht bzw. sitzt **Peach Weber** auf den grossen Bühnen der Schweiz. Höchste Zeit also, dass der zweifache Prix Walo Gewinner auch endlich in Matten auftritt.

Und wenn, dann gleich richtig! Wir widmen Peach Weber eine Ausgabe von «Matten Lacht Spezial»! Freuen Sie sich auf zwei Stunden voll mit Gedichten, Liedern und allerlei komisches aus dem Alltag. Kurz gesagt; einfach zwei Stunden lachen mit Peach!

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

2. Matten Lacht Spezial - Lachen mit Peach

Freitag, 24. November
20 Uhr
Kirchgemeindehaus Matten bei Interlaken

Die begehrten Tickets sind erhältlich unter:
www.verein-kulturbeutel.ch



Die Kulturbeutel
3800 Matten bei Interlaken
www.verein-kulturbeutel.ch

copy shop Jungfrau Papeterie AG
Bhend Papeterie

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

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

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

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

Badewannentüren Variodoor

Lieferung & Montage ganze Schweiz
ab Fr. 2700.00 (exkl. MwSt., inkl. Montage)

Vertriebspartner Bern Wallis
H.P. Wyss 3707 Därligen
079 / 396 12 17 oder
Magicbad Schenker Luzern
079 / 642 86 72
info@magicbad-schenker.ch
Kostenlose Beratung vor Ort.

SCHWEIBENALP
Alpine Permakultur
Bildung • Forschung • Betrieb

Kurse in der Alpen Permakultur
9. September: **Führung** durch die Permakultur
16. September: **Gestalten mit Wildpflanzen**
30. September **Pflanzenkohle** – ein Schlüssel
bis 1. Oktober: zu fruchtbaren Böden

Pflanzen aus der Alpen Permakultur
Per Bestellung & Versand oder ab Platz
Schweibenalp, 3855 Brienz
info@alpine-permakultur.ch / 033 952 18 81

www.alpine-permakultur.ch

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

Goldene Herbstgrüsse
Sonnensstoren Sonnensegel Pergola
Wintergarten Lamellenstoren Rolläden
Alufensterläden Insektenschutzgitter Plissee

Gerne führen wir auch Reparaturen und Tuchwechsel aus.

Ihr Familienbetrieb mit persönlicher Beratung!

drogerie hänni

BETRIEBSFERIEN
Werte Kundinnen und Kunden
Die Drogerie bleibt **vom 25. September bis und mit 7. Oktober 2023 geschlossen**. Gerne sind wir ab dem Montag, 9. Oktober wieder für Sie da!

Interlakenstr. 1
3806 Bönigen

www.drogerie-haenni.ch

Bewegungs- und Lernoase

Kinesiologie

- **Kinder Kinesiologie**
- **Integrative Kinesiologie**

Dorntherapie

Manuela Gertsch

Telefon 079 763 49 15 - info@manuela-gertsch.ch
www.manuela-gertsch.ch - Rütli 598, 3824 Stechelberg
(100m von der Bushaltestelle entfernt, Gratisparkplatz beim Haus)

MacTable GmbH | www.öpfubudä.ch

Alles rund um Apple

Gutschein
Wir schenken Ihnen die Anfahrt. Sie bezahlen nur unseren Aufwand vor Ort. Gültig bis 31.10.2023

Problembehebungen, Updates, Inbetriebnahmen, Schulungen, etc: Mac, iPad, iPhone, Apple-TV, Apple-ID, iCloud, Synology, Internet, ...

- > **Bei uns im Laden**
- > **Per Fernwartung**
- > **Vor Ort** (bei Ihnen Zuhause)

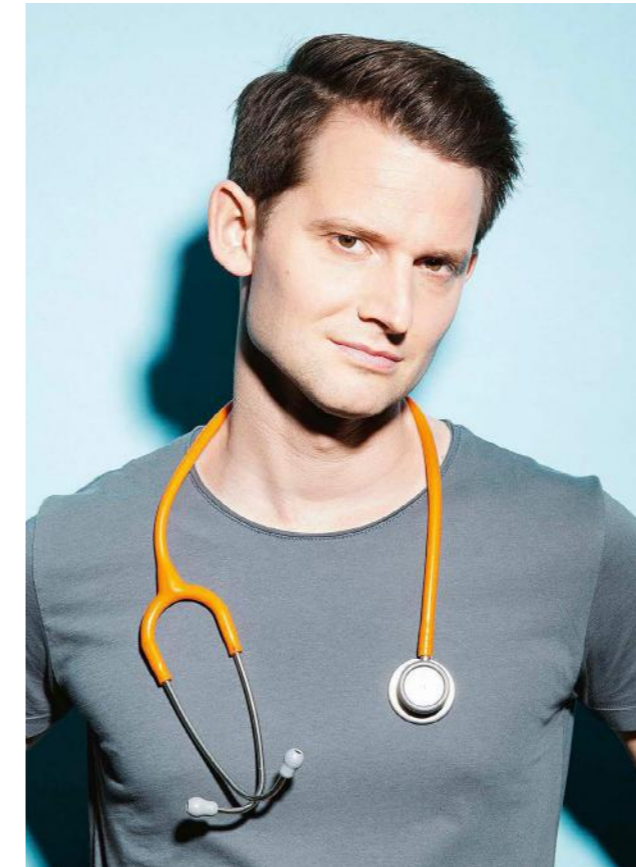
www.mactable.ch | 033 552 00 77

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

10. Matten Lacht Comedy Nacht

Samstag, 25. November 2023



Tatsächlich! Bereits zum 10. Mal findet die Comedy Nacht statt. Und ja, tatsächlich ist **Rob Spence** auch wieder mit dabei, nachdem er 2021 kurzfristig forfait geben musste.

Mit einer zigfach ausverkauften Bühnenshow und seinem Radioformat «Zum Glück ist Freitag» auf SRF 3 ist **Fabian Unteregger** einer der erfolgreichsten Kabarettisten des Landes.

Die Dritte im Bunde ist **Tamara Cantieni**. Als «Moneychick666» ist sie wild entschlossen, Instagram & Co. zu erobern.

Sichern Sie sich Ihr Ticket und seien auch Sie mit dabei, wenn es zum 10. Mal heisst; herzlich willkommen zur Matten Lacht Comedy Nacht.

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

10. Matten Lacht Comedy Nacht

Samstag, 25. November
20 Uhr
Kirchgemeindehaus Matten bei Interlaken

Die begehrten Tickets sind erhältlich unter:
www.verein-kulturbeutel.ch



Die Kulturbeutel
3800 Matten bei Interlaken
www.verein-kulturbeutel.ch

Dyami Häfliger

Verlagsleiter
Weber Verlag, Thun

in den Nationalrat
2x auf jede Liste

Mut zur Lösung.

Liste

15

Grünliberale.
créateurs d'avenir

NEU: Spielsamstage «CRIME TIME»



art7 CRIME TIME wird neu ins Leben gerufen. Ein einzigartiges Spielerlebnis für alle, welche Lust auf ein gemeinsames Abenteuer und auf garantiert viel Spass haben. Kreativität, Improvisation und sehr viel Detektivarbeit sind mit dabei.

23. September: Zirkus Martini. Hereinspaziert! Hereinspaziert!

Manege frei! Zirkus Martini ist in der Stadt! Der Zirkus ist bereits in der achten Generation ein kleiner, aber feiner Familienbetrieb. Doch leider läuft das Zirkusgeschäft nicht mehr so gut, denn die Zuschauer werden von Jahr zu Jahr immer weniger. Als wenn das nicht schon schlimm genug wäre, kommt es kurz vor einer Aufführung zu unvorhergesehenen Zwischenfällen. Kommen wir gemeinsam dem Täter auf die Spur?

Weitere CRIME TIME Termine:

21. Oktober 23: Klassentreffen.

Längst vergessene Geheimnisse kommen zum Vorschein.

11. November 23: Mord Couture.

Mord mit einem High-Heel

Jeweils 11 - 19 Uhr im Schlosskeller Interlaken

Anmeldung ist dringend erforderlich, die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Die Spielsamstage sind auch einzeln buchbar. Auf Anfrage auch für einen Teamevent ausgezeichnet geeignet.

Anmeldung und Informationen:

info@lartrium.ch/www.lartrium.ch

Telefon: 079 385 03 83

Wir freuen uns riesig auf eine schöne und spassige Zeit zusammen

Deborah und Team

Der Vorverkauf für den Weihnachtszauber, inszenierte Erzählungen in der Adventszeit ist eröffnet.

www.lartrium.ch

www.schlosskeller.ch

Buchhandlung Krebsler, Interlaken

Telefon Sekretariat: 079 811 37 05



art7

Eichzün

3800 Unterseen

Tel. +41 (0)79 532 55 61

info@lartrium.ch

www.lartrium.ch

Farbenpracht und Genussmomente

Dem Genuss auf der Spur: goldene Natur, romantische Stimmung und ein vielseitiges Kulinarik-Angebot



Durch raschelndes Herbstlaub laufen, zuschauen, wie sich die prächtigen Herbstfarben im Wasser spiegeln und kulinarische Köstlichkeiten geniessen – der Herbst bietet unseren Sinnen so einiges. Begib dich auf eine sinnliche Entdeckungsreise durch die Ferienregion Interlaken.

Genusstour Brienersee

Drei Gänge, drei Erlebnisse und drei Fahrten warten auf dich. Mit dem Schiff, dem Zug und der Bergbahn erkundigst du die wunderschöne Ferienregion Interlaken und geniessst dabei ein köstliches 3-Gänge-Menü aufgeteilt auf drei verschiedene Genussstationen. Zuerst geniessst du eine leckere Vorspeise im Restaurant 3a in Interlaken. Gegen Mittag gehst du auf das Schiff und fährst über den türkisfarbenen Brienersee. An Bord wird dir ein köstlicher Hauptgang serviert. Nach deiner Ankunft in Brienz spazierst du entlang des Quais und lässt deine Seele baumeln. Mit der Zentralbahn fährst du nach Interlaken Ost und besuchst dort den Harder Kulm, wo ein Dessert dir den Abend versüsst. Die Tour ist vom 1. September bis am 22. Oktober 2023 täglich buchbar.

Jetzt buchen: interlaken.ch/genusstour

Kulinarik-Trail am Stockhorn

Bei diesem kulinarischen Erlebnis am Stockhorn ist der Verdauungsspaziergang inklusive. Beim 3-Gang-Menü in drei verschiedenen Bergrestaurants erhältst du regionale Produkte serviert. Zwischen den Gängen läufst du in zwei Etappen à je ungefähr 45 Minuten vom Stockhorn zur Mittelstation «Chrindi» hinunter. Eine süsse Meringue liegt bei diesem genussvollen und gleichzeitig sportlichen Programm allemal drin.

Erlebnispfad Spiezer Rebbeg

Wusstest du, dass rund um den tiefblauen Thunersee Weintrauben wachsen? Entdecke die alpine Weinkultur auf dem Erlebnispfad im Spiezer Rebbeg und gönne dir ein Gläschen Spiezer. Ein weiterer Höhepunkt des Rundweges ist die atemberaubende Aussicht auf den Thunersee, das Schloss und die Alpen.



Interlaken Tourismus

Marktgasse 1, Postfach
3800 Interlaken
Tel. +41 (0)33 826 53 00
mail@interlaketourism.ch
www.interlaken.ch

Enziane fürs Auge, Heu fürs Steinwild

Der Alpengarten im September



Daniel von Allmen vom Alpengarten-Team beim Eintragen des Wildheus.



Die tiefblauen Blütenpaare des Schwalbenwurz-Enzians

Vom Frühling bis zum Einwintern blühen im Alpengarten fast immer Enziane: Gleich nach der Schneeschmelze die kleinen Frühlingsenziane, dann Kochscher und Clusius' Enzian mit ihren grossen blauen Bechern. Im Sommer folgen rote, gelbe und violette Arten.

Jetzt im Herbst biegen sich die langen Stengel des Schwalbenwurz-Enzians unter der Last seiner vielen tiefblauen Blütenpaare. Die Wege sind mit Gefransten Enzianen gesäumt. Und wer gut hinschaut, findet im Gras die hellvioletten Feld-Enziane, die oft so fleissig blühen, dass jedes Pflänzchen einem kleinen Blumenbouquet gleicht.

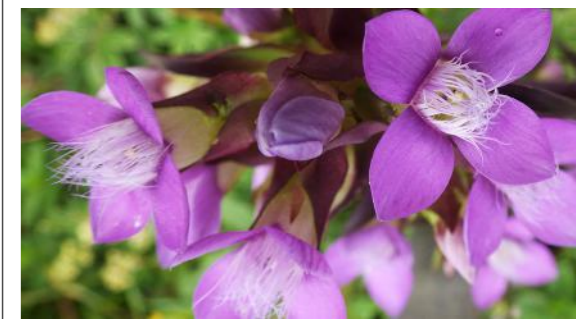
Zwischen diesen Publikumsliebblingen leuchten Augentrost, die weisen Sterne der Studentenröschen und andere kleine Herbstblümchen. Und am wärmsten Hang des Alpengartens setzen verschiedene Nelken und anderen wärmeliebenden Pflanzen noch lange ein paar Farbtupfer. An einigen Gartenstandorten sind

aber längst alle Blumen verblüht, und selbst die «Haarmannli» und andere Samenstände hat der Wind zerzaust. An diesen Stellen hat das Gartenteam schon ein paar Bündel Wildheu geerntet und den Steinböcken im Alpenwildpark Interlaken geschickt.

Gemäht wird ausschliesslich mit der Sense. Das ist schonender als mit dem Fadenmäher. Und weil sich lange Heualme besser zusammenrechen lassen als kleingehackte Pflanzen, bleibt weniger organisches Material liegen, das sich zersetzt und den Boden düngt. So können sich die feinen Blumen und Kräuter auf den artenreichen mageren Flächen auch künftig gegen die Gräser behaupten, die bei höherem Nährstoffeintrag schneller wachsen würden.

Doch längst nicht alle Flächen werden jetzt schon gemäht. Denn der Alpengarten zeigt den ganzen Lebenszyklus der Pflanzen, und die Samenstände sind ebenso formenreich wie die Blüten.

Das Gartenteam freut sich über interessierte Besucherinnen und Besucher, gibt jederzeit gerne Auskunft und bietet Führungen an. Die Führung am Sonntag ist kostenlos (mit Kollekte); Führungen auf Anfrage: Für 1 Stunde Fr. 80.- www.alpengarten.ch



Die Pflänzchen des Feld-Enzians gleichen einem kleinen Blumenbouquet.

Botanischer Alpengarten Schynige Platte

Telefon 033 828 7376
info@alpengarten.ch
www.alpengarten.ch

Wilhelm Tell goes Robin Hood!

Die Tellspiele starten 2024 in eine neue Ära und inszenieren zum ersten Mal ein anderes Theaterstück!



Was passiert denn da im Wald von Sherwood, oder sollte die Frage besser lauten, was passiert denn da im Rugenwald des Tellspiel-Areals in Matten?

Pfeile fliegen, Helden kämpfen, Liebe blüht und alles wie immer LIVE und OUTDOOR. Nach 120 Jahren Tell treibt nun ein anderer Schütze sein Unwesen und legt den Schurken dieser Welt das Handwerk. Robin Hood, Earl of Loxley, kämpft für die Rechte des Volkes, zusammen mit seinen Freunden, dem mutigen Little John, dem gemütlichen Bruder Tack und der schönen Lady Marian. Die Mythen und Geschichten unserer Kindheit als rasante Bühnenshow – ein erlebnisreiches und spannendes Vergnügen für die ganze Familie!

Inszeniert von Tiziana Sarro, geschrieben von Klemens J. Brysch und gespielt vom Ensemble der Tell-Freilichtspiele Interlaken.

Nach über 100 Jahren «Wilhelm Tell» von Friedrich Schiller inszenieren die Tellspiele 2024 erstmals mit «Robin Hood» ein anderes Theaterstück in der Tell-arena. Wir tauschen sozusagen die Armbrust mit einem Pfeilbogen. «Robin Hood» ist der zentrale Held mehrerer mittelalterlicher englischer Balladenzyklen, die sich im Laufe der Jahrhunderte zu der heutigen Sage formten. Weiteres zur neuen Strategie der Tellspiele und zur Inszenierung von «Robin Hood» erfahren Sie bei unserer Infoveranstaltung im Tellspielareal.



Tell-Freilichtspiele Interlaken

Tellweg 5, 3800 Matten
+41 33 822 37 22
info@tellspiele.ch
www.tellspiele.ch

Informationsveranstaltung

Mittwoch, 13. September 2023 ab 19.30 Uhr

Die Tell-Freilichtspiele Interlaken informieren in der Tell-Arena über das Stück «Robin Hood», die Rollen, die Probearbeiten und die Spieldaten. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Schlosskeller Interlaken

Monatsprogramm September 2023
Kleintheater des Kunsthauses Interlaken



Timon Lumière
Singer-Songwriter
Freitag, 8. September 2023
20.15 Uhr

Der in Interlaken geborene Singer-Songwriter Timon Lumière präsentiert in seinem neuen Programm sowohl Werke der letzten Jahre als auch aktuelle Lieder und Texte. Mit Themen die von Berg und Tal bis hin zu den Strassen Berlins führen, beleuchtet er die Untiefen des menschlichen Verstandes.



Timmermahn live
80 Jahre Timmermahn -
Jubiläumstournee
Samstag,
16. September 2023
20.15 Uhr

Timmermahn ist Autor, Poet, Erzähler, Kunstmaler, Regisseur und zählt zu den schillerndsten Figuren in der Kunst- und Kulturszene. Seine humorvollen Mundartgeschichten entführen uns in bunte, emotionale Welten.

Vorschau Oktober 2023



Philipp Galizia
Im Kunsthaus Interlaken
«Kater» - Sieben Leben
Freitag, 20. Oktober 2023
20.15 Uhr

Vorverkauf

www.schlosskeller.ch
079 811 37 05
Buchhandlung Krebsler AG, Interlaken

Schlosskeller Interlaken

Sekretariat 079 811 37 05
www.schlosskeller.ch

«Di drü schönschte Täg in Spiez» – das Spiezer Läset-Fest 2023

Spiezer Läset-Sunntig

Wir freuen uns, Sie bei uns am Spiezer Läset-Fest begrüßen zu dürfen! Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Programm am Spiezer Traditionsfest.



Detailprogramm

Samstag, 9. September 2023

- Ab 09.30 Uhr Start des 4. Spiezer Weinspaziergangs beim Kronenplatz Spiez – ausverkauft
- Ab 17.00 Uhr Start Barbetrieb auf dem Kronenplatz
- Ab 19.00 Uhr Musikalisches Abendunterhaltungsprogramm auf dem Start-/Zielgelände des Weinspaziergangs beim Kronenplatz: Abendkasse (ausgenommen Teilnehmende Weinspaziergang) CHF 5.00

Geniessen Sie das ultimative Après-Weinspaziergang Fest mit «DJ Alex der Skihüttenkönig» und einem Live Konzert von «Polly Wants a Party»

Sonntag, 10. September 2023

- Ab 10.00 Uhr Besuchen Sie die Festwirtschaften der Spiezer Vereine oder entdecken Sie verschiedene kulinarische Highlights an den Essensständen entlang der Oberland- und Seestrasse.
- 14.00 Uhr Start grosser Festumzug unter dem Motto «Äs Herbschtelet» oberhalb Lötschbergplatz, via Oberlandstrasse und Kronenplatz zur Rebbau Genossenschaft Spiez. Der Umzug endet auf dem Vorplatz Regez. Zugang mit dem Festabzeichen (CHF 7.00.).

Auf diese Umzugsbilder dürfen Sie sich freuen:

- Musikverein Spiez – Startklar für den Umzug 2023
- Landfass vom Rebbau Spiez begleitet von Trachtenleuten von nah & fern
- Rebbau Spiez – Wybou bereit für'd Zuekunft
- Sammeltuch zu Gunsten Verein Läset-Sunntig Spiez getragen vom JUTU Spiez, das OK dankt herzlich.
- Harmonie Adliswil + Drum Corps Adliswil – Marschmusik
- Berner Sennenhunde – ä tröie Blick
- Jodlerklub Spiez – eis jutze und eis singe
- Hochrad Klub March mit wunderschöne Hochvelo
- Alter Spiezer Saurer lässt grüssen, begleitet mit Schuhmacher's Örgeler
- Musikgesellschaft Wattenwil – Marschmusik
- Pikettzug Spiez
- Spiezer Gemeindebehörde mit Gästen – wir freuen uns am Läset-Sunntig
- Trachtengruppe Spiez so bunt wie der Herbst
- Gurtnerovi Muzikanti – Marschmusik
- Herbstliche Blumengrüsse von Blumen Berger mit Belle Epoque
- Saubere Strasse – wir sagen Danke!
- Fasnacht Spiez – Familiengugge
- CLZ Spiez – Herbstgold
- Jubla Spiez – Verwirrte Götter
- Jugendmusik Spiez feiert 65 Jahre Jugendmusik
- Kita Spiez - Vogelscheuchen
- Judo & Ju-Jitsu Club Spiez – Jita Kyoei
- Musikverein Ringoldswil – Marschmusik
- STI Oldi & Solina – oh mir hei Fröid am Läset-Sunntig
- Steinbockmusik Niederried – flotti Ton vom Wage obe abe
- Sammeltuch zu Gunsten Verein Läset-Sunntig Spiez getragen von den Juniorinnen FC Spiez, das OK dankt herzlich.
- SMAG & Spielgruppe – Spielgruppenchind juble im Spiezerzügli
- Schellengruppe Tuggen – klangvoller & würdiger Abschluss vom Läset-Sunntig 2023

Ganzer Tag

Musikalische Unterhaltung und Festwirtschaften entlang der Umzugsroute:

- 10.00 Uhr Trio Furggiblick, Jodlerzelt (ganzer Tag)
- 10.00 Uhr Musikverein Spiez, Kronenplatz
- 10.45 Uhr Musikverein Ringoldswil, Kronenplatz
- 11.30 Uhr Musikverein Harmonie Adliswil, Kronenplatz
- 12.00 Uhr Rat Kings, Regezplatz
- 12.15 Uhr Jugendmusik Spiez, Kronenplatz
- 13.00 Uhr BÄRN BEAT, Kronenplatz
- 15.00 Uhr Gurtnerovi Muzikanti, Regezplatz
- 15.30 Uhr EvR Big Band Spiez, Hotel Eden
- 15.30 Uhr Musikgesellschaft Wattenwil, Kronenplatz
- 16.15 Uhr Musikverein Harmonie Adliswil, Kronenplatz
- 17.00 Uhr BÄRN BEAT, Kronenplatz
- 17.00 Uhr Rat Kings, Regezplatz
- 17.30 Uhr Gurtnerovi Muzikanti, Jodlerzelt
- 19.00 Uhr Fabienne Hostettler, Musikzelt

Montag, 11. September 2023

- Ab 08.00 Uhr Traditioneller Märit mit musikalischer Unterhaltung und Festwirtschaften im Zentrum von Spiez

Anreise

Wir empfehlen Ihnen an allen drei Tagen mit den öffentlichen Verkehrsmitteln anzureisen. Das Festgelände ist nur wenige Minuten vom Bahnhof Spiez entfernt.

Festabzeichen

Mit dem Festabzeichen erhalten Sie am Läset-Sunntig direkten Zugang um Festareal, ohne Warteschlange. Sichern Sie sich schon jetzt eines der begehrten Festabzeichen online unter

www.laesetspiez.ch

Die Festabzeichen werden in begrenzter Auflage durch die Stiftung WOHIN in Handarbeit gefertigt.

Mir fröie üs uf es unvergässlechs Läset-Fest im 2023!

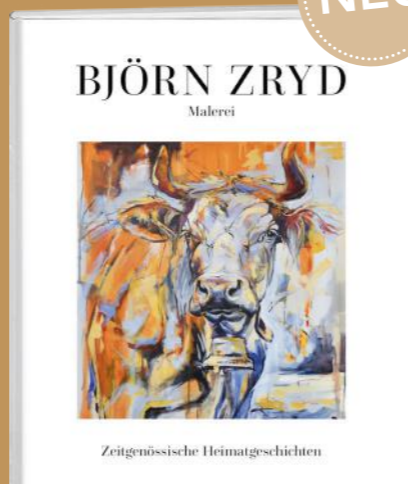


Verein Spiezer
Läset-Sunntig
www.laesetspiez.ch



BJÖRN ZRYD MALEREI

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



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



Jetzt bestellen.



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

Bestellung

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

WEBERVERLAG.CH

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

Name/Vorname _____
Adresse _____
PLZ/Ort _____
E-Mail _____
Datum _____ Unterschrift _____

Musikschule Oberland Ost

DIE WERK- und WIRKstätte für Musik



MSO-Instrumentenparcours & Tag der offenen Tür
Samstag, 16. September 2023
11.00 bis 14.00 Uhr
Haus der Musik und Erweiterung
Mittengrabenstrasse 24, Interlaken

- Instrumente ausprobieren (ganzes Angebot)
- Beratung durch die MSO-Lehrpersonen
- Informationen über die MSO

Vor und nach dem Instrumentenparcours finden im Rahmen der Vesperkonzerte zwei Familienkonzerte statt:
10.00 und 14.00 Uhr im Haus der Musik
Samuel Justitz, Violoncello
Wieslaw Pipczynski, Akkordeon und Theremin
Susanne Flück, Konzept und Erzählerin

Das Fächerangebot der Musikschule Oberland Ost finden Sie unter:
www.mso-net.ch

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Schülerkonzerte

Schülerkonzert Schlagzeug
Sonntag, 3. September 2023
15.00 Uhr
Haus der Musik, Interlaken
Klasse von Tom Beck

Schülerkonzert Querflöte
Samstag, 9. September 2023
15.15 Uhr
Zentrum Artos, Interlaken
Klasse von Rita Bossard

Schülerkonzert Klavier
Mittwoch, 20. September 2023
19.00 Uhr
Haus der Musik, Interlaken
Klasse von Stefan Dorner

Anmeldung und Information

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



Kunsthhaus Interlaken

VEREIN FREUNDE DES
KUNSTHAUSES INTERLAKEN

Verein Freunde des Kunsthauses Interlaken

Veranstaltungen im September



22 Jahre Frauenkunstpreis

Ausstellung 17.9.-19.11.2023

Die private Stiftung Frauenkunstpreis zeichnet im Bereich Bildende Kunst Künstlerinnen und Künstlerinnen-Gruppen mit Werkplatz Kanton Bern aus und fördert deren Arbeit.

Die Jubiläumsausstellung im Kunsthaus zeigt Werke der Preisträgerin 2023 und Arbeiten von 10 Preisträgerinnen der letzten Jahre, dazu Arbeiten von zehn weiteren eingeladenen Künstlerinnen. Die Ausstellung verspricht einen spannenden Einblick in das gegenwärtige Kunstschaffen vieler bekannter Künstlerinnen. Im Rahmen der Ausstellung wird am 22. Oktober im Kunsthaus die Preisträgerin 2023 ausgezeichnet.

Künstlerinnen

Salomé Bäumlin - Anouk Sebald
Nicole Bussien - Giorgia Piffaretti
Maia Gusberti - Daria Gusberti
Sarah Hugentobler - Kyra Tabea Balderer
Katrin Hotz - Jeanne Jacob
Lea Krebs - Michèle Dillier
Gabriela Löffel - Olga Kokcharova
Nicole Michel - Eva Maria Gisler
Olivia Notaro - Andrea Vogel
Tanja Schwarz - Olivia Abächerli
Preisträgerin 2023

Öffnungszeiten

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



Saisonabschluss TOI Sommerkonzerte

Letztes TOI Sommerkonzert auf der Openair-Bühne
Donnerstag, 7. September 19.30 Uhr | Bar 18.00 Uhr
GROOVE CONNECTION BIG BAND

Leitung: Sandro Häslar
Gesang: Natalie Portmann

Eintritt frei
Kollekte

Kunsthhaus Interlaken

Jungfraustrasse 55, 3800 Interlaken
041 033 822 16 61
www.kunsthhausinterlaken.ch

An die Kunstschaffenden des Berner Oberlandes

GALERIE KUNSTSAMMLUNG UNTERSEEN
kunst-sammlung-unterseen.ch

Ausstellung Stille Zeit 2024 in der Galerie Kunstsammlung Unterseen.

Für die siebte Folge der Ausstellung «Stille Zeit», laden wir Berner Oberländer Kunstschaffende ein, sich für eine Teilnahme zu bewerben.

Vom 13. Januar bis 4. Februar 2024 werden verschiedenste Arbeiten einer breiten Öffentlichkeit in der Dachstockgalerie in Unterseen präsentiert.

Die im vergangenen Jahr entstandenen Werke, werden von einer fünfköpfigen Jury für die Ausstellung ausgewählt. Dabei wird auch das Gesamtbild der Ausstellung berücksichtigt.

Der Unkostenbeitrag pro Teilnehmer beträgt Fr. 100.- und beim Verkauf eines Werkes sind der Galerie 35 % abzugeben.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann melden Sie sich mit untenstehendem Talon bis am 31. Oktober 2023 an.

Zu senden an:

Christoph Wyss, Stadtfeldstrasse 19, 3800 Unterseen
oder per E-Mail an mail@kunst-sammlung-unterseen.ch.

Wir bitten Sie, weitere Informationen, Unterlagen und Anmeldeformulare ab unserer Webseite www.kunst-sammlung-unterseen.ch herunterzuladen

Galerie Kunstsammlung Unterseen KSU

Dachstock Stadthaus
Untere Gasse 2
3800 Unterseen

mail@kunst-sammlung-unterseen.ch
www.kunst-sammlung-unterseen.ch



Anmeldung zur Teilnahme an der Ausstellung «Stille Zeit 2024»

Name/Vorname:

Adresse:

PLZ/Ort:

E-Mail:

Telefon:

Ort/Datum:

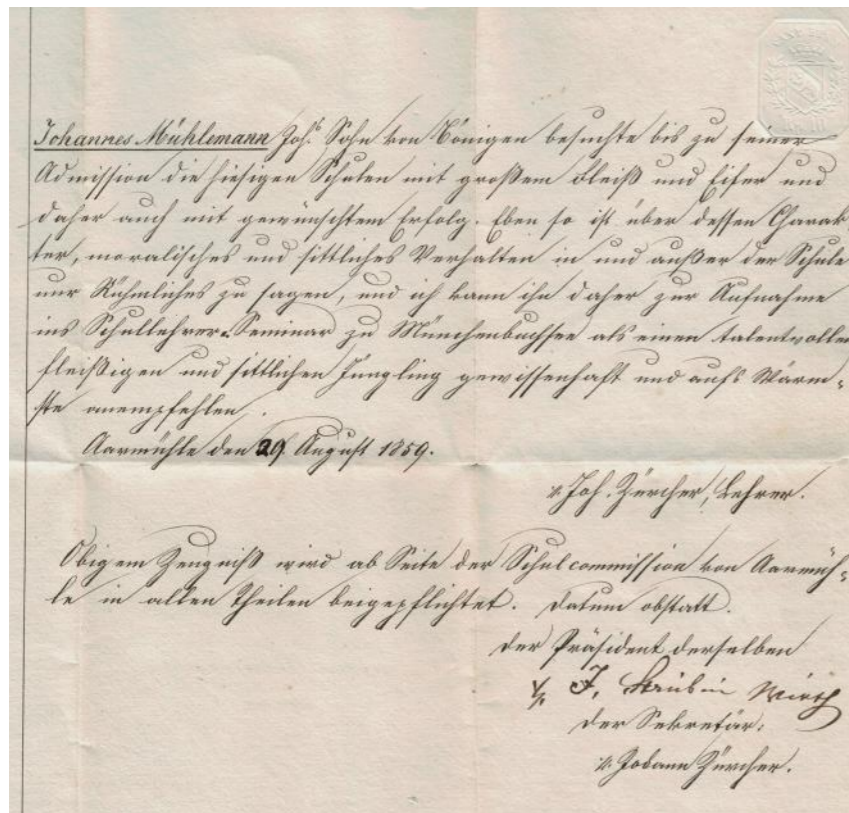
Unterschrift:



Skizzen zur Böniger Schulgeschichte

HEIMATVEREIN
BÖNIGEN

Sonderausstellung zum Jubiläum «100 Jahre Altes Schulhaus Bönigen».



Schulzeugnis vom 29. August 1859 der Primarschule Aarmühle (Interlaken) für Johann Kaspar Mühlemann (1842-1912).

Sonderausstellung bis zum 21. Oktober 2023

Ort:
Museum in der Alten Pinte Bönigen
Interlakenstrasse 2, 3806 Bönigen

Öffnungszeiten / Preis (Eintritt frei):
Donnerstag / Freitag / Samstag, 14 bis 17 Uhr
Sonntag, 14 bis 17 Uhr
(Offene Sonntage: 3.9. / 17.9. / 1.10. / 15.10.)

Kontakt:
altepinte.boenigen, Tel. 079 346 79 06

Johann Kaspar Mühlemann (1842-1912) besuchte die Primarschule nicht etwa in Bönigen, sondern in Aarmühle (Interlaken). Die Sekundarschule wurde erst 1858, nach seiner obligatorischen Schulzeit, gegründet. Nach einem zweijährigen Kurs am Seminar Hofwil trat er 1861 seine erste Lehrerstelle in Saxeten an. 1866 wurde er nach Unterseen gewählt und 1867 an die 3. Klasse seines Heimatdorfes Bönigen. Im Herbst 1905 trat er nach 45 Jahren Lehrtätigkeit in den Ruhestand. An Arteriosklerose erkrankt, konnte er seinen Lebensabend nur noch wenige Jahre geniessen.

Alte Pinte Bönigen
Museum | Galerie | KulturRaum
Interlakenstrasse 2
3806 Bönigen
altepinte.boenigen@bluewin.ch



Vom Wärtekompass



u warums schwär isch, dNadle nöi usrichte

Als chliins Meitli hani mir scho gwünscht, dasi nach der Schuel hüräte u Chind ha. Der Plan vor Gsellschaft isch gsi, dass alli, wo us der Schuel chöme, e Lehr mache oder a Gymer gö. Woni de ghürate ha u Mami bi worde - beides scho während der Usbildig - het ds Umfäld genau gwusst, wie alles zga het. Mi Kompass nach Wärte, was wichtig u richtig isch, het geng meh afa i alli Himmelsrichtige zeige. Mängisch fasch im Stundetakt. U plötzlech isch da das Gfüehl vo: Cha me überhoupt öpis richtig mache u gnüege? Dank däm, dass mis Mueti mi zure selbstbewusste Frou het la ufwachse u mir mini Idee u Tröim nid het usgredt u abgsproche, hani dörfe e Wäg i däm ganze Wirrwarr finde. Und ou derdür, dasi ha afa nach der Wahrheit über mi sueche. Die ligt nämlich nid im Muul vo andere Mönsche u i ihrer Meinung u Klassierig über mir. Folgendes hani usegfunde:

Es git Eine, wo jede Gedanke, jede Wäg vo mir kennt. Eine, wo sogar weis, wie viel Haar i ufem Chopf ha. Er het mi im Mueterliib wunderbar gformet u denn scho gueti Gedanke über mir gha, wo mi no niemer gseh het uf dere Wält. Er het tolli u hoffnigsvolli Plän für mi

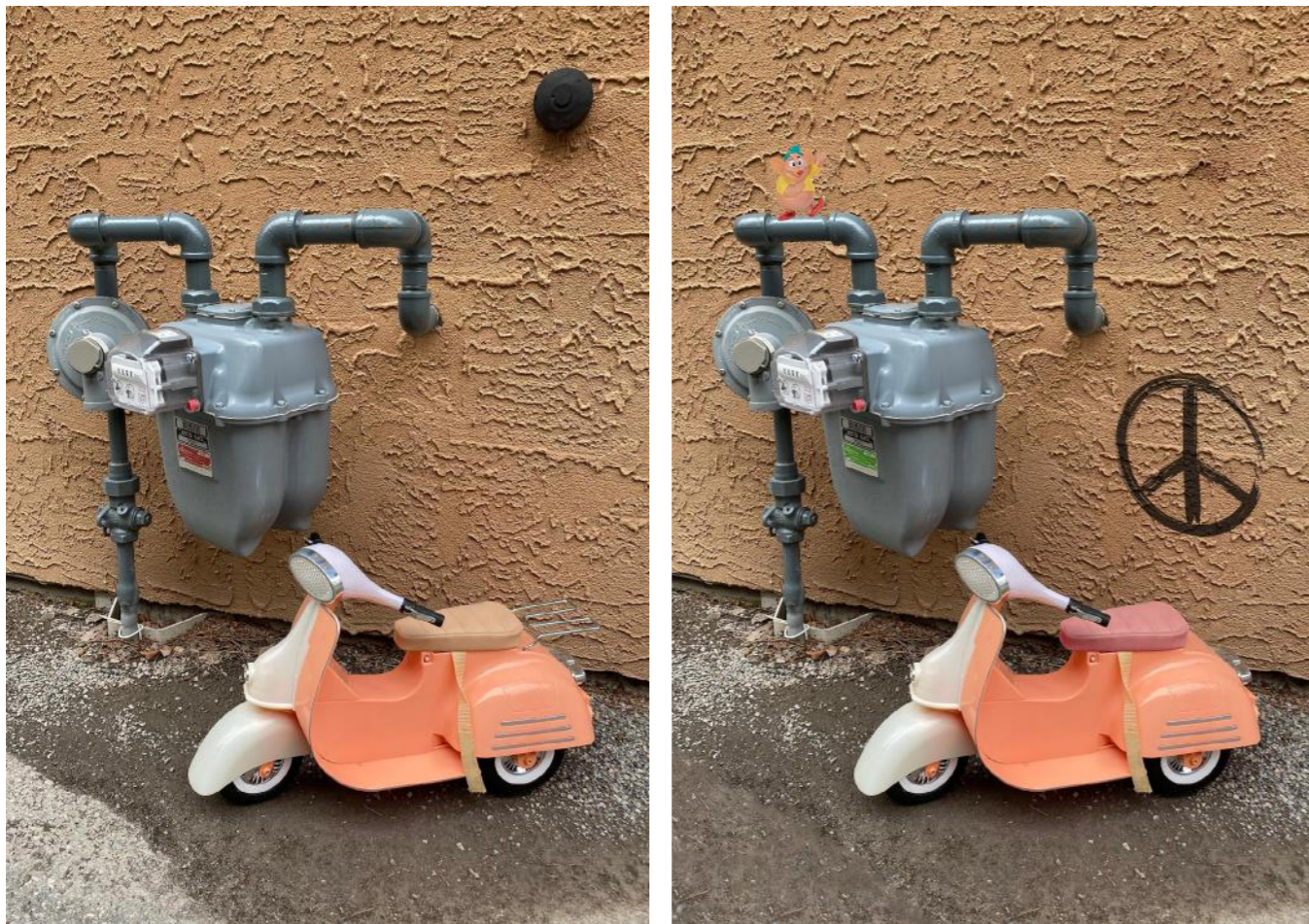
gha u immer no. Er het Fröid a mir u jublet sogar u er liebt mi meh, als das mini Eltere je hätte chönne. Will er mi mit sire vollkommene, unveränderliche u ewige Liebi liebt. Nüt cha mi vo dere Liebi trenne. All mini Lascht u Sorge darfi ihm bringe. Er isch tröi u wartet, weni mal schlächt gluunt bi oder sogar dervo loufe u tuble. Er heilt mini Zerbrocheheit u nimmt mir dAngscht. Er vergisst mi nie u isch immer für mi da. Er isch mi Schöpfer u mi Gott.

So hani glehrt, mi Wärtekompass geng meh nach dere Wahrheit usrichte. U weniger nach däm, was Gsell-schaft oder Einzelni meine. Z Härz wird liechter u Gwüssheit, das ig gliebt u wärtvoll bi, grösser. Es lohnt sich, der Kompass nach däm usrichte, wo über allem steit. Über de Stärne, über Philosophie, Religion, Me-nige u Lugine.

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

Finden Sie die Unterschiede

Im Bild rechts sind 7 Unterschiede zum linken Bild versteckt.



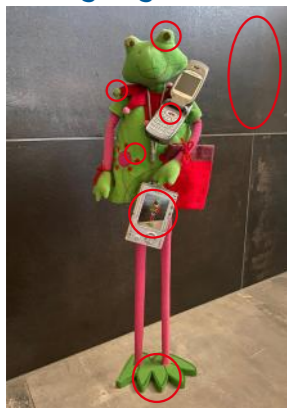
Kreisen Sie die Unterschiede ein und senden Sie die Lösung mit Ihrem Namen, Ihrer Adresse und Telefonnummer an:
Weber Verlag AG,
 Wettbewerb BödeliInfo/BrienzInfo, Gwattstrasse 144,
 3645 Gwatt oder an wettbewerb@weberverlag.ch

Doris Wyss, Weber Verlag AG

Gewinnen Sie!

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

Lösung August



Gewinner*in
 Albrecht Gerber
 Matten

Die Knolle, die es in sich hat

Naturage Schwarzer Knoblauch-Kapseln mit den Vitaminen B1 und B2, geruchlos und ohne Nachgeschmack.



STEDTLI APOTHEKE DROGERIE
 Hauptstrasse 9, 3800 Unterseen
 Telefon 033 822 80 40

Wir suchen Sie!



Wir suchen dringend Kinderbetreuerinnen zwischen 20 und 60 Jahren in Wilderswil für 2 bis 3 Tage pro Woche und auf dem Bödeli für 1 bis 2 Wochenenden pro Monat!



Möchten Sie Kinder betreuen oder betreuen Sie schon?

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

Sie suchen eine Betreuung für Ihr Kind?

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

Wir haben freie Plätze in diesen Gemeinden:

Ort / Gegend	Alter	Betreuungstage
Beatenberg	Ab 6 Monaten	1 Tag pro Woche nach Absprache
Bönigen	Ab 1 Jahr	Di, Mi, Do
Interlaken	Baby bis Schulkind	Di, Do, Fr
Lauterbrunnen	Baby oder Kleinkind	Mo-So
Mürren	Ab 1 Jahr	Nach Absprache
Unterseen	Baby bis Schulkind	Di bis Fr



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

kinderbetreuung@kibio.ch
www.kibio.ch



DER SCHWEIZER SCHIESSSPORT IM LAUFE DER ZEIT

Grafische Darstellungen von Ereignissen oder Personen waren seit der frühen Neuzeit beliebte Sujets und wurden für die Erinnerungskultur, als Werbemittel oder zur Propaganda eingesetzt. Die hier wiedergegebenen Plakate waren Werbemittel für Schützenfeste, andere grafische Darstellungen waren Souvenirartikel von Schützenfesten oder Festorten.

Der Aspekt der Propaganda griff dann durch, wenn neben dem Zwecke der Festeinladung oder -erinnerung auch noch ein ideologischer stand. Die Motive dieser Postkartenbox stammen aus der Sammlung des Schweizer Schützenmuseums Bern (SMB).



©2023
Format 11,5 x 17 x 6,5 cm
Box mit 100 Postkarten
ISBN 978-3-03818-426-3
CHF 31.20 statt CHF 39.-



Jetzt bestellen.

Bestellung

Bitte senden Sie mir ____ Ex.
«Der Schweizer Schiesssport im Laufe der Zeit»
zu je **CHF 31.20** statt CHF 39.-, inkl. MwSt. und
Versandkosten. ISBN 978-3-03818-426-3

Mit 20% Rabatt oder auch online mit dem Code:
«Sommer2023».

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, mail@weberverlag.ch

Name/Vorname _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

E-Mail _____

Datum _____ Unterschrift _____

Vielseitige Herbstkurse – jetzt anmelden!

Mitglieder der Raiffeisenbank Region Haslital-Brienz erhalten auf allen Kursen CHF 10.00 Rabatt.

Praktisch / Kreativ

- **NEU** Blütenzauber in Keramik – gestalte zeitlosen Blumenschmuck
2x ab Samstag, 2. September, 9 Uhr, Meiringen
- Mandala – Dot Art Grundlagen
Dienstag, 12. September, 18.30 Uhr, Meiringen
- Mandala – offene Werkstatt (nach Besuch Grundkurs)
Donnerstag, 16. November, 18.30 Uhr, Meiringen
- Pilze bestimmen und kennen lernen
Freitag, 15. September, 19.30 Uhr und
Samstag, 16. September, 9 Uhr, Haslital
Verschiebungsdatum: 22./23. September
- **NEU** Töpfern – Aufbautechniken von Hand
6x ab Dienstag, 17. Oktober, 17 Uhr, Hasliberg
- **NEU** Naturerfahrung
«meinem inneren Feuer Nahrung geben»
Samstag, 21. Oktober, 9 Uhr, Haslital/Brienz
- Laterne aus Holzklötzchen – Workshop
Dienstag, 31. Oktober, 18.30 Uhr, Meiringen
- Deko-Fenster aus Holzklötzchen
Donnerstag, 2. November, 18.30 Uhr, Meiringen
- Hand- und Brushlettering – Grundkurs
Donnerstag, 2. November, 18.30 Uhr, Meiringen
- Sketchnotes
Mittwoch, 22. November, 18.30 Uhr, Meiringen
- **NEU** Gartenarbeit – der richtige Schnitt an Gehölzen
Freitag, 10. November, 8 Uhr, Meiringen
- **NEU** Papier-Windlichter – «Marina Licht» herstellen & gestalten
Dienstag, 14. November, 18.30 Uhr, Meiringen

Schönheit und Styling

- **NEU** Schminkevent – Tipps & Tricks für das typgerechte Make-up
Dienstag, 24. Oktober, 19 Uhr, Meiringen oder
Mittwoch, 1. November, 19 Uhr, Meiringen

Gesellschaft

- **NEU** Was muss ich wissen, bevor (m)ein Hund einzieht
Montag, 4. September, 19.30 Uhr, Meiringen oder
Freitag, 17. November, 19.30 Uhr, Meiringen
- **NEU** Einführung in die Familienforschung
Mittwoch, 22. November, 19 Uhr, Meiringen



Informatik / neue Medien

- Word vertieft
4x ab Donnerstag, 19. Oktober, 19 Uhr, Meiringen

Kinder / Jugendliche

- **NEU** Handlettering
Mittwoch, 13. Dezember, 14 Uhr, Meiringen

Einstieg in laufende Sprach- und Fitness-/Bewegungskurse auf Anfrage möglich.

Diese Kurse werden ab Mitte Oktober 2023 weitergeführt.

Weitere Kurse werden laufend auf der Homepage publiziert.

Aktuelles Kursprogramm



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

Curling is fun – spielen Sie mit

Schnuppertraining



Weltklasse Curler Alina Pätz und Sven Michel aus Matten

Freitag, 13. Oktober 2023 von 19 bis 21 Uhr
Freitag, 27. Oktober 2023 von 19 bis 21 Uhr

Die Teilnahme ist kostenlos, nur saubere Turnschuhe mitbringen.

Anmeldung erwünscht, aber nicht erforderlich.

Curlingkurse

Wenn Interesse vorhanden bieten wir gerne auch **Kurse für Anfänger** ab 3. November 2023 und **Fortgeschrittene** ab 12. Januar 2024 an. Die 6 Kursabende finden jeweils am Freitag von 19 bis 20.30 Uhr statt.

Interessiert?

Auskunft und Anmeldung:
info@ccinterlaken.ch / www.ccinterlaken.ch

Kursleitung:
Ueli Frutiger
frutiger@quicknet.ch
079 711 30 78

Curling Club Interlaken

Postfach 190
3800 Interlaken
info@ccinterlaken.ch
www.ccinterlaken.ch

Chäsmärt Habkern 30. September 2023

Feiner Käse und gelebte Tradition passen bestens zusammen: Verkauf von Alpkäse, Hobelkäse, Mutschli und mehr mit urtümlichem Rahmenprogramm



Auf zahlreichen Habker Alpen wird jeden Sommer in liebevoller Handarbeit Alpkäse produziert. Immer am letzten Samstag im September wird die Käsevielfalt am Markt auf dem Bärenplatz präsentiert.

Nebst dem Verkauf von Alpkäse, Hobelkäse und Mutschli von verschiedenen Habker Alpen, stehen hausgemachte Spezialitäten wie Sonntagszopf, Brätzeli und Konfitüre zum Verkauf.

Umrahmt wird der Anlass mit einer Festwirtschaft. Der beliebte «Chäsbrätel» darf natürlich nicht fehlen.

Weiter gibt es:

- einen Streichelzoo,
- Ponyreiten ab 12 Uhr
- und einen Wettbewerb (ganzer Alpkäse zu gewinnen! Verlosung um 17 Uhr)

Ein besonderes **Highlight** sind die volkstümlichen Auftritte:

- Jodlerklub Habkern
- Alphornbläser
- Fahenschwinger Habkern
- Kindertanzgruppe Habkern
- Schwyzerörgeli-Formation



Zeit: 10 bis 18 Uhr
Ort: Dorfplatz Habkern
Durchführung bei jeder Witterung

Freundlich lädt ein:
IG Chäsmärt Habkern

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Zürcher Honiggebäck	ugs.: Löwe	Reihenfolge, Wechsel, Umlauf	Kw.: Gebiet (um eine Stadt)	digitales Daten-netz (Abk.)	veraltet: ständig	Zufluchtsort	grünliche kleine Zitrusfrucht	Pflanzenteil	Ferienort im Berner Oberland
Bergplateau im Toggenburg				6	Gde. am linken Zürichseeufer				
tiefes Bedauern			bestimmter Artikel	10	persönl. Fürwort, 3. Person Singular			Oper von Verdi † 1901	
Hausberg von Bern					Gewürzpflanze				9
Bilder-rätsel	Sänger komischer Rollen		steif; unbeugsam				7		
	3				Denk-lehre		katho-lisches Stunden-gebet		dt.-schweiz. Maler (Paul) †
Freude, Genuss					Riese im Alten Testa-ment			1	
Ge-treide-art	Offerte	Polar-gewässer			äusserst schöpferischer Mensch	Schwei-zer Maler (Hans) † 2015			Unter-welt, Hölle
								4	
frz.: schwarz					frz. Männer-name				
Gebirgs-pass der Berner Alpen	eh. Kw.: Muster-messe Basel		Inscrip-tion am Kreuz Jesu (lat. Abk.)		Stadt im Kanton Bern		Berner Wappen-tier		engl.: Dame
				zwei-stellige Zahl	lat.: im Jahre	Abk.: Adresse	die Heilige Schrift		
Sänger v. Patent Ochsen: ... Huber			8		Kw.: CH-Fussball-national-mannsch.			bunter Papagei	
Gebiet im Kanton Bern	2					Not, Misere			5
Gebüh-renliste					zum Munde gehörig (Med.)			Vorname von Lichtenstein † 1997	

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

Knobeln Sie mit!

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

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

Teilnahmeschluss: Freitag, 8. September 2023 Die Lösung finden Sie in der nächsten Ausgabe.

Lösungswort August: Feuerwerk Gewinner*in: Otmar Breitenberger, Goldswil

Lösungswort Kreuzworträtsel September 2023

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

Vorname _____

Name _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

Europäischer Tag des Denkmals 2023

Sonntag, 10. September 2023
«Reparieren und Wiederverwenden – Réemploi et recyclage»



BERNER HEIMATSCHUTZ
PATRIMOINE BERNOIS
REGION INTERLAKEN-OBERHASLI



Foto: Backpackers Villa Sonnenhof, Interlaken

Sie sind herzlich eingeladen an der Veranstaltung, welche wir anlässlich der Europäischen Tage des Denkmals 2023 organisieren, teilzunehmen.

Thema:
Touristische Bauten rund um die Interlakner Höhematte
Um 1800 entdeckten die Reisenden aus aller Welt das Berner Oberland. In der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts entwickelte sich Interlaken zum Ferienort. In dieser Zeit begann man mit dem Aufbau der touristischen Infrastruktur von Interlaken. Vor allem der Hotelbau setzte im grossen Stil ein, ein Kursaal entstand.

Im 21. Jahrhundert präsentieren sich die touristischen Infrastrukturen, allen voran die Hotels, in einem ganz anderen Stil als im 19. Jahrhundert: Viele Hotelbauten wurden erfreulicherweise erhalten und laufend renoviert, andere wurden vom alten Standort an einen neuen versetzt, einige wurden zurückgebaut, wiederum andere wurden erweitert, zahlreiche Hotelbauten von einst werden heute anders genutzt.

Wann und Wo
Sonntag, 10. September 2023, von 10 bis ca. 12 Uhr. Wir treffen uns vor dem Grand Café-Restaurant Schuh, Höheweg 56, Interlaken.

Was
Unter der fachkundigen Führung einzelner Vorstandsmitglieder und einheimischer Geschichtskenner beziehungsweise Lokalhistorikern, wird den Teilnehmenden auf einem etwa zweistündigen Spaziergang rund um die Höhematte der Wandel vom 19. ins 21. Jahrhundert aufgezeigt.

Anmeldung
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich

Organisation
Berner Heimatschutz, Region Interlaken Oberhasli

Auskunft
Peter Oeschger, Präsident
Gartenstrasse 31
3852 Ringgenberg
033 823 16 55 oder 079 610 82 84
oeschger48@gmail.com

Das vollständige Programm der Europäischen Tage des Denkmals finden Sie unter www.hereinspaziert.ch

Berner Heimatschutz - Interlaken Oberhasli
www.bernerheimatschutz.ch

Themenwege in Spiez

Ludotrail – Spiel dich durch Spiez, smarTrails – Spiez entdecken, KrimiSpass



smarTrails – Spiez entdecken



Ludotrail – Spiel dich durch Spiez Foto: Gaby Kaufmann



KrimiSpass

In Spiez stehen viele unterschiedliche und spannende Themenwege zur Verfügung. Alle Trails sind ganzjährig spiel- beziehungsweise begehbar.

Ludotrail – Spiel dich durch Spiez

Mit dem Ludotrail kann Spiez auf spielerische Art entdeckt werden. Wer gewinnt im Hörmemory beim Hörcenter, im Stoffpuzzle beim Kleiderladen oder im Trommelspiel beim Musikgeschäft? Alle Spieleposten sind individuell gestaltet und passen thematisch zu den einzelnen Standorten. Pro Gruppe/Familie wird ein Spiele-Rucksack benötigt. Nach der Online-Buchung unter www.spiel-dich-durch-spiez.ch für CHF 25.00 erhält man beim BLS Reisezentrum den Rucksack mit dem Spielregelbuch sowie der Spielmaterialbox und los geht's. Ab September 2023 ist der 30. und letzte Spieleposten «Elektrisierende Bilder» beim Frei- und Seebad spielbereit. Seit der Eröffnung des Ludotrails im Juli 2022 haben sich über 1200 Kinder, Jugendliche und Erwachsene durch Spiez gespielt.

smarTrails – Spiez entdecken

Wissen Sie, wie viele Augen die Springspinne hat oder woher der Katzenstein kommt? Kennen Sie die tragische Geschichte der Hochzeitsgesellschaft von 1465 oder die besten Fotospots in Spiez? Das und noch viel mehr er-

fahren Sie auf den sieben Entdeckungstouren in Spiez. Die informativen und virtuellen Themenpfade werden mit dem eigenen Smartphone absolviert. Nach dem Start unter www.spiez.com/smartrails werden Sie von Posten zu Posten geführt und bei den entsprechenden Koordinaten erscheinen die multimedialen Inhalte direkt auf Ihrem Handydisplay.

KrimiSpass

Sie wollten schon immer mal Kommissar sein und einen rätselhaften Mordfall lösen? Beim KrimiSpass Spiez haben Sie die Chance dazu und alles, was Sie benötigen, ist ein Smartphone und einen kühlen Kopf. Melden Sie sich kostenlos unter www.krimispass.ch/spiez an und erhalten Sie die notwendigen Informationen für die Ermittlung. An elf Schauplätzen scannen Sie die QR-Codes und sammeln so wichtige Indizien zum Fall. Werden Sie den Täter finden?

Viel Spass beim Spielen, Rätseln und Entdecken.

Spiez Marketing AG

Bahnhofstrasse 10d, 3700 Spiez
spiez@thunersee.ch, 033 655 90 00
www.spiez.com

Wir halten die Schweiz zusammen

Nationalratswahlen 22.10.2023

**Wir haben ein gemeinsames Ziel:
 Die Schweiz zusammenzuhalten –
 mit Freiheit, Solidarität und Verantwortung.**

Deshalb gehören diese Oberländer 2x auf jede Liste!



Anita Luginbühl



Marianne Schlapbach



Matthias Matti



Dominik Luginbühl



Christian Haueter



Alfred Luginbühl



Die Mitte

Generalsekretariat
 Seilerstrasse 8a
 Postfach
 3011 Bern, Schweiz
 031 357 33 33
info@die-mitte.ch

Listen 9-14

Wer ist unsere September-Person aus Interlaken?



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 Brienersee:



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: Freitag, 8. September 2023
Die Gewinner*innen werden im nächsten Heft veröffentlicht.

Auflösung Wettbewerb August:

Die gesuchte Person war:
Martin Bolliger, Brienz

Herzliche Gratulation den Gewinner*innen:

Sabine Amacher, Ringgenberg
Erich Krähenbühl, Bönigen
Frieda Flühmann, Brienzwiler
Dora Zimmerli, Interlaken

◆ BETTEN ◆

Foto: ©Christian Fischbacher Co. AG

◆ BÖDEN ◆

Foto: Hain

◆ VORHÄNGE ◆

Foto: ADO Goldkante

◆ FLÜBO ◆

Haus für schönes Wohnen

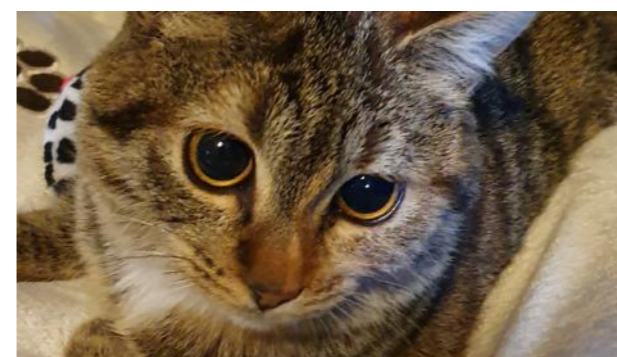
eidg. Dipl. Bodenlegermeister
Hauptstrasse 109 · 3855 Brienz
Tel. 033 951 19 64
www.fluebo.ch

Tiere suchen ein Zuhause

Der Tierschutzverein Interlaken sucht für Verzichttiere ein neues Zuhause.



Tierschutzverein
Interlaken-Oberhasli



Verschiedene junge Kätzchen männlich und weiblich suchen ein neues Zuhause. Gerne würden sie auch zu zweit umziehen. Da sie meistens aus Landwirtschaftsbetrieben stammen, sind sie teilweise noch sehr schüchtern, und möchten nach der Eingewöhnungszeit Freilauf in einer verkehrsberuhigten grünen Gegend. Alle sind leukosegetestet, entwurmt, vollständig geimpft und gechippt. Sie werden mit einem Schutzvertrag und einer Übernahmegebühr abgegeben.

Pflegeplätze für Katzen gesucht!

Wir suchen Pflegeplätze für eine gelegentliche, vorübergehende Betreuung von Büsis aus unserer Region. Es handelt sich um eine zeitlich beschränkte Pflege, bis die Tiere an einen neuen Lebensplatz vermittelt werden können. Beispielsweise schüchterne Büsis, eine trächtige Kätzin oder eine Katzenmutter mit Jungen wären in einem Privathaushalt mit Familienanschluss gut aufgehoben.

Voraussetzungen: Sie lieben Tiere und sind bereit Zeit und Geduld für ihre Betreuung aufzuwenden. Sie verfügen über einen geeigneten Raum, den Sie für die Katzen zur Verfügung stellen können. Sofern Sie eigene Katzen haben, sind diese vollständig geimpft. Selbstverständlich stehen wir mit Rat und Tat zur Seite. Unsere Unterstützung ist gewährleistet.

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

Kontakt

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

Weitere Katzen, die ein Zuhause suchen, finden Sie unter:

www.tierschutz-interlaken.ch

Ihre Spende hilft den Tieren in unserer Region.

Herzlichen Dank.

Postfinance Konto: 87-466873-1

ISBN CH49 0900 0000 8746 6873 1

Beispielbilder

Veranstaltungen

September 2023

Die Veranstaltungsdaten können für die **Ausgabe Oktober 2023** bis **am Freitag, 8. September 2023**, an folgende Adressen gesendet werden:

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

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



AUSSTELLUNG, FÜHRUNG

Jeden Freitag & Sonntag
**Kunstaussstellung Beatrice Urweider
«Tanz der Farben»**
14 bis 18 Uhr
Burger Galerie
Hauptstrasse 62, Brienz
www.burweider.com

Mittwoch bis Sonntag
**Sonderausstellung
«CUBES-Raus aus der Werkstatt,
rein in den Cube»**
Schweizer Holzbildhauerei
Museum Brienz
10.30 bis 17.00 Uhr
www.museum-holzbildhauerei.ch

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

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

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

Täglich
**Ausstellung: Die Hose
der Bösen Schwingen -
eine lebendige Tradition**
10 bis 17 Uhr
Freilichtmuseum Ballenberg
www.ballenberg.ch

Sonntag, 3. September
Dorfmuseum «Alte Mühle» Wilderswil
13 bis 17 Uhr
Dorfmuseum Alte Mühle
Mühlengasse 38, Wilderswil

Dienstag, 5., 12. September
**Dorfführung - Historischer
Häuserweg Bönigen 2023**
09.15 bis 11 Uhr
Bönigen-Iseltwald Tourismus
Seestrasse 6, Bönigen
www.boenigen.ch

Jeden Donnerstag und
Sonntag, 3. September
**Sonderausstellung
«Postkarten-Grüsse aus Habkern»**
13.30 bis 16.30 Uhr
Altes Schulhaus Habkern, Ortsmu-
seum, Unter der Kirche 362, Habkern
www.habkern.ch

Donnerstag/Freitag, Samstag/
Sonntag, 1. bis 10. September
**Kunstaussstellung
Franziska Venrath & Natalie Frick**
Donnerstag, 15 bis 18 Uhr
Freitag, 18 bis 20 Uhr
Samstag, 15 bis 18 Uhr
Sonntag, 11 bis 16 Uhr
Stadthaus Unterseen
Dachstock-Galerie
Untere Gasse 2, Unterseen
www.kunstsammlung-unterseen.ch

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

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

Täglich
Schrift zwischen Form und Flächen
8 bis 20 Uhr
Zentrum Artos
Alpenstrasse 45, Interlaken
www.artos.ch

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

GASTRONOMIE, KULINARIK

Samstag, 9. September
Zu Tisch mit... - Wale Liniger
19 Uhr
Beschränkte Teilnehmerzahl
von 35 Pers.
Berghaus Planalp, Brienz
www.berghausplanalp.ch

Freitag, 1., 15., 29. September
Fajita-Schiff Brienzensee 2023
ab 19.10 Uhr
Schiffstation Interlaken Ost
Lanzenen 1, Interlaken
www.bls-schiff.ch

Dienstag, 12. September
**Herbstkreationen
aus Küche und Keller**
Hotel Brienz
Hauptstrasse 254, Brienz
www.hotel-brienz.ch

Sonntag, 24. September
Bäcker-Zmorge
09 bis 12.30 Uhr
Tea-Room Bel-Air
Spirenwaldstrasse 286, Beatenberg
www.bel-air.ch

Samstag, 16. September
Chästeilet Iseltwald 2023
ab 12 Uhr
Parkplatz Mühle, Iseltwald

GÄSTEEXKURSION, KINDERPROGRAMM

Samstag, 2. September
**Rocky Familydays
auf dem Niederhorn**
Berghaus Niederhorn, Beatenberg

Samstag, 2. September
Chinderhus-Fest
14 bis 17 Uhr
Chinderhus Brienz
www.chinderhus-brienz.ch

LOTTO

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

Sonntag, 3. September
Ballenberg-Jassturnier
10 bis 17 Uhr
www.ballenberg.ch

MUSIK

Samstag, 16. September
3. Vesper «Musik und Poesie»
ab 17.30 Uhr
Schlosskirche Interlaken
Schloss 1, Interlaken
www.vespern.ch

Jeden Donnerstag, bis 14. September
Live-Konzerte
ab 19.30 Uhr
Seerestaurant Löwen, Brienz
www.brienzerburl.ch

Freitag/Samstag,
1., 2., 9., 15., 16. September
Bären Musik Festival
ab 19.30 Uhr
Seehotel Bären, Hauptstrasse 72, Brienz

Samstag, 7. Oktober 2023
CD-Taufe Jodlerfründe Alpenblick
ab 18 Uhr
Casino Kursaal Interlaken
www.jodlerfruedealpenblick.ch

Freitag, 1. September
The Cavers im TOPOFF
20 bis 22 Uhr
TOPOFF Kulturzentrum
Untere Bönigstrasse 35, Interlaken
www.topoff.ch

Dienstag, 5. September
**Thunersee Musikanten -
Konzert im Zentrum Artos**
ab 20 Uhr
Zentrum Artos
Alpenstrasse 45, Interlaken
www.artos.ch

Samstag, 16. September
Konzert Jodlerklub Wasen
11.30 Uhr
Grandhotel Giessbach
www.giessbach.ch

Freitag, 8. September
Timon Lumière
ab 20.15 Uhr
Schlosskeller Interlaken, Kleintheater
des Kunsthause Interlaken
Schloss 7a, Interlaken
www.schlosskeller.ch

Dienstag, 12. September
Konzert Irene & Eugenio
ab 20 Uhr
Zentrum Artos
Alpenstrasse 45, Interlaken
www.artos.ch

Samstag, 9. September
Öppis für ds Ohr, öppis für ds Muul
ab 18 Uhr
Burgfeld Bistro
Spirenwaldstrasse 173, Beatenberg
www.burgfeldbistro.ch

Samstag, 16. September
4. Vesper: Familienkonzert
 ab 10 und ab 14 Uhr
 Haus der Musik
 Mittengrabenstrasse 24, Interlaken
 www.vespern.ch

Dienstag/Mittwoch/Donnerstag
 26., 27., 28. September
Herbsttrilogie
im Grandhotel Giessbach
 ab 20.15 Uhr
 Grandhotel Giessbach, Brienz
 www.giessbach.ch

Samstag, 30. September
Jazz Konzert mit Stephanie Trick & Paolo Alderighi
 18.15 Uhr
 Grandhotel Giessbach, Brienz
 www.giessbach.ch

KIRCHE

Samstag, 16. September
Tag der offenen Tür -
Gemeindehaus Kirche Jesu Christi
 10 bis 16 Uhr
 Gemeindehaus der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage
 Hertigässli 25, Matten
 ch.kirchejesuchristi.org

LESUNG, VERSAMMLUNG, VORTRAG, KURSE

Dienstag, 19. September
bzi Online Informationsabend
 ab 18.30 Uhr
 Bildungszentrum Interlaken bzi
 Obere Bönigstrasse 21, Interlaken
 www.bzi.ch

Samstag, 2. September
Lesung Metall Schmiede - Oliver Heldstab
 ab 19 Uhr
 Bibliothek Brienz
 www.bibliothek-brienz.ch

Donnerstag, 14. September
Lesung Metall Schmiede - Oliver Heldstab
 ab 19 Uhr
 Beni Drogerie Brienz
 www.benidrogerie.ch

MÄRKTE

Sonntag, 3. September
Markt am Höhweg 2023
 10 bis 18 Uhr
 Höhweg / Höhematte Interlaken
 marktverband.ch
 Samstag, 30. September
Chäsmärt 2023
 ab 10 Uhr
 Dorfplatz, Habkern

Sonntag, 24. September
Mega Flohmarkt - JungfrauPark Interlaken 2023
 8.30 bis 15 Uhr
 JungfrauPark Interlaken
 Obere Bönigstrasse 100, Interlaken
 brocantejeuss.ch

Samstag/Sonntag,
 23., 24. September
Herbstmarkt Ballenberg
 10 bis 17 Uhr
 www.ballenberg.ch

SPORT

Jeden Montag/Dienstag
Om Shakti Yogakurs
 Mo 18.30 bis 20.00 Uhr
 Di 9.00 bis 10.30 Uhr
 Hauptstrasse 67, Brienz
 Anmeldung: +41 (0)79 371 42 75
 www.om-shakti-yoga.ch

Samstag/Sonntag, 2., 3. September
Plausch Grümpelturnier
 ab 9 Uhr
 Burgseelihalle, Ringgenberg
 www.skiclub-ringgenberg.ch

Täglich
Tennis im Grünen
 8 bis 22 Uhr
 Reservation erforderlich:
 033 952 80 80
 Tourist Info Brienz

Samstag, 2. September
2. Volley Night Brienz
 ab 18 Uhr
 Schulanlage Brienz Dorf, Turnhalle
 Schulhausstrasse 10, Brienz
 www.volleynight-brienz.ch.jimdofree.com

Dienstag, 12. September
Tanznachmittag für Seniorinnen und Senioren in Interlaken 2023
 14 bis 17 Uhr
 Congress Kursaal Interlaken
 Strandbadstrasse 44, Interlaken
 be.prosenectute.ch

Samstag, 9. September
OL-Schweizermeisterschaft 2023 auf dem Ballenberg
 10 bis 17 Uhr
 www.ballenberg.ch

THEATER, BÜHNE

Samstag, 16. September
Timmermahn live - Schlosskeller Interlaken
 ab 20.15 Uhr
 Schlosskeller Interlaken, Kleintheater des Kunsthauses Interlaken
 Schloss 7a, Interlaken
 www.schlosskeller.ch

VERSCHIEDENES

Sonntag, 10. September
Europäischer Tag des Denkmals
 10 bis 17 Uhr
 www.ballenberg.ch

Freitag, 1. September
Polit-Apéro - SP Bödéli-Jungfrau
 17.00 bis 18.30 Uhr
 Hotel Krebs, Bahnhofstrasse 4
 Interlaken

Sonntag, 3. September
Schwimmbad - Saisonschluss
 Schwimmbad Habkern
 Im Haag 398e, Habkern

Samstag/Sonntag, 9., 10. September
Herbstfäscht Vorsass
 11 bis 16 Uhr
 Bärgrestaurant Vorsass
 Vorsass 1010, Beatenberg
 niederhorn.ch/herbstfaesch

Samstag, 16. September
Herbstfest im «Jungfrau-Areal» in Wilderswil
 11 bis 17 Uhr
 Jungfrau-Areal
 Schulgässli 51, Wilderswil
 www.seeburg.ch/herbstfest

Freitag, 15. September
Dorfabend Beatenberg
 ab 20 Uhr
 Beatenberg Arena
 Spirenwaldstrasse 168, Beatenberg

Samstag, 16. September
Tag der offenen Depottüre Brünig Dampfbahn BDB
 10 bis 17 Uhr
 Depot Brünig Dampfbahn, Bahnhof Interlaken Ost - Gleise 4/5, Interlaken
 bruenig-dampfbahn.ch

Sonntag, 24. September
Brünig Dampfbahn Fahrt
 09.05 bis 18.15 Uhr
 Interlaken - Giswil retour
 www.bruenig-dampfbahn.ch

Täglich
Lamatrekking Jungfrauregion 2023
 Lamatrekking Jungfrauregion
 Wengelacherweg 8, Wilderswil
 www.lamatrek-jungfrauregion.ch

Mittwoch/Samstag/Sonntag
Lama-Trekking Brienz
 Anmeldung: +41 (0)79 333 70 35
 Auf Anfrage auch an anderen Daten.
 www.lama-ranch-brienz.ch

Täglich
Tuk Tuk Brienz
 Jede Stunde von 9 bis 17 Uhr
 Beginn vor Tourist Info Brienz

Freitag, 8. September
Trauercafé Brienz
 14-16 Uhr
 Pfrundschiir, Brienz
 Chilchgasse 1a
 www.trauer-trost.ch

Samstag/Sonntag, 16., 17. September
Alpkäsemeisterschaft CASALP
 10 bis 17 Uhr
 www.ballenberg.ch



Impressum

Offizielles Mitteilungsblatt für Vereine, Institutionen und Gewerbe von Interlaken, Matten, Unterseen, Beatenberg, Bönigen, Därliigen, Goldswil, Gsteigwiler, Habkern, Iseltwald, Leissigen, Niederried, Ringgenberg, Saxeten, Sundlauenen, Wilderswil, Gimmelwald, Gündlischwand, Isenfluh, Lauterbrunnen, Lütschental, Müren, 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
 Aline Veugel, Shana Hirschi, Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt,
 Tel. 033 336 55 55, Fax 033 336 55 56,
 boedeli-info@weberverlag.ch

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

Vertreter des Vereinskonzents Interlaken
 Peter Wenger, Präs. Vereinskonzent Interlaken,
 PF 336, 3800 Interlaken, Tel. 077 430 17 35;
 Nöldy Baumann, Präs. IG Sport Bödéli,
 Tel. 079 632 76 70

Titelseite Jeremy von Allmen, vonMedia
 Foto Bruno Petroni

Druck AVD Goldach AG
 ISSN 1662-0984
 Auflage 20900 Exemplare

Erscheinungsweise 12 x jährlich, Ausgabe Oktober 2023
 erscheint am Freitag, 29. September 2023.
 Beiträge per Mail an: boedeli-info@weberverlag.ch

Annahmeschluss: Freitag, 8. September 2023
 Alle Beiträge erscheinen sowohl im Bödéli-
 als auch im BrienzInfo.

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



Jetzt die Apps
 herunterladen!



gedruckt in der
 schweiz

Sender & Empfänger

«Als Kinder lernen wir sprechen, als Erwachsene sollten wir lernen zuzuhören.» Franziska Friedl



Sandro Häsler
Musiker, Schulleiter MSO,
Dozent Hochschule
der Künste Bern

Nasreddin Hodscha will auf dem persischen Markt einen Truthahn verkaufen und stellt sich neben den Besitzer eines Papageis, der für sein Tier zehn Pfund verlangt. Der erste Interessent schreit den Hodscha an: «Bist du wahnsinnig? Der Papagei dort kann sprechen und kostet zehn Pfund, und du verlangst zwanzig?» – «Mein Truthahn kann mehr als sprechen», erwidert der Hodscha. «Er kann zuhören.»

Allein auf «YouTube» werden in jeder Stunde etwa dreissigtausend Stunden Videos hochgeladen. Um die Inhalte eines einzigen Tages anzuschauen, bräuchte man über 82 Jahre. Daneben schießen die Menschen mit ihren 4.5 Milliarden Handys rund um den Globus mehr als eine Billion Fotos pro Jahr (wer schaut die eigentlich alle an?) und stellen in jeder Sekunde zigttausende Suchanfragen im Internet. Dazu kommen die immensen Da-

tenmengen des Verkehrs auf den sozialen Medien. Die schiere Anhäufung an Daten, die so erzeugt und natürlich auch irgendwo gespeichert wird, ist schwindelerregend. Schätzungen der International Data Corporation zufolge, beträgt die weltweite Datenmenge aktuell 33 000 Exabytes. Ein Exabyte entspricht einer Milliarde Gigabyte (GB). Nimmt man an, ein Terabyte (1000 GB) entspräche dem Gewicht einer Büroklammer, dann würden die 33 000 Exabytes Daten ziemlich genau 33 000 Tonnen, dem dreifachen Gesamtgewicht des Eiffelturms, entsprechen.

Obenerwähnte Anekdote ist klar in ihrer Aussage: Zuhören ist anspruchsvoll und deshalb wertvoller als Senden. Fokussiertes Empfangen setzt gleiche Fähigkeiten voraus, wie aktives Zuhören: Interesse, Neugier, Verständnis, Empathie und Offenheit. Unser Gehirn wird aber seit geraumer Zeit von einer Lawine an Reizen überrollt, wie ein Kornfeld von einem Schwarm Heuschrecken und ist mit dessen Verarbeitung komplett überfordert. Wir empfangen zwar die Bits und Bytes, können sie aber höchstens noch partiell handhaben. Von vertiefter Verarbeitung und echtem Berührtsein kann bei diesem Tempo und diesem Umfang keine Rede sein.

Das hinterlässt Spuren im gesellschaftlichen Alltag und im Umgang untereinander. Es führt zwangsläufig

zu Vereinfachungen, vorschnellen Bewertungen und Oberflächlichkeiten in Diskussionen und Debatten und zu fatalen Fehlern in der Meinungs- und Willensbildung. Die Welt wird dadurch binär und polarisiert, Handlungsspielräume werden verengt. Um aber Lösungen für aktuelle Probleme zu finden, sind differenzierte und widersprüchliche Diskurse ohne Vorverurteilungen notwendig. Verschiedene Perspektiven sind für den Erkenntnisgewinn notwendig. In Auseinandersetzungen sind Ergebnisoffenheit und auch



die Möglichkeit, einmal nicht Recht zu haben, Pflicht. In menschlichen Kontroversen müssen Verletzlichkeit und das Aushalten von Widersprüchlichkeit Platz haben. In den Debatten während Corona und dem Krieg in der Ukraine erleb(t)en wir genau das Gegenteil.

Die für einen differenzierten und achtsamen Austausch von Sender und Empfänger nötige Kernkompetenz ist aktives Zuhören und Wahrnehmen. Die formale und technische Beherrschung der Kommunikationsmittel reicht dabei nicht. Es kommt darauf an, die wachsende Menge an komplexen Botschaften zu verstehen und Schattierungen und Nuancen im Strom der Daten zu erkennen. Die Verwirrung unserer Sinne durch Informations-Overkill, verunmöglicht eine anspruchsvolle Gesprächskultur und verhindert die Freude am Diskurs. Für eine angemessene und ausgereifte Reaktion und Einordnung brauchen

wir Platz in unserem Oberstübchen. Influencer, Stars und Sternchen mit Millionen von Followern und Social-Media-User müllen uns unaufhörlich mit Inhalten aus ihrem grossartigen Leben zu, obschon wir als Empfänger wissen, dass das Gepostete maximal der halben Wahrheit entspricht. Was ist das für eine infantile und bescheuerte Gesellschaft, die so tut, als wäre alles «Friede, Freude, Eierkuchen»? Etwas mehr Demut, Bescheidenheit und Ehrlichkeit würden uns in Vielem weiterbringen. Es braucht viel mehr Mut, öffentlich einen Fehler oder eine Schwäche zuzugeben, als sich mit diffamierenden Aussagen im Netz als Troll zu profilieren.

Ob diese Kolumne bei Ihnen als Empfänger Zustimmung oder Widerstand ausgelöst hat, ist für mich als Sender nicht so entscheidend. Wenn sie aber zum Nachdenken und Diskutieren über das Thema anregt, habe ich mein Ziel erreicht.

«Fokussiertes Empfangen setzt gleiche Fähigkeiten voraus, wie aktives Zuhören: Interesse, Neugier, Verständnis, Empathie und Offenheit.»

Zitat Sandro Häsler



Goldschmiede Habluetzel

Seit 1997

