



Sandro Häsler

«Selber Musik zu kreieren,
ist etwas Grossartiges.»

SEITE 6

Frühzeitig planen!

Jetzt Termin vereinbaren und gelassen in die Zukunft gehen. Kümmern Sie sich frühzeitig um das Leben nach der Pensionierung, damit Sie den Ruhestand unbeschwert geniessen und den gewohnten Lebensstandard weiterführen können.

Mit uns haben Sie einen zentralen Ansprechpartner für alle Ihre Bank-, Vorsorge- und Versicherungsfragen.

Michel Favri
Finanzplaner



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

mehr Zins
spesenfrei zahlen
mehr Ertrag
Bonus für Sie
Ruhestand geniessen
optimal versichert

= Ihr Gesamtnutzen

Hier spielt die Musik

Die Musikschule Oberland Ost (MSO) ist zu einer Bildungsinstitution geworden, an der sich andere Musikschulen orientieren.

Die MSO feiert in diesem Jahr ihren 40. Geburtstag. Sie ist zu einer modernen und selbstbewussten «Persönlichkeit» herangewachsen, die mehr bietet als «nur» Musikunterricht. In ihr wirken 37 motivierte Lehrpersonen, die ihre Kompetenzen einbringen können.

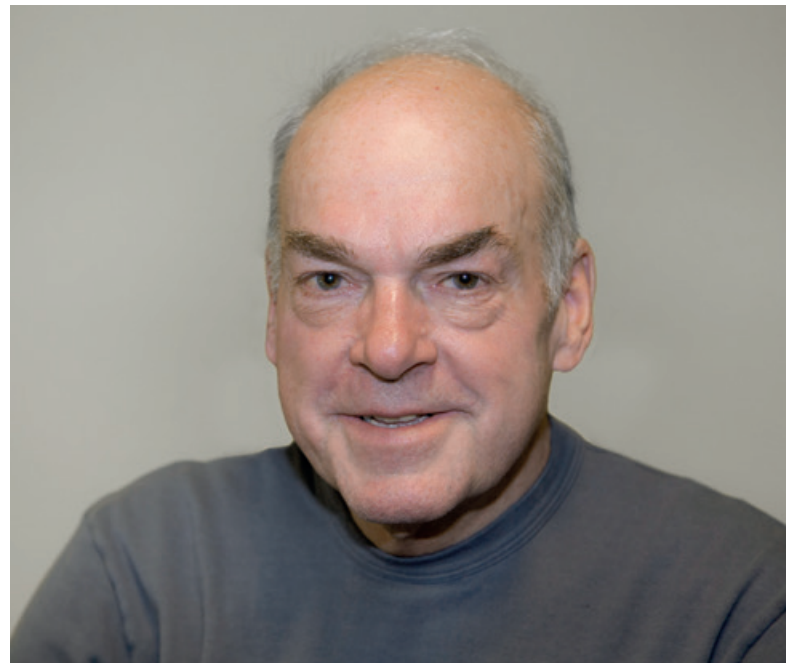
Viele Menschen engagierten sich Jahre lang dafür, dass die MSO zu dem wurde, was sie heute ist: Eine Musikschule, an der sich andere orientieren. Wohl deshalb wurde die Schweizerische Musikzeitung auf sie aufmerksam und veröffentlichte ein grosses Interview mit Schulleiter Sandro Häsler, der so manche Idee effektiv umsetzt. Unter seiner Leitung wurde die MSO ISO-zertifiziert und ist heute eine von nur sechs der 28 Musikschulen im Kanton Bern, die über dieses Qualitätslabel verfügen.

Neue Wege geht Häsler auch in Sachen Organisationsentwicklung. Er fördert die sogenannte Selbstorganisation, welche Interessen und Fähigkeiten der Lehrpersonen einbezieht. Die dadurch freigesetzte Motivation trägt zur Steigerung der Unterrichtsqualität bei. Neue, schülerorientierte Formen schliessen die Lernenden mit ein. Das bedeutet, dass Lehrpersonen individuell auf deren Lerntempo, Wünsche und Möglichkeiten eingehen können und damit die Begeisterung am Musikmachen unterstützen. Begabte Jugendliche werden explizit gefördert

und können sich freiwillig einem Stufentest unterziehen. Die Begabtenförderung wird in Zusammenarbeit mit den umliegenden Musikschulen angeboten. Und: Als eine der ersten Musikschulen des Kantons hat die MSO Angebote für beeinträchtigte Menschen im Programm. Zudem holt sie Erwachsene mit günstigeren Angeboten «ins Boot».

Dies sind nur ein paar Ergebnisse des regen (Vor-)Treibens der vergangenen Jahre. Unsere Schule kann sich sehen lassen. Das ist ein guter Grund, den 40. Geburtstag mit verschiedenen Veranstaltungen zu feiern.

«Neue, schülerorientierte Formen schliessen die Lernenden mit ein.»



Hans Peter Zumkehr
Präsident des Trägervereins

MITTAGS- und
GOURMETMENÜ



OSTERMENÜ

MY♥BURGER

& mehr...

Teilen Sie **CHEZVOUS**
einen freundschaftlichen
Moment bei einem
feinen **Essen**.

Wie immer mit meinem
französischen **Akzent**
gekocht



BREITE 26

3800 UNTERSEEN

079 355 70 13

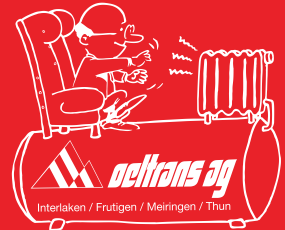
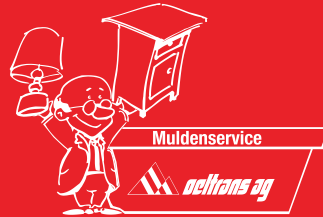
www.chez-laurence.ch



H@ME

by
CHEZLAURENCE
stüßli&mehr

IHR MULDEN UND HEIZÖL-
LIEFERANT AUS INTERLAKEN



Familie Beeler und Mitarbeiter

Seit 1970 Heizöl, Diesel, Benzin, Tankstellen und
Transporte aus der Region

Telefon 033 828 68 68, www.oeltrans.ch

Lymphatische Strumpf- versorgung

- Entstauungstherapie
- Hilft Schwellungen zu kontrollieren
- Erzeugen von aussen definierten Druck

Wir beraten und
versorgen Sie gerne
vor Ort.



Apotheke und Parfümerie

Dr. Portmann

Apotheke Dr. Portmann AG

Höheweg 4 | 3800 Interlaken
Tel. 033 828 34 34 | www.portmann.ch

FREITAG, 23.4.2021 · 20:00 UHR

NAOMI LAREINE

SRF 3 BEST TALENT
SCHWEIZER R'N'B

CHF 25.-



Tickets www.ticketino.com

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

oder in einer von 1600 Vorverkaufsstellen

Food & Kasse ab 19:00 Uhr

Untere Bönigstrasse 35 3800 Interlaken www.topoff.ch

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



EDITORIAL

- 3 Hans Peter Zumkehr

INTERVIEW

- 6 Sandro Häsler: «Selber Musik zu kreieren, ist etwas Grossartiges.»



PUBLIREPORTAGE

- 11 Augenzentrum Interlaken
- 13 Cranio Sacral Therapie
- 14 GRIWA Interior AG



GEWERBE-INFO

- 15 Spiez Marketing AG
- 16 Oliver Frutiger

INFOSEITE

- 17 Dropa: Gesundheits-Tipp
- 19 Zurbuchen AG: Ofenbau



- 21 Jäck AG: Bau
- 23 Daniel Rolli: Finanzplanung
- 25 Krebser AG: Finanzplanung

KULTUR

- 27 Interlaken Tourismus



MUSIK

- 29 Jugendmusik Unterseen
- 31 Musikschule Oberland Ost



KURSE

- 32 Volkshochschule Haslital/Region Brienz

FAMILIE

- 33 VTIO

KIRCHE

- 35 Pfimi Interlaken



VERSCHIEDENES

- 37 Heimatwerk Interlaken



- 41 Blumen- und Gartenbauverein Interlaken und Umgebung
- 43 Pro Velo Bödeli
- 45 Tel 143



UNTERHALTUNG

- 26 Suchspiel
- 39 Wer ist unsere März-Person?
- 44 Kreuzworträtsel
- 48 Veranstaltungen
- 50 Kolumne





Zusammen musizieren wird an der MSO gross geschrieben.

«Selber Musik zu kreieren, ist etwas Grossartiges.»

Die Musikschule Oberland Ost (MSO) feiert ihr vierzigjähriges Bestehen. Schulleiter Sandro Häslar wirft im Interview einen Blick in die Vergangenheit und in die Zukunft.

Welche Bedeutung hat eine musikalische Ausbildung für Kinder?

Ein Musikinstrument zu lernen, erfordert sehr viele Kompetenzen, die man im weiteren Leben braucht. Man muss einander zuhören und Rücksicht aufeinander nehmen – man lernt zusammenspielen. Es wird auch die Frustrationstoleranz erhöht, da man aus den eigenen Fehlern lernt. Musik hat zudem viel mit Emotionen zu tun. So lernt man, sich auszudrücken und kreativ zu sein. Aus den Neurowissenschaften ist bekannt, dass Musikmachen ein «Feuerwerk» im Gehirn auslöst, da diverse Areale stimuliert werden. Weiter ist es etwas Kontinuierliches, das nicht vor einem Bildschirm stattfindet. Es dauert heute immer noch gleich lang, ein Instrument zu lernen, wie vor hundert Jahren. Keine tech-

nischen Hilfsmittel können einem diesen Prozess abnehmen. Das ist etwas, das dem Zeitgeist zuwiderläuft und damit auch einer gewissen Entschleunigung entspricht.

Gibt es ein ideales Alter, um mit dem Unterricht zu beginnen?

Von der ganzheitlichen Entwicklung aus betrachtet, lässt sich klar sagen, dass es gut ist, wenn man möglichst früh beginnt. Für die ganz Kleinen gibt es bei uns die Option, zusammen mit den Eltern das Angebot «Eltern-Kind-Musik» oder «Musik & Bewegung» zu besuchen. Dort wird ein ganzheitliches Erleben von Musik ermöglicht, ohne dass der Fokus direkt auf ein bestimmtes Instrument gelegt wird. So ca. sieben bis neun Jahre ist dann ein gutes Alter, um mit einem Instrument zu beginnen. Aber

man sollte dies nicht allzu sehr verallgemeinern. Zu spät ist es nie, um ein Instrument zu lernen!

Welche Instrumente werden an der MSO angeboten?

Die gängigen Instrumente werden alle an der MSO unterrichtet. Wir passen das Angebot auch laufend an, wenn eine Nachfrage da ist. So haben wir z. B. zurzeit einen richtigen Schwyzerörgeli-Boom.

Ein Jubiläum ist ja immer ein guter Moment für ein Resümee. Was hat sich in den letzten vierzig Jahren verändert?

Für uns war ganz klar die Eröffnung des «Hauses der Musik» 2016 ein Meilenstein. Da sind wir unglaublich dankbar für die Unterstützung der Gemeinden. Die Akzeptanz in der

ganzen Region und von allen Seiten ist heute vollumfänglich gegeben. Das ist auch der grosse Verdienst meines Vorgängers Roland Linder, der diesbezüglich ausserordentlich viel erreicht hat. Ansonsten gab es natürlich gesellschaftliche Veränderungen, die auch an uns nicht spurlos vorbeigegangen sind. So stelle ich fest, dass es heute viel mehr Ablenkung gibt, und es ist schwieriger, die Kinder bei der Stange zu halten. Die Konzentrationsfähigkeit hat merklich abgenommen. Erwähnenswert ist aber auch, dass man inzwischen bei uns jederzeit, z. B. mit einem Schnupperabo, mit dem Unterricht beginnen kann. Früher war dies nur auf den Semesteranfang möglich – das ist heute viel besser.

Hat sich an der Unterrichtsform und am Umgang mit den Schülerinnen und Schülern etwas verändert?

Früher war der Unterricht autoritärer. Heute versucht man, schüler- und schülerinnenorientiert zu arbeiten, auf sie einzugehen und sie ihren Stärken entsprechend zu fördern. Für einige hat der Unterricht eine fast therapeutische Funktion, andere hegen grosse musikalische Ambitionen. Da ist es wichtig, dass wir diesen Bedürfnissen gerecht werden. Wir probie-

«Wenn Sie Ihren Kindern etwas Gutes tun wollen, dann schicken Sie sie in die Musikschule.»

ren auch neue Unterrichtsformen aus, z. B., dass zwischen den Lektionen eine Aufnahme verschickt wird, und die Lehrperson darauf eine Rückmeldung geben kann. Unser Team bildet sich diesbezüglich immer weiter. Hier gibt es auch einige positive Aspekte, die sich aus der Corona-Pandemie ergeben haben.

Was bedeutet es, ein Jubiläum zu Zeiten einer Pandemie zu veranstalten? Dies ist ja offensichtlich eine schwierige Ausgangslage.

Die Prozedur ist momentan immer dieselbe: Zweimal organisieren und dann absagen. Unsere Lehrer und Lehrerinnen haben einen super Job gemacht, indem sie auf Fernunterricht umgestiegen sind. Das hat sehr gut funktioniert und auch die Eltern waren sehr kooperativ. Fernunterricht hat auch seine Qualitäten, doch kann er nie ganz den Präsenzunterricht ersetzen. Was hätten die Leute gemacht in diesem Lockdown ohne

Kultur? Ohne Filme, Bücher, Serien und Musik? Da hätten alle ihre Nerven verloren. Wir versuchen trotz Pandemie ein würdiges Jubiläumsjahr zu gestalten.

Können wir uns trotzdem auf gewisse Veranstaltungen im Jubiläumsjahr freuen?

Wir haben viele Sachen aufgegelist und werden dann versuchen, flexibel auf die jeweilige Situation zu reagieren. Z. B. haben wir einen Tag der offenen Tür hier im Haus der Musik am 1. Mai und einen am 8. Mai in Meiringen geplant. Wir fokussieren uns aber eher auf die warme Jahreszeit und hoffen, dass sich die Situation dann etwas besser präsentiert. Es geht uns natürlich wie allen: Die Planungssicherheit ist nahe bei null. Entsprechend machen wir auch nicht ein klassisches Jahresprogramm, und man informiert sich am besten auf unserer Homepage.

Sandro Häsler

Jahrgang: 1966

Hobbies: Velofahren, Lesen und Kochen

Beruflicher Werdegang: Volksschule und Gymnasium in Interlaken, Besuch des Konservatoriums Bern und der Swiss Jazz School Bern. Seit 1989 angestellt an der Musikschule Oberland Ost, seit 2003 dort als Schulleiter tätig. Dozent an der Hochschule der Künste Bern. Freischaffender Musiker.

Webseite: www.mso-net.ch





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

Metallbau
Hufbeschlag



**Für ein
schönes
Zuhause!**



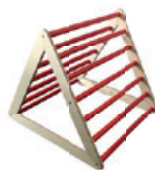
STÖBERN & BESTELLEN:
www.joh-kinderwelt.ch

Show-Room:
BÖDELI CENTER
Interlaken

UNSERE FARBVIelfALT

Joh
KINDERWELT

MÖBEL & SPIELWAREN AUS HOLZ



SEEBURG SCHREINEREI

3800 Interlaken www.joh-kinderwelt.ch info@joh-kinderwelt.ch

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

Was sind Ihre Wünsche für die nächsten Jahre? Was erhoffen Sie sich für die MSO?

Ich wünsche mir, dass wir es noch mehr schaffen, den Rahmen der potenziellen Schüler und Schülerinnen zu erweitern. Ein Etikett, das wir leider fast nicht wegbringen, ist das des Elitären. Dass nur Kinder von Doktorinnen und Pfarrern ein Instrument erlernen. Das war früher vielleicht so,

doch das entspricht überhaupt nicht mehr der heutigen Realität. Wir haben auch einen Stipendienfonds, der eine Schulgeldreduktion von bis zu 60 Prozent ermöglicht. Uns ist es sehr wichtig, dass diese Schule für alle offen ist. Wir haben heute einen sehr niederschweligen Zugang und für alle Gesellschaftsschichten und für alle Altersklassen das passende Angebot.

«Ich bin ein echtes Bodeligewächs.»



Bild: Schwyzerörgeli «boomt» an der MSO.

Anekdote

- Lehrerin: «In der Musik ist es ja manchmal wie in der Mathematik, da rechnen wir ja auch ein bisschen, oder?» Antwort der Schülerin: «Ja, das stimmt, in der Musik muss man immer damit rechnen, dass es falsch kommt!»
- Der Schüler zum Lehrer: «Wenn ich so gut spielen könnte wie Sie, dann würde ich auch lieber üben!»
- Der Trompetenlehrer fragt den Schüler: «Was bedeutet Dreiviertel-Takt?» Antwort: «Drei Mal hupen pro Takt!»
- Und ein Phänomen beobachten Musiklehrpersonen immer wieder: Wenn Schüler*innen etwas vergessen haben, dann ist IMMER die Mutter schuld!

Text: David Heinen
Bilder: Simon Uhlmann,
Andrea Abegglen, Sandro Häsler



Ich kaufe Lokal ein!

Bödeli shop, der Marktplatz für das Bödeli

Bequem durch unzählige Artikel stöbern, neues entdecken und sich einfach inspirieren lassen. Das Bödeli hat vieles zu bieten. Entdecke was alle diese lokalen Händler anbieten, es ist mehr als du denkst.



Geschichte

Im Januar 2021 wurde boedeli-shop.ch gegründet. Ein wenig später konnten bereits die ersten lokalen Mitglieder registriert werden. Für die persönliche Kundenbetreuung und den individuellen Kundenservice wurden im Januar 2021 die ersten Mitglieder persönlich in deren Verkaufsgeschäfte beraten und instruiert.

Unser Erfolgsrezept

Lokal – Online einkaufen

Online einkaufen heisst für uns, Ihnen den bestmöglichen Preis zu garantieren. Doch genauso wichtig sind eine grosse Auswahl, professionelle Beratung, ein einfacher Bestellungsablauf und vor allem – lokal online einkaufen. Deshalb arbeitet boedeli-shop.ch ausschliesslich mit regionalen Geschäften zusammen.

Bequem zuhause oder von unterwegs auswählen und bestellen

Als Spezialist für regionales Online Shopping ist es unser erklärtes Ziel, Ihnen das gewünschte Produkt bei den regionalen Geschäften zu einem guten Preis anzubieten.

Bei uns können Sie zu jeder Tages- und Nachtzeit online einkaufen, von zuhause oder unterwegs, wann immer es für Sie am besten passt.

Die aktuelle Lage zeigt, dass die Leute zwar online shoppen, lokale Geschäfte aber gerne bevorzugen würden. Ein weiterer Vorteil des Händlers ist die Nähe: Produkte können sowohl versendet, aber auch «um die Ecke» abgeholt werden.

Begeistern und weiterempfehlen

Das boedeli-shop.ch-Team setzt sich täglich dafür ein, dass Sie von unseren Angeboten und Leistungen begeistert sind. Deshalb sind wir der bedeutendste regionale Online-Shop mit einem Vollsortiment und werden von zufriedenen Kunden gerne weiterempfohlen.

Ihre Meinung ist uns wichtig

Melden Sie uns Ihre Meinung, Kritik, Lob oder Anregungen via Kontaktformular per Email hello@boedeli-shop.ch oder kontaktieren Sie uns unter der Nummer 033 821 01 21

Wir freuen uns auf Sie.

Ihr Bödeli Shop Team

Übrigens: Wer sich jetzt auf der Seite umschaute und am Gewinnspiel teilnimmt hat die Chance, ein nigelnagelneues Iphone 12 zu gewinnen!

Glückswochen im Augenzentrum Interlaken:



Kostenlosen Augenlaser-Eignungstest buchen und profitieren

Möchten Sie wieder gut sehen - ohne Brille oder Kontaktlinsen? Dann ist jetzt der perfekte Zeitpunkt für einen kostenlosen Eignungstest für eine operative Sehkorrektur. Mit etwas Glück profitieren Sie bei einem Termin vom 22. März bis 4. April 2021 von attraktiven Rabatten.

Beschlagene Brillen waren diesen Winter ein gewohnter Anblick: Wegen der Maskenpflicht laufen die Brillengläser immer wieder von Neuem an. Kein Wunder, hegen viele den Wunsch, dauerhaft auf die Sehhilfe zu verzichten. Dr. Andreas Wild, Chefarzt im Augenzentrum Interlaken: «Refraktive Sehkorrekturen - Sehkorrekturen mit Augenlaser oder Implantaten - verbessern für viele die Lebensqualität. Das Problem mit der beschlagenen Brille fällt weg, beim Sport, Hobby oder der Arbeit stört die Sehhilfe nicht mehr und auch die Kosten einer regelmässigen Erneuerung von Brille oder Kontaktlinsen bleiben aus.

Zahlreiche Fehlsichtigkeiten können mit Augenlaser und Implantaten korrigiert werden: Kurz- und Weitsichtigkeit, Alterssichtigkeit und auch Hornhautverkrümmungen. Das Augenzentrum Interlaken verfügt über einen eigenen Operationssaal und setzt alle bewährten Methoden der Refraktiven Chirurgie ein. Um zu prüfen, ob man für eine entsprechende Sehkorrektur geeignet ist, führt das Team des Augenzentrums jeweils einen kostenlosen Eignungstest durch.

Mit etwas Glück günstiger zu neuer Sehschärfe

Diesen Frühling möchte das Augenzentrum Interessierten für eine Sehkorrektur mit Augenlaser oder Implantaten eine besondere Freude machen: Wer sich jetzt für den kostenlosen Eignungstest anmeldet, kann von besonderen Rabatten bei einer Sehkorrektur profitieren. «In unserem Augenzentrum steht vom 22. März bis 4. April ein Glücksrad. Wer in dieser Zeit den Eignungstest macht und ein glückliches Händchen hat, kann bis zu 50% des regulären Behandlungspreises sparen. Krankenkassenpflichtige Leistungen sind vom Gewinnspiel ausgeschlossen.

Das Augenzentrum Interlaken bietet ein umfassendes Untersuchungs- und Behandlungsspektrum rund um die Augenheilkunde und Refraktive Chirurgie an. Dr. Andreas Wild zählt zu den erfahrensten und renommiertesten Augenärzten für operative Sehkorrekturen in der Schweiz. Die Kosten für eine Sehkorrektur mit Augenlaser betragen ab CHF 1600.- pro Auge.

Weitere Informationen:

www.augenzentrum-interlaken.ch



Die Glückswochen im Augenzentrum Interlaken - so geht's:

Vereinbaren Sie jetzt im Augenzentrum Interlaken telefonisch oder per E-Mail einen Termin für einen kostenlosen Test, ob sich Ihre Augen für eine Sehkorrektur mit Augenlaser oder Implantaten eignen. Für die Glücksrad-Aktion muss der Termin zwischen dem 22. März und 4. April 2021 stattfinden. Wenn sich Ihre Augen für eine operative Sehkorrektur eignen und Sie sich für den Eingriff entscheiden, können Sie am Glücksrad von attraktiven Preisrabatten profitieren.

Terminvereinbarung:

Augenzentrum Interlaken
Kammistrasse 13
3800 Interlaken
033 343 55 55

info@augenzentrum-interlaken.ch
www.augenzentrum-interlaken.ch





BVG-Sammelstiftung
Jungfrau



BVG Sammelstiftung Jungfrau: die solide Vorsorgelösung in Ihrer Region

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

Viele Pensionskassen haben ihre Leistungen angepasst, um die langfristigen Leistungsversprechungen sicherstellen zu können. Kennen Sie die aktuellen Leistungen Ihrer Pensionskasse? Gerne unterstützen wir Sie in der Beurteilung Ihrer beruflichen Vorsorge.

Die BVG-Sammelstiftung Jungfrau hat ihr Dienstleistungsangebot ausgebaut: So kann heute eine Pensionskasse, welche sich anschliessen will, die eigene Anlagestrategie weiter mitbestimmen und festlegen. Auch gibt es nun die Möglichkeit, dass der bestehende Rückversicherer mit seinen vorteilhaften Konditionen mitübernommen werden kann. Beides grosse Vorteile, hingegen wird der gesamte Aufwand der Führung, Rechnungslegung, Reservenbildungen, usw. von der BVG-Sammelstiftung Jungfrau übernommen.

Interessiert? Dann kontaktieren Sie Armin Häsler, Leiter Versicherungen der Bank EKI persönlich per Mail: armin.haesler@bankeki.ch; telefonisch unter 033 826 17 90 oder direkt über die BVG-Sammelstiftung Jungfrau: info@bvg-jungfrau.ch.



Armin Häsler
Bank EKI Genossenschaft
Leiter Versicherungen

Weitere Informationen entnehmen Sie der Website: www.bvg-jungfrau.ch

Cranio Sacral Therapie

Sanft und wirkungsvoll

CRANIO
SACRAL
THERAPIE
IRIS GANTENBEIN RITTER

Der grösste Moment der Angst und Unsicherheit meines Lebens? Als der diensthabende Oberarzt nach der Geburt meines Sohnes an mein Bett trat und von «Zu viel Blut, noch nichts Genaues; Brutkasten; Neonatologie» zu reden begann. Neonatologie, Intensivstation für Neugeborene? Kein Ort, an dem mein Baby sein sollte. 16 Jahre ist das nun her.

Ich war schon immer fasziniert vom Leben. Als studierte Biologin habe ich mich mit der Lehre des Lebens beschäftigt – dies aus streng wissenschaftlicher Sicht an der Universität Bern. Die Komplikationen bei der Geburt meines Sohnes zeigten mir mit ihren Folgen aber die Grenzen dieser Wissenschaft auf. Mein Sohn litt an Reflux und fast jeder zweite Schluck den er trank kam retour – ein richtiges «Gütschlichind». Ebenfalls war er sehr verkrampft und angespannt. Die Ursachen dafür blieben unbekannt und somit gab es auch keine wirksame Therapie.

Eine Hebamme vom Inselspital Bern empfahl uns, einen Osteopathen aufzusuchen. Ich war zunächst skeptisch, doch dann – mein sich verkrampfendes und schreiendes Kind entschlummerte endlich in einen entspannten Schlaf. Nach nur wenigen Behandlungen klappte auch das Trinken einwandfrei, das heisst, der Reflux war fast weg. Dies erschien mir damals wie Magie. Heute nicht mehr, denn in der Zwischenzeit habe ich gelernt, dass der menschliche Organismus aus vielen Ebenen besteht, welche über gesamtheitliche Körper- und Energiesysteme miteinander verbunden sind. Schmerzen und Probleme irgendwo im Körper können ganz anderswo ihre Ursachen haben.

Als Krankenkassen anerkannte diplomierte Cranio Sacral Therapeutin kann ich Babys, Kinder, Frauen und Männer jeden Alters dabei unterstützen, das Potenzial dieser Systeme für Ihre Selbstheilungsprozesse zu nutzen. Die Cranio Sacral Therapie ist eine alternativmedizinische Behandlungsform, die sich aus der Osteopathie entwickelt hat. Sie wirkt über minimale Zug- und Druckkräfte, die Behandlung ist sehr angenehm. Möchten Sie mehr darüber erfahren oder es gleich selber ausprobieren? Ich bin für Sie da.
Ihre Iris Gantenbein-Ritter



«Wie eine Welle im Ozean lässt Cranio (vom lat. Schädel) Sacral (vom lat. Kreuzbein) Therapie die Selbstheilungskräfte im Körper wieder fliessen.»

Iris Gantenbein Ritter

Diplomierte Cranio Sacral
Therapeutin
Lic. Phil. Nat. Biologie/Master of
Science Biology

in der Praxis von
Dr. Klaus Wegmüller
Kanalpromenade 1
3800 Interlaken

079 681 85 56
iris.gantenbein@gmail.com



Flexibles Arbeiten und Wohnen mit USM



Neue Formen von Arbeiten beeinflussen die Raumgestaltung und Einrichtung im Büro und zu Hause. Auch in naher Zukunft wird der Arbeitsplatz im Wandel bleiben.

Morgens aus dem Bett springen, schnell duschen, anziehen und hektisch mit dem Frühstück in der Hand ins Auto oder zur Bahn – so sah der klassische Start in den Tag für viele Arbeitnehmende aus. Plötzlich sitzen pandemiebedingt viele von uns zu Hause und versuchen, unter erschwerten Bedingungen, ihre Arbeit trotzdem zu erledigen.

Wer im Homeoffice effizient und ergonomisch arbeiten möchte, sollte sich nicht mit der «Corona Lösung» zufriedengeben, sondern direkt ein ordentliches Büro oder eine abgeschirmte Ecke in den eigenen vier Wänden einrichten, in denen ruhig gearbeitet werden kann.

Vergessen Sie nicht: Insbesondere die sitzende Arbeitstätigkeit ist auf einem ergonomischen Stuhl, der passend zum grossen Schreibtisch gewählt wurde, deutlich angenehmer und besonders rückenfreundlich. Am Arbeitsplatz soll man sich schließlich wohlfühlen.

Machen Sie sich folgende Gedanken bei der Einrichtungsplanung:

- Wünschen Sie einen grossen Schreibtisch?
- Brauchen Sie viele Ablagemöglichkeiten für Unterlagen?
- Welche Farben und Materialien wirken sich positiv auf ihr Wohlbefinden aus?
- Mögen Sie es gerne gemütlich mit Bildern und Pflanzen, oder bevorzugen Sie eine reduzierte Arbeitsumgebung?

Das Homeoffice wird das Büro als Ort der Unternehmensidentität und Zusammenarbeit nicht ersetzen. Die Büroweltgestaltung der Zukunft muss aber viel mehr den Austausch, die Wissensvermittlung und Innovationsfähigkeit des Unternehmens unterstützen. Flexible Raumstrukturen sollen zufällige und informelle Begegnungen unter den Mitarbeitenden fördern.

Mit unserem Partner USM entwickeln und realisieren wir flexible und menschenzentrierte Einrichtungslösungen – egal ob Büro, Homeoffice oder Hybridlösungen. Gerne unterstützen wir auch Sie in Ihrem Projekt zu einer zukunftsfähigen Arbeitsumgebung.



Kontaktieren oder besuchen Sie uns in unserer Ausstellung beim Bahnhof Interlaken Ost

Marco Niederberger
Geschäftsführer

GRIWA INTERIOR AG
Untere Bönigstrasse 8
3800 Interlaken
033 828 61 11
info@griwainterior.ch
www.griwainterior.ch

ehemals Wohncenter von Allmen



Neuer KrimiSpass-Fall in Spiez



Rätselfans aufgepasst: Ab Karfreitag gibt es in Spiez einen neuen Kriminalfall zu lösen!



Seit Frühling 2018 werden in Spiez mit Krimispass Verbrechen

aufgedeckt. Die bisherigen drei Fälle wurden von rund 6800 DetektivInnen gelöst. Ab dem 2. April 2021 können Sie mit «Minders letzte Klasse» einem neuen Mordfall auf die Schliche kommen.

KrimiSpass

KrimiSpass Swiss ist ein interaktives Krimi-Erlebnis, in dem die SpielerInnen in die Rolle von KommissarInnen der Berner Kantonspolizei schlüpfen. Ermittelt wird allein, als Familie oder im Rahmen eines Teamanlasses – jeder kann zu Sherlock Holmes werden. Die Dauer der Ermittlung beträgt zwischen zwei und drei Stunden. Um den Fall zu lösen benötigen Sie ein Smartphone, Notizmaterial und einen kühlen Kopf. Die Krimispass-Fälle können seit 2020 auch auf Englisch gelöst werden.

«Minders letzte Klasse» – Neuer Fall ab dem 2. April 2021

Ein Klassentreffen mit illustren Gästen. Die ehemaligen Schulfreunde treffen sich in einem Hotel in Spiez, um frühere Zeiten aufleben zu lassen. Doch dann geschieht etwas, das die Anwesenden in einen Sog von Zwietracht,

Lügen und Verdächtigungen reisst. Denn vor 50 Jahren waren sie schon einmal hier – mit tödlichem Ausgang! Was ist damals geschehen und warum will bis heute niemand darüber sprechen? Nehmen Sie die Ermittlungen auf und lüften Sie das dunkle Geheimnis.

Letzter Monat des Falls «Der verschwundene Professor»

Sie haben das Rätsel um den verschwundenen Professor noch nicht gelöst? Kein Problem – dieser Krimispass-Fall bleibt noch bis Ende März aufgeschaltet. Eine kostenlose Anmeldung ist unter folgendem Link erforderlich: www.KrimiSpass.ch/spiez

Spiez Marketing AG

Info-Center Spiez
Bahnhofstrasse 10d
3700 Spiez
Tel. 033 655 90 00
spiez@thunersee.ch
www.spiez.ch

Durch die Angst ins Vergnügen...



Oliver Frutiger

...erzählt uns der Volksmund



Angst macht blind für Neues und schränkt uns ein!

Im folgenden Text schreibe ich über meinen Umgang mit der Angst. Zur Klärung: Ich bin kein Psychologe und gebe hier keine Empfehlung, wie Du Dich verhalten sollst.

Alles was geschieh, hat eine Aufgabe. So ist zumindest mein Wahrnehmung. Die Angst diente einmal dem Überleben. Heute ist es nicht mehr so klar, denn die Gefahren unserer Zeit haben sich stark verändert. Die meisten Menschen brauchen nicht mehr vor einem Bären wegzurennen, um ihr Leben zu schützen. Heute rennt man eher im Kopf herum, ohne sich gross zu bewegen.

So fühlt sich Angst bei mir an: Druck in der Brust, Unlust, das Bedürfnis wegzulaufen und noch anderes!

Wie ist es bei Dir?

Damit Du mich besser verstehen kannst, hier ein Beispiel aus dem Leben: Stell Dir vor, Du wohnst auf dem Land und hast einen wichtigen Brief, den Du zu Fuss auf die Post bringen solltest, aber es blitzt und donnert - und Du hast Angst vor Blitzen!

Wie ich mit dieser Situation umgehen würde:

Ich glaube, mehr Information über eine Situation und deren Sachverhalt ist ein gutes Mittel, mit Unbehagen umzugehen. Also gehe ich daran, mir Klarheit über die mögliche Gefahr zu verschaffen. In diesem Falle hilft mir

das schweizerische Bundesamt für Statistik bei der Abfrage, wieviele Menschen in der Schweiz durch einen Blitz gestorben sind: Im Zeitraum von 2006 bis 2017 waren es 2 Todesfälle.

Bitte verstehe mich nicht falsch; einen geliebten Menschen zu verlieren ist tragisch!

Für Deine Situation ist die Frage wichtig, wie gross die Wahrscheinlichkeit ist, dass Dich der Blitz auf dem Weg zur Post trifft?

Mit dieser neuen Information und der Frage: „Ist das Risiko im Verhältnis zu meiner Angst?“, horche ich in mich hinein und spüre, wie ich mich jetzt fühle.

Wenn es Dich interessiert, wie es weitergeht: Fortsetzung folgt!

Oliver Frutiger

IK Kinesiologie &
Gesundheitsprävention
Bernastrasse 15
3800 Interlaken
077 533 77 21
info@oliverfrutiger.ch
www.oliverfrutiger.ch



Kurkuma

Vielseitige Wurzel aus Asien



Innerhalb der chinesischen Medizin ist Kurkuma schon lange fester Bestandteil, in Europa hatte die Wurzel zuerst Platz im Gewürzschrank, bevor sie Einzug in die Naturheilkunde fand. Heute kommt Kurkuma ebenfalls als Nahrungsergänzungsmittel zur Unterstützung der Leber-Gallenfunktion zum Einsatz.

Ursprünglich stammt Kurkuma aus dem südostasiatischen Raum. Seit über 4000 Jahren werden die Wurzeln von Kurkuma als Heilpflanze und Gewürz geschätzt. In Indien galt sie gar als Allheilmittel und wurde auch als «indisches Gold» bezeichnet. Ihr Einsatzgebiet ist nach wie vor so vielseitig, dass sie aus der Heilkunde kaum wegzudenken ist. Mit zahlreichen anderen Gewürzen brachten Händler die Kurkuma früh nach Europa. Hier wurde sie anfänglich in der Küche genutzt. Ihre anregende Wirkung und ihr Aroma bilden die Grundlage für Geschmack und Farbe verschiedener Currymischungen, wo die Wurzel neben Pfeffer, Kreuzkümmel, Koriander und weiteren Gewürzen eingesetzt wird. Kurkuma ist eine mehrjährige Pflanze aus der Familie des Ingwers. Auch äusserlich ähnelt sie ihm, aber sobald die Wurzel aufgeschnitten wird, ist der Unterschied klar: Die Kurkumawurzel ist stark gelb gefärbt und riecht besonders würzig – das ist einzigartig in der Pflanzenwelt, denn normalerweise sind Wurzeln fast farb- und geruchlos.

Für die Leber und Galle

Kurkuma unterstützt den Leberstoffwechsel und alle von ihm abhängigen Prozesse. «Der Schmerz der Leber ist die Müdigkeit» heisst es. Viele Menschen sind nicht leistungsfähig und auch nicht vital, wenn ihre Leber ge-

schwächt ist. In den heutigen Nahrungsmitteln sind kaum mehr Bitterstoffe vorhanden, sie wurden mehr und mehr weggezüchtet. Es ist daher sinnvoll, die Leber mit der täglichen Ernährung in ihrer Funktion zu unterstützen. Mit Gewürzen werden grundsätzlich zwei Effekte erzielt: Die Speisen erhalten einen charakteristischen Geschmack und durch die Gewürze werden die Verdauungssäfte angeregt. Folglich kann die zugeführte Nahrung leichter aufgeschlossen und die Abbauprodukte besser ausgeschieden werden. Der gesamte Stoffwechsel wird unterstützt. Auch der zeitlich begrenzte Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln kann sich lohnen, Kurkuma ist beispielsweise in Kapselform erhältlich.

Beatrice Schöpfer

Dipl. Drogistin HF und
Betriebsleiterin

DROPA Drogerie Unterseen
Bahnhofstrasse 25
3800 Unterseen
033 826 40 40

DROPA Drogerie Apotheke
Interlaken Ost
Untere Bönigstrasse 12
3800 Interlaken
033 823 80 30

DROPA Drogerie Interlaken
Rugenparkstrasse 1
3800 Interlaken
033 821 25 25



FRÜHLING AUF DEN TISCH

Die Serie Nova aus Portugal zeichnet sich durch unregelmässige, von Hand gemachte Formen aus. Das hochgebrannte Feinsteinzeug Geschirr ist Spülmaschinen- und Ofenfest. In den Farben Türkis und Weiss lieferbar.



**COSTA NOVA**
PORTUGAL



Saladier 26cm Fr. 48.40



Teller flach 27cm Fr. 18.40

Teller flach 21cm Fr. 16.–

Suppenteller 25cm Fr. 17.60

Henkelbecher Fr. 16.80

Müeslischale Fr. 19.60



Krug Fr. 51.60



Kaffeetasse Fr. 25.60
Espressotasse Fr. 22.40



Platte oval 30x22cm
Fr. 38.40

Ihr Fachgeschäft mit den attraktiven Angeboten.

Besuchen Sie uns 



ZIMMERMANN
HAUSHALT · GESCHENKE

ZIMMERMANN AG Oberlandstrasse 3 3700 Spiez Telefon 033 654 41 41

Behaglichkeit im eigenen Zuhause



Die aktuelle Coronapandemie stärkt das Streben nach einem gemütlichen, wohligen Heim noch stärker als bisher.

Zurzeit verbringen wir alle noch viel mehr Zeit in den eigenen vier Wänden. Wir richten es uns zu Hause noch gemütlicher ein, wollen uns im eigenen Nest so richtig wohlfühlen. Der wichtigste Punkt für einen hohen Wohlfühlfaktor ist ein behagliches Raumklima.

Was ist ein behagliches Raumklima?

Was bedeutet «Raumklima» eigentlich? Das Fraunhofer-Institut für Bauphysik IBP definiert den Begriff als ein Zusammenwirken meteorologischer Parameter in Innenräumen und nennt dabei als Einflussfaktoren folgende Kategorien: «Thermisch» (Lufttemperatur), «Hygrisch» (Luftfeuchte), «Akustisch» (Geräusche, Schall), «Visuell» (Beleuchtung, Farbgebung) und «Olfaktorisch/Chemisch» (z.B. flüchtige organische Verbindungen).

Ein behagliches Raumklima bedeutet also, dass alle oben aufgeführten Faktoren in einem Bereich liegen, den Menschen als angenehm empfinden und der Ihrer Gesundheit nicht schadet.

Mit einer Wohnraumfeuerung beeinflussen wir alle Punkte positiv und tragen massgeblich zu einem behaglichen Raumklima bei:

Verschiedene Klimazonen

Wir alle haben ein unterschiedliches Wärmeempfinden. Die Wohnraumfeuerung schafft verschiedene Klimazonen im Wohnraum – so findet jeder seinen Wohlfühlplatz.

Gesunde Infrarotstrahlungswärme ohne Staubaufwirbelung

Wie schön ist es, die Strahlungswärme der Sonne zu geniessen. Die Strahlungswärme eines Speicherofens fühlt sich genau gleich an. Strahlungswärme erwärmt nicht die Luft, sondern die Oberflächen von Wänden und festen Gegenständen. So wird verhindert, dass die Raumluft austrocknet. Das ist gut für die Schleimhäute und mindert das Erkältungsrisiko. Die Atemluft bleibt wohltuend sauber – das schätzen nicht nur Allergiker.

Niedrige Raumlufttemperatur

Sie können die Raumtemperatur um bis zu 2 ° niedriger einstellen als gewohnt und werden sich trotzdem wohlfühlen – und je reduziertem Wärmegrad ca. 7 % Heizkosten sparen.



Das Feuer im Wohnbereich

Lagerfeuerromantik im Wohnzimmer – kaum etwas schafft in den kalten Wintermonaten eine schönere Stimmung als Ofenwärme und der Blick ins offene Feuer. Mit einer Wohnraumfeuerung sind auch gestalterisch viele Möglichkeiten für eine visuelle Wohlfühlatmosphäre möglich.

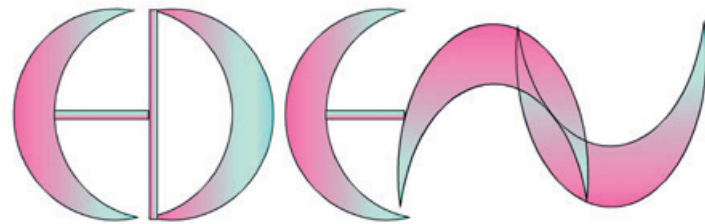
Natürliche Materialien

Natürliche Werkstoffe dominieren in der Materialisierung einer Wohnraumfeuerung. Ofenkeramik, Natursteine oder z.B. Lehmputze werden für die Oberflächengestaltung eingesetzt.

Marco Zurbuchen

Eidg. dipl. Hafnermeister
Zurbuchen Plattenbeläge
und Ofenbau AG
Showroom Bahnhofstrasse 21
3800 Unterseen
033 822 79 84
info@zurbuchen-unterseen.ch
www.zurbuchen-unterseen.ch





REHA-PFLEGEKLINIK EDEN
3852 RINGGENBERG AM BRIENZERSEE

«Herzlich willkommen in der Reha-Pflegeklinik EDEN in Ringgenberg»

Hier werden Langzeit-, Ferien-, Übergangsbewohner und Kurgäste in einer familiären und heimeligen Atmosphäre bestens medizinisch und therapeutisch versorgt.

Weitere Informationen:

www.reha-pflegeklinik.ch | Tel. 033 828 18 00 | info@reha-pflegeklinik.ch



Blickfang auf der Strasse

Ihre Werbefläche auf Rollen optimal in Szene setzen



Ihre Fahrzeuge legen mehrere tausende Kilometer pro Jahr zurück, somit sind sie ein optimaler Werbeträger. Durch die Präsenz auf Strassen und Parkplätzen wirbt ein Fahrzeug 24-Stunden für Sie. Wie Sie anhand dem Bild erkennen können, ist manchmal weniger mehr. Die gewählten Farben harmonieren, sind eher dezent gewählt und trotzdem erzielt die Beschriftung die Aufmerksamkeit des Betrachters. Diese Beschriftung wurde mit Qualitätsfolien erstellt, die Lebensdauer ist somit mindestens 8 Jahre, die Werbekosten sind im Vergleich zur Werbedauer extrem gering.

Wir verfügen über das Wissen und die langjährige Erfahrung um Sie optimal beraten zu können. Dies gilt nicht nur für Geschäftskunden, gerne verschönern wir ebenso Ihre Privatautos oder Wohnmobile mit Ihrem Wunschujet. Von der Ausarbeitung des Designs bis hin zur Verklebung der Beschriftung begleiten wir Sie gerne. Wir können Ihnen eine massgetreue Visualisierung Ihres Fahrzeugtyps erstellen, so fällt es einfach sich das Endergebnis der Fahrzeugwerbung vorzustellen.

Bei der Wahl der Beschriftung eines Fahrzeuges sind die Möglichkeiten fast grenzenlos. Von einfachen Text-Logo Kombinationen bis hin zu komplexen Teilverklebungen mit Bildern oder Folienfarben - hier entscheiden Sie über das Endergebnis.

Selbstverständlich sind wir ebenso Ihr Ansprechpartner wenn es um Beschriftungen von LKW, Anhänger, Motorrad, Camper- oder Werbungen auf PostAutos geht. Falls Sie einen Lieferwagen mit Planenaufbau beschriften lassen möchten, sind Sie bei uns ebenfalls richtig. Auf den PVC-Banner kann die Werbung langfristig mittels Schabloniertechnik aufgemalt werden. Mehrfarbige Bilder oder Sujets können im Digitaldruckverfahren auf eine Spezialfolie gedruckt und danach appliziert werden. Sie sehen, wir finden für jeden Anspruch die perfekte Lösung!

Sind Sie neugierig geworden? Haben Sie andere Fragen rund um das Thema Werbetechnik? Die Abteilung Jäck Beschriftungen freut sich, Sie beraten zu dürfen.

Jenny Odermatt-Jäck

Geschäftsführerin Abteilung
Werbetechnik
Jäck AG

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



Haben Sie etwas zu feiern? Sie sind unser Gast!

Tun Sie sich etwas Gutes und gönnen Sie sich Abwechslung im Osten von Interlaken: Sie feiern Geburtstag, Verlobung, Hochzeitstag, Pensionierung oder sonst ein Jubiläum – auch in Zeiten des Lockdowns?

Wir laden erwachsene Jubilaren zum Übernachten ein – nur die Begleitung zahlt. Buchungs-Kennwort: ‚Geburtstags-kind‘ Aktion ist gültig bis 30. April 2021

Tapetenwechsel nötig?

Lernen Sie unser Vintagehotel von innen kennen. Kommen Sie mit Freunden an einen gemütlichen 4er-Tisch.

Mit «Sleep & Dine» verwöhnen wir Sie so richtig – zu Freundespreisen für unsere ‚Nachbarn‘ im Umkreis von 15 km.

Warum in die Ferne schweifen...



CARLTON-EUROPE VINTAGE ADULTS HOTEL
mehr Berner Oberland entdecken

Höheweg 92 – 94
3800 Interlaken
www.carlton-europe.ch

Die Sparer und die Rentner verlieren Geld!

Sichern Sie Ihr Ersparnis

Schuldenproblematik

Viele Sparer sind verunsichert. Sie lassen ihr Geld lieber auf ihren Sparkonten liegen, auch wenn sie keinen Zins erhalten. Am Ende des Jahres finden sie weniger Geld vor als Anfangs des Jahres wegen der Bankgebühren. Wie wollen wir bei diesen Umständen wieder Vertrauen in die Finanzmärkte finden? Die negativen Meldungen klingen nicht ab. Zudem haben wir weltweit seit Jahren ein massives Schuldenproblem. Durch die Coronakrise steigen die Schulden weiter stark an. Diese Schuldenexplosion wird früher oder später zu einer hohen Inflation führen. Und dieses Problem weitet sich aus, weil die Zentralbanken die Märkte weiterhin mit massiv billigem Geld versorgen. Ziel der Zentralbanken ist, dass die Wirtschaft nachhaltig wieder wächst. Ob dies gut gehen wird, ist ungewiss.

Inflation frisst Ihr Geld weg

Durch diese unverantwortliche Geldpolitik der Zentralbanken wird das Geld der Sparer in Zukunft an Wert verlieren. Es ist eine Frage der Zeit, dass die Inflation wieder stark ansteigen wird. Sollte die durchschnittliche Inflationsrate über zwanzig Jahren zwei Prozent betragen, wird der Wert Ihres Ersparnisses um rund ein Drittel schrumpfen. Sie werden also mit Ihrem Geld in Zukunft weniger kaufen können. Mit einer hundert Frankennote können Sie somit in zwanzig Jahren nur noch Waren im Wert von ungefähr sechzig Franken erwerben.

Auch die Rentner werden leiden. Sie werden mit ihren Renten immer weniger kaufen können. Die Rentner können nicht davon ausgehen, dass die Pensionskassen die Renten jeweils anpassen werden.

Über die Bücher gehen

Wenn Sie den grössten Teil Ihres Vermögens auf Sparkonten, Anleihen und Termingelder angelegt haben, empfehle ich Ihnen, Ihre Anlagestrategie zu überdenken. Mit

Ihrer sicherheitsorientierten Einstellung werden Sie über die nächsten Jahre ganz sicher Geld verlieren. Die Sparer werden in Zukunft die Dummen sein. Wenn Sie Ihr Geld schützen wollen, rate ich Ihnen, die nötigen Vermögensumschichtungen vorzunehmen. Planen Sie Ihre Pensionierung, könnte es sinnvoll sein, Ihr Pensionskassenkapital oder ein Teil davon auszahlen zu lassen.

Unabhängiger Berater - Ihre Sicherheit

Wünschen Sie eine vertrauenswürdige Beratung, welche Sie bei den oberstehenden, wichtigen Fragen unterstützt? Sofern Sie sich mit Ihren Fragen an mich wenden, ist Ihnen eine unabhängige und neutrale Beratung garantiert. Ich arbeite von jeglichen Finanzinstituten wie Banken und Versicherungen losgelöst und empfehle keine Finanzprodukte. Dank dieser Unabhängigkeit kann ich Sie und Ihre Anliegen in den Fokus meiner Beratung stellen. Gerne erwarte ich Ihren Anruf oder Ihre E-Mail.

Daniel Rolli

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



individuell



THOMAS RUBIN
BESTATTUNGSDIENST



Raum für Abschied

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

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

Burgstrasse 14, 3600 Thun 033 222 75 75 thomasrubin.ch



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

V O L V O

Zeit, umzuschalten.

Der Volvo XC60 Recharge Plug-in Hybrid.

Erleben Sie Leistung, Effizienz und Fahrvergnügen in einer neuen Dimension. Entdecken Sie Plug-in Hybrid-Technologie der neuesten Generation.

BEREITS FÜR **CHF 68'900.-**

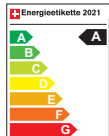
Kontaktieren Sie uns und vereinbaren Sie eine Probefahrt.

Volvo XC60 T6 Recharge Plug-in Hybrid eAWD AT R-Design Expression 186+65 kW (253+87 PS), Katalogpreis CHF 73'400.- abzüglich Schwedenprämie 6 % = CHF 68'900.-, Angebot gültig bis auf Widerruf. Kraftstoffverbrauch in l/100 km: 2,4–2,8 l, Stromverbrauch in kWh/100 km: 15,3–17,8 kWh, CO₂-Emissionen: 54–64 g/km, Energieeffizienz-Kategorie: A, 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), Abgebildetes Modell enthält ggf. Optionen gegen Aufpreis.

GARAGE ZIMMERMANN AG

Seestrasse 109
3800 Unterseen

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



50 Jahre Frauenstimmrecht

25 Frauen über Demokratie, Macht und Gleichberechtigung



**Isabel Rohner (Hg.),
Irene Schächli (Hg.)**
Limmat Verlag
Fr. 34.-

Judith Lüthi

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

Am 7. Februar 1971 stimmten die Schweizer Männer nach mehreren gescheiterten Plebisziten endlich mehrheitlich für das allgemeine Stimm- und Wahlrecht für Frauen. Der Durchbruch kam spät – viel später als in den Nachbarländern –, doch der Kampf hatte auch in der Schweiz eine lange Geschichte.

Das Buch versammelt Texte und Interviews von und mit bekannten Schweizer Frauen aller politischer Couleur und jeden Alters, die sich aus ihren ganz unterschiedlichen Perspektiven mit den Themen Wahlrecht, Demokratie und Gleichberechtigung befassen.

Krebsler



**WIR WÜNSCHEN
SPANNENDE BUCHMOMENTE!**

**IHRE BUCHHANDLUNG UND
PAPETERIE IN INTERLAKEN.**

Bücher | Papeterie | Büromöbel | Copy-Print

krebser.ch

Top 5 Belletristik

1. Homeland Elegien
Ayad Akthar, Verlag Claassen
2. Welt der Renaissance
Verlag Galiani
3. Vati
Monika Helfer, Verlag Hansen
4. Das Karussell der Verwechslungen
Andrea Camilleri, Verlag Lübbe
5. Erste Person Singular
Haruki Murakami, Verlag Dumont

Top 5 Sachbuch

1. TANJA GRANDITS
Tanja Grandits, Verlag AT
2. Kopf hoch – das kleine Überlebensbuch
Claudia Croos-Müller, Verlag Kösel
3. Das Kind in dir muss Heimat finden
Stefanie Stahl, Verlag Kailash/Sphinx
4. Lotte, träumst du schon wieder?
Stefanie Rietzler; Fabian Grolimund
Verlag Hogrefe
5. Career Suicide
Bill Kaulitz, Verlag Ullstein

Finden Sie die Unterschiede

Im Bild rechts sind 7 Unterschiede zum linken Bild versteckt.

Original



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

Bild: Andrea Abegglen, Werd & Weber Verlag AG

Einsendeschluss: Mittwoch, 10. März 2021

Lösung Februar 2021



Gewinner

Heidi Banholzer, Inntertkirchen

Gewinnen Sie

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



Für Leber und Galle

Naturage Kurkuma-Kapseln
 200 Stück

CHF **59.90**

dropa
 GANZ SCHÖN GESUND!

DROPA Drogerie Apotheke
 Untere Bönigstrasse 12, 3800 Interlaken

DROPA Drogerie
 Rugenparkstrasse 1, 3800 Interlaken

DROPA Drogerie
 Bahnhofstrasse 25, 3800 Unterseen

Dies ist ein Nahrungsergänzungsmittel.
 DR. BÄHLER DROGA AG, 8045 Zürich



Wellness und Wellbeing



«Neus vo üsem Tourismus ir Ferienregion Interlaken»

Wie verbringst du die Wintertage am liebsten? Umgeben von Whirlpool-Bubbles, entspannt in der Sauna oder aktiv draussen in der stimmungsvollen Winternatur? In der Ferienregion Interlaken ist alles möglich: Wohlfühlen, träumen, bewegen, geniessen! Entdecke verschneite Winterlandschaften und gönne dir Erholungsmomente in einer Wellness-Oase.

So präsentiert dir Interlaken Tourismus «Deine Auszeit am Briener- und Thunersee». Besuche unser Gästeportal www.interlaken.ch und klicke auf «Aktuelle Informationen». Hier findest du die volle Inspiration zum Thema Winter-Wellness im Berner Oberland.

«Zieh dich warm an» ist in der Ferienregion Interlaken in diesen Tagen keineswegs eine Drohung. Es ist eine gute Voraussetzung, um die faszinierende Berg- und Seenlandschaft auch in diesen kühlen Tagen in vollen Zügen zu geniessen. Immerhin herrschen ideale Bedingungen, um dem Alltag in die winterliche Natur zu entfliehen. Ob bei einer ausgiebigen Winterwanderung, einer Schneeschuhtour oder mit Langlauf- oder Alpin-ski, die Berg- und Seenlandschaft rund um Interlaken bietet für schier jede aktive Erholungsform das richtige, unvergleichliche Plätzchen.

Verwöhn-Pakete und genussvolles Relaxen bieten zahlreiche Wellness-Oasen unter Einhaltung der entsprechenden, aktuellen Corona-Regeln an. Übernachtungsgäste können so auch im zweiten Lockdown in den hauseigenen Spa-Anlagen abschalten, geniessen und sich vom angestauten Stress erholen.

Aufgrund von Corona sind die Wellnessanlagen nur für Hotelgäste geöffnet. Informiere dich direkt beim Anbieter über die geltenden Regeln.



Interlaken Tourismus

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

Interlaken Tourismus (TOI) informiert an dieser Stelle über seine Tätigkeiten im Dienste der Gäste und für uns Einheimische.



**ROLF
BENZ**

Wohnevent

Dienstag 23. März 2021 bis

Sonntag 28. März 2021

Dienstag bis Freitag 09.00-18.30 Uhr

Samstag und Sonntag 10.00-17.00 Uhr

Wohnen mit Emotionen

Thunstrasse 23

3700 Spiez

Tel. 033 654 13 64

www.moebel-bruegger.ch

**Möbel
Brügger**

Die JMU sucht dich!

Willst du mit uns musizieren?

Dann melde dich jetzt für 3 gratis Schnupperlektionen an.



Die Jugendmusik Unterseen im Überblick

Die Freude an der Musik steht bei uns an erster Stelle. Ob mit Blech- oder Holzblasinstrument, ob mit Xylophon oder Schlagzeug, wir geben Mädchen und Jungen die Möglichkeit, ein Instrument zu erlernen. In der Beginners Band und der Junior Band sammeln die Kinder erste Erfahrungen im Zusammenspiel und können dann später in die Concert Band der JMU übertreten. Wir geben Konzerte und vergleichen unser Können an kantonalen- und schweizerischen Musikwettbewerben. Nebst der Musik geniessen wir das Vereinsleben, gehen zusammen Pizza essen, bräteln oder machen einen tollen Ausflug.

Probiere dein Wunschinstrument aus!

Um dein Wunschinstrument besser kennen zu lernen, bietet dir die JMU drei gratis Schnupperlektionen an. Interessiert? Fragen?

Für eine individuelle Beratung und Unterstützung steht dir unser musikalischer Leiter Markus Zenger gerne zur Verfügung. Melde dich bei ihm.

Folge uns auf Social Media!

Instagram: jugendmusik.unterseen

Facebook: Jugendmusik Unterseen

Website: www.jugendmusik-unterseen.ch

Neu YouTube: Jugendmusik Unterseen

Exklusiver Einblick auf YouTube

Scanne den QR-Code und schau dir Videos zu den aktuellen Projekten der JMU an!



Markus Zenger

Musikalischer Leiter

Jugendmusik Unterseen

markuszenger@bluewin.ch

033 823 48 24

079 386 31 65

Einkaufsgutschein 20%



JETZT
ONLINE
BUCHEN

20% Rabatt

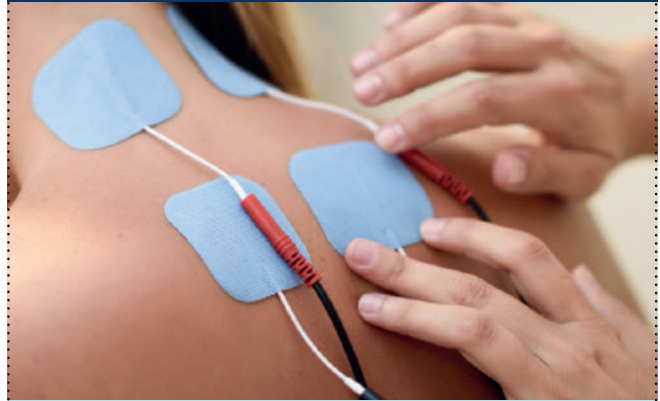
auf alle Dienstleistungen

Gültig bis am 16.07.2021 für alle Dienstleistungen bis CHF 300.-. Der Rabatt kann nicht gegen Bargeld eingelöst werden. Nicht übertragbar und nicht kumulierbar mit anderen Rabatten und Aktionen. Einlösbar in allen haar-werk.ch Filialen – gegen Abgabe dieses Gutscheins – und Online-Buchung unter www.haar-werk.ch.

der haar
unser werk

www.haar-werk.ch

Gutschein Rabatt auf Behandlung



Unsere Körperzellen entscheiden über Krankheit oder Gesundheit.

Zelltherapie mit Mikrostrom – die neue Generation von Heilung – ohne Nebenwirkung! Mikrostrom erhöht die Zellenergie und reguliert die Selbstheilung.

Iris Zitta
Mobile 079 414 64 64
Leissigen oder vor Ort
www.iriszitta.com

1 Behandlung
für Fr. 60.-
anstatt
Fr. 88.-

Einkaufsgutschein 10%

Gegen Abgabe dieses Bons erhalten Sie bei einem Einkauf/Auftrag ab CHF 100.– eine Ermässigung von 10% auf dem ganzen Sortiment. Ausgenommen sind Kunstwerke aus der Galerie sowie Gutscheine.

Gültig bis 30. Juni 2021 (nicht kumulierbar)



**Atelier für Einrahmungen,
Buchbinderei & Kunstgalerie**

www.hodler-thun.ch

Frutigenstrasse 46A (Hohmadpark)
CH-3600 Thun, Telefon 033 223 15 41
atelier@hodler-thun.ch

Di – Fr 09.00 – 12.00 Uhr, 13.30 – 18.30 Uhr
Sa 09.00 – 16.00 Uhr, Mo geschlossen

Einkaufsgutschein 10%



10% Rabatt auf allen Artikeln, ausgenommen:
Nettopreise, Gutscheine, Gebühren-Kehrachtsäcke,
Reparaturen. Keine Rabattkumulation.

Vorname _____

Name _____

Bitte Tag ankreuzen.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29	30	31		

Monat: _____

Bitte mit Kugelschreiber ausfüllen. Ausschneiden und ausgefüllt, vor dem Bezahlen an der Kasse vorweisen.

**Einlösbar an einem Tag nach freier Wahl
bis 31. Mai 2021**

schaufelberger
für die ganze familie

Thun



Heimberg

www.schaukelberger-thun.ch

Musikschule Oberland Ost

Die Werk- und Wirkstätte für Musik
40 Jahre Musikschule Oberland Ost



Intressiert sich Ihr Kind für das Musizieren?

- Brauchen Sie Unterstützung bei der Instrumentenwahl?
- Möchte Ihr Kind zuerst ausprobieren, bevor es sich für sein neues Hobby entscheidet?
- Möchte es mehrere Instrumente ausprobieren?

Mit unseren Schnupper-Abos bieten wir die Möglichkeit, ein Instrument und die entsprechende Lehrperson während drei Lektionen à 30 Minuten kennenzulernen (Preis: CHF 104.-).

Eine Schnupperlektion ist kostenlos. Das Schnupper-Abo (drei Lektionen zu dreissig Minuten) unterstützt die Entscheidungsfindung bei der Wahl eines Instrumentes. Bei Eignung und Interesse kann der reguläre Unterricht nahtlos anschliessen. Auch Erwachsene können dieses Angebot wahrnehmen!

Schnupper-Abos gibt es neu auch als Geschenkgutschein!

Für Fragen stehen Ihnen die Schulleitung, die Lehrpersonen und das Sekretariat gern zur Verfügung.

Unsere Jubiläumsanlässe und alle anderen Informationen finden sie auf unserer Website: www.mso-net.ch

Anmeldung und Information:

Sekretariat MSO
Mittengrabenstrasse 24
3800 Interlaken
033 822 46 31
info@mso-net.ch
www.mso-net.ch

Bleiben Sie aktiv

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!



Aufgrund der momentanen Situation bieten wir diverse spannende Kurse im Bereich Sprachen und Fitness/Bewegung im Online-Unterricht an.

Aktuelle Informationen zu neuen und bekannten Kursen im Präsenzunterricht - sobald diese wieder erlaubt sind - finden Sie unter www.vhshrb.ch

Kursleiter*in gesucht

Italienisch Niveau A1-B1

Interessiert? Melden Sie sich bei uns.

Information und Anmeldung

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

Wanted



Wir suchen dringend Betreuungspersonen zwischen 20 und 60 Jahren!

Ort/Gegend	Kind	Jahrgang	Betreuungstag/-zeit
Unterseen/Bödeli	Mädchen	2020	2 Tage
Unterseen/Bödeli	Baby	2021	Mo/Mi
Interlaken/Bödeli	Baby	2021	3-4 Tage
Unterseen/Bödeli	Baby	2021	3 Tage
Leissigen	Junge	2016	5 Tage, ergänzend zum Kindergarten

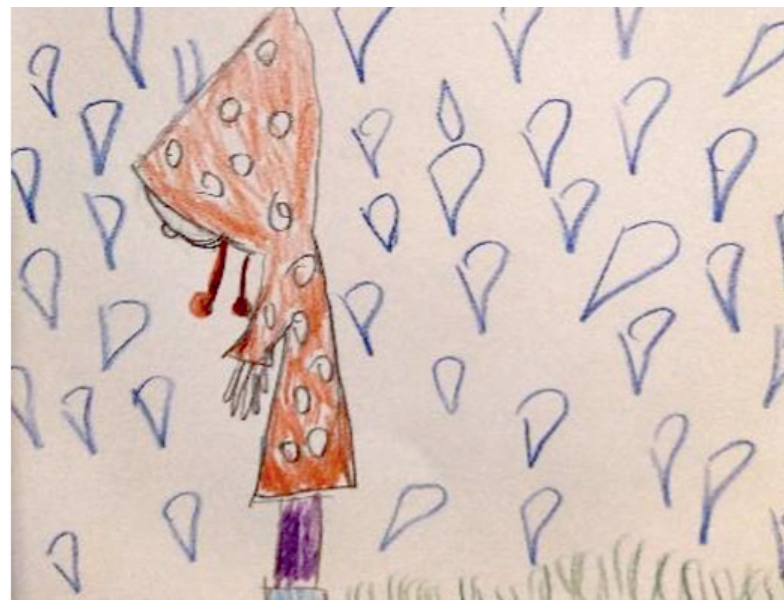
Sie sind eine aufgestellte Familienfrau, aktive Eltern, deren Kinder bereits gross und vielleicht schon ausgezogen sind oder junggebliebene Grosseltern?

Sie bieten Eltern die Möglichkeit, ihr Kind regelmässig ausserhalb der eigenen Familie und dennoch in einer liebevollen Atmosphäre in kleinem Rahmen betreuen zu lassen. Sie haben Freude am Umgang mit Kindern, Erfahrung in der Erziehung und verfügen über genügend Zeit und geeigneten Wohnraum.

Einfühlungsvermögen, Toleranz und Gesprächsbereitschaft gehören zu Ihren Eigenschaften. Sie sind zuverlässig und verantwortungsbewusst, suchen eine abwechslungsreiche Tätigkeit und stellen sich gerne neuen Herausforderungen.

Wir vermitteln Ihnen Tageskinder, regeln die Betreuungsvereinbarung und unterstützen und begleiten die beteiligten Familien. Sie sind bei uns angestellt, versichert, erhalten ein regelmässiges Entgelt und profitieren von Aus- und Weiterbildungsangeboten.

Möchten Sie Ihre Türe und Ihr Herz öffnen für ein Tageskind, dann melden Sie sich!



Fühlen Sie sich angesprochen, dann melden Sie sich:

Tel. 033 822 13 56
tagesfamilien@vtio.ch
www.vtio.ch

Beratungsgespräch

Aktuell dürfen wir keine Infoveranstaltungen durchführen.

Gerne empfangen wir Sie dafür zu einem persönlichen Beratungsgespräch im Noss Schulzentrum Spiez
033 655 50 30
info@noss.ch

NOSS

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

auch für Sekundar-
schülerInnen

noss.ch

Schulzentrum



Home Cooking! Wir starten in die Grillsaison 2021

Auf alle Lagergeräte zum Saison Start

10% Rabatt

(GRATIS Zusammenbau und Lieferung inklusive!)



www.haushalt-voegeli.ch



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

So tue als ob

Vo guete Vorsätz u Norme

Afang Jahr hani mir heimlech es paar gueti Vorsätz usdänkt. Bis Afang Februar hani uf voller Linie «verseit». Es het mi zum Schmunzle bracht. O mit grosser Asträngig u guetem Wille schaffe mirs oft nid, besser zwärde, üs zverändere. Drum funktioniere gueti Vorsätz eher nid. Egal, ob mir se zum nöie Jahr fasse oder ame andere Punkt i ouserem Läbe. Drum stränge mir üs umso me a, so ztue als ob. Mir glücklich wäre, es üs guet geit, mir keni Sorge hei, nid truurig si, der Stress ertrage, starch si. Warum? Isch da dHoffnig, dass mir vo de Mitmönsche meh Liebi, Achtig, Wärtshetzig, Anerkennig überchöme, we mir are Norm entspräche? Si dNorm alli die, wo sech apasse, Zähn zäme bisse u düre halte bis zum bittere Ändi? O we üs alli um üs ume eso vielech lieber hei, so chönne mir doch nid ächt si! Nid chönne sich si heisst oft ou, dass Kreativität, Fantasie, Energie, Fröid u vieles meh nadisna verlore gö. D Norm het sech die letschte Jahre rächt veränderet. Mir chöi geng me so si u läbe, wie mir wei. U gliichzytig gits geng meh Mönsche mit Depressione, weni Läbesmuet u Zuekunftshoffnig. Es schiint, dass o die, wo alle Muet hei zäme gno, zum anders si, nid sehr viel glücklicher wärde, als die, wo Zähn hei zäme bisse. Wieso? Es isch sehr asträngend, gäge dNorm zläbe. Wär entdeckt, dass das o nid nume zGälbe vom Ei isch, hets schwär, zrugg i die alte oder wyter i anderi Bahne zga. Versäge, me hets ja gseh cho, es heis scho anderi vorhär probiert u si gschyteret. Also tüe mir derte ou so als ob. Wieder gfange i Muschter u Norme. Es git eine, wo üsers ächte Ich kennt, üseri töifste Gheimnis, eine wo weiss, dür was mir scho hei düre müesse, was üs plaget u abebet. Eine wo weiss, was über üs isch gseit worde, was mir über üs sälber säge u danke. Er weiss, für was mir üs schäme, wo mir üs blamiert hei. Er kennt üsi Tröim u Wünsch. Gseht üsi Einsamkeit. Er weiss, wo er üs findet. Es git e Liebi, wo nur er kennt. U so liebt er üs. Wie mir si. Bedingiglos. Ussehalb vo jeder Norm. U er tuet nie nur so als ob.

Mehr über die Liebi chame i üsne Chliingruppe u Gottesdienschte erfahre.



Daniela Francioli-von Allmen

www.pfimi-interlaken.ch

MACHEN SIE MIT?

- Sind Sie unsicher beim Gehen?
- Haben Sie Schwierigkeiten mit Ihrem Gleichgewicht?
- Wir suchen Frauen UND Männer über 60 Jahre mit Gangunsicherheit und Gleichgewichtsstörungen
- Frauen über 60 Jahre mit Blasenschwäche

Ziel der Studie:

Wir vergleichen zwei verschiedene Trainingsprogramme. Ein Programm mit Übungen für Kraft, Gleichgewicht und Kognition (und Beckenbodenübungen bei Inkontinenz) vergleichen wir mit einem Bewegungsprogramm am Computer, welches mit Sensoren an den Füßen gesteuert wird. Dabei werden die gleichen Komponenten wie beim Heimprogramm trainiert.

Studienablauf und Risiko:

Nach der Einstufung trainieren Sie entweder 12 Wochen, 2 – 3 mal pro Woche, à 45 Minuten in Physio SPArto Interlaken (Interventionsgruppe) oder zu Hause mit einem Programm (Kontrollgruppe). Die Einteilung in die Trainingsgruppe ist zufällig und können wir nicht bestimmen.

Zulassung:

Die Studie wird in Übereinstimmung mit der schweizerischen Gesetzgebung und international anerkannten Richtlinien durchgeführt und wurde von der zuständigen Ethikkommission des Kantons genehmigt.

Sicherheit und COVID-19:

Die Beurteilungen und Trainings finden unter Betreuung statt, damit die Sicherheit der Teilnehmer gewährleistet ist. Wir werden diese so organisieren, dass sie in einer geschützten Umgebung stattfinden.

Haben Sie Interesse teilzunehmen?

Für weitere Informationen wenden Sie sich an:
Vincent Becker Hoff (Physio SPArto), physio@artos.ch,
033 828 88 68, Alpenstrasse 45, 3800 Interlaken



anerkannt
reconnu
ricognosciuto

asa

regiomech
espace SOLOTHURN

Ihr Partner für Logistikausbildungen

- **Staplerintensivkurse**
8. – 9. April 2021
12. – 13. April 2021
13. – 14. September 2021
15. – 16. September 2021
- **Teleskopstaplerkurs**
21. April 2021
17. September 2021
- **Hubarbeitsbühnenkurs VSAA**
14. April 2021
22. September 2021

Durchführungsort
Tiefbauamt des Kanton Bern, Werkhof Lindenallee 82,
3800 Interlaken Ost

Anmeldung
Online unter www.regiomech.ch oder per Mail/Telefon.

Ausbildungsnachweis
Alle unsere Kurse werden als CZV-Weiterbildungen anerkannt.

Genossenschaft Regiomech
Langfeldstrasse 28 | 4528 Zuchwil
Tel. +41 (0)32 686 88 41 | logistik@regiomech.ch | www.regiomech.ch



**杏林 CHINA MEDIZIN
INTERLAKEN**

Tag der offenen Tür

Samstag, 06. März 2021, von 10 bis 15 Uhr

传统中医

Traditionelle chinesische Medizin

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



Gratis Puls-/Zungendiagnose nach den Methoden der TCM

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



Wir haben Sie vermisst!

100 JAHRE  HEIMATWERK
INTERLAKEN

Jetzt freuen wir uns besonders, Sie wieder persönlich zu begrüßen.

Mit dem Frühling erwacht der Höheweg – wir öffnen die Türen und präsentieren unser abwechslungsreiches Frühlingsassortiment. Lokales Einkaufen hat gerade heute besondere Bedeutung. Kreative Ideen und innovative Konzepte, Made in Switzerland, liegen uns am Herzen. Bei uns finden Sie Produkte aus traditionellen Familienbetrieben, Institutionen und Werkstätten mit sozialem Hintergrund.

Der «Senn» begrüsst Sie im Heimatwerk mit Kuhglockengeräuschen, Alphornklängen und einem erfrischenden Naturjuiz. Geduldig wartet er auf seinem ruhigen Platz, wo er vorbeigehende Besucher mit einem kurzen Ständchen überrascht. Die «Senn-Klangbox» aus Schweizer Arvenholz wirkt positiv auf das Wohlbefinden und sorgt für einen Hauch von Frühling. Die liebevoll hergestellten Produkte von Alpklang, werden in Sarnen aus regionalen und nachhaltigen Rohstoffen hergestellt. Besuchen Sie uns im Heimatwerk und treffen Sie den «Senn».

Lokal «lädele» im Frühling...

Montag bis Freitag, 9 bis 18.30 Uhr

Samstag, 9 bis 17 Uhr, Sonntag, 10 bis 16 Uhr



Heimatwerk Interlaken

Höheweg 115

3800 Interlaken

033 822 16 53

Radio BeO

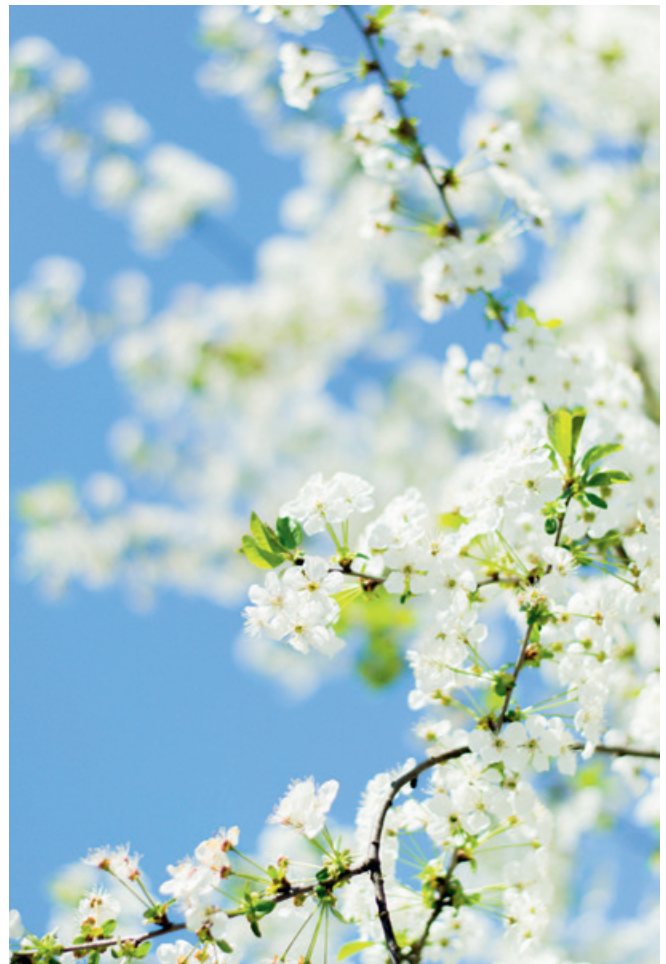


auf DAB+
UKW | APP
WEB!

Neue Website mit vielen Vorteilen:

- ausführliche News über Deine Region
- BeO-Express-Märit: Gratis Kleinanzeigen aufgeben
- BeO-Team: Schau, welche Stimme zu welcher Person gehört
- und vieles mehr...!

O FÜR DI!



Tagestreff Birke

betreut – entlastet



Wir begleiten betreuungsbedürftige Senioren ganzheitlich, liebevoll und individuell. Durch abwechslungsreiche und fördernde Aktivitäten wird Ihr Alltag bereichert und gibt Struktur und Sicherheit.

Für pflegende Angehörige ist der Tagestreff eine wertvolle Entlastung, so dass unterstützungsbedürftige Seniorinnen und Senioren möglichst lange im vertrauten Zuhause bleiben können.

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag, jeweils von 9 bis 17 Uhr

Kontakt

Für Fragen oder einen unverbindlichen Schnuppertag wenden Sie sich an:

Tagestreff Birke, Zentrum Artos, Alpenstrasse 45, 3800 Interlaken

Mail: wglbirke@artos.ch | Telefon direkt: 033 828 88 28 | Telefon Zentrale: 033 828 88 44 | www.artos.ch



Wer ist unsere März-Person aus Bönigen?



Gewinnen Sie!

Wir verlosen 4x das Buch
Fäbu, Regi & Thundi auf der Suche
nach dem Schatz vom Thunersee



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 BodeliInfo / BrienzInfo, Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt oder: wettbewerb@weberag.ch

Einsendeschluss: Mittwoch, 10. März 2021
Die Gewinner werden im nächsten Heft veröffentlicht.

Auflösung Wettbewerb Februar 2021

Die gesuchte Person war:
Dimitri Rougy, Interlaken

Herzliche Gratulation den Gewinnern:

Ruth Mutti, Leissigen
Irene Adele Lauener-Joos, Interlaken
Tamara Kley, Unterseen
H. Ulrich von Känel, Unterseen

◆ 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

Gutschein 10% auf Fahrradträger



All-New TUCSON Hybrid 4x4
New KONA Electric
NEXO Fuel Cell
New SANTA FE Hybrid 4x4.



*Die europäische Hyundai 5-Jahres-Werksgarantie ohne Kilometerbeschränkung gilt nur für Fahrzeuge, welche ursprünglich vom Endkunden bei einem offiziellen Hyundai-Partner (in der Schweiz und dem Europäischen Wirtschaftsraum) erworben wurden, entsprechend den Bedingungen im Garantiedokument. – Auf Hochvolt-Batterien gilt eine Garantie von 8 Jahren oder 160000 km. – Mehr Infos auf hyundai.ch/garantie

Die neuen Modelle sind bei uns eingetroffen. Gerne beraten wir Sie kompetent.
Benutzen Sie dieses Inserat als 10% Gutschein auf Fahrradträger.

Freund & Brönnimann AG, Gwattstrasse 56, 3604 Thun, Telefon
+41 33 334 11 55, freund-broennimann.hyundai.ch



Guter Schlaf hat ein Zuhause: unsere Natur.

Erholen Sie sich nachhaltig im
Hüsler Nest, das Schlafsystem
aus natürlichen Materialien.



www.jenniag.ch

Hüsler Nest Schreinerei
Oberdiessbach & Thun
033 222 35 75



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

Öffnungszeiten BÖDELI BROCKI
Mo bis Fr 9-18 Uhr Sa 9-17 Uhr

Untere Bönigstrasse 46
3800 Interlaken
www.boedelibroeki.ch



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 psychie
- fragen sie uns, wir beraten sie gerne

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

«Anerkennungspreis IMU-Blumenschmuck»

BLUMEN- UND
GARTENBAUVEREIN
INTERLAKEN UND
UMGEBUNG

Die Gewinnerinnen und Gewinner 2020



Trotz Corona-Pandemie haben viele Blumenfreude ihre Häuser und Balkone liebevoll geschmückt. Herzlichen Dank für die grossartige Arbeit. Das OK «IMU-Blumenschmuck» hat in Interlaken, Matten und Unterseen rund 300 Häuser und Balkone fotografiert. Aus den vielen Bildern wurden 45 Gewinnerinnen und Gewinner ausgelost und mit einem Anerkennungspreis ausgezeichnet. Leider konnten die Preise nicht persönlich bei einem gemütlichen «Zvieri» übergeben werden, doch wir freuen uns schon auf den nächsten Sommer...

Gewinnerinnen und Gewinner aus Interlaken

Bernhard und Gertrud Gasser / Fritz und Hedi Sieber / Heinz und Jolanda Leibundgut-Andrinet / John und Esther Robinson / Abegglen + Michel / Nelly und Hansruedi May / Katharina Schild-Kohler / Christian Wyss / Ernst Fischer / Liselotte Lüthi / Luan und Fatmire Sabadini / Sandra Burgmeister-Salas / Bernhard Ramseier / Ulrich und Anna Reist / Marianne Keller

Gewinnerinnen und Gewinner aus Matten

Danijela Nikolić / Lule Nicaj / Nelly Häsler / Robert und Anita Wälti / Doris Schaub / Rudolf und Katharina Aemer / Raymond Kohler und Verena Studer / Simon und Ruth Lüthi / Gottfried und Klara Zwahlen / Peter und Renate Zwahlen / Max und Therese Nägeli / Urs und Christina Kuhn / Margrith Schuler / Familie Bühler / Fritz und Elisabeth Fankhauser

Gewinnerinnen und Gewinner aus Unterseen

Restaurant Steinbock / Peter und Therese Fuchs-Baumgartner / Stephanie Jenni / Erika Stettler / Hans Steinmann / Hans-Rudolf und Anne Maria Ulrich-Knüttelfelder / Eddy Lachat / Elisabeth Kuchen / Mourad Zkaska und Martina Wenger / Hans und Marie Wölfli-Roth / Andrea und Mario Seematter / Horst und Sabine Seiler-Streich / Beat und Katharina Brunner / Nelly Zurbrügg / Roger und Cvija Götz

OK Anerkennungspreis IMU Blumenschmuck:

Jolanda Leibundgut und Georges Beutler, Interlaken
Walter Jorns und Mischa Söjtöri, Matten
Hansruedi Geissbühler und Peter Wenger, Unterseen.

Herzlichen Dank an die

Gemeinden und Burgergemeinden Interlaken, Matten, Unterseen und die TOI Interlaken. Ein besonderes Merci allen Gärtnerinnen und Gärtner, die sich mit viel Engagement um die öffentlichen Anlagen kümmern.

**Blumen- und Gartenbauverein
Interlaken und Umgebung**

imu-blumen@matten.ch



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



Marcel Schaffer



Franz Bauer

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



RITTER
COLLECTION
REAL ESTATE | IMMOBILIEN

Büro Unterseen
Postfach 29
CH-3800 Unterseen

+41 79 613 32 48
info@rittercollection.ch
www.rittercollection.ch

Was wäre, wenn es bei Ihrem Immobilienverkauf um mehr ginge als nur um den Preis? Sie wählen frei aus den Einzelleistungen oder das Komplettangebot.

Es sind Ihre Interessen und Vorstellungen, die unsere Arbeit bestimmen.

Wir sind für Sie da!

Ihre Iris Ritter und Beat Weber



PODOLOGIE

Med. Fusspflege
Fabienne Gafner-Grossenbacher

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

ÖFFNUNGSZEITEN: Mittwoch, Freitag und Samstag
Auch Hausbesuche möglich!

VICTORIA-JUNGFRAU Tenniscenter Interlaken



Tennisschule Keller Sport und Spass für Gross und Klein



Martin Keller
Geschäftsführer

Verschiedene Spielunterlagen

bei uns können Sie ganzjährig auf Sandbelag (French Court) und auf Teppich mit Granulatbelag Tennis spielen!

Angebote mit Tennisunterricht

- Bambinikurse: Kinder ab 5 Jahren
- Schülerkurse: Anfänger bis Fortgeschrittene
- Erwachsenenkurse: Einzel-/Gruppenunterricht

Höheweg 41, 3800 Interlaken
Tel. 033 828 28 55
tenniscenter@victoria-jungfrau.ch
www.tennisschule-keller.ch

Love and Peace Yoga Irma



Heilung mit der Natur von Körper, Geist, Seele.

- Yoga, Meditation und Bewusstseinsweiterung
- Auflösung von alten Mustern, Traumata und Blockaden.
- Yogaworkshops, Ferien und Retreats
- Begleitung mit Naturprodukten
- Book Privat VW Bulli Abenteuer Touren

3804 Habkern | 079 613 34 76 | www.yogairma.com

Velobörse von Pro Velo Bödeli 2021

Samstag, 27. März 2020, 9 bis 15 Uhr



Die Velobörse findet voraussichtlich am Samstag **27. März 2021** statt. Aufgrund der unsicheren Situation haben wir ein Verschiebedatum auf Samstag **12. Juni 2021** festgelegt.

Aktuelles zu der Durchführung entnehmen Sie bitte aus der Homepage www.pro-velo-boedeli.ch
[Ort](#), [Zeitplan](#) und [Vorgaben](#) bleiben bei beiden Daten die gleichen.

Ort

General Guisan Schulhaus Rückseite (Suleggstrasse)
Achtung dieses Jahr nicht bei Migros Vorplatz

Zeit

9 Uhr bis 15 Uhr; Annahme Velos ab 8 Uhr.
Zutritt Verkauf für Pro Velo Mitglieder:
Bereits ab 8.30 Uhr; bei Vereinsbeitritt vor Ort ebenfalls früherer Zutritt

Zahlungsmittel

Bargeldlos (Maestro, Kreditkarte, TWINT) oder bar

Weisungen / Vorgaben für die Börse

Velohändler: Maximum 10 Velos und nur unter Voranmeldung unter: velo@pro-velo-boedeli.ch

Private: vorgängige Anmeldung ebenfalls empfohlen und erwünscht unter: velo@pro-velo-boedeli.ch

Vorgaben Corona

- Bitte gehen Sie davon aus, dass wir eine strengere Zutrittskontrolle machen müssen, wie beschränkte Anzahl Personen gleichzeitig auf dem Gelände, mehr Abstand zwischen den Velos etc., das wird eventuell auch etwas mehr Wartezeit zur Folge haben.
- Aufgrund der geltenden Schutzmassnahmen (Mindestabstände usw.) behalten wir uns vor, die Anzahl Fahrräder auch kurzfristig vor Ort zu beschränken.
- Das aktuelle Schutzkonzept erscheint zu gegebener Zeit auf www.pro-velo-boedeli.ch

Wir freuen uns sehr, wenn wir dieses Jahr wieder die Velobörse durchführen können und bedanken uns bereits herzlich für Ihre Mithilfe und Unterstützung.

www.pro-velo-boedeli.ch


Pro Velo Bödeli setzt sich parteilos für sichere Bedingungen für Velofahrer, Velowege, Veloabstellplätze und vieles mehr ein. Wir organisieren Anlässe wie Fahrkurse, Vorträge Veloreisender etc. und organisieren ebenfalls die beliebte jährliche Velobörse.

Neumitglieder sind herzlich willkommen!


Pro Velo Bödeli

velo@pro-velo-boedeli.ch
www.pro-velo-boedeli.ch

Schauspielhaus	▼	Kegelmwurf (2 Wörter)	nordamerik. Hirschart	▼	Geschäftsführung	▼	fliederblauer Farbton	sibirisches Eichhörnchenfell	engl., frz.: Alter	Tätigkeitswort	der Nahe und Mittlere Osten	▼	Schweiz. Chemiker (Richard R.)	Stadt im Berner Oberland
Inselstaat der USA	▶		1				erwarteter Sieger (Sport)	▶				12		
Schwung	▶				Juraausläufer (AG/ZH)	▶			15				Epoche	
südamerik. Kamel	▶					8	Hauptort eines Halbkantons	▶						13
Backmasse	▶													
Wasser vogel	▶	14								mit Gott reden		Schweiz. Landesausstellung		junges Rind
Gleichklang im Vers	▶		2							wertvolle Holzart	4			
kirchenrechtliche Norm	▶	Radio-Sprecher		Seebad in Belgien						Verkehrssignalanlage		Abk.: Mehrwertsteuer		beglückt
▶	▼					9								
Vogelbrutplatz	▶									Ort südöstlich von Bern	7			
Handwerker	▶	Strom in Ostsibirien		mundartlich: scharf gewürzt						Fell der Bärenrobbe (engl.)		frühere schwed. Popgruppe		Frisiergerät
▶			11		Ausruf: hopp!a!	Vorort von Bern		Abk.: limited	kräftig					6
exakt	▶					Laubbaum					5	grösste Ausstellung Berns		
letzte Anstrengung vor dem Ziel	▶	3							Sammelbuch					
ugs.: scharf	▶					Wunschbild, idealisierte Person		10				Abk.: Atmosphäre		



WÄHLEN SIE AUS
ÜBER 500 BÜCHERN
IN UNSEREN WEBSHOPS!



www.kanzlit.ch
39 - kanzlit.de

Knobeln Sie mit!

Lösungswort Kreuzworträtsel März 2021

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

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.

Teilnahmeschluss: Mittwoch, 10. März 2021. Die Lösung finden Sie in der nächsten Ausgabe. Wir wünschen viel Spass!

Lösungswort Februar: Schneehase
Gewinner: Magdalena Wullschleger, Brienz

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

Vorname _____

Name _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

Am 14. März ist der Tag des Zuhörens

Tel 143 - Die Dargebotene Hand Bern



Manchmal möchte man mit jemandem reden ... Oft geht es darum, eine akute Situation erträglicher zu machen. Es braucht ein offenes Ohr. Jemand, der zuhört. Tel 143 ist an 365 Tagen, 24 Stunden erreichbar. Unabhängig, anonym und offen für alle. Bei Suizidalität, Einsamkeit, psychisches Leiden aber auch Gewalt und Themen der Alltagsbewältigung.

Auch ich kann gut zuhören

- Ich lasse mich auf mein Gegenüber ein und bin konzentriert.
- Ich gehe zurückhaltend mit meiner eigenen Meinung um.
- Ich bestätige mein Gegenüber durch kurze Äusserungen.
- Ich habe Geduld und lasse ausreden ohne zu unterbrechen.
- Ich bin ganz Ohr.

Was kann ich tun, wenn ich selber in eine Krise gerate?

- Ich erinnere mich an Krisen, die ich schon gemeistert habe, an meine Kräfte und Fähigkeiten.
- Ich entdecke in der Krise eine Möglichkeit, als Mensch zu wachsen und zu reifen.
- Ich suche das Gespräch mit Menschen, die schon Ähnliches erlebt haben.
- Ich treffe Entscheidungen selbst und überlasse sie nicht anderen.
- Ich lasse mir die Zeit, die ich brauche.

Tel 143 anonym und vertraulich

Rund um die Uhr. Beratung auch per Mail und Chat: www.bern.143.ch.

Die Beratung ist kostenlos.

Spendenkonto:

60-324928-2 / IBAN CH04 0900 0000 6032 4928 2



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

Frühlingsträume...

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
- Duscabtrennungen

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



Mit der Luftseilbahn täglich ins Wintermärchen!
Idealer Ausgangspunkt für verschiedene Wintersport-Aktivitäten. Wie wär's mit einer rasanten Schlittenabfahrt?
Besuchen Sie unsere 2 Schneeschuhrouen ab Sulwald!

Luftseilbahn Isefluh-Sulwald
CH-3822 Isefluh • Tel. 033 855 22 49
www.isefluh.ch • info@isefluh.ch

Hörgeräte Ruchel

Hörgeräteanpassung ist Vertrauenssache.



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

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



METZGEREI STUCKI AG
BÖNIGEN
100 Jahre 033 822 29 19

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

Den Ganzen März div. Fleischvögel.

PLÜSS

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

copy shop

Jungfrau Papeterie AG
Bhend Papeterie

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

10% Gutschein

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

Wir haben geöffnet!

- 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.

HSR Ingenieure AG

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

Bauberatungen

- Fördergelder
- Bauphysik
- Energie
- Umwelt

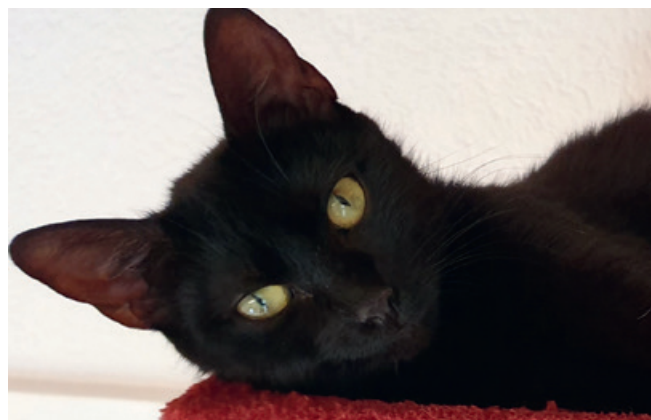



Tiere suchen ein Zuhause

Der Tierschutzverein Interlaken sucht für Verzichttiere ein neues Zuhause

Sehr ruhige Zeiten in der Katzenauffangstation aber das kann sich blitzartig wieder ändern...

Kleine und grosse, alte und junge, Machos und Sensibelen, schöne und etwas weniger schöne...
...zutrauliche und scheue, wilde, handycapierte, gesellige und einzelgängerische...



Tierschutzverein

Interlaken-Oberhasli

alle diese Katzen haben ein liebevolles Zuhause gefunden. Infos über unsere jeweiligen Pfleglinge finden Sie unter www.tierschutz-interlaken.ch oder Facebook Katzenauffangstation Bönigen.

Kontakt

Katzenauffangstation TSVI Gisela Hertig, 3806 Bönigen

033 823 80 08, info@giselahertig.ch

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

www.tierschutz-interlaken.ch

Ihre Spende hilft den Tieren in unserer Region.

Herzlichen Dank.

Spendenkonto Tierschutzverein Interlaken-Oberhasli

87-466873-1, CH49 0900 0000 8746 6873 1

Veranstaltungen

März 2021

Die Veranstaltungsdaten können für die **Ausgabe April 2021** bis **Mittwoch, 10. März 2021** 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

Mittwoch bis Sonntag
ABGESAGT: Harold Studer
kunsthauseinterlaken.ch
Jeden Mittwoch und Samstag,
ABGESAGT: Welt der Steine
14 bis 17.30 Uhr, Beatenberg
www.crystallos.ch

Jeden Mittwoch bis Sonntag
Galerie Kulturpodium IHB Spectrum
«Silberweiss in Rot und Blau»
13 bis 18 Uhr, JungfrauPark Interlaken
urwyler-hansueli.ch

Jeden Donnerstag und Freitag,
Galerie Kulturpodium IHB Spectrum
«Augenschein & Wirklichkeit»
16 bis 18 Uhr, IHB spectrum, Interlaken
urwyler-hansueli.ch

Täglich
Galerie Kulturpodium IHB Spectrum
«Firnlicht & Nachtblau»
10 bis 20 Uhr, Hotel Alpenhof,
Grindelwald, urwyler-hansueli.ch

MUSIK

Mittwoch/Samstag, 13./13./17. März
**ABGESAGT: Unterhaltungsnach-
mittag- und abende der Trachten-
gruppe Habkern**
13. März ab 13.30 Uhr | ab 20 Uhr,
17. März ab 20 Uhr, Schulhaus Habkern

LESUNG, VERSAMMLUNG, VORTRAG, KURSE

Donnerstag, 4. März
**ABGESAGT: Impulsreferat &
Apéro Überzeugender durch
Selbsterkenntnis**
ab 18.30 Uhr, Bildungszentrum
Interlaken bzi, www.bzi.ch

Dienstag, 9. März
**Informationsabend Weiterbildung
über alle Lehrgänge und Kurse**
ab 18.30 Uhr, Bildungszentrum
Interlaken bzi, www.bzi.ch

Samstag, 27. März
ABGESAGT: Lorenz Keiser
ab 20.17 Uhr, Schlosskeller Interlaken
schlosskeller.ch

MÄRKTE

Sonntag, 21. März
AGESAGT: Traditioneller Ostermärt
ab 10.30 Uhr, Schulhaus Habkern

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

SPORT

Donnerstag/Freitag, 4./5. März
ABGESAGT: Fackelabfahrt
Skilift Habkern
www.schneesportschule-habkern.ch

Freitag, 5. März
ABGESAGT: Gästeskiennen
ab 11 Uhr, Skilift Habkern
www.schneesportschule-habkern.ch

Samstag, 6. März
**Schnupperkurse
Schneeschuhwandern**
11 bis 13 Uhr, Lombachalp, Habkern
www.habkern.ch

Montag bis Sonntag, 6. bis 13. März
**German Language Marathon / Charity-
Run der Deutschsprachfreunde**
Bahnhof Interlaken Ost

Samstag, 13. März
Schneeschuhwandern bei Neumond
ab 18 Uhr, Habkern
www.schneesportschule-habkern.ch

Samstag, 27. März
Schneeschuhwandern bei Vollmond
ab 18 Uhr, Lombachalp, Habkern
www.schneesportschule-habkern.ch

KIRCHE

Sonntag, 7. März
Weltgebetstagsgottesdienst
ab 10.15 Uhr, Kirche Habkern
www.kirche-habkern.ch

VERSCHIEDENES

Samstag, 6. März
AGESAGT: Snow Season End Party
Clubhütte Allmi, Habkern
www.skiclub-habkern.ch

Jeden Montag bis Donnerstag/
Sonntag
ABGESAGT: Stallvisite
4.45 bis 6.30 | 17 bis 18.15 Uhr
Beatenberg

täglich auf Anfrage
Lamatrekking - Tour Wilderswil
Schnuppertrekking Rundtour ab
Lamahof Schmutz Wilderswil
Zeitaufwand 2 1/2-3 Stunden
www.lamatrek-jungfrauregion.ch

Terminplan 2021

Bödeli-/BrienInfo

Ausgabe	Annahmeschluss	Erscheinung
April 2021	10. März 2021	31. März 2021
Mai 2021	12. April 2021	30. April 2021
Juni 2021	10. Mai 2021	31. Mai 2021
Juli 2021	10. Juni 2021	30. Juni 2021
August 2021	12. Juli 2021	30. Juli 2021
September 2021	10. August 2021	31. August 2021
Oktober 2021	10. September 2021	30. September 2021
November 2021	11. Oktober 2021	29. Oktober 2021
Dezember 2021	10. November 2021	30. November 2021
Januar 2022	10. Dezember 2021	31. Dezember 2021

Impressum

Offizielles Mitteilungsblatt für Vereine, Institutionen und Gewerbe von Interlaken, Matten, Unterseen, Beatenberg, Bönigen, Därliken, Goldswil, Gsteigwiler, Habkern, Iseltwald, Leissigen, Niederried, Ringgenberg, Saxeten, Sundlauenen, Wilderswil, Gimmelwald, Gündlischwand, Isenfluh, Lauterbrunnen, Lütschental, Mürren, Stechelberg, Wengen, Zweilütschinen, Axalp, Brienz, Brienzwiler, Ebbligen, 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@weberverlag.ch

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

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

Titelseite Sandro Häslar
Foto Andrea Abegglen, Werd & Weber Verlag AG

Druck AVD Goldach AG
ISSN 1662-0984
Auflage 20900 Expl.

Erscheinungsweise 12 x jährlich, Ausgabe April 21
erscheint am Mittwoch, 31. März 2021.
Beiträge per Mail an: boedeli-info@weberverlag.ch

Annahmeschluss: Mittwoch, 10. März 2021
Alle Beiträge erscheinen sowohl im Bödeli- als auch im BrienInfo.

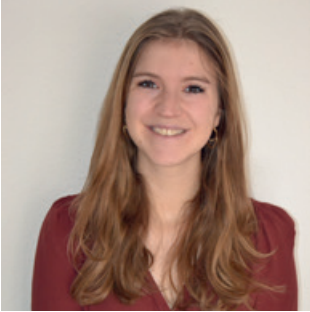
Lesen Sie uns online - weltweit:
www.boedeli-info.ch



Als Gratis-App für iPhone und iPad

«Luckdown im Lockdown»?

Auch in einem Rolls-Royce wird geweint, vielleicht sogar mehr als in einem Bus.



Stephanie Gartenmann
Matten bei Interlaken

Als Glück bezeichnen wir alle etwas anderes. Für mich persönlich ist Glück, wenn ich von meinen Lehrbüchern aufstehen und reiten gehen kann, wie schrieb doch der deutsche Schriftsteller Friedrich von Bodenstedt: «Alles Glück dieser Erde liegt auf dem Rücken der Pferde». Glücksmomente begegnen mir auch, wenn ich meine Freunde sehe, Erfolg habe oder einfach mal daheim rumhängen kann. Die Herkunft des Wortes «Glück» ist unklar. Je nach Auslegung bedeutet es Geschick, Schicksal, Zufall, günstiger Ausgang und guter Lebensunterhalt. In der römischen Mythologie war Fortuna die Glücks- und Schicksalsgöttin. Die Psychologie sieht im Glück, die Emp-

findung absoluter Harmonie, wenn bestimmte Erwartungen eintreffen oder bestimmte Bedürfnisse befriedigt werden können.

Corona hat uns allen das Leben ziemlich auf den Kopf gestellt und unser Glück relativiert. Plötzlich können wir vieles nicht mehr machen, was uns offenbar glücklich machen würde. Zum Beispiel zusammen feiern, in die Ferien fahren oder einfach ins «Kafi» sitzen und reden mit guten Freunden. Dafür ist man glücklich, wenn man gesund ist und in einer angenehmen Umgebung Home-Office ausüben kann, schon ein schneller Internetanschluss schafft Glücksgefühle. Aber reicht das? Wie finden wir Glück? Gerade junge Menschen streben nach Glück, ein guter Ausflug, eine gute Party, neue Schuhe, ein neues Auto oder andere materielle Dinge, die uns meistens kurzfristig glücklich machen. Zalando habe ich durchgeshoppt, Netflix ist durchgestreamt und fleissig sind die Podcast-Vorlesungen durchgeackert. Es gibt keine spontanen Partys mehr und Versammlungen sind abgesagt. Die Nerds – «die sozial isolierten Computerfreaks» – dieser Welt dürften wohl ihr Glück gefunden haben.

Nach einem Jahr digitalisiertem Alltag, fehlt uns der ganz normale Händedruck, Willkommensumarmungen und der barrierefreie Gesichtsausdruck. Viele sitzen daheim, vielleicht sogar allein und langweilen sich. Die Bewegung fehlt, die Abwechslung bleibt aus. Wir sind nicht mehr frei in unserer Entscheidung, was, wann und mit wem wir etwas tun dürfen.



**«Man weiss selten was Glück ist,
aber meistens was Glück war.»**

Françoise Sagan



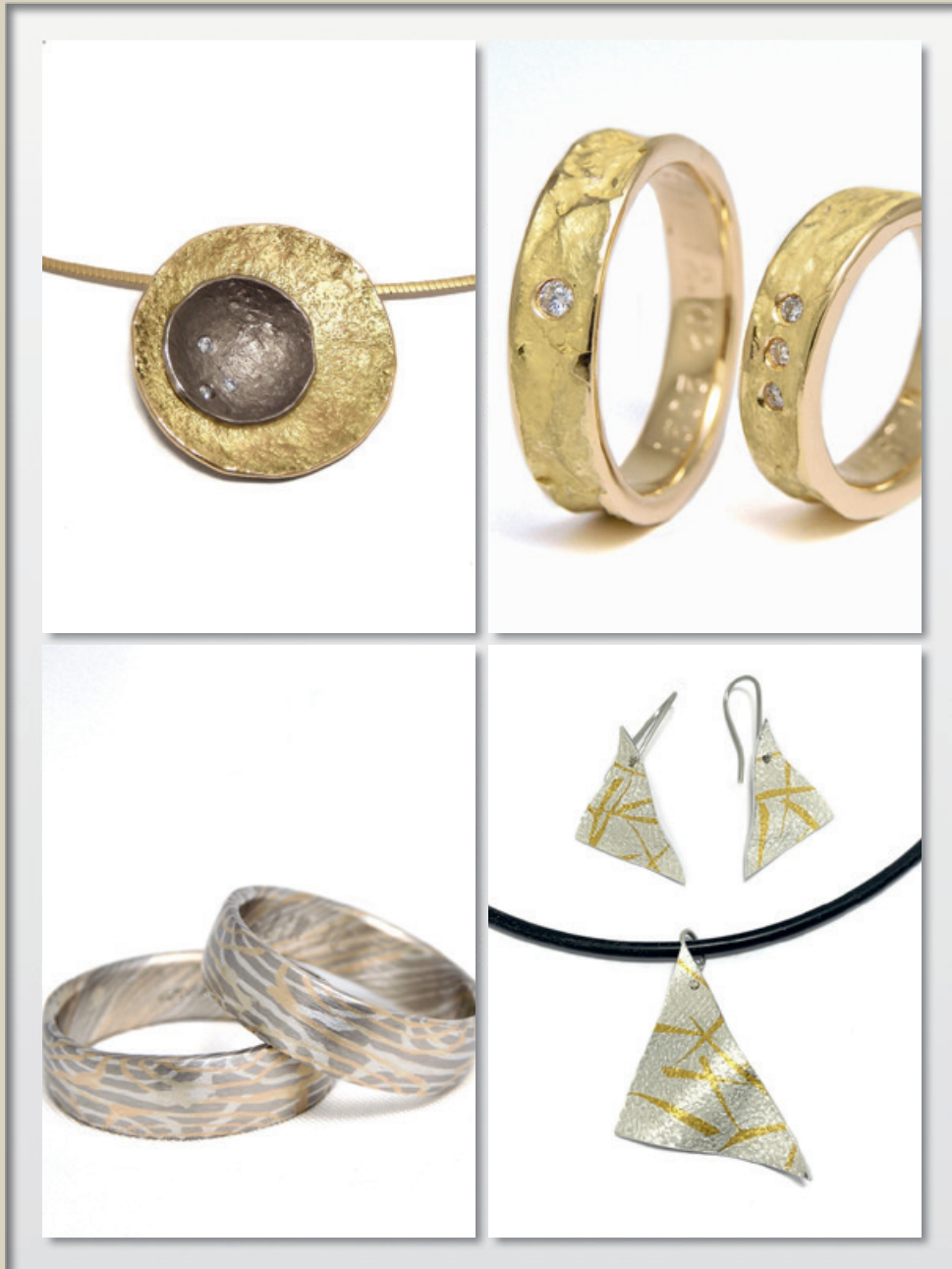
Etwas schmunzelnd las ich, dass während der Corona-Zeit unsere Bundesbeamten glücklicher und zufriedener geworden sind. Dies wirft nun die Frage auf, warum das so ist. Ist es das Home-Office, die Distanz zu Bürokolleginnen und -kollegen oder ist der Chef so unerträglich?

Die Pandemie zeigt uns, wie unser Glück im Alltag gestört werden kann. Der Schweizer Bruno Frey, Glücksforscher und Wirtschaftsprofessor, hat in seinen Studien herausgefunden, dass enge und tiefe Freundschaften und gute Lebensbedingungen das Leben massgeblich beeinflussen. Ein Land, das die Privatautonomie und demokratische Mitwirkung seines Volkes fördert, hat bedeutend glücklichere Menschen als dasjenige, welches

den Alltag reguliert und von Oben durchregiert. Freiheit und Glück hängen eng zusammen. Ohne die Freiheit zu entscheiden, mit wem ich mich treffe, wohin ich gehen möchte, wie lange und wie ich unterwegs bin sind essenziell für unsere Glückseligkeit. Prof. Frey beschreibt einen Prototypen eines glücklichen Menschen: Er oder sie lebt in einer direkten Demokratie, kann viel mitentscheiden, ist selbständig erwerbend oder kann flexibel arbeiten, unterhält ein gutes soziales Netzwerk und ist gesund. Hoffentlich kehren wir bald wieder zur Normalität zurück. Das Unglück «Corona» soll uns helfen den Kern des Glücks zu erkennen und zu pflegen. So wie es die französische Schriftstellerin Françoise Sagan in ihrem Rolls-Royce Zitat umschreibt.



Goldschmiede Habluetzel



Leidenschaft für Feuer und Form

Marktgasse 35 Interlaken www.goldschmiede-habluetzel.ch www.kamoga.ch

