

A portrait of Michael Reinle, a middle-aged man with short, dark hair, smiling. He is wearing a light blue blazer over a white button-down shirt. The background is a blurred green and yellow foliage.

Michael Reinle

«Mit unserem Kreislaufmodell
stärken wir die regionale Wertschöpfung.»

SEITE 6



Fest der Feste Sa. 1. & So. 2. Oktober 2022

Das grösste Erntedankfest der Schweiz: Erleben Sie 15 Herbstfeste aus der ganzen Schweiz auf dem Ballenberg.

Tickets: [festderfeste.ch](https://www.festderfeste.ch)

«Brächete»

Sa. 8. & So. 9. Oktober 2022

Sehen Sie, wie aus Flachs feines Leinen wird. Die zahlreichen Arbeitsschritte werden vor Ort im Detail gezeigt.



Saisonabschluss Sa. 29. Oktober 2022

Die Ballenberg-Saison neigt sich dem Ende zu. Kommen Sie vorbei und genießen Sie ein letztes Mal die Vorführungen der Handwerkskünstler/innen.

14. April – 30. Oktober 2022
täglich 10.00 – 17.00 Uhr

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

Mein Chaos-Stapel hat einen Namen erhalten

Kennen Sie diese Papiersammlung auf Ihrem Bürotisch, die Sie schon immer einmal abarbeiten wollten?

Diesen Artikel muss ich noch lesen - ab auf den Stapel. Und dieses Projekt hatte ich schon lange im Kopf - ab auf den Stapel. Und genau dieses Konzept könnte ich doch für das andere Dings, das jetzt irgendwo in diesen Unterlagen liegt, übernehmen - ich lege es vorsorglich dazu.

Seit Jahren pflege ich mal mehr und mal weniger liebevoll diese lose Ansammlung von Ideen, Bildern, Artikeln, Tipps und Tricks. Eben halt ein Chaos-Stapel.

Alle paar Monate nehme ich mir vor, mich nun endlich «dem Stapel» anzunehmen. Wenigstens eine Kleinigkeit davon abzuarbeiten. Alle paar Monate scheitere ich erneut - zu viel Wichtigeres um die Ohren.

Nachdem «der Stapel» und ich uns all diese Jahre treu durch den Büroalltag begleitet haben, fand ich es an der Zeit und nur fair, für eine Namensgebung. «Der Chaos-Stapel» wurde - ganz im Zeichen des brandaktuellen Anglizismus - in «The pile of shame» umgetauft. Keine Erfindung von mir; der Begriff dazu liegt wahrscheinlich irgendwo im Stapel. Übrigens, diesen Artikel, den ich schon so lange schreiben wollte, konnte ich hiermit erledigen.

Manchmal scheint es, dass die 2. Säule bei den Arbeitgebern ebenfalls auf einem «Pile of shame» gelandet ist.

Wenn Sie sich schon lange um die Vorsorge Ihres Betriebes kümmern wollten, nehmen Sie mit uns Kontakt auf - wir helfen Ihnen gerne, eine Kleinigkeit von diesem Stapel abzuarbeiten. Und falls nicht: Wir sind auch in ein paar Jahren noch da - genau wie der «Pile of shame».

«Manchmal scheint es, dass die 2. Säule bei den Arbeitgebern ebenfalls auf einem «Pile of shame» gelandet ist.»



Andrea Schäfli
Stv. Geschäftsführerin
Noventus Pensionskassen

KOSMETIK
HARMONIE

Gültig bis 30.11.2022 – bitte Inserat mitbringen.

Manicure mit Rosen-Maske

Verwöhnung mit einem hauch von Luxus: Handmassage mit feuchtigkeitsspendender Lotion & ätherischem Rosenöl, danach eine Maske mit Rosenblättern und zur Entspannung eine Tasse Rosentee! Dauer ca. 1 ½ Std. **Fr. 69.–** (statt Fr. 80.–)

★★★

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

IHR MULDEN UND HEIZÖL-LIEFERANT AUS INTERLAKEN

Muldenservice
oeltrans ag
Interlaken / Frutigen / Meiringen / Thun

oeltrans ag
Interlaken / Frutigen / Meiringen / Thun

oeltrans ag
Interlaken / Frutigen / Meiringen / Thun

oeltrans ag
Interlaken / Frutigen / Meiringen / Thun

Familie Beeler und Mitarbeiter

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

Mobil sein

Toilettenstuhl

Hygienebeutel

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

RESTAURANT ZUM
CHOCH+TOPF

Hirschjuffer Bündnerart

Wilder Herbst

LASSEN SIE SICH VON UNSEREN KREATIONEN BEGEISTERN

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

Inhalt

EDITORIAL

3 Andrea Schäfli

INTERVIEW

6 Michael Reinle
«Mit unserem Kreislaufmodell stärken wir die regionale Wertschöpfung.»



PUBLIREPORTAGE

- 11 Cranio Sacral Therapie
Auf die Plätze, fertig, los!
- 13 Swiss Life Villa Choisy
Willkommen in der Villa Choisy
- 15 Noventus Pensionskasse
Warum uns KMU-Betriebe wichtig sind
- 17 Variété Castello GmbH
Erstes Winter-Variété in der Region

PEOPLE

18 BVG-Sammelstiftung
9. Vorsorgeforum Interlaken



INFOSEITE

- 21 Physio SPArto
Gesund altern
- 23 Frutiger Sarbach
Achillessehnenentzündung
- 25 Martha Ruf
Der Traum der eigenen vier Wände

- 27 Jäck AG
Hagelwetter 20. Juli 2022
- 29 Raiffeisenbank Jungfrau
Wo ist die perfekte Welle?

31 Urfer Optik AG
Zurück in die Zukunft



- 33 Zentrum Artos Interlaken
Zuhörbänkli in Interlaken
- 35 Krebser AG
Buch-Tipp

KULTUR

- 36 Kunsthaus Interlaken
- 37 Interlaken Tourismus
- 39 Bödeli-Bibliothek Interlaken



- 41 Schlosskeller Interlaken
- 43 Theatergruppe Staubach
- 44 Stedli-Leist Unterseen
- 45 Stadtkeller Unterseen

MUSIK

- 47 Musikschule Oberland Ost
- 49 Musikverein Interlaken Unterseen und Jugendmusik Unterseen
- 51 Chor Frohsinn-Cäcilia Interlaken
- 53 Thunersee Musikanten

AUSSTELLUNG

- 55 Kunstsammlung Unterseen
- 57 Heimatverein Bönigen

KURSE

58 Volkshochschule Haslital / Region Brienz

KIRCHE

61 Pfimi Interlaken

SPORT

- 62 Curling Club Interlaken
- 63 Badmintonclub Einigen / Spiez

FAMILIE

64 KIBIO

VERSCHIEDENES

- 65 Turnverein Matten
- 67 claro Weltladen
- 69 Tourismuseum

UNTERHALTUNG

- 60 Kreuzworträtsel
- 66 Suchspiel
- 68 Tiere suchen ein Zuhause
- 70 Wer ist unsere Oktober-Person?
- 71 Veranstaltungen
- 74 Kolumne





Das Ziel der Noventus Pensionskasse ist es, die beste Vorsorgelösung für jegliche Unternehmen anzubieten.

«Mit unserem Kreislaufmodell stärken wir die regionale Wertschöpfung.»

Die Noventus Pensionskassen betreuen schon lange viele unterschiedliche Unternehmen auf dem Bördeli. Seit Neustem ist Michael Reinle als Verantwortlicher für die Region zuständig.

Die Noventus Pensionskassen haben ja eigentlich keinen Sitz in Interlaken; ist das Unternehmen trotzdem hier verwurzelt?

Der Hauptsitz der Stiftung befindet sich zwar in Rotkreuz ZG, doch die Noventus ist schon sehr lange auf dem Bördeli aktiv. Wir verfolgen dabei auch ein Kreislaufmodell, bei dem das Geld der Kunden vor Ort verwaltet wird – somit bleibt die Wertschöpfung auch vor Ort.

Dabei sind wir in der Region unter anderem so stark, weil wir intensiv mit Partnerbanken, hauptsächlich den Regionalbanken, zusammenarbeiten. Sie sind sozusagen unsere Botschafter in der Region. Auch ich kenne mich hier sehr gut aus – schliesslich arbeite und lebe ich seit

über 30 Jahren hier. Früher habe ich bei der Bank EKI gearbeitet, und ich hatte schon damals mit der Noventus zu tun und konnte namhafte Kunden für sie gewinnen. Jetzt habe ich den eigentlichen Stützpunkt der Noventus im Berner Oberland übernommen. Diejenigen, die uns noch nicht kennengelernt haben, können dies nun bald nachholen. Vom 19. bis am 23. Oktober findet wieder die IGA statt, und ich werde dort einen kleinen Stand betreuen.

Sie sind also sozusagen der Kopf von den Noventus Pensionskassen in der Region. Wie kamen Sie zu dieser Position?

Ursprünglich habe ich eine Berufslehre gemacht, also eigentlich zwei – als Optolaborist und dann als

Augenoptiker. Nach etwas Militärdienst und einem Abstecher in die Westschweiz bin ich im Berner Oberland heimisch geworden und habe hier einige Jahre auf dem erlernten Beruf gearbeitet. Ich bin dann von einer Versicherung angefragt worden, ob ich Interesse hätte, bei ihnen im Aussendienst zu starten.

Diese Herausforderung reizte mich, und deswegen wagte ich den Quereinstieg in die neue Branche. So machte ich dann im Lauf der Jahre auch viele interne Schulungen und entsprechende Weiterbildungen: zum Versicherungsfachmann, zum diplomierten Finanzberater und Finanzplaner.

Zuerst arbeitete ich hauptsächlich im Bereich Sachversicherungen. Den Bereich Vorsorge habe ich am Anfang nebenbei bedient; doch bald merkte ich, dass mir dieser besser zusagt und mich auch mehr interessiert. Daraufhin spezialisierte ich mich auf berufliche und private Vorsorge. Fast zehn Jahre arbeitete ich in diesem Bereich bei der damaligen Winterthur.

Danach wechselte ich zur Bank EKI und konnte dort die Versicherungs-Broker-Abteilung mitaufbauen. In dieser Funktion arbeitete ich wieder in allen Versicherungsbereichen. Mit 50 kam dann der Wunsch auf, mich nochmals beruflich zu verändern und wieder zu spezialisieren.

Da ich bei der Bank schon sehr erfolgreich mit der Noventus zusammengearbeitet hatte, lag es nahe, den Vertrieb hier in der Region zu übernehmen. Seit Mai 2020 bin ich nun als Unternehmensberater BVG bei den Noventus Pensionskassen für den Vertrieb und den Verkauf im Berner Oberland zuständig.

«Viele Pensionskassen spezialisieren sich auf die vermeintlich profitablen Branchen – bei der Noventus sind dagegen alle willkommen.»

Was beinhaltet das Angebot der Noventus Pensionskassen alles?

Wir bieten alle Pensionskassenlösungen im Obligatorium und auch im Überobligatorium an. Also Basispläne plus Zusatzpläne und Kaderpläne. Deswegen bestehen die Noventus Pensionskassen auch aus zwei Stiftungen: der Basisstiftung und der Zusatzstiftung.

Wir haben Standardpläne, die modular aufgebaut sind – doch wir können auch individuelle Pläne gemäss den Kundenwünschen erarbeiten. Alle Anlagen, die wir oder unsere Partner anbieten, entsprechen den ESG-Richtlinien. ESG steht für «Environmental Social Governance» und ist ein Standard, der garantiert, dass die Gelder nachhaltig investiert werden.

Wodurch zeichnen sich die Noventus Pensionskassen gegenüber ihrer Konkurrenz aus?

Durch eine kostengünstige Verwaltung, durch eine überdurchschnittliche Verzinsung und auch durch eine sehr hohe Solidität.

Wir sichern unseren Kunden, die ja zum grössten Teil aus kleinen KMU und Kleinstkunden bestehen, sogar eine 100-prozentige Garantie des Deckungsgrads bei einem Wechsel oder einer Liquidation der Firma zu. Zudem bieten wir für jegliche Unternehmen Pensionskassenlösungen an. Gerade Einzelunternehmen ohne Personal haben sonst meist nur schlechte Möglichkeiten, sich passend zu versichern. Genau für diese haben wir seit zwei Jahren das passende Produkt.

Michael Reinle

Jahrgang: 1969

Zivilstand: Geschieden;
Vater zweier erwachsener Kinder

Hobbys: Sport im Allgemeinen, Haus und Garten

Beruflicher Werdegang:

Berufslehren im Handwerk; verschiedene interne und externe Weiterbildungen in der Versicherungs- und Vorsorgebranche; Anstellungen in der Versicherungsbranche und im Bankenwesen; seit Mai 2020 Unternehmensberater BVG bei den Noventus Pensionskassen

Webseite: www.noventus.ch



Zweite Brille kostenlos. Seit 2008.

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

* ausgenommen Komplettangebote, Aktionen und MiYOSMART Gläser



Auch mit
Sonnenbrillen-
gläsern

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

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

Noventus zeichnet zusätzlich aus, dass wir für fast alle Branchen Lösungen anbieten. Wir können beispielsweise auch Unternehmen aus dem Bauhauptgewerbe betreuen, was viele Pensionskassen nicht tun, da es dafür spezielle Pläne braucht. Auch Stellenvermittlungsbüros oder Saisonbetriebe sind wegen der vielen Ein- und Austritte für andere Anbieter problematisch, doch wir können auch hier weiterhelfen. Ausser der Gastronomie und Hotellerie im Obligatorium decken wir branchenübergreifend alles ab.

Vorher erwähnten Sie das Kreislaufmodell. Können Sie das etwas genauer ausführen?

Das Geld, das unsere Kunden jeden Monat einzahlen, wird vor Ort von den jeweiligen Regionalbanken verwaltet. Das heisst, das Geld wird

«Wir bieten auch für Kleinst-Unternehmen eine Pensionskasse an.»

zum einen Teil als Konto geführt und entsprechend für regionale Darlehen und Hypotheken wieder herausgegeben, zum anderen Teil wird auch in Wertschriften nach BVG-Richtlinien angelegt.

Gesamthaft entsteht so eine sehr stabile und sichere Anlage für die Kunden. Es ist wichtig, dass sie wissen, wer mit ihrem Geld hantiert. Die Leute kennen sich ja untereinander. So gibt das einen umfassenden familiären und vertrauensvollen Umgang.

Was gefällt Ihnen persönlich am besten an Ihrer Arbeit bei der Noventus?

Sicherlich der Kundenkontakt und die grosse Vielseitigkeit. Dass ich mit so vielen unterschiedlichen Berufsbranchen in Berührung komme, macht die Arbeit natürlich auch für mich persönlich interessant. Ich schaue mir Produktionshallen von Handwerkern an, besuche Gewerbebetriebe, treffe mich mit der Adventure-Szene oder auch mal einem Bauern auf dem Hof - eine tolle Abwechslung!



Michael Reinle
im persönlichen Beratungsgespräch
für die Vorsorgeplanung.

Anekdote

In einem meiner ersten Jahre in der Versicherungsbranche war ich auf Hausbesuch bei einer jungen Frau. Sie fragte mich, ob ich einen Kaffee oder Tee möchte. Da ich Tee eigentlich nur trinke, wenn ich krank bin, habe ich dankend einen Kaffee bestellt. Daraufhin verschwand sie in der Küche, und wir widmeten uns danach ihren Versicherungen. Plötzlich hörten wir einen lauten Knall - der Kaffeekocher war wohl nicht richtig verschraubt, und Kaffee und Pulver waren in der ganzen Küche verteilt. Anstelle einer Versicherungsanalyse folgte also das gemeinsame Putzen der Küche. Wenn mich seither jemand nach Kaffee fragt, frage ich immer, ob auch ein Espresso möglich wäre.

Text: David Heinen
Bilder: Andrea Abegglen, zvg.

Sparen leicht gemacht!

Der EKI Sparplan ist die perfekte Alternative zum Sparkonto. Bereits mit einer regelmässigen Einzahlung von CHF 100.00 sparen Sie mit dem Sparplan systematisch für die Zukunft.

- Höhere Renditechancen als bei einer Kontoanlage
- In kleinen Schritten langfristig Vermögen aufbauen
- Ohne Börsenkenntnisse richtig investieren
- Sie entscheiden über die Höhe der Einzahlungen

Die Möglichkeiten für den Einsatz des EKI Sparplans sind so vielfältig wie Ihre Ziele.



Severin Trchsel
Kundenberater

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

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

Auf die Plätze, fertig, los!

Das hiess es für mich diesen Sommer, als ich meine Zusatzausbildung zur Komplementärtherapeutin mit Branchenzertifikat OdA KT abschloss. Der Sprint gelang. Auch deshalb bin ich jetzt bei allen Krankenkassen anerkannt.

Ein Leben lang gesund und glücklich sein, ist nicht realistisch. Trotzdem sind wir Krisen und Krankheiten nicht hilflos ausgeliefert. Auch wenn sie einer Kampfansage gleichkommen. Hier hilft die Komplementärtherapie. Sie aktiviert unsere Selbstheilungskräfte und bändigt mentale Geisseln: durch Berührungen, Körperarbeit und Gespräche.

Das Aussergewöhnliche, das diese Wechselwirkungen hervorzubringen vermögen, begeisterte mich seit jeher. Und immer mehr während der vielen Jahre Praxisarbeit als Craniosacral Therapeutin. In logischer Konsequenz hat mich das in die Zusatzausbildung zur Komplementärtherapeutin geführt. Nebst noch mehr Kenntnissen in der Körpertherapie verfüge ich nun auch über ein vertieftes Wissen in Psychologie, Kommunikation und Gesprächsführung. Ausserdem bin ich jetzt bei allen Krankenkassen anerkannt. Was für Sie bedeutet, dass zwischen 70 % und 80 % der Behandlungskosten bei entsprechender Zusatzversicherung übernommen werden.

Meine Behandlungen basieren nach wie vor auf der Craniosacral Therapie. Die Craniosacral Therapie ist eine alternativmedizinische Behandlungsform, die über minimale Zug- und Druckkräfte wirkt. Sie fördert das Gesunde, was wichtig ist in jedem Heilungsprozess. Auch dieser startet übrigens mit einem «Auf die Plätze, fertig, los!». Egal wie gross die Herausforderung ist. Sind Sie bereit? Ich unterstütze Sie gern.

Herzlich,
Ihre Iris Gantenbein-Ritter
Komplementär Therapeutin mit Branchenzertifikat
OdA KT, Craniosacral Therapie



Die Pole Schädel (Cranium) und Kreuzbein (Sacrum) bilden mit den Gehirn- und Rückenmarkshäuten eine Einheit, in welcher die Gehirnflüssigkeit rhythmisch pulsiert. Wie eine Welle im Ozean.

Iris Gantenbein Ritter

Dipl. Craniosacral Therapeutin
Komplementär Therapeutin
mit Branchenzertifikat OdA KT
Master of Science Biology
Krankenkassen anerkannt

in der Praxis von
Dr. med. K. Wegmüller
Kanalpromenade 1
3800 Interlaken
079 681 85 56
iris.gantenbein@gmail.com



Brasserie 17 HERBSTLICHES

CAFÉ | BAR | RESTAURANT

WIR ZAUBERN DEN HERBST AUF DEINEN TELLER...

Kürbissuppe

Hausgemachte, sämige Kürbissuppe Fr. 7.50

Herbst Bowl

Blattsalate mit lauwarmen Champignons, Speckwürfeli und Knoblauchbrot Fr. 18.50

Bunte Salate mit Ziegenkäse

Gratinierter Geisskäse auf bunten Blattsalaten an Himbeerdressing und dazu Knoblauchbrot Fr. 18.50

Spätzligratin Hubertus

mit Hirschfleischstreifen, Champignons und Waldpilzen und mit Schweizer Käse überbacken Fr. 23.50

Hasenrückenfilet

mit Preiselbeersauce, Butterspätzli, Rotkraut und glasierte Marroni, Fr. 27.50

Jägerspätzli

mit Rahmsauce, Champignons und Waldpilzen Fr. 19.50

Coupe Nesselrode

Vermicelles mit Vanille Glace, Rahm und Meringues Fr. 10.50

Gemütlichkeit kennt keine Zeit... www.brasserie17.ch
Brasserie 17, Rosenstrasse 17, 3800 Interlaken, tel: 033 822 32 25

Willkommen in der Villa Choisy

Geschichtsträchtiger Charme im neuzeitlichen Stadthaus und zentrale Lage mit Bergblick.



Bilder: zvg

Interlaken gehört zu den attraktivsten Wohngemeinden der Schweiz. Der Ort mit dem weltweit guten Namen liegt im Berner Oberland zwischen dem Thuner- und dem Brienzsee. Umrahmt wird Interlaken von einer atemberaubenden Bergwelt. Sie finden Naherholungsgebiet und Ferienparadies gleich vor der Tür. An der Alpenstrasse 6 wohnen Sie im Grünen, mit viel Weitsicht rundum. Die neu gebaute Villa Choisy, mit insgesamt neun Wohneinheiten, grenzt an die unverbaubare Freifläche der Höhematte im Norden und öffnet Richtung Süden einen freien Blick auf das Jungfrau-massiv. Gleichwohl liegt das Stadthaus sehr zentral. Viele wichtige Infrastrukturen erreichen Sie in bequemer Spazierdistanz.

Luxus und Bequemlichkeit

Ganz gleich ob 3.5-Zimmer-Wohnung gegen Westen oder 4.5-Zimmer-Wohnung gegen Osten, jede Wohnung profitiert von einer sonnigen Lage. Weiter haben alle Wohneinheiten ein durchdachtes, jedoch nicht alltägliches Grundrisskonzept. Auch die Materialisierung des rollstuhlgängig konzipierten Innenausbaus ist aussergewöhnlich. Der überdurchschnittliche Standard ist für Menschen gedacht, die ihre hohen Anforderungen im Heute und im Morgen erfüllt haben möchten. Aus dem nach Süden ausgerichteten Wohnzimmer gelangen Sie auf eine in die Gebäudehülle integrierte Loggia und geniessen «Draussenzeit» geschützt vor fremden Blicken.

Willkommen in der Villa Choisy

- 3,5- und 4,5-Zimmer Eigentumswohnungen
- 83m² bis 111m² Nettowohnfläche
- Nah dem Ortskern mit unverbaubarem Bergblick
- Erholungszone vor der Haustür
- 1 bis 2 Parkplätze pro Wohnung in der Einstellhalle
- Preise: CHF 830 000 bis 1,25 Mio.

Swiss Life

Francesco Biondi, Immobilienexperte
GA Thun-Oberland
Frutigenstrasse 2, 3600 Thun
Tel. 033 225 93 11, 079 610 19 87
francesco.biondi@swisslife.ch
www.immopulse.ch



**ROLF
BENZ**

Wohnevent

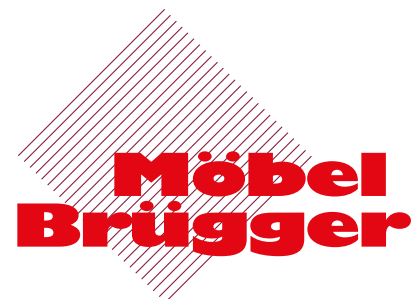
**Dienstag 25. Oktober 2022 bis
Sonntag 30. Oktober 2022**

Dienstag, 25.10. bis Freitag, 28.10. 08.00-12.00 | 13.30-18.30 Uhr

Samstag, 29.10. bis Sonntag, 30.10. 10.00-17.00 Uhr

Wohnen mit Emotionen

Thunstrasse 23
3700 Spiez
Tel. 033 654 13 64
www.moebel-bruegger.ch



Warum uns KMU- Betriebe wichtig sind

NOVENTUS
PENSIONSKASSEN

NoventusCollect: Sammelstiftung für die Basisvorsorge
NoventusCollect Plus: Sammelstiftung für die Kader- oder Zusatzvorsorge



Die Noventus Pensionskassen bieten seit über 20 Jahren Vorsorgelösungen in der 2. Säule an. Rund 90 % der bei uns angeschlossenen Arbeitgeber sind KMU-Betriebe mit weniger als 20 Versicherten. Über 50 % unserer Kunden sind seit mehr als 10 Jahren bei uns angeschlossen.

Diese drei Keystones machen unsere Pensionskassen als Kollektiv stark:

- KMU-Betriebe geniessen einen Teilliquidationsschutz bei einer Vertragsauflösung. D.h. die Leistungen der Versicherten werden bei einer Vertragsauflösung nie gekürzt.
- Seit 2017 verfolgen wir konsequent den Ansatz, die Zinsgewinne systematisch an unsere Versicherten weiterzuleiten. Höherverzinsungen tragen massgeblich dazu bei, das Leistungsziel der 2. Säule zu erreichen.

- Dienstleistung als Sofffaktor: Sowohl für den Arbeitgeber, als auch für die Versicherten und Rentner, stehen Ihnen kompetente Ansprechpersonen persönlich zur Verfügung. Wir sind kein Fan von anonymen Maileingangsfächern und 0800-er Telefonnummern. Jeder Anschluss hat eine persönliche Ansprechperson, die Ihren Vorsorgeplan kennt und auf Ihre Wünsche eingehen kann.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch an der 53. Interlakner Gewerbe-Ausstellung vom 19. - 23. Oktober 2022 am Stand Nr. 29.

Noventus Pensionskassen
Der Vorsorgetreffer für Ihre Zukunft.

Seit über 20 Jahren auf KMU Betriebe spezialisiert.



Michael Reinle

Unternehmensberater
berufliche Vorsorge

Noventus Pensionskassen
Grundstrasse 18
Postfach 667
6343 Rotkreuz
+41 79 239 93 70
michael.reinle@noventus.ch
www.noventus.ch

**Variété
CASTELLO**

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

1. - 31. Dezember 2022
in Spiez/Gwatt
Bushaltestelle Delta park

**staunen
träumen
geniessen**

Tickets & Infos unter www.variete-castello.ch

Erstes Winter-Variété in der Region



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



Vom 1. bis 31. Dezember 2022 wird eine Artistik-Show mit einem ansprechenden 3-Gang-Menü angeboten. Als besonderes Highlight serviert durch das Artistenensemble höchstselbst. Am Wochenende freuen sich Familien über die abwechslungsreichen Vorstellungen und tauchen ein in eine Welt voll Fantasie. Die Idee zum ersten Winter-Variété im Berner Oberland stammt von Lukas Böss und Isabelle Hostettler. Von klein auf brennen beide für den Zirkus.

So erstaunt es nicht, dass sich Böss und Hostettler von begeisterten Darstellern im Kinderzirkus Harlekin zu Herzblutartisten mit Engagements im Zirkus Harlekin und im Schweizer Traditionszirkus Stey gemausert haben. Auch kein Zufall ist, helfen Brendy und Steeven van Gool mit bei der Verwirklichung ihres Traums. Warum? Als Sprösslinge der legendären Zirkusdynastie Nock konnten die beiden einer derart fantastischen Idee nicht widerstehen.

Tickets hier



Variété Castello GmbH
Blümlisalpweg 11
3700 Spiez
info@variete-castello.ch
www.variete-castello.ch



Wieder fanden ein grosse Anzahl Teilnehmende den Weg an das 9. Vorsorgeforum Interlaken.

9. Vorsorgeforum Interlaken



Am 13. September 2022 fand erneut im Lindner Grand Hotel Beau Rivage das 9. Vorsorgeforum Interlaken statt und begrüsst eine grosse Teilnehmerzahl, welche sich zu den Themen Berufliche Vorsorge, Pensionskassen, Märkte, Immobilien, Nachhaltigkeit und Kapitalanlagen trafen.

Wiederum fanden kompetente Referenten und Podiumsteilnehmer den Weg nach Interlaken und behandelten die heutigen Herausforderungen für Pensionskassen, welche sich mit den Risiken Inflation, Stagnation und Rezession als auch den Turbulenzen an den Finanz- und Rohstoffmärkten markant verschärft haben. Der Senior Economist der Swiss Life als auch der Investment Director der Capital Group gaben ihre wirtschaftlichen Aussichten bekannt und wiesen auf eine drohende Stagnation hin.

Aufgrund des aktuellen Umfelds der Energiekrise waren die verschiedenen Präsentationen und Podiumsdiskussionen über die Entwicklungen und Trends bei nachhaltigen Investitionen, den Immobilien, Infrastrukturen und Holz als auch Aktuelles aus dem Pensionskassenumfeld äusserst spannend. Grosse Beachtung fand die lebendige Podiumsdiskussion über die Anforderungen der heutigen Standards von nachhaltigen Anlagen.

Im Anschluss folgte der traditionelle Businesslunch bei welchem die Diskussionen, neuen Kontakte und Netzwerke vertieft wurden.

Fotographin: Nicole Müller - Foto Schenk, Unterseen



Wendelin von Gravenreuth und Mehmet Öcal von der MEAG, München (v.l.n.r.)



Christian Busenhart, Kommunikationsexperte, moderierte das 9. Vorsorgeforum und führte kompetent durch die Veranstaltung.



Harald Steiner, Wendelin von Gravenreuth, Mehmet Öcal, von der MEAG, München (v.l.n.r.)



Christian Wagner, SUSI Partners, Claudia Lanker, Berner Kantonalbank, Marc Vonlanthen, Berner Kantonalbank, Peter Nowaczyk, LHI Capital Management (v.l.n.r.)



Michelle Lienberger, Steuer- und Vorsorgeplanung, Sonja Lienberger-Meier, Vivien Schweda, Proparis Vorsorgestiftung Gewerbe Schweiz (v.l.n.r.)



Michael Reinle, Noventus Pensionskassen, Stefan Zöllig, Timber Finance Initiative und Timbatec Holzbauingenieure Schweiz, Erik Reichmuth, Timber Finance Initiative (v.l.n.r.)



Thomas Bieri, ECOVOR, Dr. Stephan Ph. Thaler, Anlagestiftung Swiss Life, Hugo Bloch, Vorsorgestiftung Heilsarmee Schweiz (v.l.n.r.)



Dieter Kräuchi, Empira AG, Olivia Ingold, Robeco Ltd. (v.l.n.r.)



Bei herrlichen Spätsommerwetter genossen die Teilnehmenden die Sonnenstrahlen während der Pause.



Carsten Haubner von der KGAL Investment Management GmbH & Co.KG, Grünwald / München.

kunstmarkt-beo.ch
Jetzt einliefern!

3. Kunstmarkt BeO Ausstellung in der Galerie Hodler

vom Freitag, 18. bis Sonntag, 20. November 2022

Bereits über 470 Kunstwerke eingeliefert und über 210 verkauft!

Öffnungszeiten: Freitag 9.00 – 18.30 Uhr, Samstag 09.00 – 17.00 Uhr, Sonntag 11.00 – 17.00 Uhr

Die idyllische Alp im Berner Oberland an der Wand – ein Bild, das längst nicht mehr gefällt. Eine Ansicht des Niesens, die im Estrich verstaubt. Oder eine Sammlung an Thuner Originalbildern, die im Keller auf die Wiederentdeckung wartet. Oder aktuelle Kunst von Berner Oberländer Kunstschaaffenden.

Dies und vieles mehr soll den Weg in den Kunstmarkt finden und von dort zu neuen Besitzern und Besitzerinnen gelangen. Die Werke können auch in der Kunstgalerie Hodler besichtigt und direkt gekauft werden.

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

Bedingungen

- + Angenommen und verkauft werden ausschliesslich Kunstwerke (Bilder, Grafiken, Skulpturen, Objekte) von lebenden oder verstorbenen Berner Oberländer Kunstschaaffenden 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 nach Terminvereinbarung 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 Werd & 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. 20.– 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 1541, 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

Gesund altern

Gesund im Alter – Geniessen Sie das Leben!

Was ist «Gesund altern»?

Wir wünschen uns ein langes Leben bei guter Gesundheit. Älterwerden ist nicht notwendigerweise eine Belastung. Es geht dabei nicht um das Lebensalter, sondern wie man gesund altert. Nur so können Sie die gewünschte Lebensqualität beibehalten und Ihre Unabhängigkeit bewahren. Wichtig ist es, aktiv zu bleiben, in jedem Alter.

Nutzen Sie die Vorsorgemassnahmen

In jungen Jahren denken wir noch nicht über unsere Leistungsfähigkeit im Alter nach. Es ist wichtig, dass wir uns unser ganzes Leben lang bewegen. Wer sich bewegt, trainiert die Muskulatur, Koordination und Ausdauer. Neben dem reduzierten Risiko für Stürze, wird durch körperliche Aktivität auch die Knochendichte erhöht und verringert so die Gefahr eines Bruchs. Mit einem gesunden Lebensstil sinkt das Risiko an Altersproblemen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes oder Fettleibigkeit zu erkranken.

Prävention ist der Schlüssel

Vorbeugen ist besser als heilen. Das heisst, dass wir aktiv werden müssen vor dem Eintreten von Funktionseinschränkungen oder Krankheiten. Die Prävention ist nicht nur für Gesunde wichtig, sondern auch nützlich, um einer Verschlimmerung von Beschwerden vorzubeugen.

Es ist nie zu spät, den eigenen Lebensstil zu ändern

Mit einer ausgewogenen Balance zwischen Anstrengung und Entspannung lernen Sie Ihre Grenzen kennen und beugen Problemen vor. Mit Atemtechniken, Entspannungsübungen und dem richtigen Wissen, können Sie Ihren Stress besser bewältigen und entspannter durchs Leben gehen.

In Bewegung bleiben und Älterwerden bei guter Gesundheit

Um Lebensqualität zu erhalten, begleiten wir unsere Patienten und Fitness-Mitglieder bei Kraft-, Ausdauer-, Koordination- und Gleichgewichtstraining. Trainieren Sie in unserem modernen Fitness mit eGYM, SensoPro, Acticore und Dividat Senso. Mit Einfühlungsvermögen und langjähriger Erfahrung betreuen wir Sie beim personalisierten und evidenzbasierten Training und medizinischer Trainingstherapie.

Vincent Becker Hoff
Physiotherapeut



Beckenbodenphysiotherapie

Mühlegässli 22
CH-3700 Spiez

Physiotherapie, Beckenbodenphysiotherapie & Fitness

Alpenstrasse 45
CH-3800 Interlaken

T +41 33 828 88 68
F +41 33 828 88 53
www.physio-artos.ch
physio@artos.ch



ALLES KÄSE ...



Käsereibe
Fr. 59.80



Drehplatte 30–46 cm
Fr. 30.– bis 68.60



Käseglocke
ab Fr. 24.20



Käseschneider
Fr. 18.90



Käsehobel
Fr. 45.50



Käsereibe
Fr. 64.30



Käsemesser Set
Fr. 48.20



Girolle
Fr. 76.80



Holzbrett
Fr. 79.90



2er Raclettegerät
Fr. 52.–



Titlis Garnitur BIG
Fr. 149.–



MultiFun
Fr. 79.–



Käsemesser Berner Oberland
Fr. 79.90

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

Achillessehnen-entzündung

frutiger sarbach
akupunktur und osteopathie

Eine Achillessehnenentzündung ist schmerzhaft.
Die richtige Behandlung mit Akupunktur bringt Besserung



Eine Achillessehnenentzündung kann chronisch werden

Die Achillessehne ist die stärkste Sehne des ganzen Körpers. Sie ist verantwortlich für die Kraftübertragung der Wadenmuskulatur auf die knöchernen Strukturen des Fusses. Die Sehne setzt an der Ferse an und verbindet sich mit der Wadenmuskulatur. Sie muss einer Kraftübertragung von bis zu 800 kg standhalten. Bei einer so starken Belastung kann es passieren das sich die Sehne als auch die darum liegenden Strukturen entzünden können. Dies passiert oft infolge Überbelastung, falschem Schuhwerk, Gewichtszunahme etc. Die Achillessehne verläuft durch eine Sehnenscheide - eine dünne Gewebeschicht, die mit einer gallertartigen Masse ausgestattet ist. Diese Masse dient dem Schutz der Sehne während einer Bewegung und der dabei entstehenden Reibung. Bei einer Überlastung beispielsweise, kann sich die Beschaffenheit der gallertartigen Schicht so verändern, dass eine Achillessehnenentzündung durch Reibung möglich ist. Die Schmerzen beginnen oft schleichend bei Belastung. Anlaufschmerzen am Morgen sind typisch für eine solche Entzündung. Dauern die Probleme länger als sechs Monate an, handelt es sich um eine chronische Achillessehnenentzündung. Dabei ist die Sehne verdickt und löst mal stärkere, mal schwächere Schmerzen aus. Ist die Entzündung mit konservativen Methoden (zum Beispiel mit Medikamenten oder durch Übungen) nicht in den Griff zu bekommen, ist eine Operation nötig. Eine zu lange gereizte Sehne kann eine Achillessehnenruptur (Riss der Achillessehne) zur Folge haben.

Die Akupunktur bietet ein ganzheitliches Konzept, dass sich in der Behandlung von Entzündungen an der Achillessehne gut bewährt hat. Die Akupunktur kann die Beinachse muskulär entspannen und dadurch die Belastung auf die Achillessehne reduzieren. Zudem werden entzündungshemmende Techniken lokal angewendet. Unsere Erfahrung zeigt, dass die Akupunktur eine Schlüsselstelle in der Behandlung von chronischen Verläufen darstellen kann. Die Therapie folgt den Gesetzen der Chinesischen Medizin und bringt strukturelle als auch energetische Dysbalancen wieder ins Gleichgewicht. Unsere Leistungen werden von sämtlichen Krankenkassen im Rahmen der Zusatzversicherungen übernommen. Wir stehen Ihnen gerne für weitere Fragen zum Thema zur Verfügung.

Unser Team Akupunktur TCM:



Bernhard Frutiger



Roger Emmenegger

Bernhard Frutiger

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



**MITGLIEDSCHAFTEN
IM SPA NESSENS**



Mehr als ein Workout!

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

1 Jahr Spa-Mitgliedschaft* für CHF 2950.–

Inkl. individuellem Trainingsplan, 4 Behandlungen nach Wahl à 60 min, Körperanalyse und Ernährungsratschlägen

(*Gültig für alle Spa-Bereiche, Fitness-Center und Gruppenkurse)

**Spa & Fitness Discovery Night
Donnerstag, den 27. Oktober 2022, 17 – 22 Uhr**

Eine Entdeckungsreise durch das Spa Nescens, mit Booster-Kursen in unserem Fitnessbereich und wohltuenden Kurzbehandlungen.

Abgerundet wird der Abend mit gesunden Drinks, Häppchen & Musik im Wellnessbereich.

Preis CHF 90.– inkl. Häppchen & Drinks

Anmeldung bis am 24. Oktober 2022
unter receptionvj@spanescens.com

ALLE ANGEBOTE:
Probieren Sie es einfach mal aus.



nescens+
swiss anti-aging science
| SPA

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

Der Traum der eigenen vier Wände

Im Jahr 2019 wurde die Zersiedelungsinitiative abgelehnt, doch bereits in früheren Jahren hat das Stimmvolk das neue Raumplanungsgesetz (PRG1) angenommen. Das überarbeitete Gesetz soll die Zersiedelung eindämmen und das Kulturland besser schützen.

Das heisst, dass bestehende ältere Gebäude mit grossem Umschwung besser ausgenutzt werden sollen. Die Gemeinden sollten somit die Baureglemente ändern. Als Rezept dafür müssen folgende Massnahmen ergriffen werden.

Die Siedlungsentwicklung innerhalb der Bauzonen müssen vorangetrieben werden, das heisst die Grenz- und Gebäudeabstände werden verkleinert, die Volumen- oder Ausnutzungsziffern zum Teil ganz abgeschafft und aus einer Wohnzone mit 3-geschossigen Bauten, wird es in Zukunft 5-geschossige Bauten geben müssen. Künftig dürfen Bauzonen nur noch so gross sein, dass sie den erwarteten Bedarf für die nächsten 15 Jahre abdecken. Sind mehr Flächen vorhanden als voraussichtlich benötigt wurden, mussten diese ausgezont werden.

Mit dem Bevölkerungswachstum und den Bedürfnissen vom grosszügigen Wohnen, auch für Alleinstehende oder Konkubinate, nicht nur Familien, wird es für die Zukunft eine andere Wohnform als das Einfamilienhaus brauchen, damit die Vorlage des vom Stimmvolk angenommene Raumplanungsgesetz (PRG1) auch umgesetzt werden kann und genügend Angebot an Wohnraum geschaffen wird. Jüngstes Beispiel für das verdichtete Bauen ist in Unterseen zum Beispiel die «ZPP Brandweg». Wird das Angebot an Wohnraum nicht vergrössert, so können die Preise noch mehr in die Höhe steigen und das Wohneigentum wird für noch weniger Menschen möglich sein.

Damit sich die Bevölkerung den Traum der eigenen vier Wände also erfüllen kann, wird eine Lösung die Eigentumswohnung im Stockwerkeigentum (STWE) sein. Die Grundlagen für das STWE bildet das Schweizerische Zivilgesetzbuch. Zudem werden für jedes Mehrfamilienhaus eine Stockwerksbegründung und ein Verwaltungsreglement erstellt. Diese beiden Kaufgrundlagen akzeptiert jeder Käufer von einer Wohnung mit der Unterzeichnung des Kaufvertrages. In der Stockwerksbegründung wird geregelt, was zum gemeinschaftlichen Eigentum gehört und welche Flächen zu seiner Wohnung, als Sonderrecht, ausgeschieden werden. Wie der Name des Verwaltungsreglements bereits verrät, werden hier die Rechte und Pflichten jedes einzelnen Eigentümers geregelt. Im Reglement ist auch ersichtlich, dass viele Ent-



scheidungen über die Mehrheit aller Eigentümer gefasst werden und eine Entscheidung auch akzeptiert und mitfinanziert werden muss, selbst wenn jemand eine andere Meinung bei der Abstimmung hatte. In einer STWE-Gemeinschaft sind daher die Toleranz und die Kompromissfähigkeit sehr wichtig.

Die Neben- und Unterhaltskosten werden unter den Eigentümern im STWE aufgeteilt und können gemeinsam getragen werden. Zudem hat ein gut geführtes Haus einen Erneuerungsfond für grössere Reparaturen. Im STWE ist es meistens auch sinnvoll, Hauswart und Verwaltung an professionelle Dienstleister zu übergeben.

martha ruf SEIT 1910
IMMOBILIENTREUHAND AG

Daniel Capelli
Geschäftsführer
Martha Ruf
Immobilientreuhand AG

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





HANS PIEREN – EIN WILLE, EIN WEG

Hans Pieren ist ein zielstrebiges Mann mit einem ausgeprägten Sinn für das Machbare. Seine grössten Erfolge feierte der Riesenslalom-Spezialist, nachdem er aus dem Nationalkader flog, die Skimarken wechselte und ohne Servicemann dastand. Er schleift und wachst seine Latten halt selbst. Egal, ob er mit Salz und Wasser aus einer buterweichen Schnee-Unterlage eine pickelharte Rennpiste zaubert und so die Winter-Olympiade 2014 rettet, in Moskau ein 50 Meter hohes Stahlgerüst in eine Parallelslalom-Piste verwandelt und dabei einem Oligarchen kräftig auf die Füsse tritt oder kilometerlange Wasser-schläuche organisiert, um den legendären Chuenisbärgli-Hang mit Wasser aus dem Adelbodner Schwimmbad zu beschneien – «Hänsi» ist um kreative und überraschende Ideen nie verlegen. Sein eiserner Wille und seine Schaffenskraft sind im Skizirkus zur Legende geworden. Hans Pieren schaffte es immer wieder, misslichsten Umständen eine überraschende Wende zum Guten zu geben.



Autor: Reto Koller
336 Seiten, 16 x 23 cm
gebunden, Hardcover
Mit 200 Abbildungen.
ISBN 978-3-03818-405-8
CHF 39.–

NEU



Jetzt bestellen.



Reto Koller ist in Adelboden geboren und wohnhaft. Der Autor hat sich während langer Zeit mit den Adelbodner Weltcuprennen und seinen Protagonisten beschäftigt. Er ist freier Mitarbeiter mehrerer Printmedien, unter anderem der Lokalzeitung «Frutigländer», und hat bei verschiedenen Buchpublikationen über seine Heimat mitgewirkt.

Bestellung

Bitte senden Sie mir ___ Ex. «HANS PIEREN – EIN WILLE, EIN WEG» zum Preis von je CHF 39.– (plus Porto und Verpackung CHF 7.–). ISBN 978-3-03818-405-8

WEBER VERLAG .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@weberag.ch

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

Hagelwetter 20. Juli 2022

Haben Sie Ihre Fassade bereits auf Hagelschäden geprüft?



Ansicht Fassade mit Hagelschaden



Hageleinschläge markiert

Am Mittwoch, 20. Juli ist ein heftiges Gewitter über das Berner Oberland gezogen und hat in diversen Gebieten mittlere bis starke Hagel-Gewitter verursacht.

Wie ist ein Hagelschaden erkennbar?

Vielen Immobilienbesitzern oder Mitglieder von Eigentümergemeinschaften ist nicht bewusst, dass Ihre Liegenschaften vom Hagel beschädigt worden sind. Bei verputzten Flächen ist es einfach erkennbar: Entweder der Verputz ist beschädigt oder die Farbe blättert ab. Bei den Holzoberflächen wie Fassadenschalung, Holzdeck, Dachrand, Balkongeländer, Fensterläden etc. ist es etwas schwieriger festzustellen. Am schwierigsten jedoch ist es, bei noch sehr neuwertigen Beschichtungen. Durch den Hageleinschlag wird die Farbschicht beschädigt, dadurch kann Feuchtigkeit eindringen und so wird der Anstrich schneller altern. Hier dürfen Sie gerne auf unser geschultes Auge zählen, rufen Sie uns an für eine Beratung.

Wie wird ein Hagelschaden behoben?

Das Beheben solcher Schadenfälle ist sehr unterschiedlich und kommt stark auf den Zustand des bestehenden Anstrichs an. Ist der Anstrich neuwertig kann grösstenteils mit zwei Auffrisch-Anstrichen repariert werden. Wenn hingegen die Pigmente mit wenig oder keinen Bindemitteln auf der Oberfläche der Fassade liegen, kommt man nicht um einen neuen Anstrichaufbau herum. Durch die Hageleinwirkung sind die noch bestehenden Pigmente vollständig abgelöst worden. Somit müssen sämtliche übriggebliebene Anstrichteile kom-

plett entfernt werden. Bei den Neuanstrichen gilt es immer darauf zu achten, dass die Beschichtung einerseits eine möglichst lange Lebensdauer hat und dennoch gut renoviert werden können.

Da wir über drei Hebebühnen verfügen, ist es bei Teilsanierungen immer möglich die Arbeiten effizient ohne vorgängiges Gerüststellen auszuführen.

Bei Fragen und Unsicherheiten rufen Sie uns an, wir beurteilen Ihre Liegenschaft gerne!

Adrian Jäck

Vorsitzender der Geschäftsleitung
Geschäftsführer Maler
eidg. dipl. Malermeister
adrian.jaeck@jaeck-ag.ch
033 822 70 90
www.jaeck-ag.ch





○ sicheres Auftreten



📍 gesicherte Zukunft

Was immer Dein Ziel ist,
«wir si da für di».

Mit persönlichen Vorsorge- und Anlagelösungen.

raiffeisen.ch/jungfrau

Wo ist die perfekte Welle?

Surfer und Reisefan Sascha Grossniklaus ist immer wieder auf der Suche nach optimalen Bedingungen, um seinen Lieblingssport ausleben zu können. Es ist sein idealer Ausgleich zur Arbeit als Privatkundenberater bei der Raiffeisenbank Jungfrau. Im Job wie auf dem Surfbrett «sorgt er vor», das heisst, er hält Risiken tief, um das Erlebnis zu steigern.

Über die finanzielle Vorsorge spricht er auch ab und zu mit seinen Freunden. Dabei zeigt er ihnen die Vorteile, wenn man bereits in jungen Jahren den Lebensstandard von morgen bestimmen kann. Er weiss, wie aus einem kleineren Betrag über viele Jahre eine beachtliche Reserve entstehen kann, die Sicherheit vermittelt. Ob monatlich gespart wird oder jemand langfristige Anlagen mit attraktiven Renditen bevorzugt, das wird im individuellen Kundengespräch festgelegt.

«Früh starten lohnt sich! Das gilt für die wichtige Vorsorge genauso wie für die schönsten Wanderungen hier im Oberland»

davon ist Sascha Grossniklaus überzeugt. Wie sein Name schon andeutet, stammt seine Familie aus Beatenberg. Obwohl in Unterseen mit Eltern und einem Bruder aufgewachsen, ist sein Bezug zum Familienort noch heute stark. Nicht nur geniesst er dort die schönste Aussicht überhaupt. Er steht auch vielen Kunden vertrauensvoll zur Seite. Die Raiffeisenbank Jungfrau ist in Beatenberg direkt vertreten, mit viel Kundennähe und als einzige Bank.

Arbeitsmodelle ändern sich, Teilzeit ist beliebt. Mit seinen Kund:innen kennt er auch dazu wissenswerte Vor- und Nachteile, wenn es um eine finanzielle Planung geht, die auch für aktive, junge Menschen verträglich ist.

Lebensfreude ist Sascha Grossniklaus ins Gesicht geschrieben. Mit seiner Freundin die Welt zu bereisen, gehört zu seiner Leidenschaft. Ebenso wichtig ist ihm, zu unserer Umwelt Sorge zu tragen, damit er und seine Generation auch in ihrem künftigen Pensionsalter noch viel Zeit in der schönen Natur verbringen können.

Sascha Grossniklaus' persönlicher Tipp:

«Vom 19. bis 23. Oktober sind wir mit einem Stand an der IGA Interlaken vertreten – kommt doch vorbei und lasst euch informieren, weshalb frühzeitiges und geschicktes Vorsorgen sich so sehr lohnt!»



Sascha Grossniklaus

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

VOLVO



VOLVO SWISS PREMIUM®

10 JAHRE/150 000 KM GRATIS-SERVICE
5 JAHRE/150 000 KM VOLL-GARANTIE

Für jeden Lebensstil.

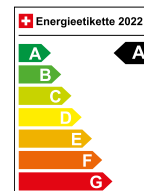
Der Volvo XC40 Recharge Plug-in Hybrid.

Smart. Vielseitig. Selbstbewusster denn je. Entdecken Sie den Volvo XC40 Recharge Plug-in Hybrid – unseren kompakten SUV, der zu allen Facetten Ihres Lebens passt.

Besuchen Sie uns und vereinbaren Sie eine Probefahrt.

Volvo XC40 Recharge, T5 Plug-in Hybrid 180+82 PS/132+60 kW. Kraftstoffverbrauch in l/100 km: 2,1–2,5 l, Stromverbrauch in kWh/100 km: 15,2–16,1 kWh, CO₂-Emissionen: 47–57 g/km. Energieeffizienz-Kategorie: A. Volvo Swiss Premium® Gratis-Service bis 10 Jahre/150 000 Kilometer, Werksgarantie bis 5 Jahre/150 000 Kilometer und Verschleissreparaturen bis 3 Jahre/150 000 Kilometer (es gilt das zuerst Erreichte).

GARAGE ZIMMERMANN AG | 3800 Unterseen | Tel. 033 822 15 15
Seestrasse 109 | www.garage-zimmermann.ch



Zurück in die Zukunft

Wer den sonntäglichen Tonbandsalat noch kennt und sich an die haarige TV-Kultfigur «Alf» erinnert, sollte weiterlesen. Und alle anderen auch, denn es gibt Neuigkeiten fürs Dorfgespräch!



Urfer Optik AG
Bahnhofstrasse 29
3800 Interlaken



IGA Stand Urfer Optik Mitte der 80er Jahre

Hamburg, 8.30 Uhr, wieder mal Regen

Wer von Ihnen sass am Sonntagnachmittag mit Bleistift und Kassette vor dem Radio und nahm die Hitparade auf DRS3 auf? Eine Nervenprobe sondergleichen, denn wer den Bandsalat nicht rechtzeitig in den Griff bekam, verpasste den halben Song. Darüber hinwegzutrusten vermochte vielleicht «Alf», der haarige vierfingrige Ausserirdische aus der gleichnamigen TV-Sitcom. «Hamburg, 8.30 Uhr, wieder mal Regen. Perfekter Halt fürs Haar – drei Wetter Taft.» Viele von uns erinnern sich noch an die blonde Schönheit, die bei Wind und Wetter aus dem Flugzeug steigt und deren Föhnfrisur dank dem ultimativen Haarlack «Taft» noch immer perfekt sitzt. Die Werbung verspricht noch heute vieles, was das Produkt nicht hält. Nicht so bei Urfer Optik!

Verkauf von original 80er-Jahre Brillen

Wer ein Auge für Brillentrends hat, dem fällt auf, dass die aktuelle Brillenmode an die 80er-Jahre anlehnt. Grosse Gläser sind angesagt und bieten einige Vorteile: Gros-

ses Blickfeld, Schutz vor UV-Strahlen sowie vor Verletzungen. Der Schweizer Brillenhersteller Götti sowie Andy Wolf aus Österreich setzen neue Trends, die wir Ihnen an der IGA 2022 vom 19. bis 23. Oktober 2022 im Kurssaal gerne vorstellen. Was noch viel verrückter ist: Wir verkaufen original 80er-Jahre Brillen aus unserem Urfer Optik Museum, die selbstverständlich mit Ihrer individuellen Korrektur verarbeitet werden. Kinder, aber auch «Kinder von damals», dürfen sich zudem auf unseren Wettbewerb freuen – die einzigartige Super Mario Speedrun Challenge!

Zum Schluss eine wichtige Ankündigung

Nach 1981, 1997 und 2005 ist es wieder an der Zeit, für Sie umzubauen. Sie fragen sich warum? Weil Sie es uns wert sind! Das Geschäft bleibt während der gesamten Umbauzeit im November 2022 geöffnet. Aber bevor es so weit ist, reisen wir hoffentlich mit Ihnen an der IGA 2022 zurück in die Zukunft. Sie werden sehen: Urfer Optik, 8.30 Uhr, die Brille sitzt!

Peter Urfer

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



Samstag,
15. Okt. 2022

10 - 16 Uhr

Mittagessen
von 11 bis 14 Uhr
im Speisesaal Seerose

Erwachsene CHF 26.–
Kinder CHF 14.–
(5 bis 12 Jahre)

Zentrum Artos
Alpenstrasse 45
3800 Interlaken

Tel. 033 828 88 77
mail@artos.ch
www.artos.ch

Zwanzigster und letzter Chabis-Märit



- Verkauf von Chabis in allen Variationen direkt vom Produzenten
- Chabis und Rüben zum selber Hobeln in mitgebrachte oder gekaufte Töpfe
- feines Suurchabis-Bufferet am Mittag
- grosses Patisserie-Angebot in der Cafeteria
- Verkauf einheimischer Spezialitäten
- Live-Musik: Schwyzerörgeltrio Waggelibode

Sie sind herzlich willkommen!

Zuhörbänkli in Interlaken

Nehmen Sie Platz und erzählen Sie, was Sie bewegt!



Susanne K., freiwillige ZuhörerIn und Herr R., Hotelgast
bei der Eröffnung des Zuhörbänkli. Foto: Lori Michel

Zwölf freiwillige ZuhörerInnen vom Zentrum Artos lassen sich auf dem Zuhörbänkli auf Gespräche ein. Ein gelbes Bänkli steht im Artos Garten und lädt zum Verweilen ein.

Das Zuhörbänkli ist in Thun und Bern etabliert und geht auf eine Idee von Franz Klopfenstein zurück, der es 2018 mit dem Wunsch initiierte, dass Menschen einander mit offenen Ohren, Respekt und Verständnis begegnen können. Es soll eine niederschwellige Gesprächsmöglichkeit anbieten und erhebt keinen therapeutischen Anspruch. Der Verein «Und» das Generationentandem führt das Projekt weiter, das Zentrum Artos ist mit ihm eine Kooperation eingegangen und hat das erste Zuhörbänkli nach Interlaken gebracht.

Das Zuhörbänkli bietet die Möglichkeit, etwas zu erzählen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Die zwölf engagierten Freiwilligen sind für Sie da, hören Ihnen zu und freuen sich ... gerade auf Sie!

Die ZuhörerInnen sind jeweils für anderthalb Stunden vor Ort. Auf dem wöchentlich aktualisierten Plan, direkt beim gelben Bänkli erfahren Sie, wer wann vor Ort ist. Wenn Sie sich vorher informieren möchten, ist der aktuelle Wochenplan hier abrufbar:



<https://www.generationentandem.ch/live/zuhoebaenkli/events/#plan>

Bei «Wähle das gewünschte Zuhörbänkli» einfach Interlaken Zentrum Artos anklicken und die gewünschte Woche – schon sehen Sie die Belegung!

Scheuen Sie sich nicht – kommen Sie vorbei und sprechen Sie mit unseren Freiwilligen ZuhörerInnen. Das Angebot ist für Jung und Alt! **Und ganz wichtig: es ist öffentlich!** Ob Sie vom Bödli sind oder als Gast in der Region weilen – wir heissen Sie gerne willkommen.

Das Zentrum Artos fördert generationenverbindende Projekte und steht für **Gemeinsames erleben.**

Zentrum Artos Interlaken

Telefon 033 828 88 77

www.hotel-artos.ch

mail@artos.ch



PLATINIUM
Wir sind ein
Platinium-Betrieb!

STEINER&SÖHNE

PLATTENBELÄGE UND CHEMINÉEBAU GMBH

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



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



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

Krebser

Rekorde, Skurriles, Sensationen

Der Weltbestseller unter den Rekord-Büchern ist zurück



Ravensburger Verlag
Guinness World
Records 2023
Fr. 32.90

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

Guinness World Records 2023 fasziniert mit den besten neuen Rekorde und den beliebtesten Rekord-Klassikern. Tolle Leistungen, geniales Können und Spassrekorde - den Ideen und Themen sind keine Grenzen gesetzt. Verrückte Einfälle, unglaubliche Fakten und spektakuläre Fotos bringen Kinder und Erwachsene zum Staunen, Schaudern, Gruseln und Lachen.



THOMAS RUBIN
BESTATTUNGSDIENST

Raum für Abschied

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

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

Bestatter mit
eidg. Fachausweis
Sonja Binoth & Thomas Rubin



**Begegnungs-
quelle**

Sie dürfen
sich gerne für eine
Raumbesichtigung
bei uns melden.

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




**WIR WÜNSCHEN
SPANNENDE BUCHMOMENTE!**

Ihre Buchhandlung und Papeterie
in Interlaken.

Bücher | Papeterie | Büromöbel | Copy-Print **krebser.ch**

Top 5 Belletristik

1. Sein Sohn
Charles Lewinsky, Verlag Diogenes
2. Susanna
Alex Capus, Verlag Hanser
3. Der Rote Diamant
Thomas Hürlimann, Verlag S. Fischer
4. Eine Frage der Chemie
Bonnie Garmus, Verlag Piper
5. Im Traum bin ich bei dir
Nicholas Sparks, Verlag Heyne

Top 5 Sachbuch

1. Das Kind in dir muss Heimat finden
Stefanie Stahl, Kailash/Sphinx
2. 101 Essays, die dein Leben verändern werden
Brianna Wiest, Verlag Piper
3. Stille Seele, wildes Herz
Veit Lindau, Gräfe und Unzer Edition
4. Überraschung im Café am Rande der Welt
John Strelecky, Verlag dtv
5. Schlechtes Vorbild, gute Vibes
Valpati Pati, Verlag Riva

Kunsthhaus Interlaken

Veranstaltungen im Oktober

Freitag und Samstag, 21. und 22. Oktober, jeweils 20 Uhr
Der jüngste Tag von Ödon von Horváth
Projektbühne Basel
HORVÁTH - DER JÜNGSTE TAG
Eintritt Fr. 35.-

Samstag, 29. Oktober, 20.30 Uhr
Max Lässer - Solostunde
1 Musiker - 10 Instrumente - 50 Jahre
Eintritt Fr. 35.-

Fussball isst unser Leben

18. September bis 27. November 2022

Fussball ist Teil unserer Gesellschaft, ist Sport, ist Unterhaltung und ist Business.

Fussball wird laut Angaben des Weltfussballverbandes FIFA von über 275 Millionen Menschen in über 200 Ländern gespielt, eine weit höhere Zahl von Leuten verfolgt die Spiele weltweit in den Stadien und am Bildschirm. Seit Jahrzehnten fasziniert der Sport Millionen von Menschen und ist dabei zu einem Milliardenbusiness geworden. Der Jahresumsatz der fünf grössten Fussball-Ligen in Europa beträgt aktuell über 15 Mrd Franken. Die Ausstellung Fussball isst unser Leben findet zur (umstrittenen) 22. Fussball-WM in Katar statt. Zusammen mit den Rahmenveranstaltungen dazu beleuchtet sie verschiedene Aspekte rund um den Fussball, sie zeigt Kunst über Fussball und über Fussballkunst und spricht auch unschönen Begleiterscheinungen dieses Sports an, die nicht erst mit der kommenden WM zu Tage treten.

Die Ausstellung umfasst Malerei, Video, Installationen, Zeichnungen, Plastiken und Fotografien von 24 internationalen Künstlerinnen und Künstlern, einige davon selber grosse Fussballfans. Bei den Recherchen zur Ausstellung haben wir festgestellt, wie umfangreich das künstlerische Schaffen zum Thema Fussball ist; unsere Ausstellung präsentiert daraus eine kleine, feine Auswahl.

Öffnungszeiten

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

VEREIN FREUNDE DES
KUNSTHAUSES INTERLAKEN



Ingeborg Lüscher: Fusion 20, 2001
film still (Ausschnitt), ©, courtesy: Videoart, artist

Führungen durch die Ausstellung

Sonntag, 30. Oktober, 11 Uhr

Raiffeisenbank Jungfrau - Partner Kunsthhaus Interlaken

Kunsthhaus Interlaken

Jungfraustrasse 55, 3800 Interlaken

041 033 822 16 61

www.kunsthhausinterlaken.ch

Wellness-Monat für Einheimische

Ein exklusives Angebot für alle, die in der Ferienregion Interlaken wohnen.



Die teilnehmenden Spa-Oasen:

- Hotel Artos Interlaken
- Bödelibad Interlaken
- Deltapark Vitalresort
- SALZANO Hotel - Spa - Restaurant
- Solbadhotel Sigriswil
- VICTORIA-JUNGFRAU Grand Hotel & Spa

Es ist ein Dankeschön für die gelebte Gastfreundschaft. Diese wird immer wieder in Umfragen von unseren Gästen gelobt. Meist folgt sie relativ bald nach unserer unvergleichlichen Berg- und Seenlandschaft und dem vielfältigen Freizeitangebot. Als Zeichen unserer Wertschätzung kannst du von unserem Angebot profitieren, wenn du in der Ferienregion Interlaken wohnhaft bist.

Wie buchst du ein Angebot?

Die Spezialangebote können ab dem 1. bis zum 31. Oktober 2022 direkt bei den Wellness-Partnern gebucht werden. Bitte beachte, dass Behandlungen und Packages eine vorgängige Reservation erfordern. Erwähne bei der Buchung die Einheimischen-Aktion. Die Aktion ist nicht kumulierbar mit anderen Rabatten.

Wohnst du in der Ferienregion Interlaken?

Wenn du zwischen Brienz und Thun oder zwischen dem Diemtigtal und dem Eriz zuhause bist, mit grosser Wahrscheinlichkeit schon. Welche Gemeinden dazugehören und alles zu den Angeboten im Wellness-Monat für Einheimische in der Ferienregion Interlaken findest du hier:



Interlaken Tourismus

Marktgasse 1, Postfach
3800 Interlaken

Tel. +41 (0)33 826 53 00

mail@interlaketourism.ch

www.interlaken.ch



3800 Matten-Interlaken
Telefon 033 822 19 73
vonallmen-schmiede.ch

**Metallbau
Hufbeschlag**



**Für ein
schönes
Zuhause!**

**Dass Sie
besser hören,
ist für uns
Herzenssache.**



Jetzt
**Wunsch-
termin**
vereinbaren

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

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

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

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

 **Audika**
Ihr Experte für gutes Hören

Ausblick Veranstaltungen

in der Bödéli-Bibliothek bis Ende Jahr 2022



Gschichtezyt

für Kinder von 4 bis 6 Jahren:
17., 22. Oktober, 19. November, 10. Dezember 2022
Zeit: 9.15 - 10 Uhr

Värslizyt

für Kinder von 1 bis 3 Jahren mit Begleitung:
19. Oktober, 30. November 2022
Zeit: 10 - 10.30 Uhr

Tauschen von Paninibilder

28. Oktober, 2., 9., 11., 16. November 2022
Zeit: 14 - 18.30 Uhr

Comic Workshop mit Kati Rickenbach

Tauche in die Welt des Comiczeichnens ein und lerne selber eine Geschichte zu zeichnen.
29. Oktober 2022, (Anmeldung erforderlich)
Zeit: 13.30 - 15.30 Uhr

Vortrag mit Dr. A. Baumgartner

«Die faszinierende Welt unsers Planetensystems»
30. November 2022
Zeit: 19.30 - 20.30 Uhr
Anschliessend Apéro

Adventsnachmittag

16. Dezember 2022
Zeit: 14 - 18.30 Uhr

Saatgutbibliothek

Weitere Infos in der Bibliothek oder Homepage

Genauere Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.boedeli-bibliothek.ch

Bödéli-Bibliothek Interlaken

Spielmatte 3
3800 Unterseen
Telefon 033 822 02 12
info@boedeli-bibliothek.ch



360° IMMOBILIEN-SERVICE

AB AUGUST 2022 AUCH IN INTERLAKEN

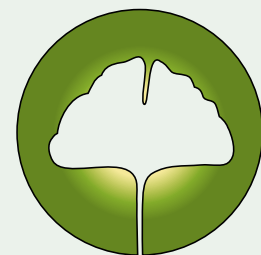
Ihr kompetenter und zuverlässiger Immobilien-Partner im Berner Oberland

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

Howell Home AG

Postgasse 9 – 3800 Interlaken

Tel. +41 33 821 60 60 – info@howell-home.ch – www.howell-home.ch



Praxis für klassische Homöopathie

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

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

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

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

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

Eignungsgebiete

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



Dominique Dietrich

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

Von allen Krankenkassen anerkannt.

Kleintheater des Kunsthauses Interlaken

Monatsprogramm Oktober 2022



AHAWA Musik

Sinnlich und berührend

Freitag, 7. Oktober 2022 | 20.15 Uhr

Ihre Musik darf fliessen und zum tanzen auffordern. Es ist eine Reise der Gefühle, des Wachstums und der Liebe. Mit Gitarre, Gesang, Klarinette, Saxophon, Flöte und elektronischen Beats füllen sie die Bühne.



Die Lombardis

Tapetenwechsel

Freitag, 28. Oktober 2022 | 20.15 Uhr

Der Song-Abend mit viel Charme, Komik und Sinn für Galgenhumor. Die Lombardis rühren leichtfüssig am Eingemachten und sorgen für einen vergnüglichen Abend, der zum Lachen bringt und Nachdenken anregt.

Schlosskeller Interlaken

Sekretariat 079 811 37 05

www.schlosskeller.ch

Infoveranstaltungen

19:30 Uhr

Donnerstag

▣ 20. Oktober 2022

Mittwoch

▣ 16. November 2022

Dienstag

▣ 24. Januar 2023

Donnerstag

▣ 16. März 2023

Mittwoch

▣ 26. April 2023

Donnerstag

▣ 11. Mai 2023

im Noss Schulzentrum
Es ist keine Anmeldung erforderlich

auch für Sekundar-
schülerInnen

noss.ch

NOSS

9. Schuljahr (Real und Sek)

10. Schuljahr (Zwischenjahr)

Kauffrau/Kaufmann EFZ
(Schule und Praktikum)

Schulzentrum



Einisch öppis mit Niveau

Die neue, vergnüglich, leicht verrückte Komödie der Theatergruppe Staubbach, geschrieben von Andreas Heck, übersetzt von Franziska Meuwly.



Zum Jubiläum der Theatergruppe will man von den ausgetretenen, traditionellen Pfaden der bisherigen Stücke abweichen, um natürlich auch den schauspielerischen Ansprüchen der Spielerinnen und Spieler gerecht zu werden. Eben «Einisch öppis mit Niveau». So die Idee, welche jedoch nicht ganz bei allen Mitgliedern auf Begeisterung stösst...

Für die gebührende Umsetzung des neuen Stückes wird sogar ein professioneller Regisseur über das Internet verpflichtet. Während den Proben stellt sich immer mehr heraus, dass die Umsetzung des neuen Meisterwerks dann doch zu mehr Problemen führt, als sich die Protagonisten je erträumt hätten, zumal der Profiregisseur auch nicht ganz die Erwartungen zu erfüllen scheint, welche in ihn gesetzt wurden. So versinken die Proben immer mehr im Chaos und drohen zum absoluten Desaster zu werden...

Dies, liebe Theaterfreunde, sind die Zutaten der neuen Produktion der Theatergruppe Staubbach. Wir dürfen euch eine vergnügliche Komödie mit viel Wortwitz und Situationskomik versprechen.

Besucht doch eine unserer Vorstellungen und findet heraus, ob der Verein den Rank doch noch findet, oder ob sie grandios scheitern werden.

Wir freuen uns schon «wie ne moore» dich, dich und ja, auch dich da hinten begrüßen zu dürfen und mit euch Allen ein bisschen zu «dorfen» oder auch miteinander anzustossen.

Bis bald, eure
Theatergruppe Staubbach

Aufführungen

Im Hotel Bären in Ringgenberg

Mittwoch, 26. Oktober, 20.00 Uhr

Samstag, 29. Oktober, 14.30 Uhr und 20.00 Uhr

Im Hohsteg in Lauterbrunnen

Freitag, 4. November, 20.00 Uhr

Samstag, 5. November, 20.00 Uhr

Sonntag, 6. November, 14.30 Uhr

Reservationen unter www.theatergruppestaubbach.ch
oder unter **Tel. 079 598 01 72**

HAUS MESSE



Mittwoch, 12., bis Sonntag,
16. Oktober 2022

Gebr. Vögel AG

Elektrofachgeschäft + Küchenbau
Bahnhofstrasse 24, 3800 Unterseen
Telefon 033 822 21 90
www.haushalt-voegeli.ch



Viehschau in der Altstadt

Mittwoch, 26. Oktober 2022, 10.00 bis 13.30 Uhr
Viehschau auf dem Stadthausplatz Unterseen



In Reih und Glied warten die Tiere auf die Benotung.



Ein Anlass für Gross und Klein.

Traditionell im Spätherbst treffen sich die Bauern des Viehzuchtvereins Interlaken und Umgebung zur Viehschau. Ungewöhnlich ist der Ort der Veranstaltung: Über 100 Tiere werden in der Altstadt Unterseen präsentiert, viel Vieh vor pittoresker Kulisse. Bereits ab 8.30 Uhr beginnen die Züchter mit der Auffuhr der Tiere. Die Spitzentiere mit den besten Noten werden ab 11.30 Uhr im Ring vorgestellt. Um ca. 12.30 Uhr beginnt die Auszeichnung der Kühe mit überdurchschnittlichen Lebensleistungen, das Tier mit den schönsten Eutern wird zur «Miss Schöneuter» und die schönste Kuh zur «Miss Altstadt» gekürt. An verschiedenen Verkaufständen bieten die Bauernfamilien Lebensmittel wie Alpkäse, Fleischwaren und weitere Produkte von ihren Höfen an. Natürlich darf ein Chäsbrätel ebenso wenig fehlen wie ein einheimisches Bier oder ein Glas Wein. Der Siegerpreis – eine schicke Treichel – für die «Miss Schöneuter» wird von der Garage Zimmermann, Unterseen gespendet, die

Glocke für die Auszeichnung «Miss Altstadt» vom Stedtlileist Unterseen gestiftet. Während des Tages ist die Altstadt von Unterseen für den motorisierten Verkehr gesperrt, entsprechend ist die Umfahrung signalisiert.

Stedtlileist Unterseen

Postfach 246
3800 Unterseen
079 656 41 31
info@stedtlileist.ch

Judith Bach

Freitag, 4. November 2022, 20.15 Uhr



Endlich - Ein Stück für immer

Ein Friedhof, viel Himmel und jede Menge lockere Schrauben.

Auch in ihrem zweiten Solostück macht Claire ihr Ding: Die Berlinerin singt, philosophiert und verspielt sich gut und gern am Klavier. So vieles ist anders seit sie ihre weise Oma Fritz nur noch auf dem Friedhof besuchen kann. Claire – mittlerweile Motorradfahrerin – erfährt, dass an einem Ort, wo Erinnerungen und Grabinschriften langsam verblassen, Geschichten so lebendig werden können wie nirgendwo sonst. Sogar ihre eigene.

Ein Chansonkabarett – überraschend, zart und frech.

Dauer: 90 Minuten. Mit Pause.

Stadtkeller Unterseen, Ob. Gasse 2
Eintritt: CHF 35.00 / bis 16-jährig CHF 15.00
Bar geöffnet ab 19.30 Uhr

Vorverkauf bei:

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

info@stadtkeller-unterseen.ch
www.stadtkeller-unterseen.ch

Kommende Anlässe:

Freitag, 2. Dezember 2022, 20.15 Uhr

Hart auf Hart

Elisabeth Hart und Rhaban Straumann

Eintritt: CHF 30.- / 15.-

Wollen Sie wippen? Satirisches Schauspiel mit viel subtilem Humor, geschrieben und entwickelt während der Krise für schwierige und gute Zeiten. Ein Feuerwerk an Ideen, Sprachakrobatik, Poesie und Situationskomik.

Freitag, 30. Dezember 2022 bis

Sonntag, 15. Januar 2023

Stedtlitheater

Eintritt: CHF 25.- / 15.-

Silvesterproduktion «Unerwartete Gäste»

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

Première: Freitag, 30. Dezember 2022, 20.15 Uhr

2022: Samstag, 31. Dezember, 20.15 Uhr

2023: Mittwoch, 4., Freitag, 6., Samstag, 7.,
Dienstag 10., Freitag, 13., Samstag, 14. Januar
jeweils 20.15 Uhr

Dernière: Sonntag, 15. Januar 2023, 17 Uhr

Stadtkeller Unterseen

Stadthausplatz
3800 Unterseen
www.stadtkeller-unterseen.ch



Großes Wildbuffet

Samstag, 29. Oktober 2022

mit musikalischer Begleitung mit dem
«Trio Seebärggruess»

CHF 95.00 pro Person

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Reservierungen erbeten bis Mittwochabend vor Anlass



Ihre Gastgeber

Fabienne und Benjamin Hormann – Wettach
und Team

Telefon 033 951 35 51
info@hotel-brienz.ch



Musikschule Oberland Ost

Musik für das ganze Leben!



MSO-Angebote für jedes Alter Senioren-Rhythmik für Menschen ab 65 Jahren

Schnuppern und Einsteigen ist jederzeit möglich!

Kurs 1: Montag, 8.45 bis 9.30 Uhr

Kurs 2: Montag, 9.45 bis 10.30 Uhr

Kurs 3: Montag, 10.45 bis 11.30 Uhr

Ort: Saal, Haus der Musik, Mittengrabenstrasse 24, Interlaken. Bezahlt werden die Lektionen ab Einstieg bis Semester-Ende (**CHF 10.00** pro Lektion). Gleichgewicht, Koordination, Aufmerksamkeit, Merkfähigkeit, Fokussieren, Vorstellungskraft, Musikalität, Entspannung, Gruppendynamik, Freude.

Eine wissenschaftliche Studie, in Zusammenarbeit mit dem Universitätsspital Genf, hat aufgezeigt, dass mit dem regelmässigen Besuch eines Senioren-Rhythmikunterrichts die Sturzgefahr bis zu 50% gesenkt werden kann. Es sind keine Vorkenntnisse nötig und die körperliche Fitness spielt keine Rolle.

Kursleitung: Dominique Regli-Lohri, Rhythmikpädagogin und Pianistin

Wir freuen uns über zahlreich interessierte Seniorinnen und Senioren!

«Eltern-Kind-Musik» ab 1 ½ Jahren und «Musik und Bewegung» ab 4 Jahren.

Kursleitung und Informationen:

Melanie Zobrist, 079 511 59 39

Kursorte: Brienz (Montag), Interlaken (Dienstag, Mittwoch)

Alle Angebote auf unserer Website (QR-Code scannen).

Anmeldungen:

Sekretariat MSO: 033 822 63 70 / info@mso-net.ch

Anmeldung und Information:

Sekretariat MSO

Mittengrabenstrasse 24

3800 Interlaken

033 822 63 70

info@mso-net.ch

www.mso-net.ch



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 Oktober 2022)



BeO-Champion MO-FR UM 08:15



Mach Deine Firma im BeO-Land bekannt!

2 Firmen treten gegeneinander an & spielen um
Werbegutschriften, sowie um eine Übernachtung
für 2 Personen. Jetzt anmelden: radiobeo.ch



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



Gartenbau
Gartenpflege
Baumschule
079 908 93 69



SEEBURG GARTENBAU
www.seeburg.ch/gartenbau Interlaken

Malerarbeiten
im Innen-
und Aussenbereich
079 138 85 51



SEEBURG MALEREI
www.seeburg.ch/malerei Interlaken

Räumungen
Umzüge
Grundreinigung
Abholservice
Demontage
033 845 84 27



BÖDELI RÄUMUNGEN
www.boedeli-raeumungen.ch Interlaken

FREITAG, 28.10.2022 · 20:00 UHR
CHRISTIAN SCHMID
BEKANNT AUS DER
SRF1-SENDUNG «SCHNABELWEID»
CHF 25.- TOPOFF DIFFERENT



FREITAG, 4.11.2022 · 20:00 UHR
NAOMI LAREINE
SRF 3 BEST TALENT
SCHWEIZER R'N'B
CHF 25.-



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



OEHRLI AG
Bahnhofstrasse 27a
3800 Interlaken
Ihr Partner auf dem Bödéli
Rascher Batterieservice (auch bei Digitaluhren)



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



Altweibersommergrüsse

Sonnenstoren	Sonnensegel	Pergola
Wintergarten	Lamellenstoren	Rolläden
Alufensterläden	Insektenschutzgitter	Plissee

Gerne führen wir auch Reparaturen und Tuchwechsel aus.

 **HUA TCM**
Praxis für chinesische Medizin

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



TCM Spezialist Herr Feng Xinyi

Pyramidenlotto

Musikverein Interlaken Unterseen und
Jugendmusik Unterseen



Samstag, 29. und Sonntag, 30. Oktober Turnhalle Schulhaus Steindler, Unterseen

- Samstag, 29. Oktober 2022 16.00 bis 23.00 Uhr
Türöffnung 15.30 Uhr
- Sonntag, 30. Oktober 2022 14.00 bis 18.30 Uhr
Türöffnung 13.30 Uhr

Kartenpreis: Fr. 1.- + eine Gratiskarte
Tageskarte Samstag: Fr. 70.00
Tageskarte Sonntag: Fr. 50.00
Super-Gänge mit Super-Punkten sowie ein Fortissimo-Gang!
Fortissimo-Gang: Saisonabonnent Jungfrau Ski Region

Pyramidenlotto?

Bestimmt habt ihr euch schon einmal gefragt, was hinter diesem «Pyramidenlotto» versteckt ist. Unser Lotto ist nämlich nicht ein gewöhnliches Lotto, bei dem ihr zwischen 5 Preisen auf dem Tablett auswählen könnt, resp. den Preis nehmen müsst, der noch übrig ist! Bei uns gewinnt ihr Punkte!

Was ihr mit den Punkten anfangen sollt? Gewinnen!

Im Lottosaal befindet sich die so genannte «Gabenpyramide». Diese ist bestückt mit vielen Preisen, die Punkte kosten. Ihr könnt also eure gewonnenen Punkte in beliebige Preise auf der Pyramide eintauschen.

Und die Pyramide ist natürlich reich befüllt! «Proviantkistli» mit Gemüse, Früchten oder Diversem, Pasta-Taschen, Dekorationsartikel, regionaler Honig, Käse sowie Fleisch, Schokolade, Kinderspielsachen, Gutscheine von Restaurants und Bergbahnen, Rucksäcke und Elektronikartikel.

Es ist auf jeden Fall für Alle etwas dabei!

Worauf wartet ihr noch? 1-2-3 Punkte sammeln!

Wir freuen uns auf euren Besuch!
Musikverein Interlaken Unterseen und
Jugendmusik Unterseen

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

Jugendmusik Unterseen
3800 Unterseen
www.jugendmusik-unterseen.ch
info@jugendmusik-unterseen.ch

**% 22. OKTOBER 2022
PROZENTE
RÄDELN**

**GEWINNEN SIE
BEIM GLÜCKSRAD
PROZENTE VON
BIS ZU -25%**

Einlösbar bei Ihrem Einkauf
am 22.10.2022 im gesamten
BÖDELI CENTER (MARKET,
OUTLET & BROCKI)



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

AUSFAHRT
INTERLAKEN
OST

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

FUSSPFLEGE

KATHARINA BLATTER
Breitengässli 5
3800 Unterseen

Mobile +41 79 700 04 40
E-Mail k.blatter@hotmail.com

Termine auf telefonische Voranmeldung
Hausbesuche möglich

Einmaliges Wandergebiet Winterwandern · Schlitteln
Themenweg · Monstertrotti Schneeschuhtouren



Isenfluh-Sulwald

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

杏林 CHINA MEDIZIN
INTERLAKEN

Tag der offenen Tür
Samstag, 22. Oktober 2022, von 10 bis 15 Uhr

传统中医

Traditionelle chinesische Medizin

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



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

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

**Aus Liebe zum
gesunden Schlaf.**

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

www.jenniag.ch



**Jetzt
beraten
lassen!**

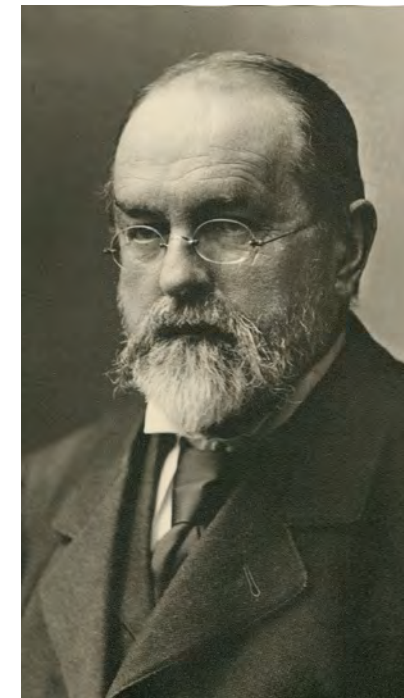
Hüsler Nest Schreinerei
Oberdiessbach & Thun
033 222 35 75

**HÜSLER
NEST**
Das original Schweizer Naturbett.

Wir starten in die neue Probensaison

Sängerinnen und Sänger gesucht!

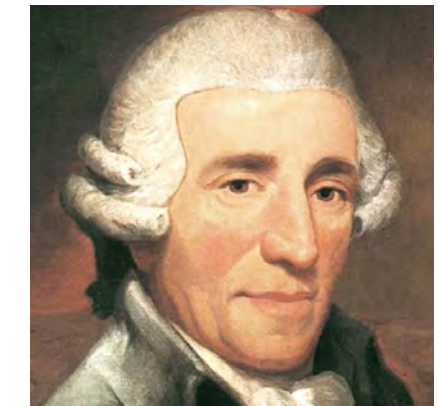
CHOR FROHSINN-CÄCILIA
INTERLAKEN



Josef Gabriel Rheinberger



Wolfgang Amadeus Mozart



Joseph Haydn

Nach dem erfolgreichen Neustart mit den beiden Konzerten im Juni 2022 nehmen wir unsere Probenaktivität nach den Herbstferien wieder auf. Für unsere am 10. und 11. Juni 2023 geplanten Konzerte in der Schlosskirche Interlaken suchen wir Verstärkung und freuen uns auf neue Sängerinnen und Sänger.

Am **17. Oktober 2022** beginnen wir mit den Proben der Werke.

Krönungsmesse von Wolfgang Amadeus Mozart
Te Deum von Joseph Haydn
Stabat Mater von Josef Gabriel Rheinberger

Wir treffen uns jeden Montag von 20 bis 22 Uhr im Hotel Weisses Kreuz, Interlaken (Saal, 1. Stock).

Bei Interesse und Fragen melden Sie sich bitte bei Erich Roth, Dirigent, Tel. 079 235 14 29, e.roth@bluewin.ch

Weitere Informationen über unseren Chor finden Sie auf www.frohsinn-caecilia.ch

**Chor Frohsinn-Cäcilia
Interlaken**
www.frohsinn-caecilia.ch



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



Marcel Schaffer



Franz Bauer

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

Böhmischer Sonntag

Sonntag, 30. Oktober 2022, im Lötschbergsaal Spiez



Thunersee Musikanten

Die Thunersee Musikanten laden zum «Böhmischen Sonntag» ein! Ein abwechslungsreiches Programm mit viel Musik und guter Unterhaltung!

- Einfache Festwirtschaft
- Keine Platzreservierungen möglich
- Türöffnung: 10.15 Uhr
- Eintritt: Fr. 15.- (Kinder -16 gratis)

Programm

11 bis 12 Uhr: Thunersee Musikanten
 12.30 bis 13.30 Uhr: Blaskapelle Kronjanka
 14 bis 15 Uhr: Schlossberg Musikanten Uster



Blaskapelle Kronjanka



Schlossberg Musikanten Uster

Musikanten gesucht:

- KLARINETTE B/ES
- POSAUNE

Probetag Dienstag in Spiez

peter.jaeggli@hispeed.ch

Thunersee Musikanten

Peter Jäggli
 Chaletweg 2 b, 3700 Spiez
 www.thunersee-musikanten.ch

TECHNOGEL KOMFORTWOCHE

- *Fr. 200.- Rabatt auf alle Technogel Matratzen (bis 140 cm Breite)
- Fr. 400.- Rabatt auf alle Technogel Matratzen (ab 160 cm Breite)
- Fr. 20.- Rabatt auf alle Technogel Kissen

*Bsp. Technogel Matratze Incanto 90x200 cm

Fr. 1490.- statt Fr. 1690.- *Aktion Technogel Komfortwochen gültig vom 01.10. bis 30.11.22 (Rabatt kann nicht mit anderen Gutscheinen oder Aktionen kumuliert werden. Nicht gültig auf bereits getätigte Aufträge.)

Sparen Sie bis zu Fr. 400.-



Mittlere Strasse 52 | 3600 Thun
 Tel. 033 221 40 20 | info-thun@traum-werk.ch
 www.traum-werk.ch



TRAUMWERK
 Schlafen und exklusive Gartenmöbel

Technogel
 Sleeping



Plüss Metallbau
 Weissenaustr. 54, 3800 Unterseen
 Telefon 033 822 27 06
 Fax 033 822 27 67
 metallbaupluess@bluewin.ch
 www.metallbau-pluess.ch



033 822 29 19

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

Betriebsferien
 Ab Sonntag 02.10.22
 bis und mit Montag 24.10.22



PODOLOGIE

Med. Fusspflege
 Fabienne Gafner-Grossenbacher

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

Auch Hausbesuche möglich!

ZAHNPROTHESEN WERKSTATT LIMACHER

ROCHUS LIMACHER
 OBERDORFSTRASSE 10
 3855 BRIENZ



ZAHNERSATZBERATUNG
 REINIGUNG
 REPARATUR
 ANPASSUNG
 HOL- UND BRINGSERVICE

079 632 88 15

Coaching

Aylin Fontana | ratparat.ch
Betriebliche Mentorin und dipl. Coach



Coaching ist ein geeigneter Weg,
in beruflichen Fragen Klarheit zu
erlangen und individuelle Lösungen
zu erarbeiten.

Vereinbaren Sie Ihr kostenloses Vorgespräch:
Telefon +41 76 751 50 55 / info@ratparat.ch
Gsondheits-Wärchstatt, Bönigstrasse 11, 3812 Wilderswil

Podologie Schläppi

Med. Fusspflege GmbH

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

Kunstaussstellung

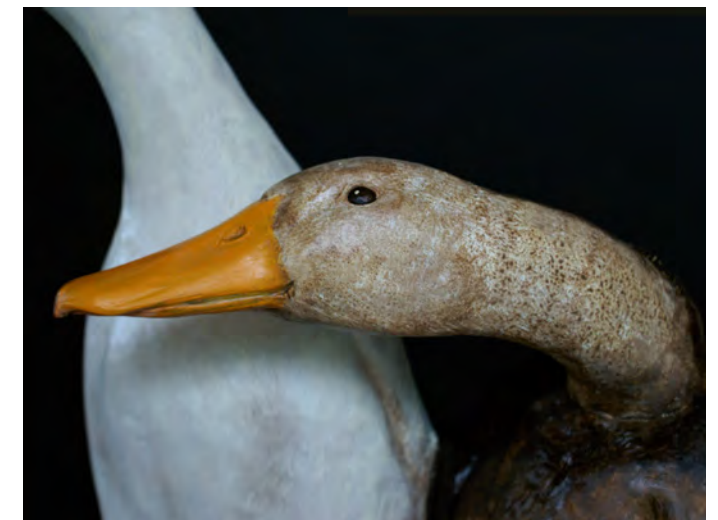
1. bis 23. Oktober 2022



GALERIE KUNSTSAMMLUNG UNTERSEEN
kunstsammlung-unterseen.ch



Jacques Rime
Malerei, Zeichnungen, Lithografie



Philipp Dräyer
Plastiken, Skulpturen

Curling-Bistro

Öffnungszeiten Winter

Montag-Freitag 17.00-22.00 Uhr
Samstag-Sonntag 10.00-18.00 Uhr

Wir freuen uns auf Ihren Besuch – Ihre Gastgeber
Urs & Adrian Frey
079 715 52 56
freyurs@kostuem-frey.ch
Eissportzentrum Jungfrau
Tellweg 7, 3800 Matten

OrthoMedio

Orthopädie Schuhtechnik GmbH

AB 1. OKT. IN SPIEZ UND UNTERSEEN

GEÄNDERTE ÖFFNUNGSZEITEN

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

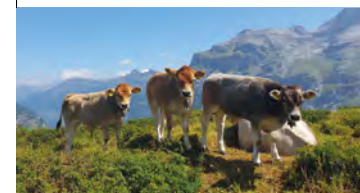
Andere Termine sind auf Voranmeldung möglich.
Infos: www.orthomedio.ch

BETRIEBSFERIEN SA 1.10 – SA 15.10.

Zartes Fleisch vom Jungrind

aus Mutterkuhhaltung biologisch produziert.
Mischpaket ab 5 Kg nach Ihren Wünschen
portioniert, vacuumiert und geliefert.

Adrian von Allmen 079/772 47 07
Daniela Zurbuchen 079/782 09 55



Biobetrieb Wylern
3826 Gimmelwald
www.wylern.ch
wylern@bluewin.ch

REGIS HAIR EXPRESS



Regula Geissbühler

Natel 079/215 57 42

Ihr Familienbetrieb mit persönlicher Beratung!

drogerie 
hänni

BETRIEBSFERIEN

Werte Kundinnen und Kunden
Die Drogerie bleibt vom 3. bis am 15. Oktober 2022
geschlossen. Gerne sind wir ab dem Montag,
17. Oktober wieder für Sie da!

www.drogerie-haenni.ch

Interlakenstr. 1
3806 Bönigen

Kosmetik BEO
Interlaken

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

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

Vernissage

Samstag, 1. Oktober 2022, 17 Uhr
Einführung / introduction:
Christoph Wyss / Ernst Hanke

Öffnungszeiten

Donnerstag und Samstag, 15 bis 18 Uhr
Freitag, 18 bis 20 Uhr
Sonntag, 11 bis 16 Uhr
rollstuhlgängig

Die Künstler sind persönlich in der Ausstellung
anwesend:

Philipp Dräyer

- jeden Sonntag von 12 - 16 Uhr

Jacques Rime

- Sonntag, 16. Oktober

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Galerie Kunstsammlung Unterseen KSU

Dachstock Stadthaus
Untere Gasse 2
3800 Unterseen
mail@kunstsammlung-unterseen.ch
www.kunstsammlung-unterseen.ch



AlpNik

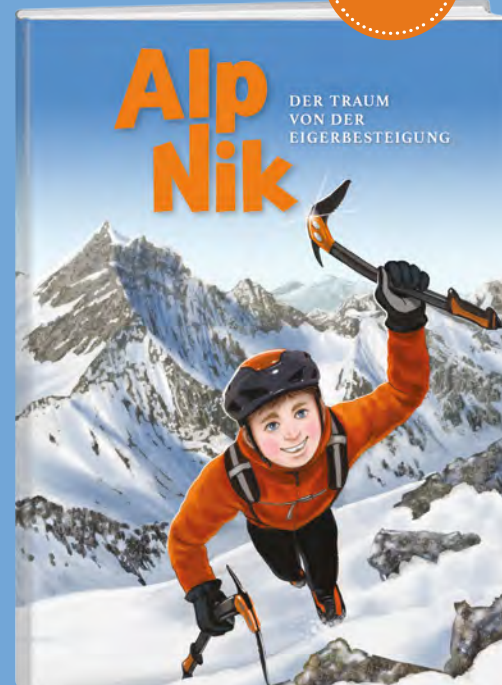
DER TRAUM VON DER EIGERBESTEIGUNG

AlpNik ist ein elfjähriger Junge, der mit seinen Eltern, die eine Arztpraxis führen, in Grindelwald aufwächst. Zusammen mit seiner Schwester Hanni, der Hauskatze Scappi und der Schweizer Sennenhündin Betty erlebt er verschiedene Rettungseinsätze des Vaters am Eiger mit dem Helikopter. AlpNik träumt davon, Bergsteiger zu werden und den Eiger zu erklimmen. Eines Tages wird der Traum wahr und AlpNik macht sich frühmorgens um 5 Uhr auf den Weg...

52 Seiten, 21,5 x 28,7 cm,
gebunden, Hardcover
Mit 40 Illustrationen von Christina Wald.
ISBN 978-3-03818-429-4
CHF 29.-



Jetzt bestellen.



NEU

Bestellung

Bitte senden Sie mir ___ Ex. «AlpNik - der Traum von der Eigerbesteigung» zum Preis von je CHF 29.- (inkl. Versandkosten). ISBN 978-3-03818-429-4

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@weberag.ch

Name/Vorname _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

E-Mail _____

Datum _____ Unterschrift _____

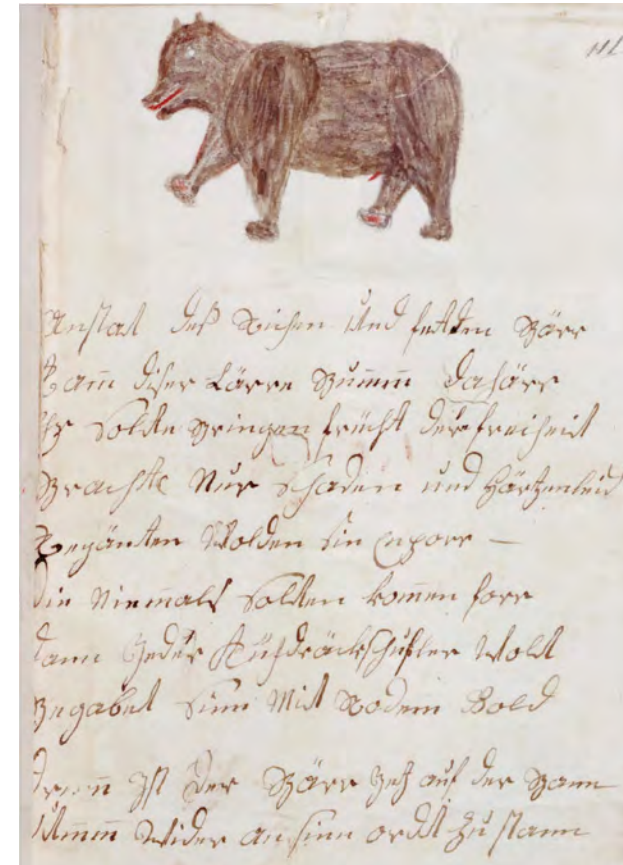
Jahresausstellung 2022

Geschichte und Kunst

Bis 22. Oktober 2022

HEIMATVEREIN
BÖNIGEN

VEREINE / AUSSTELLUNG



Politisches Flugblatt

Folio klein, Handschrift und Zeichnung.

Anstat dess Richen Und fetten Bär
Kam diser Lärre Bumm dahär
Ehr Solte Bringen frucht der freiheit
Brachte Nur Schaden und Härzenleid
Regänten Wolden sin Enporr
Die Niemals solten komen forr
Dann Jeder Kühdräckschufler Wolt
Begabet Sinn Mit Rodem Gold
Drum Jst der Bär Jetz auf der Bann
Umm Wider an sinn ordt zu stan

Fotografie von Hans Kobi, Münchenbuchsee, im Auftrag des Heimatvereins Bönigen. Primärquelle: Schweizerisches Bundesarchiv, Helv 876, 107, 111.

Bönigen in napoleonischer Zeit

Am Freiheitsbaum in Bönigen

Obwohl grösstenteils der «Neuen Ordnung» zugetan, gab es auch in Bönigen Gegner der Helvetik. Der in der Nacht vom 11. auf den 12. Juni 1799 in Bönigen von bislang unbekannter Hand an den Freiheitsbaum geheftete Knüttel- oder Knittelvers deutet auf einen Kritiker von Hauptmann Christian Michel (1762 - 1831) hin. Das kleine farbige Blatt - es ist das erste politische Flugblatt, das in Bönigen in Umlauf gebracht wurde - zeigt am Kopf einen gemalten, nach links schreitenden fetten Bären. Der mit Christian Michel befreundete Regierungsstatthalter des Kantons Oberland, Samuel Joneli (1748 - 1825) von Boltigen, übermittelte dieses Blatt am 19. Juni an das Helvetische Direktorium, die Exekutive der Helvetischen Republik.

Öffnungszeiten

Donnerstag / Freitag / Samstag, 14 - 17 Uhr
Sonntag, 14 - 17 Uhr

Offene Sonntage: 2.10./16.10.

Eintritt frei

Kontakt / Anfragen für Führungen:

altepinte.boenigen@bluewin.ch
Peter Michel (079 346 79 06)

Alte Pinte Bönigen

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

Herbstzeit - Kurszeit

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



Praktisch / Kreativ

- **NEU** Kleine Laterne mit Folie aus Holzklötzchen
Montag, 17. Oktober, 18.30 Uhr, Meiringen
- Hand- und Brushlettering - Grundkurs
Dienstag, 25. Oktober, 18.30 Uhr, Meiringen
- **NEU** Sketchnotes
Freitag, 4. November, 18.30 Uhr, Meiringen
- Mandala - Dot Art Grundlagen
Dienstag, 18. Oktober, 18.30 Uhr, Meiringen
- Mandala - Dot Art Grundlagen
Mittwoch, 9. November, 18.30 Uhr, Meiringen
- Workshop Zeichnen, Skizzieren und Bemalen
5x ab Mittwoch, 26. Oktober, 19 Uhr, Meiringen
- Fingerring aus Silberbesteck
Freitag, 4. November, 17 Uhr, Innertkirchen
- Fingerring aus Silberbesteck
Samstag, 5. November, 9 Uhr, Innertkirchen
- Adventskranz aus Naturmaterialien - am Morgen
Mittwoch, 16. November, 8.30 Uhr, Brienz
- Adventskranz aus Naturmaterialien - am Nachmittag
Mittwoch, 16. November, 14 Uhr, Brienz
- **NEU** Abstraktes Malen mit Gold, Silber, Schwarz und Kupfer
Donnerstag, 17. November, 9.30 Uhr, Brünig
- Vorschau für November: Dreieckstuch stricken,
Brienz

- **NEU** Workshop Naturkosmetik & Aromapflege -
Theorie/Praxis
Donnerstag, 3. November, 19 Uhr, Meiringen
- **NEU** Workshop Naturkosmetik & Aromapflege -
Theorie/Praxis
Donnerstag, 17. November, 8.30 Uhr, Meiringen

Informatik / neue Medien

- Tabellenkalkulation Excel 2019 - für Einsteiger
4x ab Montag, 24. Oktober, 19 Uhr, Meiringen
- Das Google-Konto und andere Cloud-Lösungen
Mittwoch, 2. November, 19 Uhr, Meiringen
- Eigene Website mit Jimdo gestalten
Mittwoch, 9. November, 19 Uhr, Meiringen
- **NEU** Videos mit Smartphone drehen und am PC
schneiden mit Freeware
4x ab Dienstag, 8. November, 19 Uhr, Meiringen
- Word vertieft
4x ab Montag, 28. November, 19 Uhr, Meiringen
- **NEU** Sicherheit im Umgang mit Raiffeisen E-Banking
Donnerstag, 1. Dezember, 18 Uhr, Meiringen

Arbeitswelt

- Praxisorientiertes Projektmanagement
7x ab Dienstag, 25. Oktober, 18.30 Uhr, Meiringen
- Rechnungswesen - Grundlagen
7x ab Mittwoch, 26. Oktober, 18.30 Uhr, Meiringen
- Post it! Social Media professionell einsetzen
2x ab Mittwoch, 23. November, 19.30 Uhr, Meiringen

Gesellschaft

- Biografie schreiben - über sich oder andere
3x ab Samstag, 29. Oktober, 9 Uhr, Meiringen

Sprachen

- Deutsch als Fremdsprache A1 - mit wenig
Vorkenntnissen (mit Kinderhütendienst), Brienz
laufender Kurs - Einstieg möglich
- Deutsch als Fremdsprache A2.1 - mit Vorkenntnissen
(mit Kinderhütendienst), Brienz
laufender Kurs - Einstieg möglich
- Deutsch als Fremdsprache A1 - AUSGEBUCHT
12x ab Montag, 26. September, 14 Uhr, Meiringen
- Deutsch als Fremdsprache A1 - ohne Vorkenntnisse,
Meiringen - auf Anfrage
- Deutsch als Fremdsprache A2.1 - mit Vorkenntnissen
9x ab Mittwoch, 19. Oktober, 18.30 Uhr, Meiringen
- Englisch A1 - mit Vorkenntnissen
10x ab Donnerstag, 20. Oktober, 20 Uhr,
Meiringen
- Englisch A2
9x ab Mittwoch, 19. Oktober, 18 Uhr, Meiringen
- Italienisch B1 - am Morgen
10x ab Montag, 17. Oktober, 10 Uhr, Meiringen
- Italienisch B1.1, Meiringen
laufender Kurs - Einstieg möglich
- Italienisch A2+, Meiringen
laufender Kurs - Einstieg möglich
- **NEU** Russisch A1 - ohne Vorkenntnisse
7x ab Mittwoch, 2. November, 19 Uhr, Meiringen
- Russisch A1.1 - mit Vorkenntnissen
8x ab Dienstag, 25. Oktober, 18.30 Uhr, Meiringen
- Spanisch Konversation A2/B1 - am Morgen
9x ab Donnerstag, 20. Oktober, 10 Uhr, Meiringen
- **NEU** Französisch A1 - mit wenig Vorkenntnissen
10x ab Mittwoch, 19. Oktober, 18.15 Uhr, Meiringen

Fitness / Bewegung

- Fitgym für Männer
10x ab Montag, 17. Oktober, 18 Uhr, Schwanden
- Step Aerobic
10x ab Montag, 17. Oktober, 19.15 Uhr, Schwanden
- BODYART - gezieltes Ganzkörpertraining
9x ab Dienstag, 18. Oktober, 18.45 Uhr, Brienzwiler

- Faszi Yoga
9x ab Montag, 17. Oktober, 17.45 Uhr, Hasliberg
- Pilates meets Hatha Yoga
9x ab Montag, 17. Oktober, 19 Uhr, Hasliberg
- Power Hatha Yoga - am Morgen
9x ab Mittwoch, 19. Oktober, 8.30 Uhr, Hasliberg
- Pilates - am Morgen
9x ab Mittwoch, 19. Oktober, 9.45 Uhr, Hasliberg
- Fit in den Winter für ALLE
10x ab Dienstag, 18. Oktober, 18.30 Uhr,
Innertkirchen
- Pilates
10x ab Dienstag, 18. Oktober, 17.15 Uhr, Innertkirchen
- Fit und Stretch für ALLE - leichtes Training
10x ab Mittwoch, 19. Oktober, 8.45 Uhr,
Innertkirchen
- TRX - Ganzkörperkrafttraining - am Mittag -
1 PLATZ FREI
10x ab Mittwoch, 19. Oktober, 12.15 Uhr,
Innertkirchen
- TRX - Ganzkörperkrafttraining - am Abend -
1 PLATZ FREI
10x ab Donnerstag, 20. Oktober, 18.30 Uhr,
Innertkirchen
- TRX - Ganzkörperkrafttraining - am Abend -
AUSGEBUCHT
10x ab Donnerstag, 20. Oktober, 19.45 Uhr,
Innertkirchen
- **NEU** Lachyoga
5x ab Montag, 24. Oktober, 10 Uhr, Meiringen
- **NEU** QiGong und Achtsamkeit
8x ab Mittwoch, 19. Oktober, 9 Uhr, Meiringen



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

frühreif und vorlaut	▼	Nachtgreifvogel	▼	Käuferin, Klientin	▼	Ferienort im Berner Oberland	▼	spärlich, dürrtig	▼	PC-Arbeitspeicher (Abk.)	▼	Ort bei Bern (Flughafen)	▼	Internationaler Skiverband (Abk.)	▼	Seemannsbekleidung	▼	Vorort von Bern	
Comic-Cowboy (Lucky ...)	▶		▶			Fluss durch Bern	▶					Regelwidrigkeit (Sport)	▶					9	
Bew. e. Stadt im Berner Oberland	▶								4	Hauptstadt in Nordafrika	▶							Geldwert einer Ware	
	▶	1				ugs.: Sprung	▶				10	Wäschestück	▶					11	
engl.: Stinkt- tier	▶		freundlich			Grundstoffteilchen	▶					Schaukelbettchen	▶	Schweizer Regisseur (Markus)				Kahlkopf	
grösste Gewerkschaft d. Schweiz	▶								6				▶						
	▶												▶	Maulesel					
Vermittler	▶	ein Erdteil				versöhnen (gehoben)	▶												8
Luft der Lungen	▶											Auspuffausstoss	▶	menschl. wertvolle Eigenschaft				Rauschgift (Mz.)	
Schweizer Frauenkurzname	▶		Apostel der Grönländer † 1758			Epos von Homer	▶					Abk.: Dutzend	▶						
	▶											besitzanz. Fürwort	▶						2
												Gelege	▶						
Stachel- tier	▶								12	Behörde, Dienst- stelle	▶	Ort süd- östlich von Bern	▶					frz.: Sommer	
Republik in Ost- afrika	▶									ugs.: hinauf	▶								5
	▶					ital.: Liebe	▶					Einbrin- gen der Feld- früchte	▶						3
Teil der Hygiene	▶	zuvor, zunächst										Berner Wappen- tier	▶						7
																			best. Artikel (4. Fall)

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

www.kanzelt.ch
s1515-1058

Knobeln Sie mit!

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

Talon einsenden an Weber AG, Kreuzworträtsel BödeliInfo/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: Montag, 10. Oktober 2022
Die Lösung finden Sie in der nächsten Ausgabe.

Lösungswort September: Fliegenpilz
Gewinner*in: Veronika Teuschmann

Lösungswort Kreuzworträtsel Oktober 2022

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

Vorname _____

Name _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

Oschtermomänt zmitts im Herbst



E Gschicht, wo jede Tag nöi gschriebe wird



Da sitze si jetz, die vier Lütli, u schriebe zäme e Gschicht. Es isch ke Nöii. Si spielt vor öpe 2000 Jahr. Die Vier us drü Generatione hirne u studiere. Dusse isches Herbst. U die Gschicht, wosi sötte schriebe, isch dänkt für de ar Oschtere 2023 uzfüere.

Me isch sech einig: Es söll ir hüttige Zyt spiele. Aber was isch hüt wichtig? Es brucht Äggschen u Spannig, Töifgang u Drama u der rot Fade sött me bi all däm nid verliere. Eifach zverstah söttis si u am Sinn nah ar Gschicht vor langer Zyt ähndle. Der listig isch schnäll gfunde. Ou dldee vom töife Fall vom Houptdarsteller isch de schnäll entwickelt. So, u jetz? Nachem Absturz u em Versäge chunnt zgrosse Hinterfrage. Wie hets so wyt chönne cho mit mir?

Aber dä Töifpunkt isch ja nid dHouptsach. Da isch no e zwöiti Person, wo ufzeigt, was wie vor rund 2000 Jahr u hüt nach me schiinbar verkorkste Läbe möglich isch. Nämlech das Mönsche ame Punkt i ihrem Läbe erkenne, dass Eine git, wo unschuldig isch ztod cho. U de no freiwillig. Um Freiheit, Liebi u Liecht is Läbe zbringe. Dä Eint begägnat hüt no jede Tag Mönsche am Töifpunkt vo ihrem Läbe, wo alles verlore schiint. Hoffnigslos. E Blick uf dä Eint u was er a däm Tag, wo mir a Karfitig fiire, für üs

het ta, längt. U wie bi däm Mönsch, wo denn schuldig mit däm Einte - Jesus Christus - isch hiigrichtet worde, längt es lgestah: I has verdient, du nid. Du bisch wirklech Gottes Sohn.

Was für ne Momänt, wenn mir im Herbst als Jahreszyt oder im Herbst vom Läbe dörfe inne halte u erkenne, was für ne grosse Liebi hinder dere alte Gschicht steckt. E Liebi wos schafft, ou hüt no täglech Mönsche ade dunkelschte Orte zerreiche. U de wirts bunter, Liecht dringt düre Näbel. U wies der Herbst üs idrücklech zeigt, cha Veränderig öpis Wunderschöns si.

Di vier Gschichteschreiber si sech einig: Das Drama wird es Häppiend ha. U das wünsch ou üs allne: E Oschtermomänt zmitts im Herbst ud Erchenntnis, dass nie zspät isch.

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

Curling is fun – spielen Sie mit

Schnuppertraining



Freitag, 14. Oktober 2022 von 19 bis 21 Uhr
Freitag, 28. Oktober 2022 von 19 bis 21 Uhr

Die Teilnahme ist kostenlos, nur saubere Turnschuhe mitbringen.

Anmeldung erwünscht, aber nicht erforderlich.

Wenn Interesse vorhanden, bieten wir gerne auch Kurse für Anfänger (ab 4. November 2022) und Fortgeschrittene (ab 6. Januar 2023) an. Detaillierte Termine nach Vereinbarung.

Firmenevents

Curlingplausch mit anschliessendem Fondue im Bistro Datum nach Übereinkunft und Preis auf Anfrage.

Interessiert?

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

Curling Club Interlaken

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

Neue Sportart entdecken?

Neu! Schnuppertraining



Schnuppertraining für Erwachsene

Willkommen sind Männer / Frauen / Anfänger, Amateure ab ca. 16 Jahren

Wann:

Jeweils Donnerstag 27.10.2022 bis 15.12.2022 von 18.30 bis 20.00 Uhr

Wo:

ABC-Halle, Austrasse 1a, 3700 Spiez

Trainer:

Gabriela Burri

Anmeldung:

bis 20.10.2022 an sekretariatbce@gmx.ch

Kosten:

CHF 80.00

Der Badmintonclub Einigen / Spiez

Im Jahr 1988 gegründet, und seit nunmehr 34 Jahren wird dieser tolle Sport in Einigen und Spiez gespielt. Im Moment besteht unser Verein aus ca. 70 Aktivmitgliedern davon 1/3 Frauen.

Sonstige Trainings:

Wir bieten auch Trainings für Kinder und Jugendliche an. Interessierte können sich direkt via E-Mail oder auf unserer Website erkundigen.

Zusätzlich sind wir momentan auf der Suche nach einem Badmintontrainer für unsere Trainings. Meldungen bitte an unser Sekretariat (sekretariatbce@gmx.ch).

Weitere Infos

www.bceinigen.spiez.ch

Kinderbetreuung Interlaken-Oberhasli



Wir haben freie Plätze in Bönigen, Interlaken, Lauterbrunnen, Matten, Meiringen, Müren, Ringgenberg, Stechelberg und Unterseen.

Sie suchen eine Betreuung für Ihr Kind?

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

Möchten Sie Kinder betreuen oder betreuen Sie schon?

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

Wir freuen uns auf ihre Bewerbung!

Wanted

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

Ort / Gemeinde	Kind	Jahrgang	Betreuungstag / -Zeit
Bönigen	Junge	2012	Mittwoch Mittag bis 14 Uhr, ab Oktober:
	Junge	2013	Mittwoch und Freitag Mittag bis 14 Uhr
Lütschental, Zweilütschinen oder Grindelwald	Junge Junge	2019 2021	1 Tag pro Woche



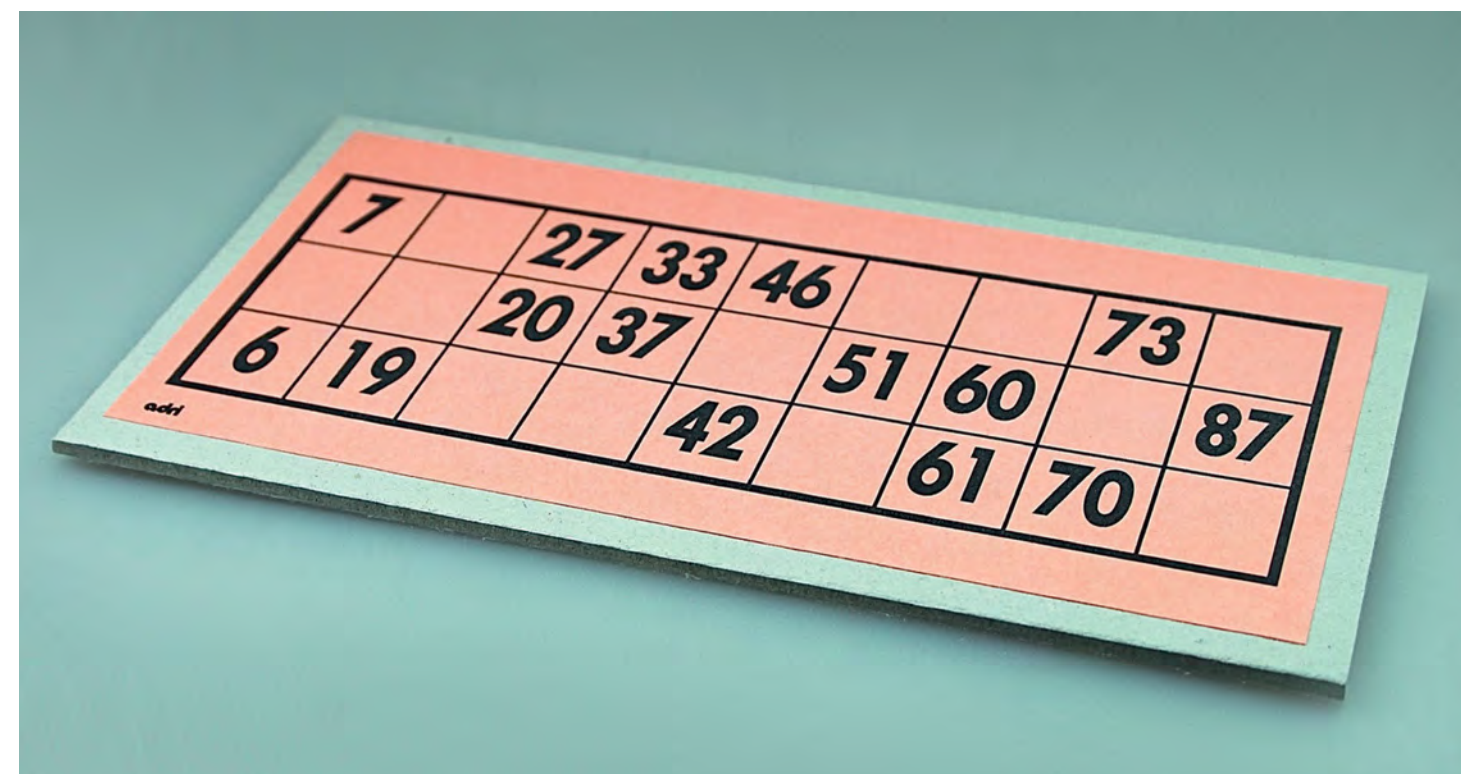
Für nähere Auskunft:
Tel. 033 822 13 56
Mo, Di, Do, 8.30 bis 11.30 Uhr
Weitere Termine auf Anfrage

kinderbetreuung@kibio.ch
www.kibio.ch



Grosses Turnerlotto

Samstag, 5. und Sonntag, 6. November im Hotel Alpina Matten



Samstag, 5. November 2022

16.00 bis 19.00 Uhr und 20.00 bis 23.00 Uhr

Sonntag, 6. November 2022

15.00 bis 19.00 Uhr

- Supergang (ganze Karte voll)
- Attraktive Preise
- Erster Gang gratis
- Kartenpreis: CHF 1.-

Im Hotel Alpina
Hauptstrasse 44, 3800 Matten

Wir freuen und auf Ihren Besuch.
Turnverein Matten und
Familie Geringer / Hotel Alpina

Finden Sie die Unterschiede

Im Bild rechts sind 7 Unterschiede zum linken Bild versteckt.



Kreisen Sie die Unterschiede ein und senden Sie die Lösung mit Ihrem Namen, Ihrer Adresse und Telefonnummer an:

Weber Verlag AG,
Wettbewerb BodeliInfo/BrienziInfo, Gwattstrasse 144,
3645 Gwatt oder an wettbewerb@weberverlag.ch

Einsendeschluss: Montag, 10. Oktober 2022

Gewinnen Sie

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

Lösung September



Gewinner*in

Nelly Kreis-Gleis, Unterseen



CHINAMED*
Musikelschmerzen
Rheumatische
Beschwerden
Sportmassage
Emulsion

Wärmt, lockert und lindert

Chinamed Emulsion
250ml

CHF 32.90



droga
GANZ SCHÖN GESUND!

DROGA Drogerie Apotheke
Untere Bönigstrasse 12, 3800 Interlaken

DROGA Drogerie
Rugenparkstrasse 1, 3800 Interlaken

DROGA Drogerie
Bahnhofstrasse 25, 3800 Unterseen

Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel. Bitte lesen Sie die Packungsbeilage oder fragen Sie Ihren DROGA Experten.
DR. BÄHLER DROGA AG, 8045 Zürich

claro Weltladen für fairen Handel Interlaken



Lustige Filzfingerpuppchen, fröhliche Filzgirlanden
und feinste Kaschmir-Schals aus dem fernen Nepal



Die Filzfingerpuppen und Filzgirlanden in unserem Laden verdanken ihr Dasein in der Schweiz dem Familienunternehmen «Carina Cashmere», das seit Jahren durch persönliche Beziehungen mit Nepal verbunden ist. So lernten die Jungunternehmer auf einer ihrer Reisen auch Madhav kennen, einen Mann mit grossen Visionen und Träumen. Schon in jungen Jahren gründete er eine Filz-Manufaktur mit dem Ziel, jungen Müttern aus der Region einen guten Arbeitsplatz zu bieten. Seine lustigen Filzartikel – designed von seiner Schwester – fanden bald hohen Anklang und er konnte sein Unternehmen laufend vergrössern. Dank Inputs von «Carina Cashmere» wurde zusätzlich eine Kindertagesstätte eingerichtet, sodass die jungen Mütter ihre Kinder nun problemlos zur Arbeit mitnehmen können.

wird anschliessend von Hand kontrolliert und dann einzeln eingefärbt.

Lustige Fingerpuppen und fröhliche Girlanden aus Filz fürs Kinderzimmer, warme Schals aus feinsten Kaschmirwolle zum Schutz vor Kälte oder einfach zur Zierde – von geschickten Händen zu fairen Bedingungen für uns hergestellt im fernen Nepal. Gute Gründe, einmal bei uns vorbei zu schauen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihr claro Weltladen-Team
Interlaken

Anders bei den Kaschmir-Schals. Hier spielt die eigentliche Hauptrolle die Kaschmirziege aus der Mongolei, welche die wunderbare Wolle für die Herstellung der Schals liefert. Dabei wird jeder einzelne Prozess noch von Hand erledigt. Dies schont zum einen die Tiere, zum anderen können viel mehr Menschen von der Handelskette profitieren. Die der widrigen Kälte trotzenden Kaschmirziegen werden im Frühjahr ausgekämmt. Die Kämmung ist eine sehr schonende Woll-Gewinnung, weil sie im Gegensatz zur Schur den Crimp und die Länge der Fasern nicht beeinträchtigt und so den Kaschmir sehr wertvoll macht. Nach sorgfältigem Sortieren der langen Fasern wird die Wolle in Kathmandu zu feinsten Schals verarbeitet. Jeder Schal



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

Tiere suchen ein Zuhause

Der Tierschutzverein Interlaken sucht für Verzichttiere ein neues Zuhause.



Junge Katzen zwischen 3 und 6 Monaten

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

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

Kontakt

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

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

Der Einsiedler vom Abendberg

Roman von Dr. Philipp Galen



Eine Neuauflage mit historischer Zuordnung

Das Tourismuseum in Unterseen hat den längst vergriffenen Roman aufgestöbert und dazu eine historische Zuordnung zu den Örtlichkeiten und Personen, die im Roman vorkommen, verfasst. Dabei werden neben den Hauptschauplätzen Hotel Beau-Site und Kurhaus Abendberg auch andere Schauplätze in der Region beleuchtet.

Papierband Hard Cover
Format 15 x 24 cm
Umfang 500 Seiten
(Historische Zuordnung: 72 Seiten)
Auflage limitierte Auflage
Preis CHF 44.- (Angebot gültig bis zum 31. Oktober 2022)

Das Buch erscheint im Dezember 2022 im Eigenverlag Tourismuseum Unterseen und kann ausschliesslich im Tourismuseum bezogen werden.

1876 publizierte der deutsche Arzt, Psychologe und Reiseschriftsteller Philipp Lange (alias Philipp Galen) aus Potsdam den Roman «Der Einsiedler vom Abendberg». Die Geschichte spielt im Berner Oberland, genauer im Hotel Beau-Site Unterseen und dem Kurhaus Belle-Vue auf dem Abendberg. Dr. Lange verstand es, seine Reise in unsere Region im Roman mit blumiger Sprache und vielen interessanten Details zum Leben und Reisen vor rund 150 Jahren zu beschreiben. Der Roman ist deshalb auch ein interessanter tourismus-historischer Zeitzeuge.

Tourismuseum

Obere Gasse 26
3800 Unterseen
www.tourismuseum.ch
info@tourismuseum.ch

Buch bestellen und Mitglied werden

- Ich melde mich zur Mitgliedschaft im Verein Tourismuseum an und bestelle den Roman «Der Einsiedler vom Abendberg» zum Preis von **CHF 44.-**. Im Preis inbegriffen ist das erste Jahr (2023) der Mitgliedschaft im Verein Tourismuseum als Einzelmitglied (Jahresbeitrag **CHF 20.-**).
- Ich bin bereits Mitglied und bestelle das Buch zum Subskriptionspreis von **CHF 32.-** / Exemplar.

Name / Vorname : _____ E-Mail: _____

Adresse: _____ Datum: _____

PLZ / Ort: _____ Unterschrift: _____

Bestellung/Anmeldung senden an info@tourismuseum.ch
Die Abholdaten werden mit einer persönlichen E-Mail bekannt gegeben.



Wer ist unsere Oktober-Person aus Unterseen?



Foto Schenk Inh. Nicole Müller 3800 Unterseen

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

Einsendeschluss: Montag, 10. Oktober 2022
Die Gewinner*innen werden im nächsten Heft veröffentlicht.

Gewinnen Sie!

Wir verlosen 4x das Buch

«AlpNik - der Traum von der Eigerbesteigung»

Autor: Anna Rausch

48 Seiten, 21,5 x 28,7 cm, gebunden, Hardcover

Mit zahlreichen Illustrationen von Cristina Wald

ISBN 978-3-03818-429-4, CHF 29.- / EUR 29.-



Auflösung Wettbewerb September

Die gesuchte Person war:
Selena Marie Streich, Brienz

Herzliche Gratulation den Gewinner*innen:

Manuela Rohrbach, Konolfingen

Veronika Schmocker, Matten

Daniela Santiago, Saxten

Cheyenne Steiner, Brienz

◆ BETTEN ◆

Foto: ©Christian Fischbacher Co. AG

◆ BÖDEN ◆

Foto: Hain

◆ VORHÄNGE ◆

Foto: ADO Goldkante

◆ FLÜBO ◆

Haus für schönes Wohnen

eidg. Dipl. Bodenlegermeister
Hauptstrasse 109 · 3855 Brienz

Tel. 033 951 19 64
www.fluebo.ch

Veranstaltungen

Oktober 2022

Die Veranstaltungsdaten können für die **Ausgabe November 2022** bis **am Montag, 10. Oktober 2022**, 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, Postfach 801, 3855 Brienz, Tel. 033 952 80 80, info@brienz-tourismus.ch, www.brienz-tourismus.ch

AUSSTELLUNG, FÜHRUNG

Samstag und Sonntag,
1. und 2. Oktober

Fest der Feste

9 bis 23 Uhr

Freilichtmuseum, Ballenberg
www.ballenberg.ch

Mittwoch und Samstag

1., 5., 8., 12., 15., 19. Oktober

Crystallos

14 bis 17.30 Uhr

Crystallos, Schmockenstrasse 164,
Beatenberg
www.crystallos.ch

Donnerstag bis Samstag,

1. bis 22. Oktober

Sonntag, 2. und 16. Oktober

14. bis 17 Uhr

Bönigen in Napoleonischer Zeit:

Die grossen Schlachten

14 bis 17 Uhr

Alte Pinte - Museum / Galerie /
KulturRaum, Interlakenstrasse 2,
Bönigen
www.boenigen.ch

Sonntag, 2., 9. und 16. Oktober

Ausstellung «Flachs von A-Z» und «in der Schulstube»

13 bis 17 Uhr

Dorfmuseum Alte Mühle
Mühlenerstrasse 38, Wilderswil

Sonntag und Montag,

9. und 10. Oktober

Brächete Ballenberg

10 bis 16 Uhr

Ballenberg
www.ballenberg.ch

Ab 17. Oktober

Ausstellungsraum der Schule für Holzbildhauerei

Montag bis Donnerstag,

8 bis 11.30 Uhr und 14 bis 17 Uhr

Freitag, 8 bis 11.30 Uhr und

14 bis 15 Uhr

www.holzbildhauerei.ch

Jeden Tag bis und mit Mittwoch,
26. Oktober

Bilderausstellung - Landschaften und Bergbilder in Acryl und

Oelfarben

8 bis 20 Uhr

Zentrum Artos, Alpenstrasse 45,
Interlaken

Samstag, 29. Oktober

Saisonabschluss Freilichtmuseum Ballenberg

10 bis 16 Uhr

www.ballenberg.ch

Jeden Donnerstag bis Sonntag

Skulpturen und Bilder von Andréa Schmid-Riemer

14 bis 19 Uhr, Burger Galerie,

Hauptstrasse 62, Brienz

www.asr-skulpturen.ch

Mittwoch bis Sonntag

Fussball ist unser Leben

Jeden Sonntag,

2. bis 30. Oktober 11 bis 17

Jeden Mittwoch bis Samstag

1. bis 29. Oktober 14 bis 17 Uhr

Kunsthaus Interlaken,

Jungfraustrasse 55

kunsthausinterlaken.ch

Mittwoch bis Sonntag

Sonderausstellung Bernhard Düring

Schweizer Holzbildhauerei Museum

www.museum-holzbildhauerei.ch

Donnerstag bis Sonntag

Kunstaussstellung Skulpturen und Bilder

Burggalerie Hauptstrasse 62,

jeweils von 14 bis 19 Uhr

www.asr-skulpturen.ch

GASTRONOMIE, KULINARIK

Samstag und Sonntag,

1. und 23. Oktober

Verkauf von Holzofenbrot

ab 7.30 Uhr

Dorfmuseum Schlossweid,

Kirchgasse 12, Ringgenberg

www.ringgenberg-goldswil.ch

Freitag, 7. und 21. Oktober

Verkauf von Holzofenbrot

ab 11 Uhr

Niederried

Mittwoch, 12. Oktober

Trauercafé SRK Interlaken

19 bis 21.30 Uhr

Stadthaus Unterseen,

Untere Gasse 2, Unterseen

www.srk-bern.ch

Freitag, 21. Oktober

Weindegustation

ab 18 Uhr

Dorfladen Iseltwald, Matte 29c,

Iseltwald

Samstag, 22. Oktober
Risotto Plausch in Bönigen
 ab 11.30 Uhr
 Mehrzweckhalle Bönigen,
 Harderstrasse 3, Bönigen
www.frauenverein-boenigen.ch

Samstag, 22. Oktober
«Chabis ymache»
 ab 13 Uhr
 Schulhaus Habkern, Habkern

Samstag, 22. Oktober
**Wildspezialitätenbuffet im
 Sporthotel Habkern**
 Fahrenbühl, Habkern
www.sporthotel-habkern.ch

Freitag, 28. Oktober
Trauer Café Brienz
 18 bis 20 Uhr
trauercafebrienz@gmail.com

Freitag, 28. Oktober
Christian Schmid - TOPOFF
 20 bis 22 Uhr
 TOPOFF Restaurant und
 Kulturzentrum
 Untere Bönigstrasse 35, Interlaken
www.topoff.ch

Samstag, 29. Oktober
**Zur Krönung der Wildsaison -
 Erlebnis Wildbuffet**
 mit musikalischer Begleitung mit
 dem Trio Seebärggruess
 Hotel Brienz, Hauptstrasse 254,
 Brienz
www.hotel-brienz.ch

MUSIK

Mittwoch, 5. Oktober
**Konzert im Trio - Klarinette,
 Viola und Klavier**
 ab 16 Jahren | ab 20 Uhr
 Zentrum Artos, Alpenstrasse 45,
 Interlaken
www.artos.ch/aktuell

Dienstag, 11. Oktober 2022
**Tanznachmittag für Seniorinnen
 und Senioren**
 Congress Kursaal Interlaken,
 Strandbadstrasse 44, Interlaken

Mittwoch, 19. Oktober
Konzert Quartetto Belena
 ab 20 Uhr
 Zentrum Artos, Alpenstrasse 45,
 Interlaken
www.artos.ch

Samstag und Sonntag,
 22. und 23. Oktober
Flecht Festival 2022 - Korbmarkt
 10 bis 18 Uhr
 Schule für Holzbildhauerei,
 Schleegasse 1, Brienz
www.flechtfestival.ch

Donnerstag, 27. Oktober
Duo Gromes Riem
 19.30 Uhr Geigenbauschule
www.geigenbauschule.ch

Samstag, 29. Oktober
5. Vesper: Romanza e Fuoco
 ab 17.30 Uhr
 Ev.-ref. Kirche Unterseen, Kirchgasse,
 Unterseen
www.vespern.ch

Sonntag, 30. Oktober 2022
Hüpfle, Chäs und Blasmusik
 10 Uhr, Gemeindesaal Hohsteg
 Lauterbrunnen
www.blaskapelle-staubbach.ch

MÄRKTE

Samstag, 29. Oktober
Dorfmärit Matten 2022
 8 bis 16 Uhr
 Dorfplatz, Matten
www.matten.ch

SPORT

Sonntag, 16. Oktober
**66. Brienzseeerlauf 2022
 Halbmaraton & Staffel**
 11 Uhr
 Cholplatz, Brienz BE
www.brienzseeerlauf.ch

Samstag und Sonntag,
 15. und 16. Oktober
**Brienzseeerlauf - der älteste
 Langstreckenlauf der Schweiz**
 Schulhaus Bönigen, Harderstrasse 3,
 Bönigen
www.brienzseeerlauf.ch

Jeden Montag und Dienstag
Yoga
 Dienstag, 9 bis 10.30 und Montag,
 18.30 bis 20 Uhr
 Hauptstrasse 67
 Tel. +41 (0)79 371 42 75
www.om-shakti-yoga.ch

Täglich
Tennis im Grünen
 Montag bis Freitag, 8 bis 18 Uhr
 Samstag, 9 bis 12 und 13 bis 18 Uhr
 Sonntag, bis 12 und 13 bis 17 Uhr
 Reservation: +41 (0) 33 952 80 80

VERSCHIEDENES

Samstag und Sonntag,
 1. und 2. Oktober
Brennesseln wachsen hören
 Beatenberg Arena, Spirenwald-
 strasse 168, Beatenberg
www.beatenberg.ch

Sonntag, 2. Oktober
**Eurobirdwatch -
 Zugvogelbeobachtung**
 9 bis 16 Uhr
 Lombachalp, Habkern
www.vsvb.ch

Donnerstag und Freitag,
 20. und 21. Oktober
**Axalp 2022 - Flugvorführungen der
 Schweizer Luftwaffe**
 Trainingstag Mittwoch, 19. Oktober
 14 bis 15.30 Uhr
 Axalp
www.armee.ch/axalp
 Tickets auf ticketino.ch

Freitag, 21. Oktober
Blutspenden
 15.30 bis 20 Uhr
 Kirchgemeindehaus Matten,
 Herziggässli 21, Matten
www.blutspende.ch

Samstag 22. Oktober
Tag der offenen Bunkertür
 10 bis 17 Uhr
 Anlage Goldey, 3800 Interlaken
www.ig-boedeliwerke.ch

Sonntag, 23. Oktober
Schiff AHOI - Ländtichilbi
 ab 10.30 Uhr
 Iseltwald

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

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

Jeden Mittwoch
Geführter Dorfrundgang
 9.30 bis 11.30 Uhr, Anmeldung bis
 am Vortag
 Tel. 033 952 80 80, Tourist Info
 Brienz

Jeden Donnerstag,
Kuhschnitzen in Bönigen
 16.30 bis 18 Uhr
 Bönigen-Iseltwald Tourismus,
 Seestrasse 6, Bönigen

Samstag und Sonntag
Lama-Trekking
 Anmeldung: Tel. 079 333 70 35
www.lama-ranch-brienz.ch

Täglich
Lamatrekking Jungfrauregion 2022
 Elsbeth und Urs Schmutz,
 Lamatrekking Jungfrauregion,
 Wengelacherweg 8, Wilderswil
www.lamatrek-jungfrauregion.ch

Täglich
Bootsverleih Pirate Bay Brienz
 Aktuelle Öffnungszeiten unter
www.pirate-bay.ch

Impressum

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

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

Leitung BödeliInfo/BrienzInfo, Inserate und Gewerbeseiten
 Andrea Abegglen, Tel. 033 336 55 55,
boedeli-info@webverlag.ch

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

Titelseite Michael Reinle, Noventus
 Foto Andrea Abegglen, Weber Verlag AG

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

Erscheinungsweise 12 x jährlich, Ausgabe November 2022
 erscheint am Montag, 31. Oktober 2022.
 Beiträge per Mail an: boedeli-info@webverlag.ch

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

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

Jetzt die Apps
 herunterladen!



gedruckt in der
 schweiz

Hörgeräte Ruchel

Hörgeräteanpassung ist Vertrauenssache.



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

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

HSR Ingenieure AG

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

Bauberatungen

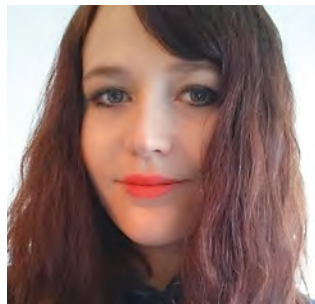
- Fördergelder
- Bauphysik
- Energie
- Umwelt

hsr



Wolken im Kopf

Anekdoten einer Erwachsenen mit diagnostiziertem ADHS



Tina Heiniger
Thun

Ein leises «Fuck» entfährt mir und Tränen schiessen sofort in meine Augen, als ich frustriert auf den leeren Platz starre, wo eigentlich mein Fahrrad stehen sollte. Was für eine beschissene und vor allem finanziell kostspielige Woche. Zuerst verlor ich wieder einmal mein Handy und nun, stelle ich fest, dass mein Fahrrad zum X-ten Mal gestohlen wurde. Kann ja passieren, denken sich jetzt die meisten. Ein sich unangenehm oft wiederholendes Muster, weiss ich. Bald werde ich 32 Jahre alt und in Momenten wie diesen fühle ich mich unglaublich weit davon entfernt, eine funktionierende erwach-

sene Person zu sein. Was das Ganze mit meiner Neurodiversität zu tun hat? Alles!

Vom müssen, sollen, können und machen

Viele von euch denken sicherlich, dass es passieren kann, dass mensch ein Smartphone verliert oder das Fahrrad gestohlen wird. So what? Der Punkt ist, mir passiert das so inflationär, dass es schon lächerlich ist und mich schon öfters finanziell fast in den Ruin getrieben hat. Ich bin nicht «schusselig» ich bin grob fahrlässig im Umgang mit meinen Wertgegenständen. Nicht, dass ich mir keine Mühe geben würde, nicht, dass ich mir dieser Tatsache nicht bewusst wäre. Im Gegenteil, ich Versuche ständig mehr Acht auf meine Dinge zu geben. Trotzdem scheitere ich jedes Mal grandios. Das ist frustrierend und es hilft nicht, wenn Mitmenschen meinen, dass ich doch endlich meinen Scheiss auf die Reihe kriegen soll, da ich ja Erwachsen bin. No shit, Sherlock. Ich weiss, dass ich das hätte besser machen können, es funktioniert halt einfach oftmals immer noch nicht besser. Wollen und können sind leider nicht dasselbe.

Zurück zu meinem Fahrrad. Dieses stand für zwei Wochen am Bahnhof, die Chance, dass es in diesem Zeitraum wegkommt, ist also hoch. Verschiedene Beziehungsmenschen haben mich wie immer mehrmals darauf hingewiesen, dass ich doch endlich mein Velo nach Hause bringen soll, wie immer waren ihre Warnungen vergebens. Nicht, dass ich sie nicht hörte oder ernst nahm, nein. Ich vergass es schlichtweg oder fand andere Gründe, warum



«Mit ADHS verbinden viele immer noch schreiende, herumrennende Jungen und nicht stille, verträumte Mädchen. Das ist ein Problem und muss sich ändern.»

Tina Heiniger



ich das Ding nicht heute, sondern morgen endlich wieder an seinen angestammten Platz bringe. Ich bin in allen Lebenslagen, welche mich nicht wahnsinnig begeistern die Königin der Prokrastination. Das Fahrrad wieder nach Hause nehmen? Vielleicht morgen. Die Steuererklärung endlich ausfüllen? Vielleicht in sechs Monaten? Wohnung putzen? Vielleicht in sechs Monaten? Bettwäsche wechseln? Vielleicht nie? Wer weiss.

Gib dir einfach mehr Mühe und du musst es nur richtig wollen

Ich erhielt die Diagnose ADHS mit ca. 14 Jahren nach einer mehrmonatigen Abklärung bei der Psychiaterin. Die Erleichterung war gross, als klar war, dass in meinem Kopf wirklich nicht alles so funktioniert wie beim Durchschnittsmenschen. Ich konnte endlich den Grund für meine Unkonzentriertheit, die Wutausfälle, die Vergesslichkeit, die innere Unruhe, die vielen Flüchtigkeitsfehler und die tausend kleinen Blockaden, welche das Bewältigen des Alltags so massiv erschweren können, benennen. Das Dinge einen Namen erhalten hilft, sie zu ak-

zeptieren. Wie bei allen Diagnosen, welche Mitmenschen nicht visuell direkt erkennen, ist auch ADHS stigmatisiert. Vor allem erwachsene, weiblich gelesene Personen mit ADHS sind kaum sichtbar. Viele von uns erscheinen nicht auf dem Radar, weil die Symptomatik nicht dem klassischen «Zappelphilipp» entspricht. Mit ADHS verbinden viele immer noch Schreiende, umherrennende Jungen und nicht das stille, verträumte und unruhige Mädchen. Das ist ein Problem und muss sich ändern.

iga

Interlakner Gewerbeausstellung

Besuchen
Sie uns an
der IGA



REXHEPI^{AG}
Maler Gipser Gerüste

vom
19. – 23. Oktober 22
am Stand Nr. 38


Bemale eine Holzkuh

und gewinne mit etwas Glück
einen von **25 Gutscheinen** im
Wert von **CHF 100.00** für
die Trauffer Erlebniswelt
in Hofstetten

Kontakt

 +41 33 841 00 23

 www.rexhepi.ch

 **REXHEPI**^{AG}
Kammistrasse 11
CH-3800 Interlaken

Showroom

