



## Lorenz Krebs

«Jeder Event, der nächstes Jahr durchgeführt werden kann, stellt ein Highlight dar!»

SEITE 6

IHR FABRIKANT FÜR GASTRONOMIE-EINRICHTUNGEN

**schmocker+**

# EDEL DANK STAHL

Für die Fabrikation und Einrichtung  
von Grossküchen und Self-Service-  
Anlagen sind wir Ihr Spezialist –  
das seit bald 50 Jahren.



THE CIRCLE, FLUGHAFEN ZÜRICH: KOMPLETTE KÜCHEN- & CATERING-EINRICHTUNG  
IM HOTEL HYATT REGENCY & DEM CONVENTION CENTER.



DIE «FRONT-COOKING» EINRICHTUNG IN DER NEUEN JUGENDHERBERGE IM KÜRZ-  
LICH NEU RENOVIERTEN **SCHLOSS BURG DORF**.



**SCHMOCKER AG**  
DAMMWEG 15  
CH-3800 INTERLAKEN  
TELEFON 033 828 38 48  
TELEFAX 033 828 38 38  
INFO@SCHMOCKER-AG.CH  
**WWW.SCHMOCKER-AG.CH**



KÜCHEN- & BUFFET-EINRICHTUNG IM NEUEN HOTEL & RESTAURANT  
**GADMER-LODGE, GADMEN**

# Interlaken kreativ und flexibel

Pop.Up Weihnachtsmarkt, neues Schaufenster-Quiz, Eisstockschiessen im Jungfraupark – Interlaken bietet unvergessliche Winter-Momente.

Die Vorzeichen für den Winter sind schlecht. Alle touristischen Leistungsträger der Ferienregion Interlaken bleiben stark gefordert. Umso schöner ist es zu verkünden, dass trotz allem in Interlaken dank innovativen Ideen und Anbietern auf unsere Gäste und auch uns Einheimische unvergessliche Erlebnisse warten.

Erlebnisse und Events ohne weiteres absagen ist in Interlaken in aller Regel keine Option. Erst recht nicht, wenn die Lage in der mit Abstand grössten Branche der Region derart herausfordernd ist, wie im Moment. Interlaken Tourismus und zahlreiche Partner arbeiten deshalb seit Monaten unter Hochdruck an alternativen Angeboten. Es gilt Erlebnisse zu schaffen, die mit den geltenden Corona-Schutzmassnahmen ausgestaltet und sicher umgesetzt werden können. Dafür braucht es eine breite Unterstützung und Flexibilität von allen Seiten.

Beispielhaft ist das beim Winterzauber Pop.up gelungen. Interlaken Tourismus konnte gemeinsam mit Interlaken KMU, den Gemeinden Interlaken, Matten und Unterseen, dem Hotelierverein Interlaken, Jungfrau World Events und dem Verein Interlaken Ost den Weihnachtsmarkt so umgestalten, dass es trotz allen misslichen Umständen eine zeitgerechte Form gibt – eben die Pop.up-Variante. Gemeinsam mit dem Gewerbe wird Interlaken Tourismus zudem das beleuchtete Schaufenster-Quiz lancieren. Ein Erlebnis, das zum Flanieren kreuz und quer durch die Bördeli-Gemeinden einlädt.

Jungfrau World Events mach aus dem Eisstockschiessen auf der Höhematte ein Indoor Eisstockschie-

sen auf Kunsteisplatten im Jungfraupark. Die Jungfrau bahnen haben den Corona Winter Pass lanciert. Der Gymer Interlaken hat ein neues Kunstwerk kreiert, das den Ostbahnhof-Platz zielt. Und im Kursaalpark wird eine Krippe ausgestellt und gemeinsam mit dem «#Interlaken» für ein wunderbares Fotosujet sorgen.

Es gibt viele, sehr gute Beispiele. Die Interlakner Anbieter sind sehr kreativ und deshalb wird es auch in diesem besonderen Jahr unvergessliche Winter-Momente geben. Viele Möglichkeiten werden in diesem Bördeli-Info vorgestellt. Viel Spass bei der Lektüre.

**«Interlaken wird im kommenden Winter erst recht etwas ganz Besonderes!»**

**Daniel Sulzer**

Direktor Tourismus-Organisation Interlaken (TOI) und  
Präsident Verein Chance Winter  
Interlaken





**AUF DAB+ ONLINE-STREAM BEO-APP!**

**Preise im Wert von über 3'400 Franken!**

**BeO-Adventskalender: MO-SO um 12:45**

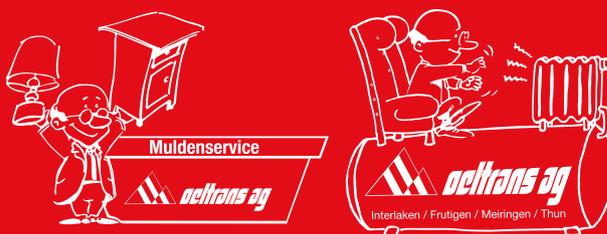
Täglich vom **01. bis 24. Dezember** verschenkt Radio BeO **attraktive Preise & am 24. Dezember als Hauptgewinn eine Geschenkkarte** im Wert von 500 Franken!

**Radio BeO**  
www.radiobeo.ch

PANORAMA CENTER  
ZENTRUM OBERLAND

*vo hier für hier*

# IHR MULDEN UND HEIZÖL-LIEFERANT AUS INTERLAKEN



Muldenservice  
oeltrans ag  
Interlaken / Frutigen / Meiringen / Thun




Familie Beeler und Mitarbeiter

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

Swiss Luxury Store  
**Dr. Portmann**  
Especially for your beauty

**Geschäftseröffnung**  
Samstag, 5. Dezember 2020  
im Terminal Grund

**CREED**

**TOM FORD**

**JO MALONE**  
LONDON

und viele mehr...

Swiss Luxury Store AG  
Terminal Grund, 3818 Grindelwald  
+41 033 853 85 85, www.swissluxurystore.ch

## Unterstützung für Senioren gesucht?



Von Krankenkassen anerkannt

Wir helfen im Haushalt, bei der Grundpflege, begleiten zum Arzt, geben Sicherheit u.v.m. Auch bei Demenz. Wenige bis 24h. Führender Anbieter, Beratung kostenlos.

**Home Instead®**  
Seniorenbetreuung  
*Zuhause umsorgt*

Tel 033 847 80 60  
www.homeinstead.ch

## EDITORIAL

3 Daniel Sulzer

## INTERVIEW

6 **Lorenz Krebs Junior:** «Jeder Event, der nächstes Jahr durchgeführt werden kann, stellt ein Highlight dar!»

78 **Ines Roth-Bütikofer:** «Die VHS ist die anerkannte Trägerin der Erwachsenenbildung in unserer Region.»



## PUBLIREPORTAGE

10 Wenger Holzbau AG

13 Regionale Energieberatung Oberland-Ost

## GEWERBE-INFO

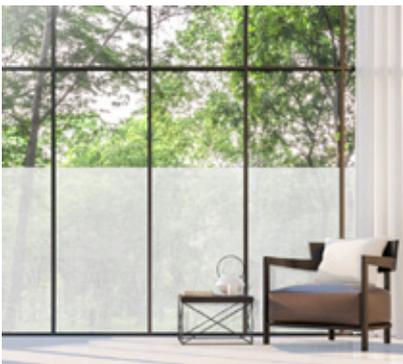
15 Iris Zitta

## INFOSEITE

16 **Anerkennungskommission Bödli:** Ehrenamtliche Tätigkeiten

19 **Raiffeisenbank Jungfrau:** Finanz-Tipp

21 **Jäck AG:** Bau



23 Daniel Rolli: Finanzplanung

25 Martha Ruf: Immobilien

27 Andrea Neiger: Yoga

29 **Krebs AG:** Bücherecke

## KULTUR

31 **Heimatwerk Interlaken**



## MUSIK

33 Jenny & Ueli

35 Kammermusik-Konzerte Hondrich

37 **Musikschule Oberland Ost**



## FAMILIEN / KINDER

55 **Familienverein Unterseen**

## KURSE

57 **Volkshochschule Haslital/Region Brienz**



## SPORT

61 **Brienzerseeelauf**



## VERSCHIEDENES

65 **Swiss Mountain Market**

67 **2. Jänner Knacker**

## UNTERHALTUNG

59 Suchspiel

63 **Wer ist unsere Dezember-Person?**

75 **Tiere suchen ein Zuhause**



76 **Veranstaltungen**

80 **Kreuzworträtsel**

82 **Kolumne**





Lorenz Krebs Junior und Marco Stucki beim «Indoor Urban Golf» im JungfrauPark.

## «Jeder Event, der nächstes Jahr durchgeführt werden kann, stellt ein Highlight dar!»

Jungfrau World Events nutzte die letzten Monate und blickt schon mit grosser Vorfreude ins Jahr 2021

**Das Jahr 2020 war für Jungfrau World Events nicht gerade das einfachste... Herr Krebs, wie haben Sie diese herausfordernde Zeit erlebt?**

Es war eine sehr spannende Zeit! Bezogen auf die Wirtschaftlichkeit – da geht es uns wie vielen anderen Betrieben auch – leider kein tolles Jahr! Wir haben die Zeit jedoch kreativ genutzt, um verschiedene Projektideen, welche sich schon länger im Aktenschrank befanden, hervorzuheben und entsprechende Konzepte auszuarbeiten. Es gab jedoch auch Projekte, welche kurzfristig entwickelt und aufgrund der generell unsicheren Lage, den notwendigen

Sicherheitsmassnahmen und dem finanziellen Risiko wieder ad acta gelegt wurden.

Privat war es eine schöne Zeit, da man im Sommer mehr Zeit mit der Familie verbringen konnte.

**Umso gespannter blicken wir in die Zukunft - was dürfen wir im Jahr 2021 von Ihrer Seite aus erwarten?**

Wir werden bereits im kommenden Winter mit neuen Projekten starten, um Interlaken und der Bevölkerung zusätzliche Aktivitäten in dieser schwierigen Zeit zu bieten. Vom 16. Dezember 2020 bis 4. April 2021 bie-

ten wir «INDOOR URBAN GOLF» an. Egal ob aktiver Golfer oder zum Plausch und ohne Vorkenntnisse: einmal quer durch den 9-Loch Parcours im JungfrauPark spielen, sorgt garantiert für Action und macht das Golfen zum Abenteuer. Alle Infos dazu unter [www.urbangolf-interlaken.ch](http://www.urbangolf-interlaken.ch).

Jeweils ein grosses Highlight am ICE MAGIC ist das Eisstockschiessen – die Nachfrage wird von Jahr zu Jahr grösser. Da leider auch das ICE MAGIC in diesem Winter nicht stattfinden kann, ergab sich für uns eine weitere Idee: Indoor Eisstockschiessen auf Kunsteisplatten! Ab dem 16. Dezember 2020 im JungfrauPark! Zur Stärkung

gibt's z.B. Glühwein oder Fondue im «Chalet Beizli» direkt vor Ort. Als Gastgeber dürfen wir Thomas Willem und Lorenz Krebs vom Swiss Chalet Restaurant (Ice Magic) begrüßen. Reservationen & Auskünfte für Eisstock & Essen telefonisch unter 033 826 00 90.

### Sind auch für den Sommer so tolle Events geplant?

Im Sommer hoffen wir, dass wir nach einem Jahr «Pause» die Grossanlässe auf dem Flugplatz, wie das Greenfield Festival und Internationale Trucker & Country-Festival, umsetzen und durchführen dürfen. Wir vermissen die Festivalstimmung!

Blicken wir noch etwas weiter voraus, dann freuen wir uns bereits jetzt auf den Herbst 2021 und die ersten «Outdoor & Adventure Days» vom 27. September bis 3. Oktober 2021 im JungfrauPark.

### Was für ein Event versteckt sich denn hinter dem Namen «Outdoor & Adventure Days»?

Mit diesem Projekt wollen wir Interlaken als Mekka der Outdoor- und Adventure-Sportarten noch mehr stärken. Die Besucher können die

## «Wir werden bereits im kommenden Winter mit neuen Projekten starten, um Interlaken zusätzliche Aktivitäten zu bieten.»

Sportarten direkt vor Ort im JungfrauPark ausprobieren, erlernen und in Gruppen ausüben.

Die «Outdoor & Adventure Days» werden unter dem Verein Outdoor & Adventure Community durchgeführt. Dabei handelt es sich um einen Zusammenschluss zwischen IHA Interlaken Hostel & Adventure, TOI Interlaken Tourismus und Jungfrau World Events GmbH. Bei Interesse findet man alle Informationen unter [www.outdoor-adventure-days.ch](http://www.outdoor-adventure-days.ch).

### Dann wäre da noch der T&C Zusatzabend, bei dem Andrea Berg für ein Konzert nach Interlaken kommt?

Richtig, am Donnerstag den 17. Juni 2021 soll die «Night of Andrea Berg» stattfinden! Wir sind besonders stolz, eine der bekanntesten und angesagtesten Schlagerstars in Interlaken auf dem Flugplatz präsentieren zu dürfen.

### Und was ist Ihr persönliches Highlight im kommenden Jahr, auf welches Sie sich besonders freuen?

Jeder Event, welcher nächstes Jahr durchgeführt werden kann, stellt für mich ein Highlight dar! Jeder Event hat seinen eigenen Charakter und so macht auch die Vorarbeit immer grossen Spass.

### Was schätzen Sie besonders an Ihrer Arbeit bei Jungfrau World Events?

Es freut uns sehr, dass wir einzigartige Events umsetzen und den Besuchern immer ein Erlebnis und eine kurze Auszeit vom Alltag bieten können.

Die Arbeit ist sehr abwechslungsreich und interessant! Auch die Zusammenarbeit mit den zahlreichen Partnern, welche bei den Events mitwirken und uns unterstützen, ist von Event zu Event unterschiedlich und man darf täglich neue Kontakte knüpfen.

Lorenz Krebs Junior

Jahrgang: 1990

Zivilstand: verheiratet, Vater von den beiden Söhnen Lenn Lorenz und Lio Kim

Hobbys: Familie, Golf, Natur und die beiden Hunde Lisha und Liv

Beruflicher Werdegang: Schulen in Ringgenberg, Interlaken und Kanada, Abschluss als Detailhandelsfachmann, Gerüstbauer. Seit 2011 Eventkoordinator und seit 2020 Stv. Geschäftsführer bei Jungfrau World Events - JWE Interlaken

Webseite: [www.jwe-interlaken.ch](http://www.jwe-interlaken.ch)



# Geschenkideen

*Verschänk es Erläbnis vo daheime*

Entdecke Gutscheine für regionale Angebote in der Luft, auf dem Boden sowie im und auf dem Wasser:

- Winter-Kajak oder Schlittelplausch
- Gleitschirmflug oder River Rafting
- Stadtführungen in Thun oder Kulinarik-Trail am Stockhorn
- Übernachtungspauschalen
- Ausflugstickets der Frühling-Aktion am Thunersee

Mehr Ideen aus der Ferienregion Interlaken unter [interlaken.ch](http://interlaken.ch)

## **Information und Verkauf**

Interlaken Tourismus | Marktgasse 1 | 3800 Interlaken  
T 033 826 53 00 | [mail@interlakentourism.ch](mailto:mail@interlakentourism.ch)



### JWE Interlaken wird als Familienunternehmen geführt, was ist das Besondere daran?

Wir sind ein kleines, innovatives Team und pflegen das Motto «One Team - One Spirit»! Es läuft alles sehr unkompliziert, direkt und unbürokratisch. Jeder hat seine Stärken und Schwächen und nur so können wir einander perfekt ergänzen. Für uns - meine Schwester und mich - ist es eine Ehre, dass wir diese Chance erhalten haben und beide schon seit mehreren Jahren ein fester Bestandteil von JWE sind.

### Herr Krebs, ich bedanke mich für das Gespräch. Eine letzte Frage: Der Slogan von JWE Interlaken heisst: «Interlaken ist unsere Heimat. Die Schweiz unser Spielfeld». Inwiefern trifft das auf Sie zu?

Interlaken ist für mich persönlich der schönste Ort und wir dürfen diesen unser «Zuhause» nennen. Warum nicht unsere einzigartige Region mit der wunderbaren Kulisse in die Welt tragen und die Besucher davon überzeugen?

«Interlaken ist für mich persönlich der schönste Ort.»



**Bild:** Bald schon Realität: Diese 3D-Animation zeigt, wie es bei den «Outdoor & Adventure Days» aussehen soll.

### Anekdote

Normalerweise ist das Openair Gampel im August unser Abschluss des Festivalsommers. Doch im 2018 durften wir für die AMAG die Jubiläumsfeier von Volkswagen umsetzen. Kaum aus dem Wallis zurück, startete der Event auf dem Flugplatz. Der ursprüngliche «kleine Event» zählte zum Schluss über 15'000 Gäste während einem Wochenende. Am Anlass standen verschiedene Herausforderungen an wie bspw. in 30 Min. eine 300er Konzert- in eine 300er Bankettbestuhlung umzuwandeln oder ein zusätzliches Cateringzelt inklusive Betrieb sicherzustellen, da das Gästeaufkommen sämtliche Stände überraschte. Am Sonntag durften wir dann ein positives Fazit zum Anlass ziehen und es erfüllt mich noch immer mit grossem Stolz, einen solch grossen Event in dieser kurzen Zeit auf die Beine gestellt zu haben.

Text: Anja Rüdlin  
Bilder: JWE zvg. + Andrea Abegglen

# Der besondere Dank der wenger holzbau ag an ihre Kundschaft

**wenger**  
holzbau ag  
3800 unterseen 3613 steffisburg

Auszubildende der wenger holzbau ag von Unterseen und Steffisburg waren beim Freilichtmuseum Ballenberg in Hofstetten bei Brienz tatkräftig im Einsatz.



*Timon Kappeler und Kenan Bürki auf dem Dach «La Chaux-de-Fonds» nach erfolgtem Abbruch.*

## Wie ist es zu diesem speziellen Arbeitseinsatz gekommen?

In den vergangenen Jahren spendete die wenger holzbau ag mit den Betriebsstandorten in Unterseen und Steffisburg als Dankeschön an die Kundschaft jeweils gegen Ende des laufenden Geschäftsjahrs einen Geldbetrag an eine gemeinnützige Organisation.

## In diesem Jahr soll es etwas Besonderes sein!

Das Holzbau-Unternehmen stellte dem Freilichtmuseum Ballenberg drei Lernende zum Zimmermann EFZ sowie einen Zimmermann EFZ (Abschluss 2020) für anfallende Sanierungsarbeiten kostenlos zur Verfügung.

## Welche Idee steckt hinter dem Einsatz?

Das Freilichtmuseum Ballenberg ist für Interessierte des traditionellen Handwerks im Bereich Holzbau ein Muss. Der Unterhalt der über 100 Wohn- und Nebengebäu-

den, ist zeit- und kostenintensiv. Doch die anfallenden Sanierungsarbeiten sind für die Ausbildung sehr interessant. Deshalb hat sich die Geschäftsleitung der wenger holzbau ag entschieden, einem Teil der Lernenden die Möglichkeit zu geben, ihr Fachwissen im Bereich Umbau und Sanierung an den speziellen alten Gebäuden zu vertiefen und ein besonderes und unvergessliches Mitarbeitererlebnis zu erleben.

## Zwei Gebäude wurden vom Freilichtmuseum Ballenberg ausgewählt

### Schindeldach-Erneuerung «Jurahaus»

Im Haus «La Chaux-de-Fonds» im Bereich Jura wurde die Erneuerung von einer 25-jährigen Dachseite des Schindeldachs angestrebt. Unter der Leitung vom Mitarbeiter des Ballenbergs, Hermes Thöni, haben die Lernenden am ersten Tag ein Arbeitsgerüst gestellt. Am



Kenan Bürki bereitet die Traufbretter vor.



Philipp Lutz bearbeitet die neuen Teile des Mühlrad auf der Tischkreissäge.

nächsten Tag war alles bereit, um auf dem Dach die alten Schindeln mit dem Arbeitsgerät «Zapine» abzubrechen. Die Lernenden wurden dabei körperlich stark gefordert, denn die Holzschindeln auf dem Dach waren dreifach überdeckt. Bei schönstem Herbstwetter konnte mit der neuen Bedachung begonnen werden. Ein Teil der neuen Schindeln aus Schweizer Fichtenholz wurden vor Ort im Ballenberg hergestellt. Auf die Lernenden warteten 204 Bündel von je 55 Schindeln, somit insgesamt 10 500 Schindeln zur Verarbeitung. Eine Menge Arbeit für die jungen Lernenden.

### Rückblick von Kenan Bürki, 2. Lehrjahr

«Es war eine sehr abwechslungsreiche Arbeitswoche. Viele Arbeiten hatte ich zuvor noch nie gemacht und konnte in diesen Tagen viel Neues lernen.»

### Erneuerung altes Mühlrad

Im Bereich «Wallis», kurz nach dem Eingang Ballenberg Ost, drehte sich noch diesen Herbst das alte Mühlrad und präsentierte sich so den Besuchern. Dieses Mühlrad mahlte früher Korn und ist im Ballenberg während den saisonalen Öffnungszeiten im Betrieb. Im Jahre 1980 wurde dieses Mühlrad zum letzten Mal ersetzt. Unter Leitung von Bruno Näf, Schreiner des Ballenbergs, wurde das Mühlrad mit den Lernenden sehr sorgsam ausgebaut und anschliessend komplett auseinandergebaut. In der Werkstatt der Schreinerei des Ballenbergs wurde unseren Lernenden im Detail aufgezeigt, wie der Vorgang zur Erstellung eines neuen Mühlrades funktioniert. Schritt für Schritt wurde dann die Anfertigung der einzelnen Teile in Angriff genommen.

### Rückblick von Jens Reusser, 3. Lehrjahr

«Ich bin stolz, durfte ich bei diesem Mühlrad-Projekt am Ballenberg mitarbeiten. Die zu verrichtenden Arbeiten waren sehr spannend und abwechslungsreich.»

Das neue Mühlrad wird ab der Saison 2021 wieder voll in Betrieb sein und die Besucher werden das alte Bauwerk wieder in voller Funktion besichtigen können.

### Ausbildung ist uns wichtig

Als Lehrbetrieb legen wir grossen Wert darauf, unser fundiertes Fachwissen und den traditionellen Holzbau an die nächste Generation weiter zu geben. Mit viel Leidenschaft und Begeisterung bilden wir pro Jahr sechs Lernende zu Zimmerleuten EFZ aus.

Die Ausbildungsverantwortlichen Michael Schild im Betrieb Unterseen und Rolf Graber im Betrieb Steffisburg stehen den Interessenten für Fragen zur Ausbildung jederzeit gerne zur Verfügung.

Die Firma wenger holzbau ag mit seinen Betrieben in Unterseen und Steffisburg bietet mit hochwertigen Holzbauten in den Bereichen

- Umbau / Renovationen
- Ingenieur-Holzbau
- Zimmereiarbeiten
- Holzsystem- und Fassadenbau

beste Qualität in jeder Beziehung. Durch die Zusammenarbeit mit regionalen Lieferanten und Produzenten stärken wir den Wirtschaftsstandort des Kantons Bern. Zu unseren Leistungen gehören Beratung, technische Abklärungen, Planung, Umsetzung in den eigenen Produktionswerken sowie die einwandfreie und termingerechte Montage.

Gerne stehen wir Ihnen bei Ihrem Bauprojekt fachkundig beratend zur Verfügung und unterbreiten Ihnen gerne unser Angebot.



  
casabene  
IMMOBILIEN

«ALLES BENE IM HAUSE CASA BENE»

Wir danken allen unseren Kunden für Ihr Vertrauen  
als Ihr Partner für Immobilienverkauf im 2020 und  
wünschen allen ein gutes gesundes 2021

Jetzt kostenlose Online-Bewertung nutzen.  
WIEVIEL IST MEINE IMMOBILIE JETZT EIGENTLICH WERT?  
[www.casabene.ch/kostenlosebewertung](http://www.casabene.ch/kostenlosebewertung)

# Stimmungsvolle Weihnachtsbeleuchtung

In der Adventszeit bis zum Dreikönigstag kann der eigenen Weihnachtsstimmung auf viele Arten Ausdruck verliehen werden. Ein wichtiges Thema ist die Weihnachtsbeleuchtung rund ums Haus. Den Möglichkeiten sind fast keine Grenzen gesetzt.

Möglichst hell und kräftig leuchtend, während der ganzen Nacht und länger – sichtbar bis ins All! Wirklich? Wir sind eher nicht dieser Meinung.

Wer kennt das nicht; man will sich eine neue Weihnachtsbeleuchtung gönnen oder die Vorhandene aufwerten und ergänzen. Die Produktauswahl ist gross, die Regale voll und überall leuchtet es bereits zum «Appetit anregen». Worauf soll da nur geachtet werden? Nebst dem persönlichen Gefallen empfehlen wir, ein paar Aspekte der Energie mit in die Auswahl einzubeziehen.

Anstelle der kalt und streng leuchtenden Lichter sind warmweisse, effiziente LED-Lichter – seien dies Sterne, Elche, Schnee- oder Weihnachtsmänner – aus energietechnischer Sicht die beste Wahl. Nach dem Motto «weniger ist mehr» können geringere Lichtstärken verwendet werden, denn das dezente Leuchten mit goldweissem Schimmer versprüht eine ebenso fröhlich-festliche wie intensive Atmosphäre. Zudem schneidet LED im Vergleich zu herkömmlichen Leuchten auch in punkto Lebensdauer deutlich besser ab.

Hinsichtlich «Erleuchtung» empfehlen wir zudem, Rücksicht auf die Weihnachtsstimmung der Nachbarschaft zu nehmen. Was sich für die Nachbarn ebenso wie für den eigenen Energieverbrauch und demnach unseren ökologischen



Fussabdruck positiv auswirkt, ist eine Zeitschaltuhr. Zwölf oder noch mehr Stunden Dauerbrennen führen zu höheren Stromrechnungen und viel mehr Lichtbelastung – vielleicht sogar bis in die Schlafzimmer der Nachbarschaft – und ist deshalb möglichst zu vermeiden.

Unser Tipp: Vom Zeitpunkt der Dämmerung d. h. ungefähr fünf Uhr bis elf Uhr nachts und dann erst wieder um sechs Uhr in der Früh bis etwa acht Uhr.

In dem Sinn wünschen wir eine fröhlich erleuchtete Adventszeit.

## Beratung

Wir beantworten Ihre Energiefragen unabhängig, neutral und kompetent.

Regionalkonferenz  
Oberland-Ost



Kanton Bern  
Canton de Berne



Regionale Energieberatung  
Oberland-Ost

Jungfraustrasse 38

3800 Interlaken

033 821 08 68

[energieberatung@oberland-ost.ch](mailto:energieberatung@oberland-ost.ch)

[www.oberland-ost.ch](http://www.oberland-ost.ch)

# SILVESTER 2020 IN DER BRASSERIE 17

Wir machen das Beste aus der Situation und feiern Silvester von 18:30 - 23:00 Uhr nach Corona Vorschriften und Möglichkeiten...

## UNSER SILVESTER ANGEBOT

Willkommens Apéro  
mit einem spritzigen Cüpli Prosecco  
und verschiedenen feinen Apérohäppchen

Eine Auswahl an herrlichen Spezialitäten  
vom Wasser, Land und aus dem Garten

Frische Ravioli an Salbeibutter

Steinpilzschaumsüppchen

Apfelsorbet mit Calvados

Les Trois Filets vom Rind, Kalb und Schwein  
mit ihren Saucen  
Kartoffelgratin und Marktgemüse

Dessertvariation mit saisonalen Köstlichkeiten

**Menu, inkl. Apéro Fr. 69.00**  
jetzt reservieren in der Brasserie 17



**Brasserie 17**  
CAFÉ | BAR | RESTAURANT

Freitag, 1. Jan. 2021, ab 16:00 Uhr: HAPPY NEW YEAR mit Holländischen Oliebollen

Wir sind den ganzen Monat Dezember normal geöffnet, denn...  
**Gemütlichkeit kennt keine Zeit !** [www.brasserie17.ch](http://www.brasserie17.ch)  
Brasserie 17, Rosenstrasse 17, 3800 Interlaken, tel: 033 822 32 25

# Gesund und in Würde altern

iris zitta

Lebensqualität und Lebensfreude bis ins hohe Alter



## Alterungsprozesse kann man beeinflussen – in den Körperzellen

Die Altersforschung hat in den letzten 5 Jahren rasante Fortschritte gemacht. Durch zahlreiche Studien ist bestätigt, dass man den Alterungsprozess entschleunigen kann. Hier steht die Prävention von Krankheiten an erster Stelle.

Beim Alterungsprozess spielen sogenannte Telomere, die Endstücke der DNS, eine entscheidende Rolle. Diese Telomere gilt es zu pflegen und zu unterstützen, um somit die Zellteilung und damit den Reparaturmechanismus unseres Körpers zu erhalten.

## Leben wir länger oder sind wir länger krank?

Die neue Generation von natürlicher Heilung auf Zellebene – ohne Nebenwirkungen – ist die Mikrostrom Zelltherapie. Unsere Körperzellen sind kleine Batterien. Sie müssen ständig elektrische Spannung aufbauen, um ihre Funktion aufrechterhalten zu können. Mikrostrom kann die Zellenergie markant erhöhen und beeinflusst unmittelbar unseren Stoffwechsel (Nobelpreis für Medizin 1987/91/97).

Gesunde Frequenzen werden mittels Mikrostrom – als Bote – in den Organismus übertragen und regulieren so die Selbstheilung der Zellen.

## Auswahl an Therapiemöglichkeiten:

- Zellregeneration – Zellaufbau
- Organbeschwerden
- Erhöhung des Energielevels (ATP +/- 500%)
- «Anti Aging» des Gehirns
- Stärkung des Immunsystems
- Regulierend bei Entzündungen im Körper
- Fördert die Wundheilung

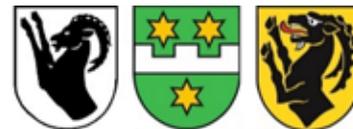
## Mein Angebot an Sie:

- Mikrostrombehandlung (sanft/entspannend/ Klebeelektroden)  
Gerne auch bei Ihnen zuhause!
- Persönliche und individuelle Beratung für Zellgesundheit
- Homepage: Tipps, Tricks und Neuigkeiten
- Webshop: Ausgewählte Produkte für gesunde Zellen

## Iris Zitta

Anti Aging Expertin  
ZeitenFenster AG  
A: Bühlweg 33  
3706 Leissigen  
W: iriszitta.com  
E: hallo@iriszitta.com

# Anerkennungskommission Bödeli



Interlaken, Matten, Unterseen

Freiwilligenarbeit ist Zeit des Herzens,  
Freiwilligenarbeit ist Zeit der Hände und des Kopfes,  
Freiwilligenarbeit ist Zeit des Verständnisses,  
Freiwilligenarbeit ist sichtbarwerdende Menschlichkeit.

Die Anerkennungskommission Bödeli verleiht seit 2007 einen Preis für ehrenamtliche Tätigkeiten in den Sparten Sport, Kultur und Soziales. Seit 2016 wird der Preis im zwei Jahres Rhythmus verlieht, üblicherweise immer am 12. Dezember. Die Kommission setzt sich aus je zwei Mitgliedern von Matten, Interlaken und Unterseen zusammen.

Covid-19 bedingt fand die diesjährige Verleihung in einem kleinen Rahmen mit den Gewinnern am Samstag, 14. November 2020 auf der Gemeindeverwaltung Interlaken statt. Nominiert waren:

## Sport

- **Turnverein Matten**  
Der Turnverein Matten verbindet Generationen, hilft mit, dass vom Kleinkind bis zum Senior die Bürger fit bleiben.
- **Baumann Nöldy**  
Für das Polysportive Jugendförderungsprogramm ein Begriff. In Zusammenarbeit mit verschiedenen Sportvereinen werden die Jugendlichen in verschiedene Sportarten eingeführt.
- **Rasch Hanspeter**  
Seit 30 Jahren betreut Hanspeter Rasch die Jugendlichen des TV Unterseen mit Herzblut. Jugendliche und ältere Athleten betreut er bis zur Spitze der Schweizer Leichtathletik.

## Kultur

- **Steffen Kurt**  
Seit 1992 setzt sich Kurt Steffen für den Hunterverein Interlaken als technischer Leiter für den Erhalt des Museumsstatus des Hunters ein.
- **Häsler Peter**  
Seit 50 Jahren ist Peter Häsler Mitglied des Jodlerclubs Matten und hilft aktiv mit das Liedkulturgut aufrecht zu erhalten und an die junge Generation weiterzugeben.

## Soziales

- **Sprachsofa**  
Der Frauenverein Interlaken leistet mit dem Angebot einen wichtigen Teil zur Integration von Frauen und Müttern.
- **Mobile Botinnen und Boten**  
Eine grosse Anzahl freiwilliger Helferinnen und Helfer haben während des Lockdowns im Frühling für ältere Menschen und Risikogruppen Botengänge erledigt.



Häslar Peter, Christa Bähler (Vertreterin Sprachsofa), Rosmarie Iseli (Präsidentin Anerkennungskommission), Hanspeter Rasch

### Wir gratulieren den Gewinnern:

#### Sport

Hanspeter Rasch,  
Trainer TV Unterseen

#### Kultur

Peter Häslar,  
Mitglied Jodlerclub Matten

#### Soziales

Sprachsofa,  
Frauenverein Interlaken

### Anerkennungskommission Bödeli

Interlaken, Matten, Unterseen  
General-Guisan-Strasse 43  
3800 Interlaken  
033 826 51 41  
gemeindeschreiberei@interlaken.ch  
www.interlaken-gemeinde.ch



Heute  
vorsorgen –  
später  
geniessen

Lassen Sie Ihr Vorsorgegeld  
aktiv für Sie arbeiten –  
mit Vorsorgefonds.

Ihre Entscheidungen von heute beeinflussen  
Ihr mögliches Vorsorgevermögen. Optimieren  
Sie Ihre Altersvorsorge und investieren Sie in  
Vorsorgefonds. Wir zeigen Ihnen, welche  
Potenziale in einer Depot-Lösung stecken:

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

**RAIFFEISEN**

Wir machen den Weg frei

# Vorsorgen schützt vor Sorgen

## Eher angreifen oder verteidigen?

Mit ihm ein Gespräch mit etwas Spass zu beginnen, ist einfach. Schnell spürt man, Roger Sulzer, Stv. Bankleiter der Raiffeisenbank Jungfrau, Familienvater und Sportsmensch, mag den Kontakt mit Menschen. Dabei will er auch als Geschäftsleitungsmitglied tagtäglich an der Front und direkt für seine Privatkunden da sein.

Finanziell vorsorgen, ist eines seiner grossen Themen. Mit seinen Kunden wirkungsvolle Schritte zu unternehmen, um mögliche Sorgen wie «Werde ich noch Rente bekommen?» oder «Wie sichere ich mein Vermögen in zinsarmen Zeiten?» aus dem Weg zu räumen. Gute Nachrichten zuerst: Mit wenigen, aber auf jeden Kunden passende Massnahmen, ist Vorsorge einfach und sicher – und sie bringt mit kleinen monatlichen Beträgen Erfolg, wie mit dem Vorsorgeplan 3 mit eigenen Einzahlungen und seien es nur CHF 100.-.

Roger Sulzer sieht da gute Parallelen zu seinem Lieblingssport, dem Fussball: Nicht die grössten Schritte Richtung Ziel bringen die Punkte, sondern Teamwork, das richtige Vorgehen und eine gute Ausdauer. Auch in der Vorsorge sind Vorausblicker klar im Vorteil. Egal, ob sie sehr gerne im Hier und Jetzt leben und nicht an später denken mögen oder ihr Lebensmodell im Detail planen.

Schliesslich ist es Roger Sulzer auch mühelos gelungen, seinen reinen Frauenhaushalt mit drei Töchtern für seine geliebten YB-Fussballspiele zu begeistern, so dass daraus regelmässige Familienvergnügen wurden – nicht jeder Familienvater schafft das ...

Steuern sparen, das Geld für sich arbeiten lassen und unabhängig sein – das sind Argumente, die ebenfalls helfen, sich mal kurz mit kompetenter Beratung um das Thema zu kümmern und dann wieder leichtfüssig anderen Vergnügen zu widmen.

**Roger Sulzer's persönlicher Tipp:** «Weder der Fussball noch die Vorsorge sind reine Männerthemen! Und jede Frau und jeder Mann kann dabei selbst entscheiden, ob eine eher offensive oder defensive Taktik besser passt.»



### Roger Sulzer

Stv.-Vorsitzender der Bankleitung und  
Leiter Privatkundenberatung Basis  
Raiffeisenbank Jungfrau  
Untere Bönigstrasse 3  
3800 Interlaken  
033 828 82 88  
jungfrau@raiffeisen.ch  
www.raiffeisen.ch/jungfrau



**Geschenk-  
gutscheine**  
Bequem zuhause  
ausdrucken:  
[bls.ch/schiffgutschein](https://bls.ch/schiffgutschein)

# Adventsschiff Brienersee

**Sonntags vom 29. November bis 20. Dezember 2020**

Geniessen Sie die vorweihnächtliche Stimmung bei einer gemütlichen Schifffahrt auf dem Brienersee.

Auf der Mittagsrundfahrt wird Ihnen ein Adventsmenü serviert.

**Interlaken Ost ab 11.07 Uhr, Brienz an 12.20 Uhr**

**Brienz ab 12.40 Uhr, Interlaken Ost an 13.53 Uhr**

Auf der Nachmittagsfahrt gibt es Glühwein und ein weihnächtliches Dessert

**Interlaken Ost ab 14.07 Uhr, Brienz an 15.20 Uhr**

**Brienz ab 15.40 Uhr, Interlaken Ost an 16.53 Uhr**

Wir bitten Sie vor Ihrer Reise den Online-Fahrplan zu prüfen

**[bls.ch/schiff](https://bls.ch/schiff)**

## **Fahrpreis**

Es gelten die regulären Fahrpreise.

GA, Halbtax, Junior- und Kinder-Mitfahrkarte sind gültig

## **Tischreservation**

Schiffcatering Brienersee

Tel. + 41 58 327 48 34

**[bls.ch/winterschiff](https://bls.ch/winterschiff)**

 **bls**  
verbindet.

# Sichtschutzfolien müssen nicht langweilig sein



Sich vor unliebsamen Blicken schützen



Die Tage sind kurz, in Innenräumen brennt oft bereits früh am Nachmittag Licht. Dies bietet von Aussen Einblick in die eigenen vier Wände. Oftmals mag man es nicht, die Rollläden vor dem Abend zu schliessen. Vielleicht gefallen Ihnen Vorhänge nicht oder Sie sind Allergiker, möchten sich jedoch vor unliebsamen Blicken schützen? Dann haben wir die optimale Lösung: Eine Sichtschutzfolie mit «wohnlichem Touch». Die selbstklebende, stoffartige Folie ist in schwarz und weiss erhältlich oder kann vollflächig mit Ihrem Wunschujet bedruckt werden. Die Sichtschutzfolie kann auf unseren Maschinen bearbeitet werden so dass Sie anstatt eine gerade Kante Ihre Wunsch-Silhouette haben können. Dies kann eine Bergkontur sein, die Umrisse Ihrer Lieblingsstadt - hier sind keine Grenzen gesetzt.

Die Deckkraft des neuen Materials ist mit einem Vorhang zu vergleichen. Im Vergleich zu den herkömmlichen Sichtschutzfolien kann diese auch nach Jahren problemlos und ohne Leimrückstände entfernt werden.

Das Material kann auf sämtliche Glasflächen sowie Acrylgläser appliziert werden. Falls Sie sich momentan ab den «nackten» Corona-Schutztrennwänden stören, haben wir die Möglichkeit auch diese durch die Stoffstruktur etwas wärmer und wohnlicher wirken zu lassen.

Fällt es Ihnen schwer, sich die Wirkung von Sichtschutzfolien vorzustellen? Kein Problem, wir haben viele verschiedene grossflächige Muster auf transparente Acrylglas-Tafeln aufgezogen, so können wir die Muster bei Ihnen vor Ort platzieren. Sie lassen sie bei jeder Tageszeit wirken und stellen so rasch fest, was am besten zu Ihren Bedürfnissen passt.

Haben wir Sie neugierig gemacht? Haben Sie andere Fragen rund um das Thema Werbetechnik? Die Abteilung Jäck Beschriftungen freut sich, Sie persönlich zu beraten und Ihnen die für Sie passende Lösung präsentieren zu dürfen.

## Jenny Odermatt-Jäck

Geschäftsführerin Abteilung  
Werbetechnik  
Jäck AG

Hauptstrasse 5, 3800 Unterseen  
033 822 70 90 (Maler)  
033 823 07 82 (Schriften)  
info@jaeck-ag.ch  
www.jaek-ag.ch





**Couperose  
entfernt.**

**Rundum wohl in meiner Haut.**  
**Kleiner Eingriff. Grosse Wirkung.**

**Unsere Behandlungsmethode:  
innovativ, präzise und schonend.**

- Falten
- Altersflecken
- Couperose
- Tattoo-Entfernung
- Besenreiser
- Haarentfernung
- Peeling

Hofstettenstrasse 15E, 3600 Thun

**laserinstitut.ch**  
**Telefon: 033 223 35 33**



**DERMATOLOGISCHES  
LASERINSTITUT**

# Unabhängigkeit = Qualitätsmerkmal Nr. 1

In der Finanzbranche ist das Klima rauer geworden. Darum wird die neutrale und unabhängige Beratung, losgelöst von Banken und Versicherungen, für Sie immer wichtiger.

## Was ist Unabhängig?

Unabhängigkeit – ein Wort, das in der Finanzwelt oft und gerne als Gütesiegel für Beratungen eingesetzt wird. Und auch ich bezeichne mich als neutraler und unabhängiger Finanzplaner. Aber was genau wollen wir Finanzberater damit dem Kunden sagen?

Der Duden definiert Unabhängigkeit wie folgt: «Für sich bestehend; von jemandem, etwas losgelöst.» Eigentlich ganz simpel, oder? Aber weshalb ist es für Sie als Kunde wichtig, ob der Finanzberater Ihres Vertrauens «losgelöst» agiert? Weshalb wird die Qualität Ihrer Finanzlösungen massgebend davon beeinflusst, ob und wie der Berater für sich alleine steht?

## Weshalb eine unabhängige Beratung?

Oftmals sind es ja gerade die abhängigen Angebote, die für Sie kostenlos sind und deshalb auf den ersten Blick attraktiv erscheinen. Aber Achtung: Wenn eine beratende Person Ihnen seinen Aufwand nicht in Rechnung stellt, arbeitet dieser Berater oftmals auf Provision und ist somit daran interessiert, Ihnen ein bestimmtes Produkt – beispielsweise eine Lebensversicherung oder eine Geldanlage – zu verkaufen.

Wollen Sie bezüglich einer Finanzberatung sicher sein, dass Sie unabhängig beraten werden, achten Sie auf folgende Punkte:

- Wird eine Bank oder eine Versicherung genannt, ist der Berater abhängig.
- Fragen Sie vor dem Erstgespräch nach den Stundenansätzen.
- Bei einer echten Beratung werden Ihnen keine Finanzprodukte empfohlen und angeboten.
- Ein kompetenter Berater sollte im Besitze eines eidgenössischen Fachausweises sein.

## Unabhängiger Berater - Ihre Sicherheit

Ich bin Finanzplaner mit eidg. Fachausweis und arbeite seit 20 Jahren von jeglichen Finanzinstituten losgelöst. Dank dieser Unabhängigkeit kann ich Sie in den Fokus meiner Beratung stellen.

In der Praxis bedeutet dies, dass ich Ihnen vorgängig mein Beratungshonorar mitteilen werde. Während eines Erstgespräches analysieren wir anschliessend gemeinsam Ihre finanzielle Ausgangslage und Ihre Bedürfnisse, wie zum Beispiel Erbschaftsfragen, Steuer-, Vorsorgethemen, die Planung Ihrer Pensionierung oder Fragen rund um den Kauf oder Verkauf von Liegenschaften. Mein Ziel ist es, dass Sie von mir persönlich massgeschneiderte Lösungen vorgeschlagen bekommen, die auf Sie zugeschnitten sind.

Interessiert Sie mein unabhängiges Angebot? Gerne erwarte ich Ihren Anruf oder Ihre E-Mail.

### Daniel Rolli

neutraler und unabhängiger  
Finanzplaner mit eidg.  
Fachausweis  
Bahnhofstrasse 37  
(Stedtli-Zentrum)  
3800 Unterseen  
Telefon 033 823 60 53  
[www.rolli-finanzplanungen.ch](http://www.rolli-finanzplanungen.ch)





# ZUVERSICHT LÄSST FLÜGEL WACHSEN

ELSE PANNEK



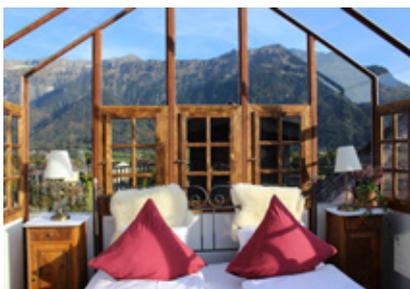
## ES IST ZEIT, DANKE ZU SAGEN, LIEBE EINHEIMISCHE UND GÄSTE

Das 122. Jahr unserer Hotelgeschichte geht als äusserst herausfordernd und schwierig in die Annalen. Ihnen, liebe Einheimische und Gäste danken wir herzlich für Ihre zahlreichen Besuche zu Sitzungen, Feiern, geselligen Zusammentreffen. Unseren Mahlzeitendienst-Kunden sagen wir ebenfalls 'merci viu mau' für ihre Treue. Wir freuen uns, wenn wir Sie auch im kommenden Jahr täglich mit frisch gekochten Menus verwöhnen dürfen. Hübät Sorg und blibät gesund!



## LASSEN SIE SICH DIE FEIERLAUNE – TROTZ ALLEM – NICHT VERDERBEN: WIR HABEN PLATZ FÜR SIE!

Wir decken viele kleine Tische für Sie festlich ein. So können Sie mit etwas Abstand genau so gemütlich speisen. So geht auch effizientes Tagen – jeder an seinem kleinen Pult. Und wie wär's mit Home-Office im Hotelzimmer? Fragen Sie uns.



## AUSSERGEWÖHLICHE ZEITEN VERLANGEN AUSSERGEWÖHLICHE ANGEBOTE

Auf der Dachterrasse des Hauses Carlton steht ein Bett für eine Nacht unter dem Sternenhimmel – und neu hat dieses Bett sogar ein Dach! Verschenken Sie ein unvergessliches Erlebnis an einen lieben Menschen oder verwöhnen Sie sich grad selbst. Stars only heisst diese Attraktion.

CE

CARLTON-EUROPE  
HOTELS & RESTAURANTS & MORE  
SINCE 1898

WIR SIND FÜR SIE DA!

Carlton-Europe Vintage Erwachsenenhotel • Höhweg 92-94  
3800 Interlaken • Tel. 033 826 01 60 • [www.carlton-europe.ch](http://www.carlton-europe.ch)

# Die Vorteile beim Kauf ab Plan

Wer möchte nicht bereits vor Einzug seiner neuen Wohnung, die Küche, das Badezimmer oder die Bodenbeläge selbst aussuchen?

Durch die grosse Nachfrage und das kleine Angebot, werden zunehmend bereits vor der Fertigstellung der Überbauungen, Wohnungen daraus verkauft. Dies hat Vorteile - worauf müssen Sie jedoch achten?

Für eine Totalunternehmung kann mit dem frühen Verkauf das finanzielle Risiko minimiert und auch die Finanzierung sichergestellt werden. Der Fachmann spricht hier über «**Immobilienkauf ab Plan**». Insbesondere bei Eigentumswohnungen (Stockwerkeigentum) ist dies häufig der Fall.

Für einen Käufer hat es den Vorteil, dass er im Innenausbau seine Wünsche und Vorstellungen anbringen kann. Andererseits bringt ein Kauf ab Plan auch diverse Risiken mit sich. Beispielsweise in Bezug auf die Qualität der Immobilie, die Preissicherheit oder den Bezugstermin. Dabei liegt es am Käufer, sich vertraglich möglichst gut abzusichern und beim Kauf sollten Sie unbedingt auf folgende Punkte achten:

Es liegt an Ihnen als Käufer, Baubeschriebe zu studieren und Budgetpositionen für Bad, Küche und Wand-/Bodenbeläge Ihren Wünschen entsprechend bereits vor der Unterzeichnung eines Vertrages geprüft zu haben. Ein Baubeschrieb sollte möglichst detailliert sein. Auch muss dieser unbedingt ein Bestandteil des Kaufvertrags sein.

Beim Kauf ab Plan, sollte das Vertragswerk nicht nur ein Kaufvertrag, sondern es muss zwingend auch ein Werkvertrag integriert werden. Mit einem Werkvertrag kann ein Käufer nicht nur die bestellte Immobilie, sondern auch die Erstellung des Gebäudes gerichtlich einfordern, falls dies nötig wäre. Zudem kann ein Käufer bei Mängeln auch eine Nachbesserung verlangen.

Weiter zu beachten ist das Risiko von Doppelzahlungen durch Bauhandwerkerpfandrechte. Werden Handwerker vom Bauherrn nicht bezahlt, können sie bis vier Monate nach Fertigstellung des Baus Handwerkerpfandrechte errichten. Der Käufer riskiert dann, neben der bereits geleisteten Zahlung an den Generalunternehmer, die Forderungen der Handwerker ebenfalls begleichen zu müssen. Hier muss sich ein Käufer schriftlich absichern und die Folgen im Kauf- und Werkvertrag bereits regeln.

Aber auch die Garantien sollten geregelt sein. Die SIA-Norm 118 regelt speziell die Haftungsgrundsätze bei zu erstellenden Bauwerken und ist relativ umfangreich. Sollen zur Gewährleistung die SIA-Normen gelten, muss dies im Vertrag explizit genannt werden. Für nicht Bauexperten lohnt es sich daher, zur Bauabnahme einen Bauexperten beizuziehen, der allfällige grössere Baumängel am fertigen Gebäude erkennt. Sollten dem Käufer tatsächlich Mehrkosten wegen Baumängeln anfallen, sollte er seine letzte Zahlung auf ein Sperrkonto einzahlen und erst freigeben, wenn die Mängel behoben sind.

## Daniel Capelli

Geschäftsführer

Martha Ruf

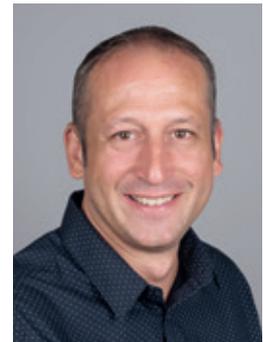
Immobilientreuhand AG

3800 Unterseen

Telefon 033 822 69 55

[info@martharuf.ch](mailto:info@martharuf.ch)

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



# Jetzt mitmachen und gewinnen!

Regionale Kabelnetze  
Thunersee:

**Kabelfernsehen  
Bödeli**

**REGAS**  
gemeinsam digital

kommunikation  
oberhofen

Kabelgenossenschaft  
Frutigen

Radio | Fernsehen | Internet | Telefon

**DIEGÄLBE**

3 Top4-Skipässe  
im Wert von je

**Fr. 777.-**  
zu gewinnen

[www.kabelfernsehen.ch/wettbewerb](http://www.kabelfernsehen.ch/wettbewerb)

Teilnahmeschluss ist der 7. Dezember 2020. Alle Bedingungen unter [www.kabelfernsehen.ch/wettbewerb](http://www.kabelfernsehen.ch/wettbewerb)



# Die Möglichkeiten von Yoga in der heutigen Zeit

  
**ANDREA NEIGER**  
*Im Fluss des Lebens*

Weshalb ist Yoga anders als Fitnesstraining, Mentaltraining oder Stretching? Was macht die Faszination von Yoga aus?

Yogaübungen beinhalten Stehposen, Sitzposen oder dynamische Abläufe wie einen Sonnengruss, der den Kreislauf anregt und vor allem morgens geeignet ist. Abends sind restorative Übungen und Umkehrposen ideal für die Regeneration und Ruhe. Stehposen bilden die Basis für die Entwicklung eines guten Körpergefühls und einer sanften Spannkraft.

Die Entwicklung der inneren Stärke (Gravitationszentrum) und die Ausführungen der Bewegungen aus der Mitte ermöglichen ein Gefühl von Ruhe, Kraft und Intuition. Das bewusste und langsame Ausführen der Übungen führt zu tiefer Ruhe und zur Entspannung des Zwerchfells.

Der ganze Körper ist an den Bewegungen beteiligt, so dass unsere Organe, Strukturen, Bindegewebe (Faszien) ihre Aufgaben optimal ausführen können. Diese umfassende Arbeit und Perfektion von Körper, Geist und Seele tut einfach gut. Die Auseinandersetzung mit den Möglichkeiten des eigenen Körpers bedeutet, wertvolle Zeit mit sich selbst zu verbringen.

Der Einsatz für Wohlbefinden und Gesundheit ist der Gang ins Yogastudio, sich hin zu bewegen an einen Ort der Energie, um abzuschalten, innere Stille zu erfahren. Weitere mögliche Erfahrungen eines meditativen Zustands, Verbindung und Ganzheit sind Wirkungen einer regelmässigen Yogapraxis. Deshalb wird möglichst ohne «Zusätze», Stimulation oder Animation geübt, nur du auf deiner Yogamatte. Zu viel Ablenkung ist hinderlich um den inneren Raum zu erfahren. Wohl braucht ein moderner Mensch in der heutigen Zeit mehr Anleitung, da der körperliche Zugang schwieriger geworden ist. Durch Schule, Karriere, Leistungsorientierung und immer weniger Zeit in der Natur wurden wir entfremdet von unserem wahren Potential.

Eine ganzheitliche Körperarbeit kann wieder Kraft, Vitalität und innere Ruhe ermöglichen. Ich empfinde dies auch als Lebendigkeit, Zufriedenheit und Gesundheit. Ein starkes Immunsystem, ein befreiter Atem und Freude sind weitere schöne Aspekte.

Ein integraler Yogastil berührt alle Bereiche des Lebens. Wer sich angesprochen fühlt, soll sich ermutigt fühlen, den Gang ins Yogastudio zu wagen und die erste Yoga-



stunde zu besuchen. Natha Yoga eignet sich besonders für Anfänger zum Erlernen einer guten Basis und für Geübte um tiefer in die Yogapraxis eintauchen zu können. Nebst den Wochenkursen, in denen ideal alle zusammen üben können, gibt es mehrstündige Workshops zur Vertiefung.

Andrea Neiger, Natha Yoga & dipl. Yogalehrerin YT3000h doTERRA Wellnessberaterin

**Andrea Neiger**

[andreaneiger.ch](http://andreaneiger.ch)

[lovelyoils.ch](http://lovelyoils.ch)

Kursort: [yoga-center.ch](http://yoga-center.ch)

Kapellen 19 | 3860 Meiringen

Aarmühlestrasse 35A | 3800 Interlaken

# Zwöiti Brüllä choschtälos

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

Auf Wunsch mit Upgrade-Optionen auf Fassung und Gläser erhältlich.

\*ausgenommen Komplettangebote und Aktionen



weltmode. spitzenqualität. bestpreise.

**Import Optik**

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

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

## Tatort: Jungfrauregion

Das neue Buch von Silvia Götschi



**Emons Verlag**  
Fr. 24.10

**Judith Lüthi**

Krebsler AG  
Aarmühlestrasse 35  
3800 Interlaken  
Tel. 033 822 35 16  
interlaken@krebser.ch  
www.krebser.ch

Im Berner Oberland verschwinden zwei junge chinesische Touristinnen spurlos. Maximilian von Wirth und Federica Hardegger übernehmen den Fall, bei dem der Auftrag lautet: keine Polizei. Offensichtlich haben weder der Hotelier noch die Ehemänner der beiden Frauen Interesse daran, Aufmerksamkeit zu erregen. Die Spur führt in die Jungfrauregion, zum höchstgelegenen Bahnhof der Schweiz. Doch dort werden die Verfolger plötzlich zu Verfolgten: Als sie erkennen, was für eine menschliche Tragödie hinter dem Schicksal der beiden vermissten Chinesinnen steckt, befinden sich Max und Fede bereits in höchster Lebensgefahr...

# Krebsler



**WIR WÜNSCHEN  
SPANNENDE BUCHMOMENTE!**

**IHRE BUCHHANDLUNG UND  
PAPETERIE IN INTERLAKEN.**

Bücher | Papeterie | Büromöbel | Copy-Print

[krebser.ch](http://krebser.ch)

### Top 5 Belletristik

1. Der Heimweg  
Sebastian Fitzek, Verlag Droemer/Knaur
2. Annette, ein Heldinnenepos  
Anne Weber, Verlag Matthes & Seitz Berlin
3. Primitivo  
Pedro Lenz, Verlag Cosmos
4. Ohne Schuld  
Charlotte Link, Verlag Blanvalet
5. Der Halbbart  
Charles Lewinsky, Verlag Diogenes

### Top 5 Sachbuch

1. Forever Yours  
Samu Haber, Verlag Riva
2. Veggies  
Jamie Oliver, Verlag Dorling Kindersley
3. Flavour  
Yotam Ottolenghi, Verlag Dorling Kindersley
4. Kägi kocht  
Richard Kägi, Verlag AT
5. Das Kind in dir muss Heimat finden  
Stefanie Stahl, Verlag Kailash/Sphinx

★★★★  
HOTEL  
*Seiler au Lac*

Wir wünschen allen,

*Frohe Festtage, gute Gesundheit und alles Liebe*



**Die Pizzeria «la Boheme» in Bönigen  
ist auch im Dezember offen -**

**von Freitag bis Sonntag  
von 17.30-22 Uhr**

Betriebsferien vom  
21. Dezember 2020 bis 7. Januar 2021

**Wussten Sie ?  
Sie können Ihre Lieblingspizzen auch  
zum Abholen bestellen**

**Gutschein**

**Ein gratis Getränk für den Abholer  
(Bier, Wein oder Soft-Drink)**

**Gültig: November bis Februar 2020/21**

**Pizzapreise für Take-Away**

<b>MARGHERITA</b> Tomaten-Mozzarella-Oregano	<b>Fr. 11.--</b>
<b>NAPOLITANA</b> Tomaten-Mozzarella-Kapern-Sardellen- schwarze Oliven-Oregano	<b>Fr. 15.50</b>
<b>PROSCIUTTO E FUNGHI</b> Tomaten-Mozzarella-Vorderschinken- frische Champignons-Oregano	<b>Fr. 15.50</b>
<b>HAWAII</b> Tomaten-Mozzarella-Schinken-frische Ananas-Oregano	<b>Fr. 18.50</b>
<b>FIorentINA</b> Tomaten-Mozzarella-frische Champignons- Spinat-Zucchini-Zwiebeln-Oregano	<b>Fr. 16.--</b>
<b>WALLISER</b> Tomaten-Raclettekäse-Speck-Zwiebeln-Birnen-Schnittlauch	<b>Fr. 18.--</b>
<b>CALABRESE (scharf - hot)</b> Tomaten-Mozzarella-Salami Calabrese-Birnen-Oregano	<b>Fr. 19.50</b>
<b>«CAPULCO (scharf - hot)</b> Tomaten-Mozzarella-Vorderschinken-frische Ananas-Mais- Peperoni-Peperoncini und Curry	<b>Fr. 18.50</b>
<b>4 STAGIONI</b> Tomaten-Mozzarella-Vorderschinken-frische Champignons- Artischocken-Peperoni-Oregano	<b>Fr. 18.--</b>
<b>DEL CHEF</b> Tomaten-Mozzarella-Zwiebeln-Vorderschinken-Spinat- Knoblauch-Oregano	<b>Fr. 18.50</b>
<b>DEL PADRONE</b> Tomaten-Mozzarella-Champignons-Zwiebeln-Peperoni- Rohschinken-Oregano	<b>Fr. 20.50</b>
<b>Don ramón</b> Tomaten-Mozzarella-Vorderschinken-Speck-Salami Calabrese- Zwiebeln-Knoblauch	<b>Fr. 20.50</b>
<b>Vesuvio</b> Tomaten-Mozzarella-Crevetten-Thon-Zwiebeln-Knoblauch	<b>Fr. 21.50</b>

**Gross die Pizza mini der Preis!**

**Bönigen**  
am Brünnersee

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

033/828 90 90 | [hotel@seileraulac.ch](mailto:hotel@seileraulac.ch) |  
[www.seileraulac.ch](http://www.seileraulac.ch)



**Betriebsferien Seerestaurant La Gare  
Dezember 2020 bis Mitte März 2021**





# Wir sind noch da. Danke!

100 JAHRE  HEIMATWERK  
INTERLAKEN

Auch wenn am Höhweg Lichter ausgehen, wir sind für Sie da!  
Geschenke für liebe kleine und grosse Menschen warten auf Sie.

Gemeinsam mit Ihnen – liebe Kundinnen und Kunden – haben wir es geschafft, unser Heimatwerk auch während der nicht ganz einfachen Zeit offen zu halten. Herzlichen Dank für Ihre Treue. Das schafft Mut weiterzumachen, auch wenn es auf dem Höhweg immer ruhiger wird.

Unser Heimatwerk-Team hat für Sie ein schönes, buntes Sortiment zusammengestellt. Geschenke für fröhlichere Zeiten, Mitbringsel die Mut machen, Freude bereiten, oder einfach so für sich selber...

Viele Arbeiten und Geschenkartikel, werden in sozialen Werkstätten und Heimen oder kleinen Manufakturen hergestellt. Hier sind Menschen am Werken, die gerade in dieser besonderen Zeit, unsere Anerkennung verdienen.

## Öffnungszeiten

Dienstag bis Freitag, 10 bis 18 Uhr

Samstag, 10 bis 17 Uhr, Sonntag, 11 bis 16 Uhr

...bleibt zu hoffen, dass uns Corona nicht einen Strich durch die Rechnung macht.



## Heimatwerk Interlaken

Höhweg 115  
3800 Interlaken  
033 822 16 53



# *Rügen Gnuss-Wält*

im Berner Oberland



## Genussvolle Geschenke

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

Das Team der Rügen Gnuss-Wält ist  
Montag bis Freitag von 8:00 Uhr bis 12:00 Uhr und 13:30 Uhr bis 18:00 Uhr sowie  
Samstag 9:30 Uhr bis 16:00 Uhr durchgehend, direkt bei der Rügenbräu, für Sie da.

Rügenbräu AG, Wagnerenstrasse 40, CH-3800 Interlaken, Tel. +41 (0)33 826 46 61, [rugenbraeu.ch](http://rugenbraeu.ch)

# Jenny & Ueli: Vier Jahreszeiten

♥ Jenny & Ueli

Eine CD für einen guten Zweck

Gegen Ende einer tollen Musikkarriere haben wir ein grosses Bedürfnis, etwas zu tun für die Menschen, die von ihrem Schicksal nicht verwöhnt sind. Viele davon sind Kinder, die uns sehr am Herzen liegen.

## Die Stiftung Theodora mit ihren Spitalclowns

Die Stiftung Theodora verfolgt das Ziel, den Alltag von Kindern im Spital und in spezialisierten Institutionen durch Freude und Lachen aufzuheitern. Da wir diese gemeinnützige und äusserst wertvolle Arbeit sehr schätzen, haben wir die CD «Vier Jahreszeiten» für diese Spendenaktion produziert. Der gesamte Ertrag geht zu 100% an die Stiftung.

Durch Ihre Spende helfen Sie mit, den Kindern im Spital Augenblicke des Glücks zu ermöglichen und Zugang zu finden zu ihrer eigenen, kindlichen Welt aus Farben, Musik, Zauber und Spass.

## Die CD ist gratis - Spenden sind erwünscht

Ihre Bestellung richten Sie bitte an die Musikgesellschaft Ringgenberg oder direkt an:

Jenny & Ueli  
Kreuzlistrasse 3, 3852 Ringgenberg  
Telefon 079 762 59 91  
oder per E-Mail: [musigueli@vtxmail.ch](mailto:musigueli@vtxmail.ch)

**Wir danken im Namen der Stiftung Theodora für Ihre Unterstützung!**

Jenny und Ueli Zurbuchen

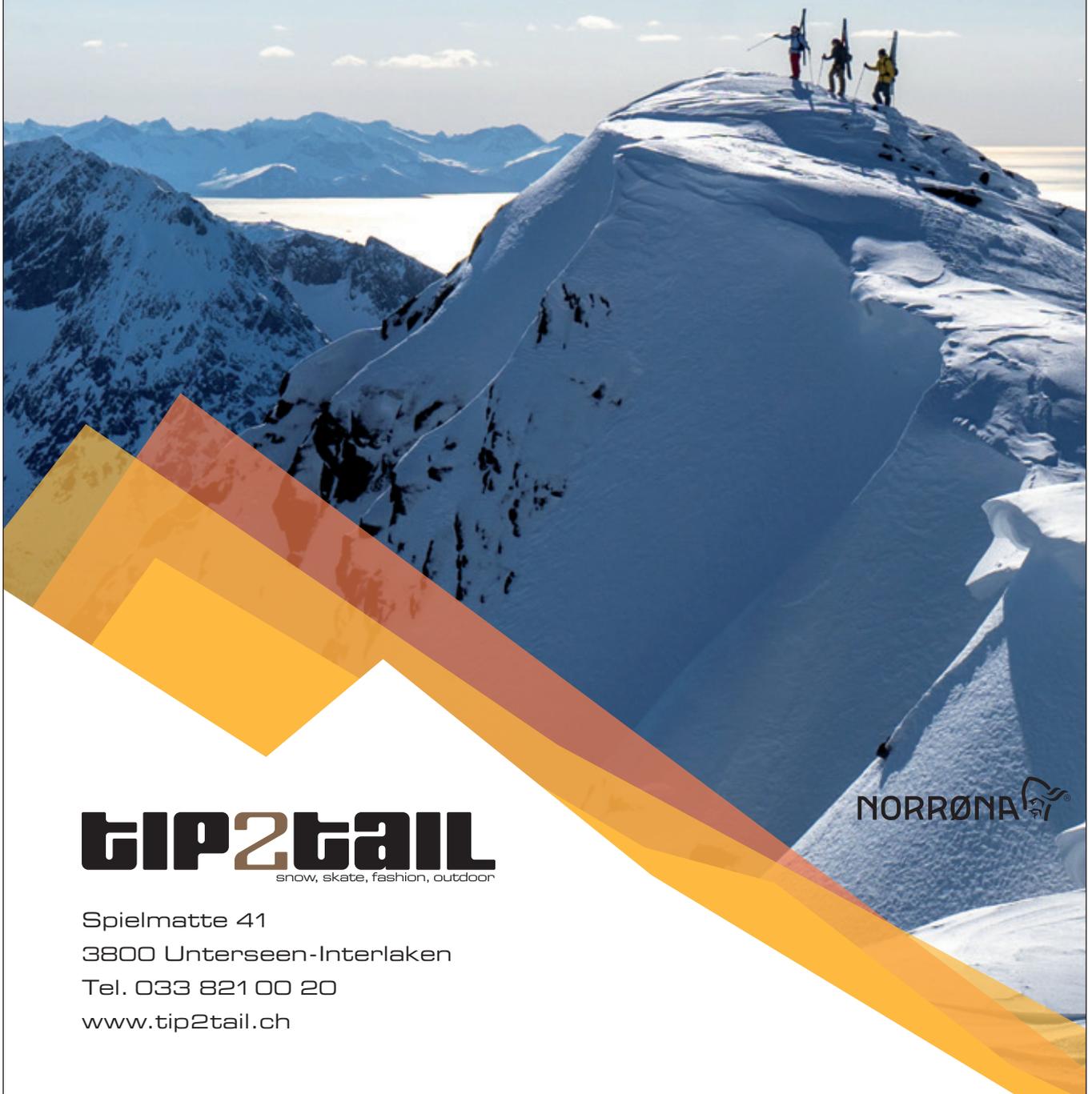


## Jenny & Ueli

Kreuzlistrasse 3,  
3852 Ringgenberg  
079 762 59 91  
[musigueli@vtxmail.ch](mailto:musigueli@vtxmail.ch)

# DER SHOP DER DICH AUF TOUREN BRINGT

GROSSE AUSWAHL AN TOURENSKIS,  
TOURENSCHUHEN UND TOUREN-ZUBEHÖR



**TIP2TAIL**  
snow, skate, fashion, outdoor

NORRØNA 

Spielmatte 41  
3800 Unterseen-Interlaken  
Tel. 033 821 00 20  
[www.tip2tail.ch](http://www.tip2tail.ch)

# Saison 2021

KAMMERMUSIKKONZERTE  
HONDRICH

Die Saison 2021 der Kammermusikkonzerte Hondrich ist geplant.



Wir hoffen sehr, dass wir die Konzerte durchführen können. Wir werden an dieser Stelle jeden Monat informieren, wie und in welcher Form das nächste geplante Konzert stattfinden kann.

**Konzerte um 17 Uhr im grossen Saal des Inforama Hondrich.**

- **6. Dezember 2020 (wird eventuell auf Frühling 2021 verschoben), Duoabend**  
Franziska Grütter, Violine  
Bruno Leuschner, Klavier  
Werke von F. Schubert, A. Dvořák, E. Granados u.a.
- **9. und 10. Januar 2021**  
**Neujahrskonzerte mit dem Salonensemble I Galanti**
- **21. Februar 2021**  
**Klavierabend mit Reto Reichenbach**  
Werke von F. Mendelssohn, F. Martin, J.S. Bach und J. Brahms
- **7. März 2021**  
**Beethoven und mehr...**  
Konzert mit Kindern und Jugendlichen der Kantonalen Talentförderung Musik

## • 9. Mai 2021

### **Quintett Blattwerk**

Werke von J.-Ph. Rameau, N. Rimski-Korsakow, C. Debussy und R. Schumann

### **Reservation, Kontaktadresse**

[www.kammermusik-hondrich.ch](http://www.kammermusik-hondrich.ch)

Sie können für jedes Konzert platzgenau bis um 12.00 Uhr am Konzerttag reservieren. Telefonische Reservationen können nur in Ausnahmefällen entgegengenommen werden.

Kammermusikkonzerte Hondrich  
Frau Bettina Keller  
Ensingerstrasse 29  
3005 Bern  
Mobil: 078 852 63 48

---

**Bettina Keller**

Kammermusik-Konzerte  
Hondrich  
Ensingerstrasse 29  
3005 Bern

# BRITON MOTORCYCLES



**Ab CHF 2990.–**

Ab 2021 tritt die neue Führerscheinregelung in Kraft, diese erlaubt Fahrzeuge der Kategorie A1 (125ccm) bereits ab 16 Jahren zu fahren.



**VOLVO SWISS PREMIUM®**  
10 JAHRE/150 000 KM GRATIS-SERVICE  
5 JAHRE/150 000 KM VOLLE GARANTIE

**V O L V O**

## Das Auto, das Sie schützt, so wie Sie andere beschützen.

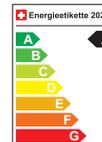
Der Volvo XC60 T8 Plug-in Hybrid.  
Mit Sicherheit weitergedacht.

Für uns ist das Wichtigste, dass Sie und Ihre Liebsten geschützt sind. Deshalb sind beim Volvo XC60 viele innovative Sicherheitssysteme serienmässig. Denn manchmal brauchen wir alle jemanden, der auf uns aufpasst.

**SCHWEDENPRÄMIE\* CHF 9'600.–**

**Jetzt attraktive Schwedenprämie für alle Volvo Modelle sichern.**

\* Beispiel: Volvo XC60 Recharge T8 Plug-in Hybrid Inscription 390 PS/288 kW, Katalogpreis CHF 80'800.– abzüglich Schwedenprämie 12 % = CHF 71'104.–, Treibstoff-Normverbrauch gesamt: 2,4–2,8 l/100 km, Stromverbrauch gesamt: 15,3–17,8 kWh/100 km, CO<sub>2</sub>-Emissionen: 54–64 g/km, Energieeffizienz-Kategorie: A, Angebot gültig bis auf Widerruf. 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). Nur bei teilnehmenden Vertretern. Abgebildetes Modell enthält ggf. Optionen gegen Aufpreis.



**GARAGE ZIMMERMANN AG**

3800 Unterseen  
Seestrasse 109

Tel. 033 822 15 15  
www.garage-zimmermann.ch

# Musikschule Oberland Ost



Machen Sie Gebrauch von unseren Schnupperangeboten.



**Der Einstieg in die Musikschule Oberland Ost ist jederzeit möglich - auch jetzt!**

**Eine Schnupperlektion ist kostenlos.**

Das Schutzkonzept der Musikschulen ermöglicht den Unterricht auch während der aktuell schwierigen Umstände.

Auf unserer Website [www.mso-net.ch](http://www.mso-net.ch) können Sie sich jederzeit einen Überblick unseres Angebots verschaffen.

Sie finden zu jedem Instrument in unserem Angebot (Rubrik «Unterrichtsfächer») einen kurzen Film!

Für Fragen stehen Ihnen die Schulleitung und die Lehrpersonen jederzeit gerne zur Verfügung.

Schulleitung: Sandro Häsler, 079 810 29 05

---

## **Anmeldung und Information:**

Sekretariat MSO  
Mittengrabenstrasse 24  
3800 Interlaken  
033 822 46 31  
[info@mso-net.ch](mailto:info@mso-net.ch)  
[www.mso-net.ch](http://www.mso-net.ch)



«Mir chöi viu vonenang lehre.»

Thomas Beer und Grossneffe Nico

Know-how weitergeben. Aus Überzeugung.



BEKB

bekb.ch



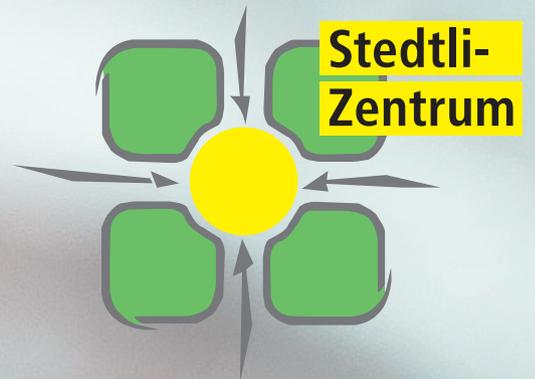
«Wir die Oase für Körper und Seele, sind eine Praxis für professionelle Massagen und Kinesiologie Behandlungen. In unserer Maikai (hawaiianisch für Wohlfühl) Oase bieten wir Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen ein weites Spektrum an Angeboten für atemberaubende Naturerlebnisse in heimeliger Atmosphäre» an.

### Unsere Weihnachtsaktion:

Romantische Zweisamkeit: Geniesse gemeinsam mit deinem Schatz eine romantische Paarmassage mit Kerzenschein, heimeliger Atmosphäre und einem kleinen Willkommengeschenk für CHF 170.00 statt CHF 240.00

**Profitiere vom 1. November 2020 bis Ende Februar 2021 von unserer Weihnachtsaktion.**





# 18 BONS

**ZUM PROFITIEREN**

**IM STEDTLI-ZENTRUM UNTERSEEN**



WINTERZAUBER POP.UP  
2020/21

# Winterzauber

INTERLAKEN

WEIHNACHTSSHOPPING

— *Deine Highlights* —

Licht an! Kunstobjekte  
ab 20. November 2020

Weihnachtsshopping  
Winterzauber Pop.up  
Winterzauber Quiz  
Sonntagsverkauf  
20. Dezember 2020



winterzauberinterlaken.ch

Coiffure  
**HUGGLER**  
Telefon 033 822 8733  
Im Stadtlizentrum  
3800 Unterseen/Interlaken

**15%**  
auf allen  
Verkaufsprodukten  
von  
**L'Oréal**  
**Kérastase**  
**Wella**  
**Alcina**

Gültig bis Ende Januar 2021, Bons sind nicht kumulierbar

## Bürobedarf **SCHAFFNER** GmbH

Papeterie, Büromöbel und -maschinen

**3800 Unterseen-Interlaken**

Bahnhofstrasse 5

Telefon 033 822 74 47

Telefax 033 822 38 47



Weihnachts-Aktion Girsberger

Simplex 3D Bürostuhl  
in der Basis-Ausführung

**Fr. 390.00** statt 530.00 inkl. MwSt

## Bürobedarf **SCHAFFNER** GmbH

Papeterie, Büromöbel und -maschinen

**3800 Unterseen-Interlaken**

Bahnhofstrasse 5

Telefon 033 822 74 47

Telefax 033 822 38 47



Bei Abgabe dieses Bon  
schenken wir Ihnen zu Weihnachten  
**10% Rabatt** auf unserem Sortiment.

Gültig bis am 31.12.2020

Ausgenommen der Postagentur,  
Büromaschinen, Aktionen und netto Artikel

Coiffure  
**HUGGLER**  
Telefon 033 822 8733  
Im Stadtlizentrum  
3800 Unterseen/Interlaken

**15%**  
auf allen  
Verkaufsprodukten  
von  
**L'Oréal**  
**Kérastase**  
**Wella**  
**Alcina**

Gültig bis Ende Januar 2021, Bons sind nicht kumulierbar

## Bürobedarf **SCHAFFNER** GmbH

Papeterie, Büromöbel und -maschinen

**3800 Unterseen-Interlaken**

Bahnhofstrasse 5  
Telefon 033 822 74 47  
Telefax 033 822 38 47



Weihnachts-Aktion Girsberger  
Simplex 3D Bürostuhl  
in der Basis-Ausführung  
**Fr. 390.00** statt 530.00 inkl. MwSt

## Bürobedarf **SCHAFFNER** GmbH

Papeterie, Büromöbel und -maschinen

**3800 Unterseen-Interlaken**

Bahnhofstrasse 5  
Telefon 033 822 74 47  
Telefax 033 822 38 47



Bei Abgabe dieses Bon  
schenken wir Ihnen zu Weihnachten  
**10% Rabatt** auf unserem Sortiment.  
Gültig bis am 31.12.2020

Ausgenommen der Postagentur,  
Büromaschinen, Aktionen und netto Artikel



Bei Abgabe dieses Bons erhalten Sie

**15 % Rabatt**  
auf das ganze Sortiment



(Rezeptverkäufe ausgeschlossen, nicht kumulierbar)

Gültig bis 31.12.2020



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

## Dolomia

Farben, Pflanzen und Mineralstoffe aus den Dolomiten.

Entdecken Sie die Seele eines neuen Make-ups!

Nur natürliche Farbstoffe

**Kennenlern-Angebot**  
Bei Abgabe dieses Bons erhalten Sie

**20% Rabatt**

auf das gesamte Dolomia Sortiment

Gültig bis 28.02.2021



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



Bei Abgabe dieses Bons erhalten

Sie ab einem Einkauf von

Fr. 20.-

ein Weihnachtsgeschenk  
im Wert von bis zu Fr. 18.-

(Solange Vorrat, nicht kumulierbar)

Gültig bis 31.12.2020



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



Bei Abgabe dieses Bons erhalten Sie

**15 % Rabatt**  
auf das ganze Sortiment



(Rezeptverkäufe ausgeschlossen, nicht kumulierbar)

Gültig bis 31.12.2020



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

## Dolomia

Farben, Pflanzen und Mineralstoffe aus den Dolomiten.

Entdecken Sie die Seele eines neuen Make-ups!

Nur natürliche Farbstoffe

### Kennenlern-Angebot

Bei Abgabe dieses Bons erhalten Sie

**20% Rabatt**

auf das gesamte Dolomia Sortiment

Gültig bis 28.02.2021

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



Bei Abgabe dieses Bons erhalten

Sie ab einem Einkauf von  
**Fr. 20.-**

ein Weihnachtsgeschenk  
im Wert von bis zu **Fr. 18.-**

(Solange Vorrat, nicht kumulierbar)

Gültig bis 31.12.2020



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

# 20% RABATT

auf Elsa Nackenkissen inkl. Baumwollbezug

z.B. 50 x 11 cm

**CHF 135.20**  
statt CHF 169.–



Gültig bis 31. Dezember 2020. Nicht kumulierbar mit anderen Rabatten.



**DROPA Drogerie Apotheke**  
Untere Bönigstrasse 12, 3800 Interlaken

**DROPA Drogerie**  
Rugenparkstrasse 1, 3800 Interlaken

**DROPA Drogerie**  
Bahnhofstrasse 25, 3800 Unterseen

# 20% RABATT

Omron  
Blutdruckmessgerät  
Oberarm  
M7 Intel IT NEU

**CHF 140.–**  
statt CHF 175.–



Gültig bis 31. Dezember 2020. Nicht kumulierbar mit anderen Rabatten.



**DROPA Drogerie Apotheke**  
Untere Bönigstrasse 12, 3800 Interlaken

**DROPA Drogerie**  
Rugenparkstrasse 1, 3800 Interlaken

**DROPA Drogerie**  
Bahnhofstrasse 25, 3800 Unterseen

# 20% RABATT

Strath Original  
Aufbaumittel mit  
Vitamin D 500 ml

**CHF 30.–**  
statt CHF 37.50



Gültig bis 31. Dezember 2020. Nicht kumulierbar mit anderen Rabatten.



**DROPA Drogerie Apotheke**  
Untere Bönigstrasse 12, 3800 Interlaken

**DROPA Drogerie**  
Rugenparkstrasse 1, 3800 Interlaken

**DROPA Drogerie**  
Bahnhofstrasse 25, 3800 Unterseen

# 20% RABATT

auf Elsa Nackenkissen inkl. Baumwollbezug

z.B. 50 x 11 cm  
**CHF 135.20**  
statt CHF 169.–



Gültig bis 31. Dezember 2020. Nicht kumulierbar mit anderen Rabatten.



**DROPA Drogerie Apotheke**  
Untere Bönigstrasse 12, 3800 Interlaken

**DROPA Drogerie**  
Rugenparkstrasse 1, 3800 Interlaken

**DROPA Drogerie**  
Bahnhofstrasse 25, 3800 Unterseen

# 20% RABATT

Omron  
Blutdruckmessgerät  
Oberarm  
M7 Intel IT NEU

**CHF 140.–**  
statt CHF 175.–



Gültig bis 31. Dezember 2020. Nicht kumulierbar mit anderen Rabatten.



**DROPA Drogerie Apotheke**  
Untere Bönigstrasse 12, 3800 Interlaken

**DROPA Drogerie**  
Rugenparkstrasse 1, 3800 Interlaken

**DROPA Drogerie**  
Bahnhofstrasse 25, 3800 Unterseen

# 20% RABATT

Strath Original  
Aufbaumittel mit  
Vitamin D 500 ml

**CHF 30.–**  
statt CHF 37.50



Gültig bis 31. Dezember 2020. Nicht kumulierbar mit anderen Rabatten.



**DROPA Drogerie Apotheke**  
Untere Bönigstrasse 12, 3800 Interlaken

**DROPA Drogerie**  
Rugenparkstrasse 1, 3800 Interlaken

**DROPA Drogerie**  
Bahnhofstrasse 25, 3800 Unterseen

# GUTSCHEIN

# CHF 10

FÜR SKI- ODER  
SNOWBOARD-SERVICE  
AB CHF 45.-

Gültig bis 31. Dezember 2020

Pro Ski-/Snowboard-Service kann nur 1 Gutschein eingelöst werden.

Eiger Sport · Bahnhofstrasse 2 · 3800 Unterseen  
Tel. 033 823 20 43 · [www.eiger-sport.ch](http://www.eiger-sport.ch)



# GUTSCHEIN

# 20%

SPEZIAL-  
RABATT AUF  
GESAMTEM  
MAMMUT BEKLEIDUNGS-SORTIMENT



**MAMMUT**  
SWISS 1862

Gültig bis 31. Dezember 2020

Gutschein nur gültig auf dem Lagersortiment.  
Nicht kumulierbar. Aktionsartikel ausgeschlossen.

Eiger Sport · Bahnhofstrasse 2 · 3800 Unterseen  
Tel. 033 823 20 43 · [www.eiger-sport.ch](http://www.eiger-sport.ch)



# GUTSCHEIN

# 20%

SPEZIALRABATT AUF  
GESAMTEM LANGLAUF HARTWAREN-  
UND TEXTIL-SORTIMENT

Gültig bis 31. Dezember 2020

Gutschein nur gültig auf dem Lagersortiment.  
Nicht kumulierbar. Aktionsartikel ausgeschlossen.

Eiger Sport · Bahnhofstrasse 2 · 3800 Unterseen  
Tel. 033 823 20 43 · [www.eiger-sport.ch](http://www.eiger-sport.ch)



# GUTSCHEIN

# CHF 10

FÜR SKI- ODER  
SNOWBOARD-SERVICE  
AB CHF 45.-

Gültig bis 31. Dezember 2020

Pro Ski-/Snowboard-Service kann nur 1 Gutschein eingelöst werden.

Eiger Sport · Bahnhofstrasse 2 · 3800 Unterseen  
Tel. 033 823 20 43 · [www.eiger-sport.ch](http://www.eiger-sport.ch)



# GUTSCHEIN

# 20%

SPEZIAL-  
RABATT AUF  
GESAMTEM  
MAMMUT BEKLEIDUNGS-SORTIMENT



**MAMMUT**  
SWISS 1862

Gültig bis 31. Dezember 2020

Gutschein nur gültig auf dem Lagersortiment.  
Nicht kumulierbar. Aktionsartikel ausgeschlossen.

Eiger Sport · Bahnhofstrasse 2 · 3800 Unterseen  
Tel. 033 823 20 43 · [www.eiger-sport.ch](http://www.eiger-sport.ch)



# GUTSCHEIN

# 20%

SPEZIALRABATT AUF  
GESAMTEM LANGLAUF HARTWAREN-  
UND TEXTIL-SORTIMENT

Gültig bis 31. Dezember 2020

Gutschein nur gültig auf dem Lagersortiment.  
Nicht kumulierbar. Aktionsartikel ausgeschlossen.

Eiger Sport · Bahnhofstrasse 2 · 3800 Unterseen  
Tel. 033 823 20 43 · [www.eiger-sport.ch](http://www.eiger-sport.ch)





**15% Rabatt**  
auf das ganze Sortiment

(nur gültig auf Lagerware und nicht bereits reduzierte Artikel – nicht kumulierbar)  
Gültig bis 31.12.2020



Gebr. Vögel AG, Bahnhofstrasse 24, 3800 Unterseen, T 033 822 21 90, [www.haushalt-voegeli.ch](http://www.haushalt-voegeli.ch)



**KUHN  
RIKON**  
SWITZERLAND  
+

**20%**  
auf allen KUHN RIKON Pfannen

(nur gültig auf Lagerware und nicht bereits reduzierte Artikel sowie Set-Aktionen, nicht kumulierbar)  
Gültig bis 31.12.2020



Gebr. Vögel AG, Bahnhofstrasse 24, 3800 Unterseen, T 033 822 21 90, [www.haushalt-voegeli.ch](http://www.haushalt-voegeli.ch)

**PUNKTE-BON**

**+555 Superpunkte ab Einkauf CHF 55.–**

Gültig vom 30.11. bis 13.12.2020



**+555**  
SUPERPUNKTE

Bitte beachten Sie die Informationen  
auf der Rückseite.

**coop**

Für mich und dich.

62  
JAHRE



BON

Gültig bis 31.12.2020



Gebr. Vögel AG, Bahnhofstrasse 24, 3800 Unterseen, T 033 822 21 90, [www.haushalt-voegeli.ch](http://www.haushalt-voegeli.ch)

62  
JAHRE



BON

Gültig bis 31.12.2020



Gebr. Vögel AG, Bahnhofstrasse 24, 3800 Unterseen, T 033 822 21 90, [www.haushalt-voegeli.ch](http://www.haushalt-voegeli.ch)

**Einlösbar im Coop Stedtl Unterseen.**

**Bon an der Kasse abgeben und persönliche Supercard vorweisen. Bon nur einmal einlösbar. Nicht kumulierbar mit anderen Bons.**

Nicht gültig für: Spirituosen/Aperitifs, Raucherwaren, Geschenkkarten, Erlebnisboxen, Reka-Checks, Vignetten, gebührenpflichtige Kehrriechtsäcke, Gebührenmarken, Depotgebühren, Leergut, Telefonkarten, Gesprächsguthaben, Lose, Lotto/Toto, Ticketverkauf, Zeitungen/Zeitschriften, Baby Anfangsmilch, Tragtaschen, Internetshop, eingemietete Shops, Tchibo Sortiment, Weinmessen, Hauslieferdienste, Liefergebühren, Mietgeschäfte, Ersatzteile, Reparaturen, Dienst-/Serviceleistungen.



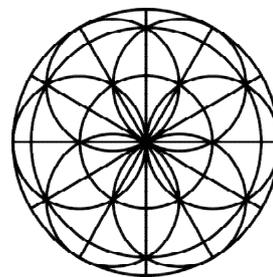
2 063000 281921

## Bon für 1 Gratis Seelenzentriertes Probe – Coaching

**Dauer:** ca. 30 Minuten  
**Wo:** Praxis beim Stedtli Zentrum Unterseen  
oder über Telefon, FaceTime, Zoom

Gültigkeit Bon: Terminvereinbarung bis 31.12.2020.

[www.seelenzentriert-interlaken.ch](http://www.seelenzentriert-interlaken.ch)



Coaching & Co.  
Stedtli Zentrum  
3800 Unterseen  
Tel 079 788 51 02



**BAMBOO**<sup>®</sup>  
& ART  
SPIRIT & LIFESTYLE

## 50% Rabatt auf alle Salzkristall-Lampen und -Windlichter.

Bon gültig bis am 31.12.2020.  
Nicht mit anderen Rabatten kumulierbar.

[www.bamboo-and-art.ch](http://www.bamboo-and-art.ch)

Bamboo & Art  
Stedtli – Zentrum  
3800 Unterseen  
Tel 033 821 28 30

# PUNKTE-BON

5x Superpunkte auf Ihren Einkaufsbetrag mit der Supercard.

Gültig vom 30.11. bis 13.12.2020



Bitte beachten Sie die Informationen  
auf der Rückseite.

**coop**

Für mich und dich.

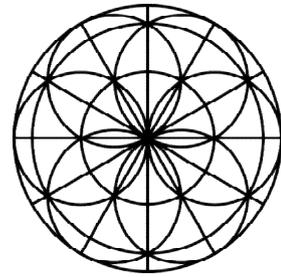
## Bon für 1 Gratis Seelenzentriertes Probe – Coaching

**Dauer:** ca. 30 Minuten

**Wo:** Praxis beim Stedtl Zentrum Unterseen  
oder über Telefon, FaceTime, Zoom

Gültigkeit Bon: Terminvereinbarung bis 31.12.2020.

[www.seelenzentriert-interlaken.ch](http://www.seelenzentriert-interlaken.ch)



Coaching & Co.  
Stedtl Zentrum  
3800 Unterseen  
Tel 079 788 51 02



**BAMBOO**<sup>®</sup>  
& ART  
SPIRIT & LIFESTYLE

## 50% Rabatt auf alle Salzkristall-Lampen und -Windlichter.

Bon gültig bis am 31.12.2020.

Nicht mit anderen Rabatten kumulierbar.

[www.bamboo-and-art.ch](http://www.bamboo-and-art.ch)

Bamboo & Art  
Stedtl – Zentrum  
3800 Unterseen  
Tel 033 821 28 30

### Einlösbar im Coop Stedtl Unterseen.

**Bon an der Kasse abgeben und persönliche Supercard vorweisen. Bon nur einmal einlösbar. Nicht kumulierbar mit anderen Bons.**

Nicht gültig für: Spirituosen/Aperitifs, Raucherwaren, Geschenkkarten, Erlebnisboxen, Reka-Checks, Vignetten, gebührenpflichtige Kehrriechtsäcke, Gebührenmarken, Depotgebühren, Leergut, Telefonkarten, Gesprächsguthaben, Lose, Lotto/Toto, Ticketverkauf, Zeitungen/Zeitschriften, Baby Anfangsmilch, Tragtaschen, Internetshop, eingemietete Shops, Tchibo Sortiment, Weinmessen, Hauslieferdienste, Liefergebühren, Mietgeschäfte, Ersatzteile, Reparaturen, Dienst-/Serviceleistungen.



2 063000 281884

The image features a festive wreath at the top with red berries and a light blue background. The text is written in a red, cursive font. At the bottom, there are three stylized light blue trees on a light blue hill.

Das Stedtli-Zentrum  
Unterseen wünscht Ihnen  
frohe Festtage!

# LAGEPLAN STEDTLI-ZENTRUM



## GESCHÄFTE IM ZENTRUM VOM STEDTLI

APOTHEKE H. BUSSE AG  
BAMBOO & ART  
BÜROBEDARF SCHAFFNER  
COOP STEDTLI UNTERSEEN  
DROPA DROGERIE GÜNTHER  
EIGER SPORT  
GEBR. VÖGELI AG ELEKTROFACHGESCHÄFT UND KÜCHENBAU  
COIFFURE HUGGLER

# Adventsfenster Unterseen



Mit Licht und Farbe die Adventszeit im Stedtli verzaubern

## Adventsfenster 2020

01	<b>OMS Schule</b>	Steindlerstr. 1
02	<b>Familie Gysi/Baur</b>	Steindlerstr. 28
03	<b>Familie Eckart</b>	Mühleholzstr. 39
04	<b>Familie Herrmann</b>	Schulhaustr. 21A
05	<b>Familie Weber</b>	Wellenacher 27B
06	<b>Spielgruppe Wärchstedtli</b>	Auf dem Graben
07	<b>Chez Laurence Stübli &amp; mehr</b>	Breite 26
08	<b>Familie Oertig und Hausbewohner</b>	Stadtfeldstr. 31
09	<b>Alle Kindergärten</b>	Unterseen
10	<b>Familie Hug</b>	Beatenbergstr. 40
11	<b>Familie König/Michel</b>	Vorholzstr. 28
12	<b>Coiffeur Daniel</b>	Seestr. 8
13	<b>Familie Röthlisberger/Fluri</b>	Chrützbacher 4b
14	<b>Familie Snijders</b>	Gurbenstr. 14
15	<b>Familie Frei/Marti</b>	Wellenacher 9
16	<b>Familie Flühmann</b>	Freihofstr. 15
17	<b>Brockenstube Frauenverein</b>	Scheidgasse 33
18	<b>Familie Kopp</b>	Wellenacher 21
19	<b>Familie Reber</b>	Lombachzaunweg 17
20	<b>Keramik Schenk GmbH/ Stefan Schenk</b>	Beatenbergstr. 7
21	<b>Familie Amstutz</b>	Freihofstr. 16
22	<b>Familie Urbaniak</b>	Steindlerstr. 50
23	<b>Familie Schwendimann</b>	Freihofstr. 17
24	<b>Kirchgemeinde Unterseen</b>	Futura



Der Vorstand vom FaVUn.

Ein aussergewöhnliches Jahr neigt sich langsam dem Ende entgegen. Es hat viel von uns gefordert und unsere Solidarität war und ist oft gefragt. Gerade deswegen möchte der Familienverein Unterseen mit dem jährlichen Adventsfenster vom 1. bis am 24. Dezember Freude in die Häuser und Gassen von Unterseen zaubern. Wir sind erfreut, denn wir konnten wieder viele Stedtli-Bewohner dafür gewinnen, ihre Fenster zu erleuchten. Sie werden mit Licht und Farbe, Abend für Abend eine freundliche und versöhnliche Stimmung in unser Dorf bringen. Wir freuen uns sehr, in der Dunkelheit die schönen Bilder und Kreationen zu entdecken und zu bestaunen.

Aus bekannten Gründen fallen leider die Umtrünke zu den jeweiligen Fenstern aus. Der übliche Besuch vom Samichlous im Wärchstedtli am 6. Dezember findet in einem angepassten Rahmen statt.

Eine schöne und lichterfüllte Vorweihnachtszeit wünscht der Vorstand vom Familienverein Unterseen

**Der FaVUn informiert laufend auf der Homepage über die Durchführung aller geplanten Anlässe.**

**FaVUn**

Mail [info@favun.ch](mailto:info@favun.ch)

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

Facebook: [@favun.ch](https://www.facebook.com/favun.ch)

# WIR EMPFEHLEN UNS FÜR IHRE WEIHNACHTSEINKÄUFE



Nudelmaschine

CHF  
119



Tellerwärmer

CHF 69  
statt  
89.90



Titlis Fonduegarnitur

CHF  
99



Aktion solange Vorrat.

Ihr Fachgeschäft mit den attraktiven Angeboten.

Besuchen Sie uns



**ZIMMERMANN**  
HAUSHALT · GESCHENKE

ZIMMERMANN AG Oberlandstrasse 3 3700 Spiez Telefon 033 654 41 41

# Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung

Wir wünschen Ihnen eine schöne Adventszeit, frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr!



## Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung und das Interesse an unseren Kursen!

Im Januar 2021 Wiederbeginn bekannter sowie neuer Kurse.

Informationen zu den Kursen finden Sie laufend auf unserer Homepage [www.vhshrb.ch](http://www.vhshrb.ch)

Schenken Sie einen Gutschein der Volkshochschule Haslital / Region Brienz - immer wieder eine tolle Idee und in jedem Betrag erhältlich.

## Information und Anmeldung

Volkshochschule Haslital/Region Brienz,  
Kirchgasse 15, 3860 Meiringen  
033 971 38 62, [www.vhshrb.ch](http://www.vhshrb.ch)



CHEZLAURENCE  
stübl&mehr

P'TITSBONHEURS  
CHEZLAURENCE

HOME  
CHEZLAURENCE

# IHR RESTAURANT @HOME

Teilen Sie zu Hause einen freundschaftlichen Moment bei einem feinen Essen.

Ob Familien-, Weihnachts- oder Neujahrseessen, **CHEZVOUS** oder **CHEZLAURENCE**, wie immer mit meinem französischen Akzent gekocht.

*Zum Ende dieses besonderen Jahres wünsche ich uns nur das Beste, ich wünsche uns, das wir Zeit mit den Menschen verbringen die wir lieben und vor allem, das wir gesund bleiben. Lasst uns solidarisches bleiben und kümmern wir uns umeinander.*

*Laurence*

BREITE 26  
3800 UNTERSEEN  
079 355 70 13

[WWW.CHEZ-LAURENCE.CH](http://WWW.CHEZ-LAURENCE.CH)



*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.



LEHRSTELLE FREI ALS  
PLATTENLEGER-/IN EFZ  
AB AUGUST 2021



EICHZUN 4, 3800 UNTERSEEN, T 033 822 35 34  
INFO@STEINER-SOEHNE.CH, WWW.STEINER-SOEHNE.CH  
AUSSTELLUNG EICHZUN 1

# 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, Adresse und Telefonnummer an:  
**Werd & Weber Verlag AG,**  
 Wettbewerb BodeliInfo/BrienziInfo, Gwattstrasse 144,  
 3645 Gwatt oder an [wettbewerb@weberag.ch](mailto:wettbewerb@weberag.ch)

*Original: Andrea Abegglen, Werd & Weber Verlag AG*

Einsendeschluss: Freitag, 11. Dezember 2020

## Lösung November



**Gewinner**  
 Neuhaus Carola, Brienz

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



## Für Muskeln und Gelenke

Chinamed Emulsion  
250ml

CHF **32.90**



**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



THOMAS RUBIN  
BESTATTUNGSDIENST



Begegnungs-  
quelle



Sonja Binoth  
Thomas Rubin

Amman-Hofer-  
Platz  
Jungfraustr. 45  
3800 Interlaken  
033 823 30 35

[thomasrubin.ch](http://thomasrubin.ch)

[begegnungs-  
quelle.ch](http://begegnungs-<br/>quelle.ch)



«Ich kann einfach nicht glauben,  
dass sie nicht mehr da ist.»

Wir nehmen uns Zeit für Gespräche.

**SAVE THE DATE!**



**JETZT ANS  
SCHENKEN  
DENKEN**

**5. + 6.12.2020**

**GROSSE WEIHNACHTSAUSSTELLUNG**

**20% AUF ALLES\***

**6.12. 14 - 16 UHR SAMICHOUS**

\*EXKL. DIENSTLEISTUNGEN, GUTSCHEINE, GAS, BC-CARD

Öffnungszeiten:

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

Untere Bönigstrasse 46 3800 Interlaken [www.boedeli-center.ch](http://www.boedeli-center.ch)

Ein Bereich der SEEBURG-Gruppe Interlaken [www.seeburg.ch](http://www.seeburg.ch)

AUSFAHRT  
INTERLAKEN  
OST



# Brienzersee- Fun-Run 2020



Eine Hochzeit als krönenden Abschluss



Nadja Imfeld und Martin Ettl  
bei der Preisübergabe



Der Auftakt vom OK Brienzersee-  
lauf

Anstelle des jährlich stattfindenden Brienzersee-  
laufs wurde aufgrund der aktuellen Situation mit dem Fun-  
Run ein Alternativprogramm angeboten. Die unter-  
schiedlichen LäuferInnen, ob gross oder klein, Profispor-  
tler oder Hobbyläufer konnten vom 10. August 2020 bis  
10. Oktober 2020 die ausgeschilderte 10km Strecke ab-  
solvieren und damit den Brienzersee-  
lauf als einer der  
ältesten Langstreckenläufe der Schweiz auch im Jahr  
2020 aufrechterhalten. Wöchentlich durften sich die Teil-  
nehmerInnen auf die Verlosung des Wochenpreis freuen  
und am Schluss fand die grosse Preisverlosung der drei  
Hauptgewinne statt, welche von den Sponsoren Schilt-  
hornbahnen, Bank EKI und Luftseilbahn Wengen-Männ-  
lichen offeriert worden sind.

Der Startschuss für den Fun-Run machte das OK Brienzer-  
see-  
lauf, indem es die Strecke am 10. August 2020 selbst  
absolvierte. Anschliessend wurde die Strecke von Wal-  
kerInnen, WanderInnen und LäuferInnen rege gebraucht.  
Über 150 Teilnehmer durften verzeichnet werden und  
die Reaktionen waren durchwegs positiv. Einige fleis-  
sige TeilnehmerInnen absolvierten den Lauf bis zu 10-  
mal. Die schnellste Zeit gelang bei den Herren Gerhard  
Zeller mit 37:10 und bei den Damen Christina Gruber  
mit 37:09, beide vom Team Eiger Sport. Das OK gratu-  
liert zu diesen hervorragenden Leistungen.

Die drei Hauptgewinne gingen an Philipp Summermat-  
ter, Interlaken (Fahrt aufs Schilthorn für 2 Personen), Do-  
menic Badertscher, Matten (Fahrt auf dem Freiluftbalkon  
der Wengen-Männlichen-Bahn) und Nadia Imfeld, Gis-  
wil (Goldvreneli).

Der Höhepunkt des Brienzersee-Fun-Runs 2020 war die  
Hochzeit von Nadja Imfeld und Martin Ettl die am 10.  
Oktober 2020, dem Tag des eigentlichen Brienzersee-  
laufs, stattfand. Dies haben sie dem OK Brienzersee-  
lauf anlässlich der persönlichen Preisübergabe erzählt. Ge-  
nau an diesem bereits besonderen Tag wurde Nadja Im-  
feld bei der Preisverlosung als Gewinnerin des Goldvren-  
nelis gezogen. Damit fand die diesjährige Laufveranstal-  
tung einen rundum erfreulichen Abschluss.

Das OK BSL bedankt sich herzlich bei den Sponsoren  
und Freunden des Brienzersee-  
laufs, allen TeilnehmerIn-  
nen des Fun-Runs und freut sich auf ein Wiedersehen  
beim 65. Brienzersee-  
lauf am 16. Oktober 2021.

**Brienzersee-  
lauf**  
[www.brienzersee-  
lauf.ch](http://www.brienzersee-<br/>lauf.ch)



**wenger**

holzbau ag

3800 unterseen

3613 steffisburg

Zimmereiarbeiten  
Umbau/Renovationen

wenger holzbau ag

Lehnweg 7

3800 Unterseen

T 033 826 63 50

wenger holzbau ag

Töpferweg 16

3613 Steffisburg

T 033 439 08 70

wengerholzbauag.ch

# Hier spielt die Musik.

In der Geigenbauschule Brienz konnten wir uns dank unserer Vielseitigkeit Gehör verschaffen.

frutiger  sarbach

akupunktur und osteopathie



bernhard frutiger  
naturheilpraktiker mit eidg. diplom  
fachrichtung akupunktur tcm

akupunktur

- sanfte und nachhaltige therapie
- behandelt organstörungen
- beschwerden am bewegungsapparat
- reguliert die psyché
- fragen sie uns, wir beraten sie gerne

im zentrum von interlaken  
marktgasse 21, 3800 interlaken  
tel. 033 821 61 56  
www.frutiger-sarbach.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



Untere Bönigstrasse 46  
3800 Interlaken  
www.boedelibrocki.ch



# Wer ist unsere Dezember-Person aus Interlaken?



## Gewinnen Sie!

Wir verlosen 4x  
das Buch «Bärner Bäre»



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

**Einsendeschluss:** Freitag, 11. Dezember 2020  
Die Gewinner werden im nächsten Heft veröffentlicht.

## Auflösung Wettbewerb November

Die gesuchte Person war:  
Karin Muther, Brienz

## Herzliche Gratulation den Gewinnern:

Anny Dutly, Interlaken  
Andrea Hottinger, Iseltwald  
Hanspeter Huggler, Brienz  
Christoph Sägesser, Mägenwil

◆ BETTEN ◆	◆ BÖDEN ◆	◆ VORHÄNGE ◆
 Foto: ©Christian Fischbacher Co. AG	 Foto: Hain	 Foto: ADO Goldkante

# ◆ FLÜBO ◆

Haus für schönes Wohnen

eidg. Dipl. Bodenlegermeister  
Hauptstrasse 109 · 3855 Brienz

Tel. 033 951 19 64  
www.fluebo.ch



# GONG TCM

Praxis für chinesische Medizin

Alpenstrasse 36, 3800 Interlaken  
Telefon 033 525 08 18  
[www.gongtcm.ch](http://www.gongtcm.ch)

Bahnhofstrasse 20, 3800 Interlaken  
Telefon 033 525 38 08  
[www.gongtcm.ch](http://www.gongtcm.ch)

Von den Zusatzversicherungen  
der Krankenkassen anerkannt.

## GUTSCHEIN

für eine kostenlose Zungen- und  
Puls-Diagnose.

(Gültig für 1 Monat ab Dezember 2020)



WIR SIND FÜR SIE DA!

**RÄUMUNGEN, UMZÜGE,  
GRUNDREINIGUNG,  
ABHOLSERVICE & DEMONTAGE**

SCHNELL & ZUVERLÄSSIG: TELEFON 033 845 84 27

WIR BIETEN IHNEN AUCH  
**WOHNUNGS-  
ENDREINIGUNG**  
MIT ABNAHMEGARANTIE



**BÖDELI  
BROCKI**

Untere Bönigstrasse 46 3800 Interlaken [www.boedelibrocki.ch](http://www.boedelibrocki.ch)  
Ein Bereich der SEEBURG-Gruppe Interlaken [www.seeburg.ch](http://www.seeburg.ch)

# UFEM FLUSS

restaurant-schiff

Geniessen Sie feine  
Schweizer Spezialitäten in  
unserem Restaurant-Schiff  
an der Ländte in Interlaken Ost.

## ÖFFNUNGSZEITEN

29. November 2020 bis 28. März 2021

Täglich 11–18 Uhr

MITTAGS-  
MENU:  
MO-FR

TISCHRESERVATION:

+41 79 743 73 98

Auf Anfrage öffnen wir für Gruppen  
ab 10 Personen auch gerne am Abend.

[info@schiffcatering-brienzersee.ch](mailto:info@schiffcatering-brienzersee.ch)  
[schiffcatering-brienzersee.ch](http://schiffcatering-brienzersee.ch)

Ideal für Privat-  
und Geschäftsanlässe

# Swiss Mountain Market

Der Swiss Mountain Market ist der Laden für regionale Spezialitäten und Aromatherapie



## Authentisches | Originelles | Gesundes

wie Käse, Wurst, Bio-Dinkelmehl, Honig, Kräutertee, Konfitüre, Sirup, Trockenfrüchte, Gewürzmischungen und Schokolade ...

... und ebenfalls natürliche Körperpflegeprodukte wie Handcremen, Körperlotionen, Gesichtspflege, Lippenpommade, Haarschampoos etc.

Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich individuelle Geschenkvorschlage zeigen.

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch.**

## Natürliche Desinfektionsmittel selber machen

**Duftwerkstatt im Laden am  
Mittwoch, 16.12.20 um 19 Uhr**

(Anzahl Teilnehmende limitiert, Anmeldung erforderlich) [www.mountain-market.ch/0338411230](http://www.mountain-market.ch/0338411230)

Anhand von anschaulichen Beispielen werden die Herkunft, die Herstellung und die Verwendung von reinen ätherischen ölen erklärt.

Das Thema Infektionskrankheiten, Erkältungen, Abwehrstoffe etc. wird ebenfalls behandelt und Sie erfahren wie man mit Aromatherapie und dank der Nase gesund durch die kalte Jahreszeit kommt. Wir kreieren einen individuellen Desinfektions-Spray für Flächen und Räume.

## Jetzt Top- Aktuell:

- Natürliche Raum- und Händedesinfektion mit 100% reinen ätherischen ölen.
- CBD Vollspektrum Hanfol
- Hagebutten Knospenspray und Grippeteer zur Stärkung Ihres Immunsystems

## Öffnungszeiten im Dezember

manchmal früher, manchmal später  
aber immer erreichbar unter 079 713 84 03  
Dienstag bis Freitag: 14 bis 18.30 Uhr  
Samstag: 10 bis 16 Uhr

## PS: Kennen Sie die Produkte von unserem Partner von der Schweibenalp ?

Kräutersalze, Essige und Öle bereichern die eigene Küche und die der Liebsten, Kollegen und Mitarbeiter. Alle Produkte sind handgemacht und aus hochwertigen Rohstoffen hergestellt.



## Swiss Mountain Market

Höheweg 133, 3800 Interlaken  
033 841 12 30  
[www.mountain-market.ch](http://www.mountain-market.ch)



AARE JUNGFRAU AG  
HAUSWARTUNGEN

## Dr Husabwart ufem Bödeli

Sie sind Hausverwalter einer Wohnimmobilie? Sie suchen einen zuverlässigen Hauswart in der Region Berner Oberland?

### 24h Pikettdienst

Web: [www.aarejungfrau-hauswartungen.ch](http://www.aarejungfrau-hauswartungen.ch)

Mail: [hauswartungen@aare-jungfrau.ch](mailto:hauswartungen@aare-jungfrau.ch)

Tel: 033 820 99 71



akupunktur &  
osteopathie

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



Marcel Schaffer



Franz Bauer

Kammistrasse 13 • 3800 Interlaken • Telefon 033 821 14 95 • [info@ao-praxis.ch](mailto:info@ao-praxis.ch) • [www.ao-praxis.ch](http://www.ao-praxis.ch)



**SCHMIEDE AG**  
vonallmen-schmiede.ch

**Metallbau**

**Hufbeschlag**

3800 Matten-Interlaken  
Telefon 033 822 19 73

### IHR PARTNER FÜR

- Geländer
- Treppen
- Vordächer
- Balkone
- Windschutz & Trennwände
- Beschattungen usw.



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

### DU BIST WAS DU ISST...

Hast Du auch schon etliche Diäten ausprobiert und jedes Mal entmutigt aufgegeben?

Wir begleiten Dich und helfen Dir Dein Ziel zu erreichen!  
Spezialangebot beim Coaching zu zweit!

Bewegung – Ernährung – Wissen – Emotionen



[bodywork@mail.ch](mailto:bodywork@mail.ch)  
079 670 19 70



## 2. Jänner-Knacker

Die Harder-Potschete am 2. Januar 2021 ist abgesagt, aber der 2. Jänner Knacker erscheint trotzdem!



Der 2. Jänner Knacker, die satirisch-humoristische Bratig im Amtsbezirk Rameli, ist wieder im Begriff zu entstehen. Die Tage werden kürzer, die Abende länger und das Jahr 2020 neigt sich dem Ende zu. **Wir bereiten uns nicht auf den Winterschlaf vor - wir sitzen im stillen Kämmerlein und spitzen unsere Griffel!**

**Helfen Sie mit!** Kurioses aus Kuhplatten, Tragisches aus Troja, Hinterlistiges aus Hinterhardern oder Grandioses aus Grandval? Das laufende Jahr hat bestimmt für zahlreiche spannende, lustige und missratene Geschichten gesorgt. Lassen wir diese nicht in Vergessenheit geraten, sondern bringen wir sie ans Tageslicht! Mit einem Beitrag im 2. Jänner Knacker.

**Die Spielregeln:** Reime, Bilder, oder einfach nur die Wiedergabe des «Tathergangs»: Lassen Sie uns wissen, was sie in den vergangenen Monaten bewegt hat. Die Beiträge erreichen den Chefredaktoren Hardermannli (stiller Beobachter in gesunder Höhenluft) entweder per Post oder per E-Mail bis am **Montag, 7. Dezember 2020:**

[Harder-Potschete Verein](#)  
3800 Interlaken  
[knacker@harderpotschete.ch](mailto:knacker@harderpotschete.ch)  
oder via [Webformular auf www.harderpotschete.ch](#)

Aber Achtung: Ehrverletzende Beiträge und anonyme Einsendungen werden nicht berücksichtigt. Schliesslich wollen wir den Geschichtenlieferanten mit Fairness entgegenreten - denn ohne Sie gäbe es unser «Blettli» nicht!

Einmaliges Wandergebiet  
Themenweg · Monstertrotti

Winterwandern · Schlitteln  
Schneeschuhtouren



Isenfluh-Sulwald

Luftseilbahn  
Télécabline  
Cablecar

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



**Liegenschaftsverkauf.ch**  
Eine Dienstleistung  
der Sternschnuppen GmbH  
persönlich | menschlich | freundlich



- Praxiserfahrung in der Sozialberatung **und** mit Liegenschaften
- **ganzheitliche** Lösungen für ihre Wohnsituation
- unverbindliche Beratung auch zu **sozialen** Themen

078 864 95 50 | thomas.wiessner@bluewin.ch | Brienz

# Brienzer-Taxi

bis 6 Personen

- AUSFLÜGE
- HAUSLIEFERDIENST
- KURIERDIENSTE

**079 467 21 00**

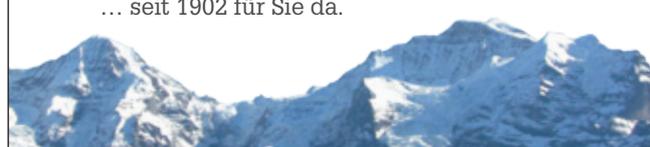
elektro  
**brunner ag**

bringt Licht ins Dunkle ...

**innovativ  
kompetent  
flexibel**

Elektro Brunner AG  
Aarmühlestrasse 23  
3800 Interlaken  
info@elektrobrunner.ch  
033 822 17 35

... seit 1902 für Sie da.




**BEO-Storen** GmbH  
Heidi und Markus Fuchs

Renggliweg 5    Telefon 033 821 24 37  
3806 Bönigen    www.beo-storen.ch

**Herzliche Grüsse zur Winterszeit**

Sonnenstoren	Sonnensegel	Pergola
Wintergarten	Lamellenstoren	Rolläden
Alufensterläden	Insektenschutzgitter	Plissees

Gerne führen wir auch Reparaturen und Tuchwechsel aus.

**BEWAL**  **Wannenwechsel**

- Bade- und Duschwannenwechsel
- Keine Beschädigung der Plättli
- Montage innert ca. 5 Stunden
- Badewannentüren
- Email-Reparaturen
- Duschtrennungen

Hanspeter Wyss | Gasse 62 | 3814 Gsteigwiler  
Telefon 033 823 38 38 | Mobile 079 396 12 17  
hanspeterwyss@quicknet.ch  
www.bewal.ch

**VERSCHENKE WOHLBEFINDEN**

Mit einem Gutschein für

- Gruppen- oder Einzeltraining
- Ernährungscoaching / Gewichtsmanagement
- BIA-Messung (Analyse der Körperzusammensetzung Muskulatur-, Fett- und Wasseranteil, Grundumsatz)

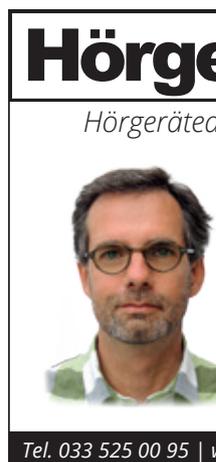


bodywork@mail.ch  
079 670 19 70



# 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

# MIR SY DERBY!

Wiehnachtschäuf i üsere Region

Shopping de Noël dans notre région

Sopping di Natale nella nostra regione

Christmas shopping in our area

Shopping de Natal na nossa área

Compras de Navidad en nuestra región



## Geschenke und vieles mehr...



Lassen Sie sich von unserer schönen Weihnachtsausstellung inspirieren!

Bei uns finden Sie sicher das passende Geschenk!

[www.haushalt-voegeli.ch](http://www.haushalt-voegeli.ch)



Gebr. Vögel AG, Bahnhofstrasse 24, 3800 Unterseen, T 033 822 21 90, [www.haushalt-voegeli.ch](http://www.haushalt-voegeli.ch)

# Weihnachtseinkäufe - in der S Fabrik -

zusätzlich zu den üblichen Öffnungszeiten  
**Montag bis Freitag 9-16h**  
öffnen wir unseren Laden am  
Samstag und Sonntag

**12.Dez & 13.Dez 10-16h**  
**19.Dez & 20.Dez 10-16h**



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

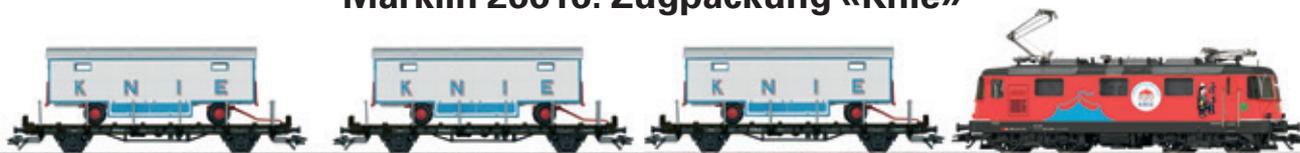
SCALA VINI-SCALA GUSTI AG  
Hauptstrasse 65 | 3706 Leissigen  
Infos unter 0338470008 oder [info@s-fabrik.ch](mailto:info@s-fabrik.ch)

# märklin

## Märklin 29199: Starterpackung «Jim Knopf»



## Märklin 26616: Zugpackung «Knie»



### MODELLEISENBAHNEN – MODELLBAU – CARRERA RENNBAHNEN UND SONSTIGE TECHN. SPIELWAREN

Wir begrüßen Sie gerne Dienstag bis Freitag 14.00 Uhr bis 18.30 Uhr und Samstag 9.00 Uhr bis 17.00 Uhr.  
im 1. Stock (Seiten-Eingang, hinter EdelWeiss' shop). Parkplätze stehen zur Verfügung.

# Bühler

Bühler AG Interlaken – Bahnhofstrasse 10 – 3800 Interlaken  
Tel. 033 822 34 33 – Fax 033 823 34 33  
[www.buehler-interlaken.ch](http://www.buehler-interlaken.ch)

## Viel Arbeit am Bildschirm?

- Kopfschmerzen
- brennende oder juckende Augen
- verschwommene Sicht



Wir bieten moderne Sehlösungen  
individuell auf Ihre  
Bedürfnisse abgestimmt



**MARTINAGLIA**  
**OPTIK**

Jungfraustrasse 7      Hauptstr. 123  
3800 Interlaken      3818 Grindelwald  
033 822 94 13      033 853 41 21  
info@martinaglia-optik.ch  
www.martinaglia-optik.ch

Wir beraten Sie gerne persönlich  
unter Einhaltung des  
Schutzkonzeptes.

Rufen Sie uns an oder  
sichern Sie sich online Ihren  
Beratungstermin

# OFFEN

*aerni*

Hair

Coiffeur im  
VICTORIA-JUNGFRAU  
Grand Hotel & Spa

Höheweg 41, 3800 Interlaken  
Tel. 033 823 26 16, [www.aernibern.ch](http://www.aernibern.ch)  
[victoria-jungfrau@aernibern.ch](mailto:victoria-jungfrau@aernibern.ch)

Spezialkonditionen für Einheimische.

KOSMETIK  
HARMONIE

## Bambus - Massage

Das Ritual stimuliert die Sinne. Bambusrohre gleiten über den Körper, bauen Spannungen ab und bringen die Vitalität zurück. Lösen das Denken vom Alltagsgeschehen, öffnet die Seele und stärkt den Körper. Ca. 1½ Std. **Fr. 127.-** (statt Fr. 140.-)



Hauptstrasse 47, 3800 Unterseen, Tel. 033 821 16 00  
[www.kosmetik-harmonie.ch](http://www.kosmetik-harmonie.ch)

Gültig bis 31.1.2021 – bitte Inserat mitbringen.

## KAFFEEMASCHINEN DEMO

FREITAG 11. – SONNTAG 13. DEZEMBER 20

Grosse Eintausch Rabatte bis 400.-



Degustieren Sie einen leckeren Espresso Macchiato oder einen aussergewöhnliche Flat White

Vom Freitag 11. Dezember – Sonntag 13. Dezember führen wir Ihnen sämtliche Kaffeemaschinen vor.

Gestalten Sie Ihr persönliches Kaffee Barista.



Elektro Geräte AG

Elektro Geräte AG  
E. & S. Vögeli  
Marktgasse 31  
CH-3800 Interlaken  
Telefon 033 822 85 88  
Telefax 033 282 84 56

# Fashion NAILS

Lory Fontana  
079 934 23 34

LEHNGASSE 10  
3812 WILDERSWIL

## Naildesign

- ☼ gepflegte Nägel und schöne Hände unterstreichen Ihre Persönlichkeit im Beruf wie im Alltag
- ☼ brüchige, gesplattene oder gar abgekaute Nägel? Das muss nicht sein!

**SCHÖNE HÄNDE – GEPFLEGTE NÄGEL – IHRE VISTENKARTE!**

Ich helfe Ihnen gerne dabei und freue mich auf Ihren Anruf!  
Besuchen Sie mich auch auf meiner Homepage [www.lorysnailart.ch](http://www.lorysnailart.ch)!

An dieser Stelle danke ich meiner Kundschaft herzlich für ihre Treue – ganz besonders in dieser schwierigen Zeit.

Trotz der aussergewöhnlichen Situation wünsche ich allen bestmögliche Feiertage und ein hoffnungsvolles, neues Jahr.

Interlake n  
**Kostüm-Verleih  
Frey**



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

# Entertainment

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

Seite Graphic Design 17

## OrthoMedio

Orthopädie Schuhtechnik GmbH

Orthopädische Einlagen | Fussberatung | Hilfsmittel  
Schuhreparaturen | Korrekturen | Bequemschuhe

### SIND IHRE SCHUHE NOCH FIT FÜR DEN WINTER ?



Filiale im Stedtzentrum Coop 1. Stock  
Bahnhofstrasse 33, 3800 Unterseen  
Tel. 033 822 14 44  
[www.orthomedio.ch](http://www.orthomedio.ch)

## elementnails

Nails | Feet | Lashes

079 378 28 35

[www.elementnails.com](http://www.elementnails.com)



## PODOLOGIE

Med. Fusspflege

Fabienne Gafner-Grossenbacher

Hälteli 393 B, 3803 Beatenberg  
079 784 96 70, [www.podologiegafner.ch](http://www.podologiegafner.ch)

ÖFFNUNGSZEITEN: Mittwoch, Freitag und Samstag  
Auch Hausbesuche möglich!



## Wellnessoase

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

T +41 33 828 88 44  
www.hotel-artos.ch



Ein Teil vom Zentrum Artos Interlaken.

# claro

FAIR TRADE

## fair handeln besser leben

claro Weltläden  
für fairen Handel

Marktgasse 46  
3800 Interlaken  
Hauptstrasse 103  
3855 Brienz

# Podologie Schläppi

Med. Fusspflege GmbH



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

**Unsere Weihnachtsangebote**  
**Diverse Fleischfondue, Filet im Teig,**  
**Wurststräusse und vieles mehr**

## Bürobedarf SCHAFFNER girsberger

GmbH

Papeterie, Büromöbel und -maschinen  
3800 Unterseen-Interlaken  
Bahnhofstrasse 5  
Telefon 033 822 74 47  
Telefax 033 822 38 47  
www.schaffner-buerobedarf.ch



Bei uns erhältlich!  
**Simplex 3D.** Drehstuhl mit dreidimensionaler Beweglichkeit -  
multifunktional und universell einsetzbar.

**Aktion: Fr. 390.-** statt 530.00  
Gültig bis 31.12.2020

## copy shop

Jungfrau Papeterie AG  
Bhend Papeterie



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

## 10% Gutscheine

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

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

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

# OEHRLI AG

Bahnhofstrasse 27a  
3800 Interlaken

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



Elektrofachgeschäft  
und Küchenbau

Wär ächt süsch!

## Kaffeemaschine ausgestiegen?

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

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



# Tiere suchen ein Zuhause

Der Tierschutzverein Interlaken sucht für Verzichttiere ein neues Zuhause



**Tierschutzverein**

Interlaken-Oberhasli



## **Kätzin Merla**

• 14 Jahre alt

Merla ist etwas schüchtern, wenn sie jemanden nicht kennt. Gerne würde sie mit ihrer Tochter Jessica zusammen in ein neues Zuhause mit Freilauf im Grünen in verkehrsberuhigten Gegend einziehen. Zwar sind die Beiden schon etwas älter, aber sie scheinen gesund und munter zu sein.

## **Kätzin Jessica**

• 13 Jahre alt

Beide sind leukosegetestet, vollständig geimpft, kastriert, gechippt

Jessica ist die Tochter von Merla. Sie ist sehr aufgeschlossen und lieb. Bei etwas älteren Personen, die viel Zeit für die beiden Damen haben, wären sie bestimmt glücklich. Wer kann ihnen noch einen schönen Lebensplatz bieten?



## **Kater Moritz**

• ca. 6 Jahre alt

Moritz ist ein vorsichtiger etwas schüchterner Kater. Leider musste die Dame, die ihn betreut hat, in ein Heim umziehen. Er braucht viel Zeit um Vertrauen aufzubauen. Wenn er aber jemanden gut kennt, ist er lieb und zutraulich. Er braucht nach der Eingewöhnungszeit unbedingt Auslauf in einer verkehrsberuhigten Gegend.

**Ein ganz herzliches Dankeschön an alle Besitzer, die einer Katze aus unserer Auffangstation ein neues liebevolles Zuhause gegeben haben. Frohe Festtage und ein gutes neues Jahr wünscht Ihnen**

Gisela Hertig mit Team



## **Kontakt**

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

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

Ihre Spende hilft den Tieren in unserer Region.  
Herzlichen Dank.

**Postfinance Konto: 87-466873-1**

# Veranstaltungen

Dezember 2020

Die Veranstaltungsdaten können für die **Ausgabe Januar 2021** bis **Freitag, 11. Dezember 2020** 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

AUFGRUND DER  
AKTUELLEN  
SITUATION SIND ALLE  
ANGABEN OHNE  
GEWÄHR!

## AUSSTELLUNG, FÜHRUNG

Jeden Mittwoch  
**Geführter Dorfundgang in Brienz**  
9.30 bis 11.30 Uhr  
Tourist Information Brienz

Jeden Mittwoch und Samstag  
**Welt der Steine**  
14 bis 17.30 Uhr, Crystallos  
Beatenberg

Jeden Donnerstag und Freitag  
**Kunstaussstellung – Hansueli Urwyler**  
16 bis 18 Uhr, IHB spectrum,  
Interlaken, urwyler-hansueli.ch

## GASTRONOMIE, KULINARIK

Freitag, 4. Dezember  
**ABGESAGT: Exklusives Candle-light  
Höhlenraclette**  
18 bis 21 Uhr, St. Beatus-Höhlen,  
[www.beatushoehlen.swiss](http://www.beatushoehlen.swiss)

Mittwoch, 9. Dezember  
**Dine & Country Night im Hotel  
Lindenhof Brienz**  
18 Uhr, [www.hotel-lindenhof.ch](http://www.hotel-lindenhof.ch)

Mittwoch, 23. Dezember  
**Dine & Gospel im Hotel Lindenhof**  
18 Uhr, Brienz, [www.hotel-lindenhof.ch](http://www.hotel-lindenhof.ch)

Donnerstag, 31. Dezember  
**Dine & Show im Hotel Lindenhof**  
18 Uhr, Hotel Lindenhof, Brienz  
[hotel-lindenhof.ch](http://hotel-lindenhof.ch)

Donnerstag, 31. Dezember  
**Silvesterparty im Gasthof Bären**  
20 Uhr, Habkern  
[gasthof-baeren-habkern.ch](http://gasthof-baeren-habkern.ch)

## GÄSTEEXKURSION, KINDERPROGRAMM

Sonntag, 6. Dezember  
**ABESAGT: Samichlous im Wildpark  
Wilpark, Brienz**

## MUSIK

Freitag, 18. Dezember  
**Sinatra Tribute Band & Kent Stetler**  
20.30 Uhr, Kunsthaus Interlaken

Montag/Dienstag, 28./29. Dezember  
**Altjahrskonzert mit Musikgesell-  
schaft Beatenberg**  
20 Uhr, Kirche Habkern

29. November 2020  
**ABGESAGT: Adventskonzert der  
Musikgesellschaft Brienz**

## LESUNG, VERSAMMLUNG, VORTRAG, KURSE

Mittwoch, 2. Dezember  
**Vortrag Kopfschmerzen/Migräne**  
18.30 bis 20 Uhr, Naturheilzentrum  
Oberland, Interlaken  
[naturheilzentrum-oberland.ch](http://naturheilzentrum-oberland.ch)

Sonntag, 6. Dezember  
**«Lesung & Musik im  
Zeichen der Baronin»**  
11 Uhr, Kunsthaus Interlaken

## MÄRKTE

28./29. November 2020  
**ABGESAGT: Weihnachtsmarkt  
Brienz**

Samstag, 5. Dezember  
**ABGESAGT: Chlouse Märit 2020**  
11 bis 19 Uhr, Beatenberg Arena,  
Beatenberg

Sonntag, 6. Dezember  
**Samichlouse Fest und  
Weihnachtsmarkt**  
17 Uhr, Hotel Milan, Ringgenberg

Jeden Samstag  
**Zwischenbächen Bio Märit mit  
lokalen Produkten**  
ab 08.30 Uhr bis 12 Uhr, Brienz

Freitag, 11. Dezember  
**Verkauf von Holzofenbrot**  
11 Uhr, Niederried

Freitag,-Sonntag, 18.-20. Dezember  
**ABGESAGT: Weihnachtsmarkt  
Interlaken**  
Höhematte, Interlaken  
[www.icemagic.ch](http://www.icemagic.ch)

21. November bis 19. Dezember  
**Winterzuaber Pop.Up 2020**  
Verschiedene Stadorte der  
Kunstobjekte, [www.icemagic.ch](http://www.icemagic.ch)

## SPORT

Montag-Sonntag, 25.-31. Dezember  
**Fackelabfahrt**  
Skilift Habkern  
[www.schneesportschule-habkern.ch](http://www.schneesportschule-habkern.ch)

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

## KIRCHE

Sonntag, 13. Dezember  
**3. Adventsgottesdienst**  
10.15 Uhr, Kirche Habkern  
[www.kirche-habkern.ch](http://www.kirche-habkern.ch)

Freitag, 25. Dezember  
**Weihnachtsgottesdienst mit  
 Abendmahl**  
 10.15 Uhr, Kirche Habkern  
[www.kirche-habkern.ch](http://www.kirche-habkern.ch)

### THEATER, BÜHNE

Freitag, 11. Dezember  
**Veronica Fusaro**  
 20 bis 22 Uhr, TOPOFF Interlaken  
[www.seeburg.ch](http://www.seeburg.ch)

### VERSCHIEDENES

Mittwoch, 9. Dezember  
**ABGESAGT: Trauercafé Interlaken**  
 19 Uhr, Stadthaus Unterseen  
[www.srk-bern.ch](http://www.srk-bern.ch)

Dienstag, 15. Dezember  
**ABGESAGT: Tanznachmittage im  
 Kursaal Interlaken**  
 14 bis 18.30 Uhr, Casino Kursaal,  
 Interlaken, [be.prosenectute.ch](http://be.prosenectute.ch)

Samstag, 26. Dezember  
**Waldweihnachten Axalp**  
 Axalp

Donnerstag, 31. Dezember  
**Glühwein & Kaffee**  
 11 Uhr, Wendeplatz Zündli,  
 Habkern

Donnerstag, 31. Dezember  
**Die Trychler ziehen durchs Dorf**  
 18 Uhr, Beatenberg

Donnerstag, 31. Dezember  
**Längster Silvester der Schweiz  
 Pauschale**  
 Interlaken, [www.interlaken.ch](http://www.interlaken.ch)

Jeden Dienstag  
**Kuhschnitzen in Hofstetten**  
 ab 18 Uhr, Fuchs Holzschnitzkurs  
[www.fuchs-holzschnitzkurse.ch](http://www.fuchs-holzschnitzkurse.ch)

Jeden Mittwoch  
**Schach- und Spielabend in Brienz**  
 ab 19 Uhr, Spielhotel Sternen  
[www.spielakademie.ch](http://www.spielakademie.ch)

Montag – Samstag  
**Live-Schnitzen in Brienz**  
 9 – 12 Uhr / 13.30 – 17 Uhr  
 Samstags nur bis 16 Uhr  
[www.huggler-holzbildhauerei.ch](http://www.huggler-holzbildhauerei.ch)

Täglich auf Anfrage  
**Lamatrekking Jungfrauregion**  
 Interlaken  
[www.lamatrek-jungfrauregion.ch](http://www.lamatrek-jungfrauregion.ch)

Täglich ab 30. November  
**Hot Pot Brienz**  
 17 – 22 Uhr, Cholplatz  
[www.hotpot-brienz.ch](http://www.hotpot-brienz.ch)

Sonntag, 17. Januar  
**Tageskurs Access Bars**  
 9.30 bis ca. 17.30 Uhr, Praxis Thera-  
 apeutische Begleitung, Unterseen

## Liebe Inserentinnen und Inserenten Liebe Leserinnen und Leser



Wir wünschen Ihnen eine wunderschöne, besinnliche  
 Weihnachtszeit und ein zufriedenes neues Jahr.

Herzlichen Dank für die Treue im 2020!

Werd & Weber Verlag AG  
 BödeliInfo- und BrienzInfo-Team

### Impressum

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

Herausgeber/Realisation/Datenannahme für alle  
 Beiträge/Inserate/Vereine Werd & Weber Verlag AG,  
 Andrea Abegglen, Julian Spycher, Gwattstrasse 144,  
 3645 Gwatt, Tel. 033 336 55 55, Fax 033 336 55 56,  
[boedeli-info@webverlag.ch](mailto:boedeli-info@webverlag.ch)

Leitung BödeliInfo/BrienzInfo, Inserate und  
 Gewerbeseiten Andrea Abegglen, Tel. 033 336 55 55,  
[boedeli-info@webverlag.ch](mailto: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 Lorenz Krebs  
 Foto Andrea Abegglen, Werd & Weber Verlag AG,  
 Gwatt/Thun

Druck Swissprinters AG  
 ISSN 1662-0984  
 Auflage 20900 Expl.

Erscheinungsweise 12 x jährlich, Ausgabe Januar 21  
 erscheint am Donnerstag, 31. Dezember 2020.  
 Beiträge per Mail an: [boedeli-info@webverlag.ch](mailto:boedeli-info@webverlag.ch)

Annahmeschluss: Freitag, 11. Dezember 2020  
 Alle Beiträge erscheinen auch im BrienzInfo

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



Als Gratis-App für iPhone und iPad



Wandern gehört zu den Lieblingsbeschäftigungen von Ines Roth-Bütikofer.

## «Die VHS ist die anerkannte Trägerin der Erwachsenenbildung in unserer Region.»

Die Kurse der Volkshochschule Haslital / Region Brienz richten sich an alle Menschen aus allen sozialen Schichten und Altersstufen, denn man hat nie ausgelernt

### Frau Roth-Bütikofer, Sie sind seit über drei Jahren die Geschäftsstellenleiterin der Volkshochschule Haslital / Region Brienz. Seit wann gibt es die VHS?

Die Volkshochschule Haslital / Region Brienz ist ein im Jahr 1967 gegründeter Verein, welcher Weiterbildungskurse organisiert. Die VHS ist die anerkannte Trägerin der Erwachsenenbildung in der Region.

### In welchen Bereichen bietet die Volkshochschule Kurse an?

Wir bieten Kurse in den Bereichen Sprachen, Arbeitswelt, Fitness/Bewegung, Praktisch/Kreativ, Medien/ Informatik, Gesellschaft und Vorträge an.

Sehr beliebt ist zurzeit der Jahreszeit entsprechend der Kurs «Adventskranz aus Naturmaterialien» oder die «Handlettering» Kurse, in welchen man die Buchstaben zum Tanzen bringt. Neu im Programm ist «Biografie schreiben – über sich oder andere». Wir konnten den Kurs mit 5 Personen starten. «Fit für die Stellensuche» haben wir ebenfalls neu in unser Programm aufgenommen und konnte durchgeführt werden.

### Anhand von welchen Kriterien werden die Themen neuer Kursangebote ausgesucht?

Wir haben keine bestimmten Kriterien, welche erfüllt werden müssen, damit wir einen Kurs organisieren. Die

Geschäftsstelle muss aber präsent und nahe bei den Teilnehmenden und Kursleitenden sein, damit die Bedürfnisse der Kurse bekannt sind und man dementsprechend organisieren kann.

Unsere Aufgabe ist es, ein vielfältiges Programm für die Bevölkerung anzubieten. Damit man «vor der Haustür» Kurse besuchen kann und nicht extra einen weiten Weg und die damit verbundenen Kosten auf sich nehmen muss. Dies stellt uns immer wieder vor die Herausforderung, eine kompetente Kursleitung aus der Region für die Kurse zu finden. Wenn es nicht möglich ist, machen wir uns auf die Suche von ausserhalb. Momentan sind circa 20 Kursleitende im Einsatz,

welche ihr Wissen mit viel Freude und Engagement an die Teilnehmenden weitergeben.

### **An wen richten sich eigentlich die Angebote der VHS?**

Die Bildungsangebote sind für alle Menschen aus allen sozialen Schichten und Altersstufen geeignet, ganz im Sinne des lebenslangen Lernens. Man hat ja bekanntlich nie ausgelernt! Dadurch hat die Volkshochschule Haslital / Region Brienz eine wichtige Funktion für die Bevölkerung in der Region.

### **Wann beginnen die Kurse jeweils und wie lange dauert ein Kurs in der Regel?**

Die Kurse finden immer quartalsweise statt. Das heisst, sie beginnen jeweils nach den Ferien. Die Dauer der Kurse ist unterschiedlich. Die Sprach- und Bewegungskurse dauern meist ein ganzes Quartal, während die Kurse in anderen Bereichen 3 bis 4 Mal stattfinden oder einmal.

Da wir über kein Kursprogramm in Papierform mehr verfügen, veröffentlichen wir unsere Kurse im Brienz / BödeliInfo und im Amtsanzeiger Oberhasli. So erreichen wir

## «Die Volkshochschule hat eine wichtige Funktion für die Bevölkerung in der Region.»

die ganze Bevölkerung der Region und es hat den Vorteil, dass wir auch kurzfristig Kurse in unser Programm aufnehmen können. Ebenfalls versenden wir einen Newsletter, damit wir auf neue Kurse oder freie Plätze hinweisen können.

### **Und wo finden die Kurse der VHS statt?**

Beiträge erhalten wir von den Gemeinden Meiringen, Hasliberg, Guttannen, Innertkirchen / Gadmen, Schattenhalb, Brienzwiler, Hofstetten und Schwanden, mit welchen wir Leistungsvereinbarungen abgeschlossen haben. Deshalb ist es uns auch wichtig, wenn möglich in den jeweiligen Gemeinden Kurse anbieten zu können.

Für uns sind die Gemeinden eine wertvolle finanzielle Unterstützung. So haben wir die Möglichkeit, für die Bevölkerung kostengünstige Kurse anbieten zu können.

### **Erhält die Volkshochschule noch weitere finanzielle Unterstützung?**

Die Kraftwerke Oberhasli AG sind ebenfalls ein wichtiger und wertvoller Sponsor und Ausbildungspartner. Ebenso beteiligt sich die Raiffeisenbank Region Haslital / Brienz als Sponsor. Die Mitglieder der Raiffeisenbank können von Ermässigungen bei den Kursen profitieren.

Weitere wichtige Einnahmen erhalten wir durch unsere Mitgliederbeiträge. Durch die Mitgliedschaft profitieren Kundinnen und Kunden von einer Ermässigung des Kursgeldes. Wir freuen uns über jedes neue Mitglied der Volkshochschule.

### **Was macht die Volkshochschule Haslital / Region Brienz besonders, was zeichnet sie aus?**

Die Volkshochschule Haslital / Region Brienz ist, im Vergleich zu anderen Volkshochschulen, eher klein und deshalb persönlich. Man ist

Ines Roth-Bütikofer

Jahrgang: 1976

Zivilstand: verheiratet, 2 Söhne

Hobbys: Volleyball, Skifahren, Fotografieren, Wandern

Beruflicher Werdegang: Schulen im Haslital, KV Ausbildung beim Tourismusverein Hasliberg, Sprachaufenthalt in England, Mitarbeiterin Rezeption Sporthotel Sherlock Holmes, Reisebürofachschule, Mitarbeiterin Incoming Reisebüro Jungfrau Tours, Leiterin Tourist Info Hasliberg, Mitarbeiterin Volkshochschule Haslital / Region Brienz, seit 3 ½ Geschäftsstellenleiterin

Webseite: [www.vhshrb.ch](http://www.vhshrb.ch)



essbare Pflanzen	▼	Flussland-schaft i. Kt. Bern	Hauptstadt Chinas	▼	Mani-küre-gerät	▼	Possen-reisser; Tor	Abk.: Licht-schutz-faktor	Berg der Albis-kette, Uetliberg	Gelege	Ort im Unter-engadin (dt. Name)	▼	englisch: Stein	germa-nisches Schrift-zeichen				
span. Stoss-degen	▶						Kron-leuchter	▶										
Schweizer Kompon. u. Maler † 1990	▶				Tessiner Bauern-haus	▶					2		Fluss in Spanien					
Kehrt-wendung	▶						die Haare trocken	▶	9									
Schweizer Kaba-rettist (Vorname)	▶				<div style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 10px; text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">Adventsschiff Brienzersee</h2> <p style="margin: 0;"><b>Sonntags vom 29. November bis 20. Dezember 2020</b></p> <p style="margin: 0;">Interlaken Ost ab 11.07 Uhr Brienz an 12.20 Uhr Brienz ab 12.40 Uhr Interlaken Ost an 13.53 Uhr</p> <p style="margin: 0;">Interlaken Ost ab 14.07 Uhr Brienz an 15.20 Uhr Brienz ab 15.40 Uhr Interlaken Ost an 16.53 Uhr</p> <p style="margin: 0;"><b>Mehr Infos</b> <a href="http://bls.ch/winterschiff" style="color: white;">bls.ch/winterschiff</a></p> </div>							5						
Speise-würze	▶		7											Feld-frucht		Kahn, Nachen		Berner Wappen-tier
Quartier in Zürich	▶													Vor-nehm-tuer (engl.)	▶			
Ort im Unter-engadin	Sach-vortrag		unge-setzlich											Einstand beim Tennis (engl.)		Kf.: Eidg. Material-prüfungs-anstalt		engl.: prost!
▶	▼		▼															10
Unter-arm-knochen	▶		8											in höherem Grade	▶			3
Gerät zum Fächeln		österr. Klein-gewicht		Strand bei Ven-edig										Abk.: Kantons-spital St. Gallen		Stadt im Kanton Bern		Ferienort im Berner Oberland
▶	6									nieder-länd.: eins	Ort bei Brig (VS)		Auto-kenn-zeichen Jemen	Strom-leitung	▶			
Spiel-leitung bei Film und TV	▶										Regional-stadt zwi-schen Biel und Bern	▶			1	ein Insel-europäer		12
Hochschule	▶	11												Stadt am Rhein (SH)	▶			
Ab-schnitt	▶				4	Dunst-glocke über Städten	▶				Schienen-trieb-wagen	▶						

# Knobeln Sie mit!

Wir verlosen 1 Tageskarte der BLS im Wert von Fr. 102.-

Talon einsenden an Weber AG, Kreuzworträtsel BodeliInfo/ BrienzInfo, Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt. Oder schreiben Sie uns eine E-Mail mit dem Lösungswort sowie Ihrem Namen und Adresse an: [wettbewerb@weberag.ch](mailto:wettbewerb@weberag.ch).  
**Teilnahmeschluss:** Freitag, 11. Dezember 2020.  
 Die Lösung finden Sie in der nächsten Ausgabe.  
 Wir wünschen viel Spass!

Lösungswort November: Advent  
 Gewinner: Marialouise Keller, Matten

## Lösungswort Kreuzworträtsel Dezember 2020

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

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

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

näher an den Kursteilnehmenden und kann so für möglichst alle Interessengebiete Kurse anbieten. Rückmeldungen der Teilnehmenden sind uns wichtig, damit wir die Qualität der Kurse und die Zufriedenheit überprüfen und verbessern können.

Es ist uns wichtig, dass wir viele verschiedene Angebote in unser Programm aufnehmen können, damit die Bevölkerung möglichst in der Nähe von unserer Vielfalt profitieren kann. Ebenfalls organisieren wir auch firmenspezifische Kurse, welche wir bereits für verschiedene Branchen durchführen durften.

**Frau Roth-Bütikofer, vielen Dank für das Gespräch. Eine letzte Frage noch: Was gefällt Ihnen besonders gut an Ihrer Stelle bei der Volkshochschule Haslital / Region Brienz?**

Es sind viele unterschiedliche Sachen. Die Organisation der Kurse, der Kontakt mit verschiedenen Leuten, der Austausch mit den Kursleitenden / Teilnehmenden, Lösungen zu finden, wenn es kurzfristig Änderungen gibt. Es stehen immer neue Herausforderungen an. Dies macht die Arbeit spannend und abwechslungsreich. Und natürlich die Zusammenarbeit mit meiner Mitarbeiterin Daniela Tanner-Hunziker, welche mich auf der Geschäftsstelle

**«Wir freuen uns über jedes neue Mitglied der Volkshochschule.»**

unterstützt, sowie mit dem Vorstand im Strategischen Bereich.

Wir setzen uns mit Überzeugung für den Erhalt der Weiterbildungsinstitution Volkshochschule Haslital / Region Brienz in unserer Region ein.



**Bild:** Mit der Unterstützung ihrer Kollegin Daniela Tanner-Hunziker leitet Ines Roth-Bütikofer die Geschäftsstelle der VHS.

### Anekdote

Im Haslital war Altjahrswoche. Ich war mit ein paar Frauen im Ausgang, die Stimmung war lustig. Plötzlich ertönte im Restaurant wunderschöner Jodelgesang der Jodelgruppe Engelhoore, welche ebenfalls im Ausgang war. Sofort wollten wir mit einstimmen und mitsingen – doch bald merkten wir, dass uns nicht alle Strophen der Lieder bekannt waren. Das ärgerte uns und ich fragte eine der Frauen, ob es nicht möglich wäre, einen Kurs an der Volkshochschule anzubieten? Und schon war die nächste Kursidee «geboren»: Der Kurs «Zämä Mundart-Ledleni singe» wurde gut besucht!

Text: Anja Rüdin

Bilder zvg: Volkshochschule Haslital / Region Brienz

# Winterschlaf, bitte!

Winterschlaf oder dickes Winterfell: Es braucht derzeit ausgefeilte Strategien um möglichst gelassen und freundlich mit den aktuellen Widrigkeiten in der Welt umzugehen.



Irene Thali  
Interlaken

«In a world that has decided, that it's going to lose its mind - be more kind, my friends, try to be more kind.» Diese Liedzeile des britischen Singer-Songwriters Frank Turner ist seit diesem Frühjahr mein Mantra. Je kürzer die Tage, je absurder die Situation vor der eigenen Haustüre und in den Zeitungsspalten, umso mehr wiederhole ich diese Zeile immer und immer wieder still und leise für mich in meinem Kopf. Freundlicher zu sein, besonders in turbulenten Zeiten wie diesen, hört sich nach einer simplen Sache an, erweist sich jedoch oft als grosse Herausforderung.

Die Situationen, in denen ich tief durchatme und langsam bis zehn zähle, häufen sich, trotz der Tatsache, dass meine sozialen Kontakte (nicht nur) aufgrund bundesrätlicher Verordnung immer seltener werden. Das Nervenkostüm gleicht dieser Tage eher einem abgewetzten, ausgetragenen Übergangs-Jäckchen als einem dicken Wollmantel. Wünschenswert wäre «es bunkerdicks Fäu», wie es Büne Huber von Patent Ochsner besingt: «I bsorge mir no schnäu, es bunkerdicks Fäu, wo mi unverletzbar macht u wo mi schützt - vor däm Bluetbadbullschittläärloufmagerquark.» Womit wir beim nächsten Song wären, der in meiner Hitliste 2020 einen Spitzenplatz erreicht.

2020 macht es einem wirklich nicht einfach, dem allgegenwärtigen «Bluetbadbullschittläärloufmagerquark» mit mehr Freundlichkeit zu begegnen und ich habe die Befürchtung, dass sich 2021 da vorerst nahtlos anschliessen wird. Einen sicheren Tipp, wie es sich damit besser umgehen lässt, gibt es nicht. Natürlich könnte man den Newskonsum komplett einstellen und sich mit genügend Nahrung und Klopapier für den Rest des Winters in eine

einsame Berghütte in den Winterschlaf zurückziehen und auf irgendeinen Frühling warten. Glauben Sie mir, ich habe diese Lösung schon ein paar Mal in Betracht gezogen, sie scheint mir jedoch wenig praktikabel. Der Rat vom Baselstädtischen Kantonsarzt Thomas Steffen klingt weniger extravagant, dafür sinnvoller: Schaffen Sie sich Ruheinseln im Alltag. Diese Idee ist nicht grundsätzlich neu, noch viel weni-



**«2020 macht es einem wirklich nicht einfach, dem allgegenwärtigen «Bluetbadbullschittläärloufmagerquark» mit mehr Freundlichkeit zu begegnen.»**

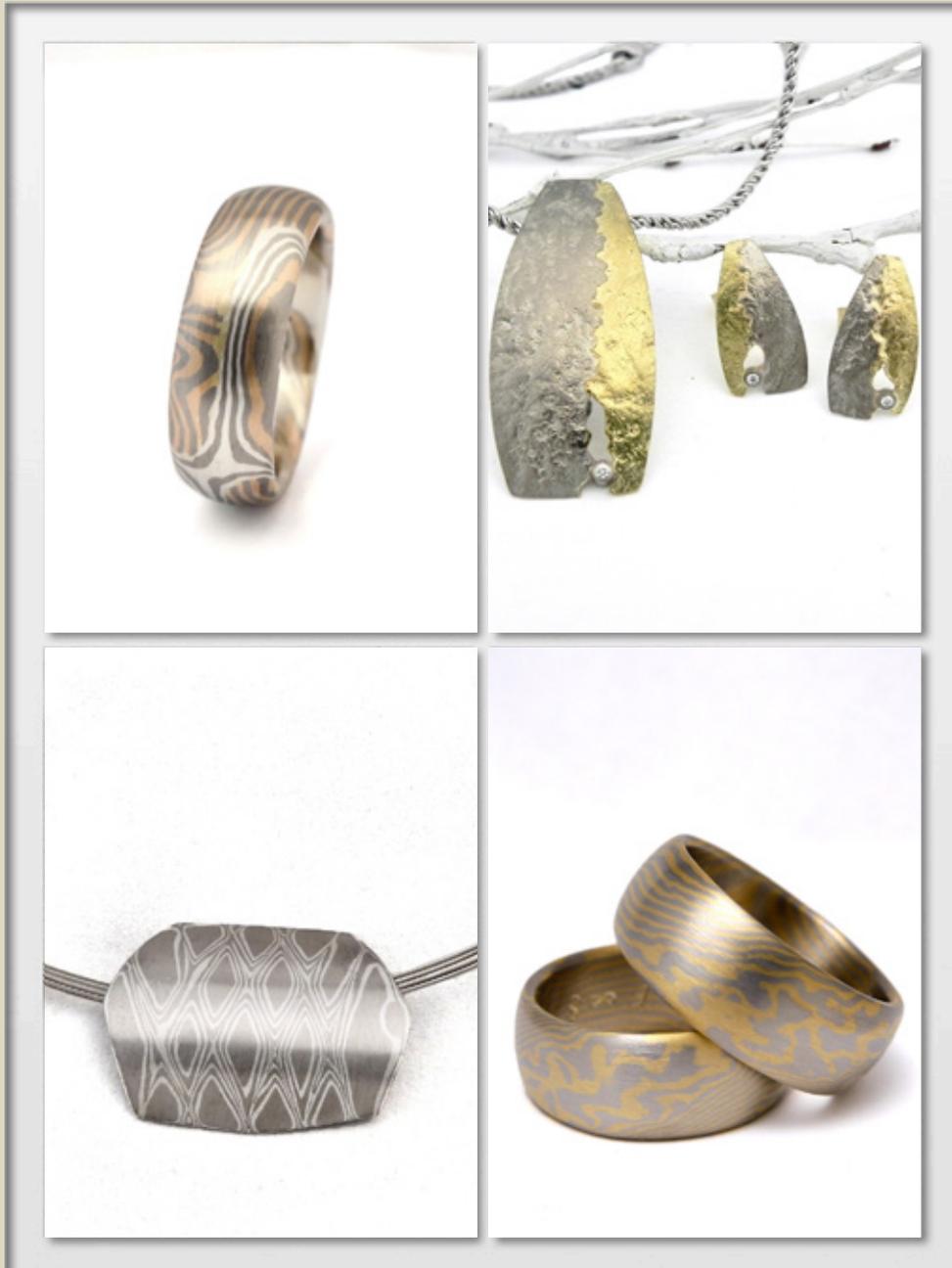


ger sollte sie nur im Umgang mit Viren zur Anwendung kommen. Wenn Sie auf Ihrer Ruheinsel, sei das nun mit einem guten Buch auf dem Sofa oder mit der richtigen Musik in voller Lautstärke aufgedreht, die Wogen und Wellen der verrückten Welt an sich vorbeiziehen lassen, klappt es auch mit der Freundlichkeit. Zuerst einmal tun Sie sich etwas Gutes und da bekanntlich jede Reise bei sich selbst anfängt, fällt es hoffentlich auch leichter, diese Haltung und neu gewonnene Freundlichkeit gegen aussen zu tragen.

Ich werde mir künftig mehr Ruheinseln gönnen: Diese will ich nicht bis in alle Nacht Kolumnenentwürfe schreibend und wieder verwerfend verbringen, weshalb sie heute an dieser Stelle das letzte Mal von mir lesen. Vielen Dank an Sie, liebe Leserinnen und Leser, dass sie mich die letzten drei Jahre ertragen haben und vielen Dank an die Verantwortlichen des Bödeli Infos für die Plattform! Auf meinem Blog [hirnflimmern.ch](http://hirnflimmern.ch) können Sie weiterhin von mir lesen, wenn Sie möchten - ohne Deadline und fixen Erscheinungstermin.



# *Goldschmiede Habluetzel*



*Leidenschaft für Feuer und Form*

Marktgasse 35 Interlaken [www.goldschmiede-habluetzel.ch](http://www.goldschmiede-habluetzel.ch) [www.kamoga.ch](http://www.kamoga.ch)

