

# BÖDELI

Offizielles Mitteilungsblatt für Vereine, Institutionen und Gewerbe des Bödeli und Umgebung. Erscheint einmal monatlich in allen Haushalten.

6. Jahrgang  
Januar 2003

Info

Gesundheit,  
Zufriedenheit  
und Erfolg fürs

2003

wünscht Ihnen  
das BödeliInfo-Team

**PROGRAMM 2003** (Änderungen und Ergänzungen vorbehalten)

03.03. – 15.03.	<b>Marokko – Faszinierende Rundreise wie aus 1001 Nacht</b>	ab	Fr.	1950.00
13.03. – 16.03.	Equitana in Essen – Messe rund ums Pferd (Nachtfahrt 13. auf 14.)		Fr.	310.00
22.03. – 29.03.	<b>Mallorca – Besuch einer unbekannteren Bekannten</b>		Fr.	945.00
11.04. – 13.04.	Frühlingserwachen im Tessin mit Besuch bei Kathrin Rüegg		Fr.	395.00
17.04. – 21.04.	Ostern – Kurzreise in die Wärme Spaniens		Fr.	395.00
30.04. – 03.05.	Jass-Reise ins Markgräflerland		Fr.	545.00
03.05. – 08.05.	<b>Blumenmosaik in Holland</b>		Fr.	875.00
14.05. – 18.05.	Salzburgerland – Ein kleines Paradies auf Erden		Fr.	675.00
25.05. – 31.05.	<b>Jersey &amp; Guernsey – Traumurlaub auf den Kanalinseln</b>		Fr.	1695.00
07.06. – 09.06.	Pfingstreise in den französischen Jura		Fr.	495.00
21.06. – 25.06.	Spreewald mit Potsdam und Berlin		Fr.	775.00
Juli / August	<b>Geheimnisvolles Schottland</b>		auf Anfrage	
02.08. – 03.08.	West Side Story auf der Seebühne von Bregenz		Fr.	369.00
23.08. – 24.08.	CSI / CDI / CAI in Donaueschingen – Europameisterschaften		Fr.	225.00
01.09. – 04.09.	Norditalien – Comersee, Gardasee und Trentino		Fr.	565.00
14.09.	Monza – Formel 1 Rennen in der Ferrari-Heimat Carfahrt nummerierte Sitzplatzkarte / Stehplatzkarte		Fr.	65.00
			Fr.	435.00 / Fr. 85.00
02.10. – 05.10.	<b>Celle – Hengstparade, Altstadt, Schlosstheater...</b>		Fr.	645.00
11.10. – 16.10.	Seefeld – Geniessertage vor dem kalten Winter		Fr.	695.00
13.10. – 24.10.	<b>Kulturreise durch Nordspanien und Portugal</b>		Fr.	1790.00
07.11. – 09.11.	105. Fieracavalli di Verona	ab	Fr.	375.00
10.12. – 14.12.	<b>Weihnachtsfahrt nach Heidelberg, Celle und Nürnberg</b>		Fr.	650.00

Verlangen Sie den farbigen Prospekt mit den Reisedetails!

REKA-Cheques werden zu 100 % angenommen

**IN NOTFÄLLEN**

Notruf-Nummer	144
Ärztlicher Notfalldienst	033 823 23 23
Regionalspital	033 826 26 26

**IMPRESSUM**

<b>Herausgeber</b>	Weber AG, Sibylle Dräyer, Gwattstr. 125, 3645 Gwatt
<b>Realisation</b>	Tel. 033 336 55 55, Fax 033 336 55 56
<b>Inserate, Gewerbe- und Infoseiten</b>	E-mail: boedeli-info@weberag.ch Doris Wyss-Theiler, Tel. 033 822 33 54, Fax 033 822 03 54
<b>Leitung BödeliInfo und Redaktion</b>	Doris Wyss-Theiler, Brunnengasse 163 E 3852 Ringgenberg, Tel. 033 822 33 54, Fax 033 822 03 54
<b>Vereine</b>	Vertreter des Vereinskongress: Albert Lüthi, Nöldy Baumann Postfach 42, 3800 Interlaken Albert Lüthi Natel 079 656 98 39 P 033 822 58 33 Nöldy Baumann G 033 826 64 18 P 033 823 01 23
<b>Druck, Satz/Gestaltung</b>	ILG AG, Druckerei & Verlag, Hauptstr. 11, 3752 Wimmis Tel. 033 657 87 87, Fax 033 657 87 86, E-mail: info@ilg.ch
<b>Auflage</b>	14 000 Expl.
<b>Erscheinungsweise</b>	12 x jährlich, jeweils am 1. des Monats in allen Haushaltungen
<b>Titelbild</b>	Die Glücksbringer sind (v.r.): Kreiskaminfegermeister Roland Wyder, Matten mit seinen Mitarbeitern Jakob Nussbaum, Bönigen und Heinz Gysi, Bönigen.
<b>Foto</b>	Markus Hubacher

**INHALTSVERZEICHNIS** Seite

<b>Vereinsinformationen</b>	<b>5</b>
Förderverein Trinkhalle	5
Harder-Potschete-Verein Interlaken	7
Genossenschaft Zentrum Interlaken	8–9
Schweiz. Club für Tschechoslowakische Wolfshunde	11
IG Ortsgeschichte Habkern	13
Volkshochschule Oberhasli/Region Brienz	15
Stadtkeller Unterseen	17
Jungfrau Music Festival	18
Oberländerchörli Interlaken	19
Wettbewerb	21
Volkshochschule Interlaken	23
Folk-Club Interlaken	25
Hauseigentümerverband Interlaken/Oberhasli	27
<b>Schulen</b>	<b>28</b>
Tagesschule Saxeten	28
<b>Gewerbe/Infos</b>	<b>29</b>
Daniel Rolli: Finanzplanungs-Tipp	29
Tourist-Center Beatenberg	30
Agnes und Mario Martinaglia: Optik	31
Jürg Schüpbach: Wellness & Co.	33
Monika Braun: Frisuren und Haarpflege	35
Heidi Häusler: Bücherecke	38
Schweizerischer Invaliden-Verband: Procap	39
McOptik	41
Beat Günther: Gesundheits-Tipp	43
RTW Round The World Travel: Wettbewerb	47
Sandra Wälti: Podologie	48–49
<b>Veranstaltungen</b>	<b>50–51</b>

Redaktionsschluss für die Februar-Ausgabe:

**Montag, 13. Januar 2003**

**Januar-Verkauf**  
**Lagergeräte**

Kaffeautomaten  
Kochherde  
Trockner  
Kühlgeräte  
Geschirrspüler  
Waschautomaten

Trockner

Alles zu «coolen» Abholpreisen



Geb. Vögeli AG  
Elektrofachgeschäft  
3800 Interlaken  
Centralstrasse 17  
Telefon 033-822 21 90

-wär ächt süsch!



**Silvester 02/03 im Des Alpes**

dem Treffpunkt in Interlaken:

- Castello Plausch, DER gesellige Raclette, Grill- und Fondue chinoise Spass à discretion mit Dessertbuffet, ab 2 Pers., p.P. Fr. 63.—
- oder unser feines Silvestermenü? Fr. 63.—

- 1.1.: 17.00h – 20.00h Steelband Oelwechsel, Glühwein- & Grillstand, 18.00h: Feuerwerk
- 2.1.: Harder Potschete auch im Des Alpes!
- Ab 6.1.: Österreichische Spezialitätenkarte  
Wettbewerb: „Auf den Hund gekommen“

Täglich ab 08.30h geöffnet  
Happy new year & herzlich willkommen!



RESTAURANT & BAR  
TERRASSE & SOMMERBAR  
Höheweg 115 - 3800 Interlaken  
Telefon 033 822 23 23 - Fax 033 821 05 85

## Wie geht es Ihrer Agenda?



Liebe Leserinnen,  
liebe Leser

Der Schokoladenhersteller Lindt & Sprüngli ist für Börsenanleger nach wie vor ein süsser Genuss.

Obwohl der Weltkonzern für seinen wichtigsten Rohstoff – die Kakaobohnen – seit Dezember 2001 an der Rohstoffbörse in London fast das Doppelte bezahlen muss, setzt er weiterhin auf seine Schoggiklassiker und lanciert neue Schoggikreationen.

Für uns Normalverbraucher sieht die momentane Wirtschaftssituation zum Teil gleich aus: Vieles ist teurer geworden,

doch Qualitätsarbeit und -produkte haben nach wie vor Chancen auf dem Markt.

Ich hoffe, dass Sie in Ihrer 2003-Agenda neben Pflichtterminen, gleich wie der Schokoladenhersteller, auf Ihre ganz persönlichen «Schoggiklassiker» setzen, wie z.B. Familie, Sport, Kino, Konzert und Theater. Vielleicht probieren Sie auch neue «Schoggikreationen» aus, damit Sie Ende nächstes Jahr einen Hundertprozentgewinn für sich verbuchen können.

Das BödeliInfo möchte Ihnen dabei helfen ein Lebensgeniesser zu sein.

Herzlichst  
Doris Wyss-Theiler  
Leitung BödeliInfo

# Schreinerhaus

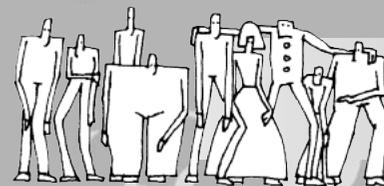


Beat Zaugg Möbelschreinerei Interlaken  
Telefon 033 822 18 27 beza@freesurf.ch



**Babyartikel - Kleinkinderkleider -  
Mietservice**

Jungfraustrasse 38 CH – 3800 Interlaken  
Tel./Fax 033 823 80 20  
www.baby-corner.ch info@baby-corner.ch



FÖRDERVEREIN TRINKHALLE

# DAMIT IHR FEST EIN BESONDERS SCHÖNES WIRD...

Kommen Sie zu uns in die Trinkhalle am Kleinen Rügen



Ob Geburtstagsfeiern, Hochzeiten,  
Firmenanlässe (auch Sitzungen)  
oder einfach eine Party –

**diese einzigartige Atmosphäre wird  
auch Ihren Anlass verzaubern!**

Für Informationen und Reservationen  
kontaktieren Sie

Förderverein Trinkhalle  
am Kleinen Rügen  
Natel: 079 784 79 21





**Go Sports AG**

Aerobic - Fitnesscenter - Waldeggstrasse - 3800 Interlaken

Info [www.gosports.ch](http://www.gosports.ch) 033 - 823 19 28

## «Jetzt ran an den (Winter)-Speck... aber ohne Diät»

**Bis 10 kg in 8 Wochen abnehmen!**

Mit unserem Slimclub «My Line» kein Problem

Schnupperlektionen (gratis)



Datum	Zeit
13.01.03	14.11 h
29.01.03	18.32 h
21.02.03	14.11 h
17.03.03	14.11 h
02.04.03	18.32 h
25.04.03	14.11 h

Kursleiterin:  
**Andrea Straubhaar**

**Ohne Diät, Wässerchen oder Pülverchen**

- ❖ Richtig trainieren
- ❖ Positiv denken
- ❖ Gesund essen



## Gutschein

für ein Einführungstraining mit Fittest

Gültig bis 31.01.2003

## KURS-PROGRAMM

### NEU:

Das aktuelle Programm immer unter [www.gosports.ch](http://www.gosports.ch)

#### Montag

- 09.30 – 10.30 h Fit ab 50 (Irène)
- 09.30 – 10.30 h Tae Bo (Romy)
- 12.15 – 13.00 h Surprise Mittag (Andrea)**
- 18.00 – 19.00 h Power Dumbell (Irène)
- 19.00 – 20.00 h FITBOXE (Romy)**
- 19.00 – 20.00 h Bodyforming (Irène)
- 20.00 – 21.30 h Kickboxen (Toni)
- 20.00 – 21.00 h Spinning (Andrea)

#### Dienstag

- 09.30 – 10.30 h Step (Brigitte)
- 19.00 – 20.00 h Power Step (Jürg)
- 19.00 – 20.00 h Tae Bo (Romy)
- 20.00 – 21.00 h Einsteiger Step/Aer. (Jürg)

#### Mittwoch

- 09.30 – 10.30 h Workout (Brigitte)**
- 09.30 – 10.30 h FITBOXE (Romy)**
- 17.00 – 18.00 h Kickboxen Kinder (Patricia)
- 18.00 – 19.00 h Tae Bo (Romy)
- 19.00 – 20.00 h Latino Aerobic (Jürg)
- 20.00 – 21.00 h Spinning high and endurance (Andrea)

#### Donnerstag

- 09.30 – 10.30 h Power Dumbell (Romy)
- 18.00 – 19.00 h Power Dumbell (Romy)
- 18.00 – 19.00 h FITBOXE (Irène)**
- 19.00 – 20.00 h Power Dumbell (Romy)
- 19.00 – 20.00 h Tae Bo (Irène)
- 20.00 – 21.30 h Kickboxen (Toni)

#### Freitag

- 09.30 – 11.00 h Weekend Workout (Romy)
- 09.30 – 10.30 h Taiji / Qigong (Manfred)**
- 19.00 – 20.00 h Tae Bo Beginner (Sandra)**

#### Samstag

- 10.15 – 11.15 h Bodytoning (Sabine)

### Öffnungszeiten: Wir haben 365 Tage offen!

Fitnessstudio	
Montag – Freitag	09.00 – 22.00 h
Samstag und Sonntag / Feiertage	10.00 – 14.00 h
Kinderhort: (gratis) Montag – Freitag	09.00 – 11.30 h
Samstag	10.00 – 11.30 h

## PROGRAMM 2. JÄNNER 2003

Gastformation  
"Chlösterli-Zunft"  
Urdorf, ZH



Gastformation  
"Chlösterli-Zunft"  
Urdorf, ZH

Ab 13.30 Uhr **Besammlung** aller Potschen auf dem Marktplatz Interlaken.  
Anschliessend Aufnahme der Personalien der Kinderpotscheni und Bereitstellung zum Umzug.

Ca. 14.00 Uhr **Abmarsch Umzug:** Marktgasse – Stadthausplatz – Räuberecke – Bahnhofstrasse – Postplatz – Grand Hotel Victoria Jungfrau und zurück zum Marktplatz.

Ab 15.00 Uhr **Präsentation** der Holzmasken auf dem Marktplatz Interlaken.  
Publikumswettbewerb, anschliessend Unterhaltung in den Gaststätten.

**Auf dem Marktplatz:** Heissi Marroni, Fleischsuppe, heissi Würscht, Chäsbrätel, Chässchnitte, Glühwein, Apfelpunsch, Weisswein, Holzmaskeli und 2.-Jänner-Knacker.



**Christbäume**  
Können bis 2.01.03, 10.00 Uhr auf dem Marktplatz Interlaken deponiert werden!  
Herzlichen Dank!





## CROSSBOW – Vernünftige Verkehrsplanung in Interlaken

Zu den Verkehrs-Problemen in Interlaken müssen wir lediglich ein Wort verlieren:

### Sanierungsbedürftig!

Die behördenverbindliche Lösung zur Behebung dieser Probleme auf dem Bördeli lautet:

### Crossbow!

Crossbow ist ein Meilenstein für eine vernünftige Interlakner Verkehrsplanung in:

### Kleinen Schritten!

Die einzelnen Abschnitte werden nach Dringlichkeit erneuert, erste Priorität hat die:

### Bahnhofstrasse!

Fr. 5.12 Mio. ist für den Teil: Migros bis Postplatz inkl. neuer Bahnhofplatz zu bewilligen als:

### Rahmenkredit!

Darüber wird an der Urne am 8./9. Februar 03 abgestimmt. Die mögliche Realisation dieses Abschnittes sowie des ganzen Crossbowprojektes berücksichtigt die:

### Gemeindefinanzen!

Crossbow bringt eine vernünftige Strassengestaltung für mehr:

### Verkehrssicherheit!

Die für Interlaken beste Lösung. Behebt aktuelle Strassenprobleme und baut an:

### Interlakens Zukunft!

Und was kann man Interlaken wertvolleres als eine gute Zukunft wünschen?

### Crossbow – es gibt nichts besseres!

### Ja zum Rahmenkredit!



## Privater Klavier-/ Orgel-/Cembalounterricht

- alle Stufen
- günstige Semesterkurse
- praktische 5-Lektionenabos
- **gratis** Schnupperlektion

Einstieg **jederzeit** möglich.  
Ich freue mich auf Ihre Anfrage!

Martin Heim, Musiklehrer  
Mittlere Strasse 42D, Unterseen, Tel. 033 823 86 76

## Café-Restaurant Gnzian

Fam. A. u. M. Brunner, Habkern  
Tel./Fax 033 843 13 41

- Gastronomie an aussichtsreicher Lage
- Für Ihre Familienfeier
- oder einfach zum gemütlichen Treff bis 30 Personen



# SCHWEIZERISCHER CLUB FÜR TSCHECHOSLOWAKISCHE WOLFSHUNDE SCTW

## DER HUND ALS THERAPEUT?

**In der heutigen Zeit hat der Hund, aber auch alle anderen Haustiere, einen ganz anderen Stellenwert bekommen als den, den sie noch bis vor einigen Jahren hatten. In etlichen Studien und Erlebnisberichten kann man nachlesen, wie positiv ein Hund das Klima unter Mitarbeitern usw. verändern kann. Sei es nun als Begleiter im Schulzimmer, im Büro oder gar in einem Altersheim.**

An einigen Arbeitsplätzen gibt es inzwischen so tolerante Chefs, dass Hundebesitzer den Hund mitnehmen können. Manche werden gar zum Büromaskottchen erkoren.

In Schulen, wo der Lehrer seinen eigenen Hund mit in die Klasse nimmt, ist das Klima im Klassenzimmer deutlich ausgeglichener geworden. Die Streitereien unter Schülern nehmen ab, der Umgang untereinander ist lockerer und weniger aggressiv gefärbt. Auch lernen sie Verantwortung zu übernehmen, in dem sie während den Pausen abwechselnd den Hund ausführen müssen.

Auch in Altersheimen setzt das Umdenken langsam ein. Denn es gibt viele, zum Teil alleinstehende Personen, welche altershalber gerne in eine entsprechende Einrichtung umziehen möchten, es aber wegen ihrem Hund oder ihrer Katze nicht tun, weil das Tier umplatziert oder im schlimmsten Fall gar eingeschläfert werden müsste. Denn auch dies kann man in Studien nachlesen: Ältere Hundebesitzer bleiben länger gesund und rüstig, weil sie jeden Tag ihren Spaziergang unternehmen. Sie haben so eine Aufgabe und sehen sich nicht als überflüssig.

Leider gibt es noch viel zu wenig Gelegenheiten den Hund ins Heim mit zu nehmen oder Chefs, welche dies am Arbeitsplatz erlauben. Warum nicht hier etwas Neues wagen? Den ersten Schritt als Heimleiter oder als Chef machen? In Schulen den eigenen Hund mitbringen?

Die Ausbildung zum Therapiehund wird immer vielfältiger. Es gibt inzwischen einige Vierbeiner, welche mit ihren Besitzern regelmässig in den unterschiedlichsten Institutionen solche Besuche unternehmen.

Unter [www.therapiehund.ch](http://www.therapiehund.ch) sind Infos zur Ausbildung und Arbeit mit solchen Hunden zu finden.

Sicher ein Gedanke über den es sich nach zu denken lohnt.

Infos rund um Wolfshunde und Hunde unter [www.wolfshunde.ch](http://www.wolfshunde.ch)/[www.dogparadise.ch](http://www.dogparadise.ch) oder Beatrice Michel 078 723 28 24

## TIERPENSION LANZENEN HUNDESALON «GERO»

Häberli Hans-Ulrich / Koch Stephanie & Team  
Dammweg 19 / 3800 Interlaken  
Tel. 033 822 62 77 / Fax 033 822 66 94

Alle Mitarbeiter sind ausgebildete Tierpfleger/innen mit diplom. anerkanntem Ausbildungsbetrieb.  
Das Tierferienheim für Hunde, Katzen, diverse Kleintiere.  
Hundesalon: Baden, scheren, trimmen und vieles mehr.  
Zubehör für Hunde und Katzen.  
Diverse Hunde- und Katzenfutter.

## Zahnprothesen und Gebissreparaturen Schorer & von Gunten

Zahntechnisches Labor  
Brunnackerweg 8,  
3608 Thun-Allmendingen



**Susanne Schorer-Grunder  
und Lilian von Gunten nehmen  
Ihre telefonische Anmeldung gerne  
unter 033 336 83 32 entgegen.**

## Möbel Braun-Sollberger

Nachf. O. Braun & Co., Spielmatte 18  
3800 Unterseen-Interlaken  
Telefon 033 822 55 90

Schlafzimmer  
Polstergarnituren  
Kleinformel  
Studios  
Teppiche  
Vorhänge

in 5 Etagen!



Wohnausstellung jeden  
Donnerstag bis 21.00 Uhr geöffnet, Parkplatz Aarestrasse

## jost Gartenbau + Beratung Gartenunterhalt

*Ihr Garten liegt uns am Herzen*

Ihr Fachgeschäft für:

Steinbeläge, Biotope  
Sichtmauern

3806 Bönigen Natursteinarbeiten

Tel. 033 822 34 30 Rasenpflege

Fax 033 822 34 75 Schnittarbeiten

Bepflanzungen

Umänderungen

Neuanlagen

Samuel Jost Natel 079 311 81 20

## Ciné Rex "Rex-piccolo"

INTERLAKEN  
Tel. 033 822 77 33 / 033 822 25 24

*Zum Geburtstag, zur Hochzeit, als Mitbringsel...  
jederzeit unsere beliebten Kinogutscheine! Das macht  
Freude!*

## Pap STYLO

PAPETERIE

Jungfraustrasse 3 · 3800 Interlaken  
Von 033 822 44 64 · Fax 033 823 11 68

**Gutschein für 10% Rabatt  
(Inserat mitbringen)**

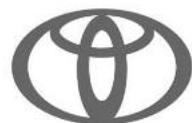
*Wir wünschen  
all unseren Kunden  
ein frohes neues Jahr*



**RENAULT**

**Autohaus Mattmüller**

3805 Goldswil bei Interlaken



**TOYOTA**

**Garage Burgseeli AG**

Telefon 033 822 10 43 [burgseeli@tcnet.ch](mailto:burgseeli@tcnet.ch)

## Für die Festtage Qualitätsfleisch zu vernünftigen Preisen

- Div. Fleischfondues
- Div. kalte Platten

**BEO beef** 

- Schinken im Teig 
- Filet im Teig
- Schinkli
- Pastetlifüllung
- Geschenkgutscheine
- Schöne Lammfelle

**Kennen Sie schon unser Schinken ohne Phosphate?**

**Metzgerei Michel**

Fleisch- & Wurstwaren

Dorfstrasse 3

3800 Matten

Tel. 033 822 10 83

Fax 033 823 50 26



## FRÜHER MÄNNERALLTAG – FRAUENALLTAG

Annäherung an den historischen Alltag in Habkern  
Ausstellung im Alten Schulhaus

Öffnungszeiten:

Samstag, 17.00 – 21.00 Uhr, Sonntag, 13.00 – 17.00 Uhr

Ende der Ausstellung: Sonntag, 23. Februar 2003





\*\*\* HOTEL MERKUR  
INTERLAKEN  
Bahnhofstrasse 35  
3800 INTERLAKEN  
TEL. 033 826 77 88

Kurzer Ausflug zum Znacht?

Jeden Sonntag ab 17.00 bis 23.00 Uhr  
geniessen Sie JEDE unserer feinen haus-  
gemachten Pizza's für NUR Fr. 10.-  
(zusätzlich Kinderpizza's zu Kids-Preisen erhältlich!)

Lieben Sie's eher gemütlich? Dann lassen Sie  
sich verwöhnen in unserem Restaurant beim  
beliebten

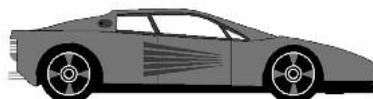
FONDUE CHINOISE À DISCRÉTION!

Auf Ihren Besuch freut sich das ganze  
«Merkur»-Team.



Gratis  
Autobahn-Vignetten

6. – 31. Januar 2003



Montag bis Freitag  
6.20 Uhr und 7.20 Uhr

Anruf genügt!!!

96.8 MHz

www.RadioBeO.ch / www.BeO.FM



VOLKSHOCHSCHULE  
OBERHASLI/REGION BRIENZ

## FAMILIENAUFSTELLUNGEN NACH BERT HELLINGER

Unsere Seele weiss um unser Eingebundensein in die Familie als Schicksalsgemeinschaft. Manchmal setzen wir uns über dieses Wissen hinweg und leben dann gegen die Ordnung, die in dieser Gemeinschaft wirkt. Ohne Rücksicht auf Bindungen, die entstanden sind und ohne den würdigen Ausgleich von Geben und Nehmen in unserer Familie. Dann folgen wir einem Ausgleich, der auf der Vorstellung unserer kindlichen Seele beruht, dass wir das Schwere, das Leid oder das Schicksal eines Anderen tragen könnten, auch wenn das für unser Leben Unglück oder Krankheit bedeutet.

Familienaufstellungen helfen, diese Schicksalsbindungen ans Licht zu bringen. Sie öffnen den Blick für das Verstricktsein mit anderen Mitgliedern unserer Familie und für Wege im Einklang mit dem Ganzen, eine Lösung zu finden . . .

Kursleiterin: Renate Otth, Meiringen  
Kursdaten: 17./18./19. Januar 2003,  
Kurszeit: Freitag, 14.00 bis 18.00 Uhr/Samstag 09.00 bis 17.00 Uhr/  
Sonntag, 09.00 bis 15.00 Uhr  
Kursort: Meiringen, Kirchgemeindehaus, Saal  
Preis: Fr. 180.- (Fr. 175.-) Anmeldung erforderlich

## ABLÖSUNGSPROBLEME JUGENDLICHER

Der Weg ins Erwachsenenleben gelingt nicht allen Jugendlichen ohne weiteres. Und manche Eltern haben mühe ihre Kinder durch diesen wichtigen Lebensabschnitt zu begleiten. Manchmal sind Eltern und ihre halbwüchsigen Kinder in verhängnisvolle Muster verstrickt und die nötige Entwicklung ist blockiert. Beispiele aus der Praxis.

Referentin: Katharina von Steiger, Meiringen  
Datum: Mittwoch, 29. Januar 2003  
Zeit: 20.00 bis 21.30 Uhr  
Ort: Meiringen, Primarschulhaus Bibliothek  
Preis: Fr. 12.- (Fr. 8.-) Anmeldung nicht erforderlich

Anmeldung/Information: Volkshochschule Oberhasli/Region Brienz  
Telefon 033 971 38 62 e-mail:info@vhs-zib.ch

TV-MUSIK-BEDARF AG

AM MARKTPLATZ

CH-3800 INTERLAKEN

Reparaturen und Verkauf  
Radio, TV, HiFi, Antennenbau  
Musiker-Anlagen, Instrumente

Inhaber: Erich Wenger  
eidg. dipl. Radio- und  
Fernsehelektriker

Tel. 033 822 55 50  
Fax 033 822 85 50

Aluminium-Fensterläden



- Schaufensteranlagen
- Treppen
- Geländer
- automatische Tore und Türen
- Garagen und Garagentore
- Wintergärten
- Fenster
- Fenstergitter
- Aluminiumfensterläden
- Unterstände/Zäune

**Metallbau, Garagen und Tore**  
Rugenstrasse 31, 3800 Matten,  
Tel. G 033 822 88 28  
Tel. P 033 822 67 51  
Fax 033 822 88 29

**Albert Zwahlen**

Wir liefern Storenstoff  
und überziehen alte Storen!



## Silvester Menu

31. Dezember 2002

Tomatenparfait auf winterlichen Salaten  
mit Sauerrahmsauce  
\*\*\*

Geflügelkraftbrühe mit frischen Kräutern  
\*\*\*

Gebratenes Red Snapper-Filet an Caipirinhasauce,  
Basmatireis und gedünstete Gurkenstäbchen mit Dill  
\*\*\*

Rindsfilettournedos auf Sauce Choron  
Schmelzkartoffeln und gebratene Lauchzwiebeln  
\*\*\*

Zitrusvariationen

Fr. 55.-

Bitte reservieren Sie frühzeitig:

HÖHEWEG 56 CH-3800 INTERLAKEN  
TELEFON 033 822 94 41 FAX 033 822 94 27  
www.gamag.ch schuh@tic.ch



**THOMAS RUBIN**  
BESTATTUNGSDIENST  
Beratung nach telefonischer  
Vereinbarung  
Interlaken: Tel. 033 823 30 35

**Ansprechpartner:**

**Daniel Abegglen, Burgweg 212 B,  
3852 Ringgenberg**



ILG AG WIMMIS  
Druckerei und Verlag  
Telefon 033 / 657 87 87  
Telefax 033 / 657 87 86

E-Mail: info@ilg.ch  
Internet: www.ilg.ch



*Von der Idee zum Druck –  
wir sind für Sie da!*



STADTKELLER UNTERSEEN

# THEATER 58

Freitag, 17. Januar 2003, 20.15 Uhr

## DER ALCHIMIST



Coelho erzählt im «Alchimist» das gleichnishaftes Abenteuer des Hirten Santiago, der auf der Suche nach einem Schatz auch innere Reichtümer entdeckt. «Der Alchimist» ist eine Geschichte voll orientalischer Weisheit, von kristalliner Klarheit, eine warme, lebensfrohe Geschichte, die Mut macht, den eigenen Lebenstraum Wirklichkeit werden zu lassen.

**Vorverkauf:** Dropa Drogerie Günther, Bahnhofstr. 25, Unterseen  
Telefon 033 826 40 40  
Filiale Zentrum Interlaken Ost,  
Telefon 033 823 80 30

**Preise:** Erwachsene Fr. 20.- / Kinder Fr. 12.-



**STADTKELLER**  
KLEINTHEATER AM STADTHAUSPLATZ UNTERSEEN

**Freche Flasche –  
cooler Drink!**

*Mountain  
Twister  
Cool Magic Drink*

Mixdrink aus  
Apfel-/Birnen-saft und Bier  
alc 1,8% Vol

www.mountaintwister.info

**Krüger fängt die  
Feuchtigkeit ein!**

- Bauaustrocknung
- Luftentfeuchtung
- Wäschetrocknung
- Wasserschadentrocknung
- Raumkühlung



**Krüger + Co. AG**  
3110 Münsingen, Südstrasse 9  
Tel. 031 720 20 00 / Fax 031 720 20 10  
www.krueger.ch

**KRÜGER**



# 1. JUNGFRAU MUSIC FESTIVAL – 5. BIS 13. JULI 2003

## Programm

Der Verein «Jungfrau Music Festival» bezweckt die jährliche Durchführung des «Jungfrau Music Festival» in Interlaken. Die Hauptveranstaltungen des Festivals sind Galakonzerte, Durchführung eines internationalen Wettbewerbs, Jugend-Events, Ausbildung und Spezialprojekte. Sämtliche Galakonzerte finden im Kursaal Interlaken statt. Je ein Gastkonzert ist jeweils in Thun und Bern vorgesehen.

### Das Galaprogramm 2003 umfasst folgende Konzerte:

Sa	05. Juli 2003	Brazilian Wind Orchestra	in Bern
So	06. Juli 2003	Brass Band Bürgermusik Luzern / La Landwehr de Fribourg	in Interlaken
Mo	07. Juli 2003	Brazilian Wind Orchestra	in Interlaken
Di	08. Juli 2003	Feldmusik Sarnen / Martin Streule Jazz Orchestra	in Thun
Mi	09. Juli 2003	Mariniers Kapel van de Koninklijke Marine (NL)	in Interlaken
Fr	11. Juli 2003	Nationales Jugendblasorchester der Niederlande	in Interlaken
Sa	12. Juli 2003	Big Band Schweizer Armeespiel (Pepe Lienhard)	in Interlaken

### Für weitere Auskünfte:

Geschäftsstelle Verein Jungfrau Music Festival c/o sceneCH.ch  
Nando von Allmen  
Postfach 79, 3800 Interlaken  
Tel. 033 821 21 15, Fax 033 821 21 16  
Homepage: [www.jungfrau-music-festival.ch](http://www.jungfrau-music-festival.ch), E-Mail: [nva@jungfrau-music-festival.ch](mailto:nva@jungfrau-music-festival.ch)



## DAS OBERLÄNDERCHÖRLI DANKT FÜR DIE UNTERSTÜTZUNG

Wir durften dieses Jahr unser 50-jähriges Bestehen feiern. Mit der CD-Taufe am 6. April im Kursaal Interlaken, dem erfolgreichen Besuch des Eidg. Jodlerfestes im Juli in Freiburg und der Jubiläumsfeier am 7. September konnten wir einige Höhepunkte in unserer Vereinsgeschichte feiern.

Die Gemeinde, die Bevölkerung und viele Geschäfte haben uns in unserem Jubiläumsjahr grosszügig unterstützt und viele Freunde des Chörli haben mitgeholfen unsere Anlässe zu einem vollen Erfolg zu führen.

### Wir danken ganz herzlich für diese tolle Unterstützung

\*\*\*\*\*

### SUCHEN SIE EIN ORIGINELLES GESCHENK?

Unsere neue CD oder Kassette mit schönen Jodelliedern, Ländlermusik und Alphornmelodien eignet sich sehr gut als beliebtes Geburtstagsgeschenk!

Die CD erhalten Sie zu Fr. 25.–, die Kassette zu Fr. 20.– bei den Aktivmitgliedern unseres Chörli oder in verschiedenen Geschäften. Sie können sie auch mit untenstehendem Talon bestellen.

----- hier abtrennen -----

Ich bestelle \_\_\_\_\_ CD \_\_\_\_\_ Kassette des Oberländerchörli

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

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

**Talon bitte senden an Regine Ramseier, Mehlbaum, 3706 Leissigen, Telefon 033 847 18 27**

# SB SUN

## ERGOLINE - SB - SOLARIUM

### JETZT KÖNNEN SIE JUBELN!!!

## POWER IN NEUEN DIMENSIONEN

Classic 700, der neueste Profi-Bräuner aus dem Hause Ergoline. Classic 700 weckt die Lust auf Luxus. Der High-End-Bräuner aus der Classic-Serie eröffnet neue Dimensionen in punkto Bräunungsleistung und Komfort.



Mit 160 Watt Leistung je Lampe in Ober- und Seitenteil bietet Ergoline 700 die stärkste Bräunungsleistung in der Classic-Serie. Und das Ganze immer bei angenehmem Klima. Denn die gewünschte Temperatur der Körperkühlluft im Oberteil lässt sich individuell von 16 – 30 Grad Celsius regeln. Auch das Design ist auf den Punkt gebracht. Das hinterleuchtete Glasdekor im Oberteil vermittelt den High-End-Anspruch des neuen Topmodells. In Kabine Nr. 1 für Sie in Interlaken. ERGOLINE CLASSIC 700

**SB-SUN GmbH Aarmühlestrasse 35 CH-3800 Interlaken  
vis- à -vis West-Bahnhof (Officeline 033/951 36 64)**

## WETTBEWERB

# KENNEN SIE MICH?



Wenn Sie den Namen von dieser Frau aus Unterseen wissen – sie ist 39-jährig und arbeitet «für die jüngsten Erdenbürger» – dann senden Sie die Lösung mit Ihrer **Adresse** und **Telefonnummer** an:

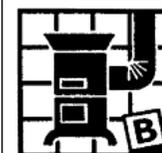
### BödeliInfo

«Wettbewerb» Redaktion, Brunnengasse 163 E  
3852 Ringgenberg

Einsendeschluss: **Montag, 13. Januar 2003**

Die Auflösung des Wettbewerbes und der Gewinner werden in der Februar-Ausgabe bekannt gegeben.

Der Gewinn wird ausgelost.



Ofenbau  
Cheminéebau  
Kaminsanierungen  
Keramische Wand-  
und Bodenplatten  
Natursteinarbeiten

## BLATTER Ofenbau und keram. Platten AG 3852 Ringgenberg

Büro: Hagenstrasse  
Werkstatt und Ausstellung: Anhöhe/Blasenweg  
Tel. 033 822 27 16, Fax 033 823 35 16  
E-Mail: blatter.ofenbau@quicknet.ch

Zu gewinnen gibt es einen Gutschein  
im Wert von Fr. 100.– offeriert von

METROPOLE HOTEL  
\*\*\*\*\*  
INTERLAKEN

Höheweg 37, 3800 Interlaken  
Tel. 033 828 66 66 / Fax 033 828 66 33  
E-Mail: sgraul@metropole-interlaken.ch  
Stéphane und Sandra Graul-Humig und das  
Metropole-Team freuen sich über Ihre Reservation.  
Auf bald, Hotel Metropole

Auflösung Wettbewerb, von  
der Dezember-Ausgabe:  
Friedi Wyss-Schranz, Ringgenberg

Die Gewinnerin des Wettbewerbes:  
Barbara Schiess, Ringgenberg

**Herzliche Gratulation!**

Unterstützt wird der Wettbewerb von:

*Ost & West – just the best!*  
**dropa**  
DROGERIE  
GÜNTHER  
Beim Stedli Zentrum, 3800 Unterseen,  
Telefon 033 826 40 40  
Zentrum Interlaken Ost, 3800 Interlaken,  
Telefon 033 823 80 30  
E-Mail: dropa.guenther

... für wohlig Füess  
**Praxis rund ume Fuess**  
Fuesspfleg / Pedicure  
3812 Wilderswil

079 315 51 31 Nathalie Fuhrer

... UND WOHNTRÄUME WERDEN WAHR:

z.B.

I H R E N E U E  
K Ü C H E

30  
JAHRE  
TRAUMHAFT  
WOHNEN

WOHNZENTRUM

von Allmen

INTERLAKEN

www.wohncenter-vonallmen.ch - Tel. 033 828 61 11

## SAXOPHON-UNTERRICHT

Für ANFÄNGER  
und FORTGESCHRITTENE

Werner Schneider  
Musiklehrer  
Unterdorfstrasse 7  
3800 Matten  
Telefon 033 822 16 35  
079 355 42 74



VOLKSHOCHSCHULE INTERLAKEN



## Kurse im Januar und Februar 2003

- ab 8.1. **Farbiges Gestalten, Malen** mit Peter Stähli
  - ab 9.1. **Töpfern in Iseltwald** mit Silvia Germann
  - ab 13.1. **Steuererklärung** mit Daniel Mühlemann
  - am 11.1. **Erlernen Ihres perfekten Make-ups** mit Irma Schreiber
  - ab 30.1. **Weinkunde** mit Philippe Ritschard
  - ab 14.1. **Beckenbodengymnastik Einführung** mit Susanna Renfer
  - ab 16.1. **Gedächtnistraining** mit Ruth Baur
  - ab 9.1. **Hatha Yoga** mit Daniela von Arx
  - ab 25.1. **Mandala malen** mit Gabriela Dürst
  - ab 8.1. **Tai Ji am Morgen** mit Bernhard Frutiger
  - ab 9.1. **Tai Ji und Qi Gong** mit Bernhard Frutiger
  - ab 7.1. **Gesellschaftstänze Anfängerkurs** mit Hugo Fuchs
  - ab 7.1. **Gesellschaftstänze Hobbykurs**
  - ab 7.1. **Gesellschaftstänze Anfängerkurs II, Fortgeschrittene**
  - ab 7.1. **Rücken fit** mit Regula Werren
  - ab 11./13.1. **Schwimmen** mit Elena Armbruster
  - ab 20.1. **Digitales Fotografieren und Bildbearbeiten** mit Roland Noirjean
  - ab 17.1. **Excel Einführung** mit Heinz Schoch
  - ab 10.1. **Internet Grundkurs** mit Agnes Rufener
  - ab 15.1. **PC-Einführungskurs** mit Heinz Schoch
  - ab 14.1. **Word for Windows** mit Simon Uhlmann
  - ab 14.1. **Word für Fortgeschrittene** mit Simon Uhlmann
  - ab 11.1. **Afrikanisches Trommeln Intensiv Anfänger (Sa/So)** mit Jaja Uthman
  - ab 7.1. **Deutsch für Fremdsprachige mit Vorkenntnissen** mit Ruth Oeschger Intensiv, Dienstag und Donnerstag
  - ab 16.1. **English First Certificate**, neuer Kurs mit Elisabeth Bordin
  - ab 9.1. **Französisch für Anfänger** mit wenig Vorkenntnissen mit Ruth Fleuti
  - ab 1.2. **Erlernen Ihres perfekten Make-ups** mit Irma Schreiber
  - ab 25.2. **Schnupperkurs Sport- und Erholungsmassage** mit Sonja Sterchi-Abplanalp
  - ab 14.2. **Power Point** mit Stefan Wanner
- für Seniorinnen und Senioren:**
- ab 15.1. **Mobil telefonieren – Umgang mit dem Handy**, Oskar Blaser Team
  - ab 16.1. **Senioren-PC-Einführungskurs** mit Simon Uhlmann
  - ab 8.1. **Tanz dich fit! Tanzen ab 50** mit Verena Fuchs

### Vorträge im Januar und Februar 2003

- 8.1. **Inkontinenz – Blasenschwäche** mit Dr. Klaus Wegmüller
- 16.1. **Autogenes Training im Alltag** mit Brigitte Schick
- 23.1. **Rauchen – Informationen für Raucher und Nichtraucher** mit Dr. med. Georg Hold, und Dr. med. Ulrich Ingold
- 20.2. **Stammzellen – Chance oder Albtraum** mit Prof. Dr. phil. nat. Robert Friis
- 27.2. **Glücksspielsucht – vom Gewinntraum zum Schuldenberg** mit Dr. med. Dr. phil. Alex Ammann

Weitere Informationen zu Kursen und Vorträgen: VHI-Sekretariat, Spielmatte 3, Unterseen, Telefon 033 826 02 90, www.vhs-interlaken.ch

HEIZEN MIT ÖL.  
ENTSCHEIDEN RICHTIG.



raeuber.oel.ag

Untere Bönigstrasse 21, 3800 Interlaken

Telefon 033 - 822 74 75, Telefax 033 - 823 32 75

Europcar Auto- und Nutzfahrzeugvermietung

Meine Lieblingsstellung ist meine Sache!

STOKKE PEEL™

STOKKE butikk

Im alten Bauernhaus  
Hintergasse 17  
3110 Münsingen  
Tel. 031 721 12 36  
www.asdesign.ch

a+s design möbel allenbach

## SportBörse GmbH

Zur alten Mühle, Spielmatte 5, 3800 Unterseen/Interlaken  
Tel. 033 823 02 20 Fax 033 823 02 20 E-mail: superpeach@quicknet.ch  
Öffnungszeiten: Mo geschlossen/Di-Fr 10.00-18.30, Samstags 9.00-16.00 h

**Jegliches Wintersport- wie auch Sommersportmaterial bei uns erhältlich.**

### Neuwaren und Occasion

Annahme und Verkauf von gebrauchten und neuen Sportartikeln in Kommission.

Ausstellungszeit: Sieben Monate

**Alte Velos / Bikes**

Zustand egal

werden gratis von uns abgeholt!

Tel./Fax 033 823 02 20

HOTEL **Landhotel Golf** RESTAURANT

Lehnweg 31  
INTERLAKEN - UNTERSEEN

### SILVESTER

Feiern Sie mit uns gemütlich ins Jahr 2003!

Champagner Apéro

Kulinarisches 6-Gang-Menü

Musikalisch begleitet von Ruedi



01.01.03

Von 10.30 bis 13.30 Uhr

Neujahrs-Brunch



JANUAR-HIT: Kaffee + Kuchen Fr. 5.50



Ruhetage: Mittwoch ganzer Tag, Sonntag ab 17.00 Uhr  
Reservation und Information: 033 823 21 31

www.golf-landhotel.ch

Partyservice  
Festorganisation  
Dekorationen  
aller Art



**SYDECA**

Dekorationen &  
Partyservice

Spiezstr. 134 G 033 650 93 00  
3704 Krattigen 079 650 02 59

## Unsere Buch-Tipps



**Udo Hahn**

**Mein Jahr mit der Bibel**

Interpretationen, Impulse und Anregungen für jeden Tag des Jahres  
CHF 28.00



**Alexander Lauterwasser**

**Wasser Klang Bilder**

Die schöpferische Musik des Weltalls  
CHF 58.00



**Martin Zimmermann**

**Allgemeinbildung**

**Das musst du wissen**

Wissen, ein spannendes Abenteuer  
CHF 29.80

**Evangelische Buchhandlung**

**Bahnhofstrasse 25 d, 3800 Interlaken**

**Tel. 033 821 01 81**

**Fax 033 821 01 83**

**e-Mail: evb@freesurf.ch**



FOLK-CLUB INTERLAKEN

# IN CONCERT

**Samstag, 18. Januar 2003**

**20.30 Uhr im Gemeindesaal Unterseen**

(beim Stadthausplatz)

**CADENZA**

**IRLAND**



**IRISH FOLK**

**Vorverkauf: Peter Hablützel**

**Goldschmiede-Atelier**

**Marktgasse 14, 3800 Interlaken**

**Telefon 033 823 88 80**

Zeigt her Eure Füsse  
Die Herbst-Winter-  
Kollektion ist da

FABRIKVERKAUF



Sie finden diese  
Qualität nirgends  
zu diesem Preis!

**Lienhard Schuhe**

Zentrum Edelweiss, 2. Stock  
Seestrasse 34, 3700 Spiez

**Dienstag und Donnerstag 14.00-18.00 Uhr**

**pizzapaz**  
RESTAURANT PIZZERIA BAR  
BAHNHOFSTRASSE 1  
CH-3800 INTERLAKEN  
TELEFON 033 822 25 33  
FAX 033 822 66 16

**Das Restaurant mit italienischem  
Ambiente im Herzen  
von Interlaken.**

**Feine Pizzas, hausgemachte  
Pasta und vieles mehr . . . !**

Pizzas durchgehend  
von 11.00 bis 24.00 Uhr und  
auch als Take-away erhältlich.

Auf Ihren Besuch freut sich das  
**Piz Paz Team!**

Cadenza ist keine unbekannt irische Folk-Gruppe. Bereits zweimal begeisterte sie beim Folk-Club Interlaken mit ihrem virtuosen und klangschönen Konzert. Das Trio besteht aus Deirdre Byron-Smith (Harfe, Bodhran, Gesang), Anna Houston-Widmer (Banjo, Mandoline, Cello, Gesang) und Ray Coen (Gitarre, Fiddle, Gesang).

Die Band spielt irische Tunes und traditionelle irische Lieder aber auch ihre eigenen Lieder und Kompositionen, die Einflüsse von Folk und eine Prise World Music miteinbeziehen. Weit entfernt von Trink- und Schunkelliedern spielen sie ihre eigene Art von Irish Folk. Sie wurden mehrmals von Kritikern für ihre Kompositionen und ihren aussergewöhnlichen Sound gepriesen.

Ihre Musik ist so abwechslungsreich wie das irische Wetter: Von tänzerischen Melodien über ein stilles Lied, begleitet von Harfe, Cello und Gitarre bis zu schnellen Reels und Jigs, in denen Banjo, Fiddle und Bodhran zum Zug kommen, bietet Cadenza's neues Programm etwas für alle.

# AQUA-FITNESS



Wer etwas für seine Fitness und sein Wohlbefinden tun möchte, ist im schönen Panorama-Hallenbad Beatenberg genau richtig.

Angeboten wird der Trendsport **Aqua-Fitness**. Dieser Wassersport ist für jedes Alter und jedes Gewicht geeignet und fördert die Durchblutung, kurbelt den Stoffwechsel an, steigert das Wohlbefinden und kräftigt die Muskulatur.

**Aqua-Fitness** weckt vermehrt auch das Interesse bei den Übergewichtigen «Molligen» weil es ein gelenkschonendes Ausdauertraining ist. Aus diesem Grund biete ich zusätzlich ab Mittwoch, 8. Januar 2003 ein «Molli»-Aqua-Fitness-Kurs an.

## KURSANGEBOTE AB JANUAR 2003

NEU - NEU - NEU - NEU - NEU -  
NEU

### MOLLI-AQUA-FITNESS-KURS 2003

Jeden Mittwoch ab 8. Januar 2003  
von 19.00 - 19.45 Uhr

### AQUA-FITNESS-KURSE 2003

Jeden Dienstag ab 07. Januar 2003

Kurs I: von 09.45 - 10.30 Uhr  
Kurs II: von 18.15 - 19.00 Uhr  
Kurs III: von 19.15 - 20.00 Uhr

Jeden Mittwoch ab 08. Januar 2003  
von 09.45 - 10.30 Uhr

Jeden Donnerstag ab 09. Januar 2003  
von 18.15 - 19.00 Uhr

Dieser Kurs ist für Leute die sich gerne langsam aber trotzdem wirkungsvoll im 32°C warmen Wasser bewegen möchten.

Alle Kurse sind «qualitop»!



### **Kursleiterin:**

Doris Schmocker, Dipl. Aqua-Fitness Instruktorin

Anmeldung und weitere Informationen:  
Telefon 033 841 14 59



HAUSEIGENTÜMERVERBAND

INTERLAKEN/OBERHASLI

# KURS

## Liegenschaftsverwaltung und Mietrecht

**Möchten Sie als Hauseigentümer wissen, ob Ihre Liegenschaftsbuchhaltung richtig geführt ist? Planen Sie Ihre Renovationen steueroptimiert? Sind Sie als Vermieter auch schon in die Fallen des Mietrechts getappt?**

Der Hauseigentümerverband Interlaken/Oberhasli führt ein Informationsseminar durch. Dieses richtet sich an Hauseigentümer und Vermieter.

### **Themenkreise:**

Liegenschaftsbuchhaltung und Nebenkostenabrechnung  
Steuerfragen um die Liegenschaft  
Mietvertrag und Mietzins  
Grundsätze der Mietzinsanpassung  
Erneuerungen an der Mietsache  
Mängel im Mietobjekt  
Kündigung des Mietvertrages  
Erstreckung des Mietverhältnisses.

Der Kurs wird am **Samstag, 8. Februar 2003** im Hotel Interlaken in Interlaken von 09.00 bis 16.30 Uhr stattfinden.

Die Kurskosten betragen Fr. 220.– für Mitglieder des HEV und Fr. 250.– für Nichtmitglieder; inbegriffen sind informative Kursunterlagen, Kaffeepausen und Mittagessen.

### **Anmeldung für Kurs:**

Name, Vorname: .....

Adresse: .....

PLZ/Wohnort: .....

**Anmeldungen an HEV Interlaken, Postfach 381, 3800 Interlaken, FAX 033 822 80 22**

# TAGESSCHULE SAXETEN



Lernen, Sport, Spass und Spiel – wo die Natur am schönsten ist.



## «Ich gehe gerne in die Schule. Besonders, wenn es Hörnli gibt.»

Ich heisse Jonas und bin 8 Jahre alt. Ich wohne in Interlaken und besuche seit August 2001 die Tagesschule Saxeten. Ich gehe gerne in die Tagesschule nach Saxeten, weil wir nach der Schule immer sehr viel unternehmen und das Essen so gut ist. Besonders die Hörnli.



## «Ich möchte einmal Pilot werden.»

Warum? Da hat man eine schöne Aussicht und verdient viel Geld. Aber um Pilot zu werden, muss ich noch viel lernen, weil es im Flugzeug viele Knöpfe und Hebel hat. Meine Lieblingsfächer sind Turnen und Basteln. Nach der Schule kann ich auch basteln, und im Sommer spiele ich gerne am Saxetbach Versteckis.



## «Was ist eine Tagesschule?»

Die Tagesschule ist eine öffentliche Schule und unterrichtet nach kantonalem Lehrplan. Sie untersteht der Aufsicht der Schulkommission Saxeten. Sie bietet nebst dem obligatorischen Unterricht eine Tagesstruktur. Der zeitliche Rahmen bewegt sich von 7.15 bis 17.30 Uhr und beinhaltet:

- organisierten Transport
- betreuten Mittagstisch
- Aufgabenhilfe und Freizeitgestaltung

Bitte senden Sie den untenstehenden Talon für unverbindliche Informationen an:  
Verein Tagesschule Saxeten, Niedermatte, 3813 Saxeten, Tel. 033 823 52 10, [www.tagesschule.saxeten.net](http://www.tagesschule.saxeten.net)

Ich wünsche mehr Informationen über die Tagesschule Saxeten.

Bitte nehmen Sie mit mit Kontakt auf.

Name  Vorname   
Strasse  Nr.   
PLZ/Ort   
Tel.

## FINANZPLANUNGS-TIPP

# SPAREN FÜR IHRE KINDER



Daniel Rolli  
neutraler und unabhängiger Finanzplaner  
mit eidg. Fachausweis

**Wer für die spätere Ausbildung seiner Kinder genügend Geld ansparen will, sollte früh damit beginnen. Es sind jedoch die richtigen Sparpläne zu wählen. Auch sollte die Risikoabdeckung der Kinder berücksichtigt werden, denn ein unvorhergesehenes Ereignis – wie ein Unfall – ist schnell geschehen.**

Möchten Sie regelmässig für Ihre Kinder, Patenkinder oder Grosskinder sparen, eignen sich Fondssparpläne. Über eine Anlagedauer von mehr als zehn Jahren dürfen die Kinder eine höhere Rendite erwarten als auf einem herkömmlichen Jugendsparkonto. Fondssparpläne haben auch nach der schlechten Börse der vergangenen Monate ihre Berechtigung.

Der grosse Vorteil bei Fondssparplänen liegt darin, dass allfällige Kursschwankungen ausgeglichen werden können: Bei sinkenden Kursen erhalten Sie für Ihre Einzahlungen mehr Fondsanteile. Steigen die Kurse wieder an, dann vermehrt sich das angesparte Kapital dank Ihren vielen günstig gekauften Fondsanteile. Vergleichen Sie jedoch die verschiedenen Angebote. Kontrollieren Sie unter anderem die Höhe der Ausgabenkommission und die jährlichen Kosten.

Wenn ein Kind durch einen Unfall oder eine Krankheit lebenslang pflegebedürftig wird, bezahlt die IV vorerst Um-

schulungs- und Eingliederungsmassnahmen. Ab dem 18. Altersjahr erhält es aus der staatlichen Vorsorge eine IV-Rente von monatlich rund 1'200 Franken. Ein kleiner Betrag! Ein solcher Schicksalsschlag hat für das Kind, und noch mehr für Sie, gravierende Einkommenslücken zur Folge.

Versicherungsgesellschaften bieten kostengünstige Kinderversicherungen an. Zu empfehlen sind Versicherungslösungen, die bei einem Pflegefall lebenslang, zum Beispiel eine Rente von jährlich 20'000 Franken bezahlen. Schliessen Sie jedoch nur reine Risikoversicherungen ab. Die meisten Gesellschaften bieten kombinierte Produkte an, die neben der Versicherungsleistung noch einen Sparteil enthalten. Diese Lösungen sind teurer, und vor allem bei einer vorzeitigen Vertragsauflösung verlieren Sie Geld. Gegenüber Versicherungsprodukten sind Fondssparpläne flexibel und transparenter. Sie können den Zahlungsrhythmus problemlos ändern und Rückzüge tätigen.

Wir zeigen Ihnen gerne, wie Sie die Vorsorge Ihrer Kinder kostengünstig gestalten können.

**Haben Sie auch Fragen zu Steuer-, Anlage- und Vorsorgethemen sowie rund um die Pensionierung? Wir nehmen uns gerne ausführlich Zeit für Ihre persönlichen Fragen. Sie erhalten von uns eine neutrale und unabhängige Beratung, weil wir keiner Bank oder Versicherung verpflichtet sind.**

Rolli Finanzplanungen GmbH  
neutrale und unabhängige Finanzberatung  
Bahnhofstrasse 37 (Stedtli-Zentrum)  
3800 Unterseen  
Tel. 033 823 60 53, Fax 033 821 04 22  
[info@rolli-finanzplanungen.ch](mailto:info@rolli-finanzplanungen.ch)

## GUTSCHEIN für Gratis-Information

Nehmen Sie bitte Kontakt mit mir auf für ein unverbindliches Informationsgespräch

Name   
Vorname   
Strasse/Ort   
Telefon

# TOPP-TIPPS IM WINTER 02/03

## Winterwandern auf der ausichtsreichen Winterspass in Beatenberg

### Sonnenterrasse – hoch über dem Thunersee

Winterwandern ist im Trend. 22 Kilometer umfasst das Angebot an präparierten Winterwanderwegen in Beatenberg, welche vom einfachen Dorfspaziergang bis zur anspruchsvollen Halbtages-tour reicht. Die Glanzlichter: Niederhorn–Waldegg 3h, Niederhorn–Vorsass 1h, Vorsass–Beatenberg 1.5h, Beatenberg–Habkern 2.5h.

### Sternenschlitteln auf dem Niederhorn

Jeden Mittwoch- und Freitagabend bietet die Niederhornbahn romantische Sternstunden beim Sternenschlitteln an. Im Preis von 39 Franken ist die Bergfahrt, ein Käsefondue auf dem Niederhorn sowie ein Glühwein im Vorsass inbegriffen. Eine Anmeldung ist bei der Niederhornbahn erforderlich, Tel. 033 841 08 41.

Der rassige Schlittelweg vom Niederhorn nach Vorsass mit 4 Kilometern Länge ist aber auch tagsüber sehr beliebt. Bei guten Schneeverhältnissen kann die Schlittelfahrt bis nach Beatenberg verlängert werden.



### Schlittelrennen Beatenberg–Niederhorn

Erstmals wird in diesem Winter am Samstag, 25. Januar, auf dem Niederhorn ein Schlittelrennen durchgeführt. Der attraktive Schlittelweg zwischen Niederhorn und Vorsass ist dazu bestens geeignet. Rassige Abschnitte, scharfe Kurven und eine Festwirtschaft im Zielraum sorgen für eine tolle Atmosphäre. Informationen sind im Tourist-Center Beatenberg erhältlich.

### Skilifte Hohwald, Boden und Amisbühl

Sehr beliebt bei Familien und Anfänger sind die überblickbaren Skigebiete der Skilifte Hohwald, Boden und Amisbühl. Preiswerte und abgestufte Tageskarten sowie Couponabonnemente machen das Skifahren für jedermann erschwinglich. Das Skigebiet Hohwald ist Hauptschulungsgelände der Ski- und Snowboardschule Beatenberg. Direkt neben dem Skirestaurant Hohwald befindet sich ein Kleinkinderschlepplift.

### Wintersportgebiet Niederhorn

Auch im Skigebiet Niederhorn sind die Familien mit Kindern herzlich willkommen. Die Eltern – auch nur ein Elternteil – und das erste Kind bezahlen die Tages- oder Halbtageskarte und alle weiteren Kinder der gleichen Familie erhalten das Skibillet gratis. Dazu erhalten Anwohner aus dem Amtsbezirk Interlaken die Tages- und Halbtageskarte mit rund 20 Prozent Ermässigung.

### Schneesportschule Beatenberg

Eine individuelle Schulung in kleinen Gruppen bietet die Schneesportschule Beatenberg. Ab drei Jahren werden die kleinen Gäste von ausgebildeten Kinderskilehrer/innen in kurzweiligen Halbtageslektionen betreut.

### Schneeskulpturen und Lagerfeuerromantik

Entdecken Sie in einer traumhaften Winterlandschaft in Beatenberg die faszinierenden Eigenschaften des Schnees als Baustoff. Unter sachkundiger Anleitung erfahren Sie wie ein richtiger Iglu gebaut wird. Am Lagerfeuer erfahren Sie bei einem heissen Tee viel interessantes über Heilpflanzen und die geheimnisvolle Duftwelt verglühender Hölzer und Harze. Anmeldung: Naturdrogerie Metzger, Telefon 033 841 12 30.

### Informationen:

- |                           |                    |
|---------------------------|--------------------|
| * Tourist-Center          | Tel. 033 841 18 18 |
| * Schnee- & Pistenbericht | Tel. 033 841 18 41 |
| * Ski- & Snowboardschule  | Tel. 033 841 22 00 |
| * Niederhornbahn          | Tel. 033 841 08 41 |
| * Skilift Hohwald         | Tel. 033 841 11 51 |
| * Panorama-Hallenbad      | Tel. 033 841 14 59 |

## Tageslinsen jetzt auch für Hornhautverkrümmungen ...vor allem zur Skisaison!!!!!!

# Neu

Bei einer Hornhautverkrümmung entspricht die Form der Hornhaut nicht mehr der regelmässig gewölbten Oberfläche eines Fussballs, sondern mehr derjenigen eines Rugby-Balles. Daraus resultiert ein unscharfes Sehen.

Bis dahin beschränkten sich die Korrektionsmöglichkeiten von Hornhautverkrümmungen mit weichen Linsen auf konventionelle Jahreslinsen und Austauschsysteme im monatlichen oder 2-wöchentlichen Tauschrhythmus.

**Jetzt nicht mehr!** Ab sofort können Sie auch mit einer Hornhautverkrümmung von den bestechenden Vorteilen der Eintageskontaktlinsen profitieren.

Überzeugen Sie sich selber von den vielen Vorteilen die Ihnen die neue FOCUS Dailies Toric bietet:

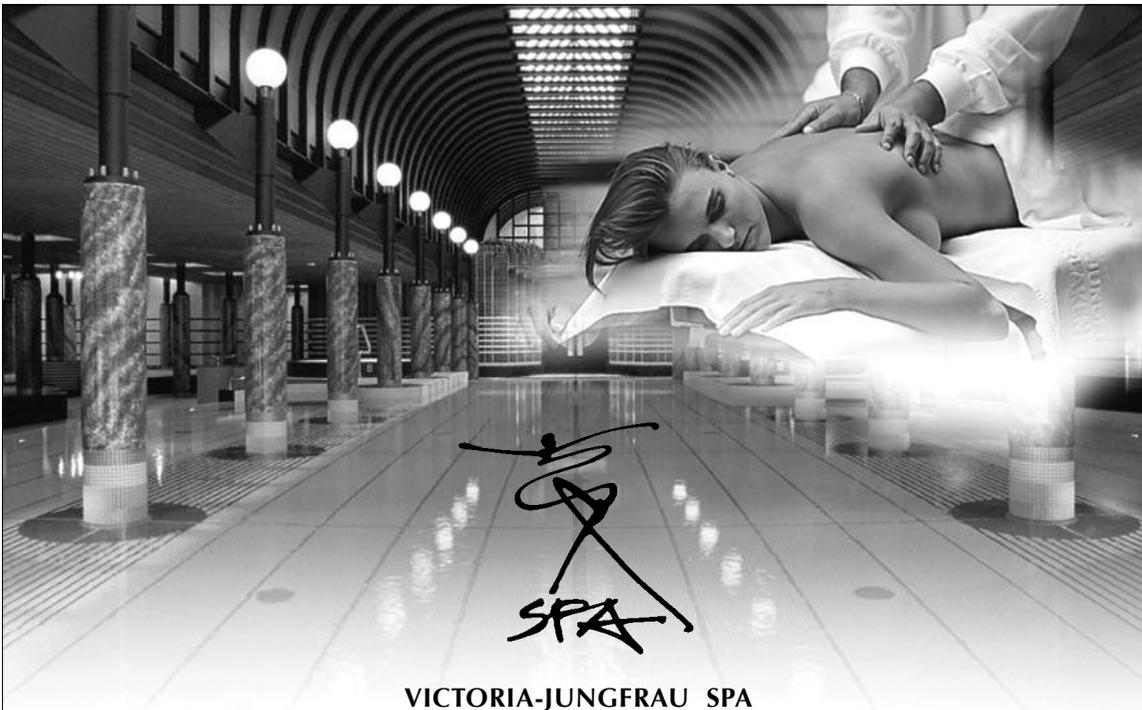


- hoher Tragekomfort
- beste Verträglichkeit
- optimale Sehqualität
- einfache Handhabung
- täglich frische, neue Linsen
- keine Pflegemittel notwendig

Annähernd 60% der Kurzsichtigen (Myopen) bis -6.50 dpt mit Hornhautverkrümmung können mit der FOCUS Dailies Toric versorgt werden.

Wir informieren Sie gerne ausführlich bei einem persönlichen Gespräch. Nehmen Sie mit uns Kontakt auf und vereinbaren Sie einen Termin.

Agnes und Mario Martinaglia, dipl. Augenoptiker HFAK  
Martinaglia Optik AG  
Jungfraustrasse 7, 3800 Interlaken, Tel. 033 822 94 13  
Hauptstrasse, 3818 Grindelwald, Tel. 033 853 41 21



VICTORIA-JUNGFRAU SPA  
WELLNESS DER BESONDEREN ART

## ÖFFENTLICH ZUGÄNGLICHE BEREICHE

CLARINS BEAUTY-CENTER · TENNIS-CENTER MIT INDOOR-GOLF  
LEISTUNGSDIAGNOSTIK UND SPORTMEDIZIN · PHYSIOTHERAPIE  
PODOLOGIE · COIFFURE MAGIC WAVE  
KLASSISCHE HOMÖOPATHIE  
FIT EXCLUSIV

WERDEN SIE MITGLIED IM VICTORIA-JUNGFRAU SPA!  
VERLANGEN SIE DIE MITGLIEDER-INFORMATIONEN AN DER SPA-RÉCEPTION,  
TEL. 033 828 27 10  
HERZLICH WILLKOMMEN!



Victoria Jungfrau



Members of  
The Leading Hotels  
of the World



VICTORIA-JUNGFRAU GRAND HOTEL & SPA · 3800 INTERLAKEN  
TEL. 033 828 28 28 · FAX 033 828 28 80 · interlaken@victoria-jungfrau.ch · www.victoria-jungfrau.ch  
ECHTE GASTFREUNDSCHAFT AUCH UNTER www.palace-luzern.com

## WELLNESS & CO.

# « ICH HABE KEINE ZEIT! »



Es gibt wohl kaum eine andere Begründung, die öfter ins Feld geführt wird als die der fehlenden Zeit, wenn es um die Beantwortung der Frage geht, wieso wir etwas nicht öfter oder nicht gründlicher gemacht haben. So verhält es sich auch im Umgang mit unserer Gesundheit. Wieso kümmern wir uns nicht besser darum? Wieso bewegen wir uns nicht regelmässiger? Ich weiss, Sie haben keine Zeit, aber stimmt das wirklich?

### Ausrede

Begründung oder Ausrede, das ist hier die Frage. Oder etwa nicht? Nein, liebe Leserinnen und Leser, eigentlich ist das gar keine Frage, weil die Antwort zu klar ist: Ausrede! Wir haben nämlich alle gleich viel Zeit . . . Natürlich haben wir unterschiedliche Aufgaben, Bedürfnisse, Möglichkeiten und Vorlieben, aber wir haben alle genau gleich viel Zeit zur Verfügung. Es ist nur die Frage, mit welchen Dingen wir sie ausfüllen. Wie viel Zeit setzen Sie für sich selbst ein und wie viel für andere? Wie viele Inhalte sind fremdbestimmt und wie viele entsprechen unseren inneren Bedürfnissen von Körper, Geist und Seele?

### Prioritäten setzen

Also alles Ausrede. Aber was machen, wenn die Zeit nicht für alles reicht?

1. Keine Panik aufkommen lassen. Die Zeit reicht nämlich sowieso nie für alles, das geht uns allen so.
2. Prioritäten setzen. Sie müssen sich entscheiden, was Ihnen wichtig ist. Und seien Sie ehrlich zu sich selbst, machen Sie sich nichts vor.
3. Leben Sie Ihre Prioritätenliste mit grosser Disziplin und seien Sie immer bereit, die unausweichlichen Konsequenzen daraus zu akzeptieren.

Wenn jemand zu mir sagt, er hat keine Zeit, um etwas Bestimmtes zu tun, dann heisst das für mich, er misst dem

keine oder keine hohe Priorität bei. Wenn es sich dabei um die Gesundheit und das Wohlbefinden handelt, dann frage ich nach, wie er denn seine Prioritäten setzt und welchen Stellenwert die Gesundheit und das Wohlbefinden – wichtige Teile seiner Lebensqualität – für ihn haben.

### Wellness

Damit habe ich die für mich zentralen Elemente für mehr Wohlbefinden (= Wellness) umschrieben: Es geht darum, – sich selbst gegenüber ehrlicher zu sein  
– die Bedürfnisse von Körper, Geist und Seele besser zu spüren und zu kennen  
– innere Bedürfnisse abzugrenzen  
– Prioritäten zu setzen  
– viel Disziplin bei der Umsetzung zu beweisen

### Selbstverantwortung

Welchen Bereichen Sie ab sofort eine höhere Priorität einräumen, ob der persönlichen Fitness, der Ernährung oder der Entspannung, darf ich Ihnen überlassen. Es liegt in jedem Fall in Ihrer Selbstverantwortung, die Prioritäten zu setzen und die entsprechenden Konsequenzen zu tragen. Ohne wenn und aber.

### Zeit haben

Wellness bedeutet für mich Zeit haben. Zeit zu haben für mich selbst, um mich zum Beispiel zu entspannen, zu bewegen, zu pflegen. Nicht mehr sagen zu müssen, ich habe keine Zeit. Damit steigt mein Wohlbefinden. Ich wünsche Ihnen, dass Sie möglichst viele Zeitfresser erkennen und eliminieren können, damit Sie mehr Zeit für sich selbst haben. Verabschieden Sie sich schon mal von Ihrem Fernsehgerät . . .

Jürg Schüpbach  
Geschäftsführer Victoria-Jungfrau Spa  
Tel. 033 828 27 10  
e-mail: j.schuepbach@victoria-jungfrau.ch

HOTEL • RESTAURANT  
**brienzersee**

RINGGENBERG • INTERLAKEN • SCHWEIZ

... übrigens  
auch im Jahr 2003 essen Geburtstagskinder  
an Ihrem Festtag bei uns gratis ...

Sonja Cadisch mit Team freut sich  
auf Ihren Besuch!  
Telefon 033 822 23 53



**express**

Waschen + Bügeln  
Privat- und Restaurantwäsche

**Neu** Reinigungsannahme  
geöffnet: von Montag – Freitag, 6.00 – 17.30 Uhr  
Telefon 033 822 55 00

**Büromaterial**  
**Schauen Sie vorbei.**

**Elsi's** KIOSK & PAPETERIE  
FISCHEREIARTIKEL

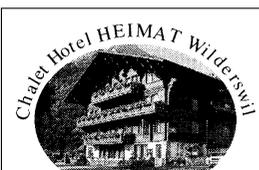
Toto/Lotto/Lose Fotoaufnahme Bastelartikel

Elsbeth von Känel-Wyss, Hauptstrasse 39,  
3806 Bönigen, Tel./Fax 033 823 15 17

elektro  
**brunner**  
Interlaken

- Planung
- Starkstrom
- Ausführung
- EDV- und
- Reparaturen
- Telefoninstallationen

Armühlestrasse 23 • Tel. 033 822 17 35



Wir wünschen unseren  
Gästen ein frohes  
neues Jahr und danken  
für Ihre Treue

Familie Zumbrunn  
Tel. 033 822 23 21

**Saujass «Heimat»**  
**7. Februar 2003**

Schauen Sie in unsere Töpfe – wir empfehlen:  
Filet-Topf, Normandie-Topf, Tadsch-Mahal-Topf...

Auf Ihren Besuch freuen sich  
Fam. Zumbrunn + Mitarbeiter

**PLAKAT  
DRUCK**

**F A R B  
KOPIEN**

ILG AG WIMMIS  
Druckerei und Verlag  
Telefon 033 / 657 87 87  
Telefax 033 / 657 87 86

E-Mail: info@ilg.ch  
Internet: www.ilg.ch



FRISUREN UND HAARPFLEGE

# TRENDIGES AUS LONDON

Bei den neuen Trends ist alles möglich, alle Modeströmungen kommen wieder zum Vorschein, wichtig ist einzig: Ausgefranst und nicht nur die Stirnpartie.

Haarschneiden wird zur Gefühlssache: Zuerst wird als Grundlage ganz genau und in klaren Konturen geschnitten, danach wird bereits geföhnt, damit man erkennen kann, wie das Haar liegt und wo noch Hand angelegt werden muss. Dann wird das geschnittene Unterhaar als Richtlinie und Vorlage genommen, um in Freihandtechnik Stufen durch tiefes «Slicen» erzeugen zu können.

Die Fransen und Wellen im Haar, die mit dem Föhnen oder Babyllissen entstehen, werden mit dem kreativen Einsatz von Farben hervorgehoben. Es spielt keine Rolle, ob mit Mèches, Tönung oder ganzer Färbung. Wichtig ist, dass der Schnitt durch die entstehenden Konturen einwandfrei zur Geltung kommt.



Coiffure Braun Monika, Gurbenstrasse 15, 3800 Unterseen  
Telefon 033 / 822 72 30

**BILDHAVEREI  
ABEGGLEN  
GRABMALKUNST**

Spezialwerkstätte  
für Grabmale  
in Stein und Holz  
Zierbrunnen, Vogelbäder

Hauptstrasse, Postfach 3  
3852 Ringgenberg  
Telefon 033 822 87 31  
Telefax 033 822 87 51

In Zusammenarbeit mit:



# EKI-Senioren-Beratung

Senioren beraten Senioren – auch bei Ihnen zu Hause

Die Kundenberaterinnen und Kundenberater an den Schaltern der EKI vermitteln Ihnen gerne einen Termin mit dem Senioren-Berater.

Telefonisch können Sie den Kontakt mit der Senioren-Beratung über die Ersparniskasse des Amtsbezirks Interlaken, Tel. 033 826 17 71 oder über die Pro Senectute Interlaken, Tel. 033 822 30 14, herstellen.

## Wo finden die Beratungen statt?

Die individuellen Seniorenberatungen können in den Räumlichkeiten der EKI in Interlaken, Grindelwald, Lauterbrunnen oder Wilderswil stattfinden. Diskrete Beratungen sind auch in den Büros der Pro Senectute Interlaken möglich oder können bei Ihnen zu Hause durchgeführt werden.

## Senioren beraten Senioren

Niemand kennt die Anliegen und Bedürfnisse von Senioren besser als die Senioren selbst. Sie befinden sich in vergleichbaren Lebenssituationen und haben ähnliche Bedürfnisse und Fragen. Deshalb bietet die Ersparniskasse des Amtsbezirks Interlaken einen Beratungsdienst speziell für Senioren an. Als Berater steht ein kompetenter pensionierter «Bänkeler» zur Verfügung.

## Unser Angebot

Der Senioren-Berater unterstützt Sie kostenlos in allen Bankangelegenheiten. Er bietet Ihnen eine individuelle, diskrete und kompetente Hilfe und steht unter Schweigepflicht.

Gemeinsam finden Sie optimale Lösungen in den Bereichen:

- Zahlungsverkehr
- Hypotheken
- Geldanlagen
- Vorsorge
- Vermögensverwaltung

## Für wen ist die EKI-Senioren-Beratung geeignet?

Die Senioren-Beratung ist auf die Bedürfnisse derjenigen Personen abgestimmt, die kurz vor der Pensionierung stehen oder bereits pensioniert sind, unabhängig davon, ob Sie bei der EKI Kunde sind oder nicht.

## Der EKI-Senioren-Berater

Heinz Brawand

Telefon: 033 826 17 71

E-mail: senioren@eki.rba.ch



## Pro Senectute Amt Interlaken

Strandbadstrasse 3, 3800 Interlaken

Telefon 033 822 30 14 / Fax 033 822 30 78

## Ersparniskasse des Amtsbezirks Interlaken

Rosenstrasse 1, 3800 Interlaken

Telefon 033 826 17 71 / Fax 033 826 17 79

Grindelwald      Telefon 033 853 29 70

Lauterbrunnen      Telefon 033 855 36 55

Wilderswil      Telefon 033 823 10 70

Bönigen      Telefon 033 821 61 20

www.eki.ch  
info@eki.rba.ch

Am 10. Januar 2003 erscheint

## EIN NEUER FELIX-BAND!

Felix war mal wieder unterwegs zu neuen Abenteuern – und hat ein neues Buch im Gepäck!

Felix, der reiselustige Kuschelhase kehrt pünktlich zu Sophies Geburtstag von seiner Weltreise zurück. Nicht nur für Sophie ist die Überraschung gross; – nein, alle kleinen und grossen Felix-Fans warten mit Spannung auf das, was Felix von seiner Reise zu berichten hat.

Natürlich hat er wieder ein ganz besonderes Geschenk mitgebracht, auf das sich kleine Leser schon jetzt besonders freuen können!

Mehr wollen wir nicht verraten! Nur noch soviel: Diesmal war Felix mit seinem fliegenden Koffer unterwegs!

**Annette Langen/Constanza Droop: Weltbeste Briefe von Felix, Coppenrath Verlag, 40 Seiten, Fr. 26.–**

Heidi Häusler, Buchhandlung Haupt, Höheweg 11, 3800 Interlaken  
Telefon 033 822 35 16, Fax 033 823 35 60, E-Mail buchoberland@haupt.ch



WWW.WEBERAG.CH

# 75 Jahre

## Procap Interlaken-Oberhasli

für Menschen mit Handicap



## Wir bieten Ihnen...

### ...Beratung

- ...in Sozialversicherungsfragen, zum Teil in Zusammenarbeit mit unserem Rechtsdienst
- ...in schwierigen persönlichen und familiären Situationen
- ...bei finanziellen Schwierigkeiten
- ...bei Langzeitberatungen arbeiten wir eng mit Fachstellen zusammen

### ...Vermittlung

- ...von Ferienlagern
- ...von Rechtsberatungsstunden (Sozialversicherungsfragen)
- ...eines Beraters für behindertengerechtes Bauen

### ...Vergünstigung und Finanzhilfe

- ...Vergünstigung von Procap-Lagern
- ...finanzielle Hilfe in Notsituationen

### ...Interessenvertretung

- ...in der Öffentlichkeit

### ...Informationen

- ...durch die schweizerische Procap-Zeitung
- ...an eigenen Veranstaltungen und Mitgliederversammlungen

### ...Veranstaltungen

- ...eigene Anlässe wie z.B. eine Verbandsreise
- ...eigene Weihnachtsfeier
- ...Begrüssungspapéro für Neumitglieder

### ...Besuchsdienst

- ...für Mitglieder im Heim und zu Hause
- ...bei vorübergehenden Spitalaufenthalten

### ...Sportgruppe

- ...Detailinformation erhalten Sie bei unseren Kontaktpersonen

# procap

Schweizerischer Invaliden-  
Verband

**Möchten Sie bei uns Aktiv-  
oder Solidarmitglied werden?**

Die Mitgliedschaft steht Menschen mit  
oder ohne Behinderung offen.  
Haben Sie Fragen? Wünschen Sie  
persönliche Informationen?

Weitere Informationen erhalten Sie bei  
Procap Interlaken-Oberhasli  
Schweizerischer Invaliden-Verband  
Telefon 033 823 42 76

Das Bödeli Info erscheint jeweils am ersten des Monats in allen Haushaltungen – Auflage 14 000 Exemplare – in folgenden 15 Gemeinden:

<b>Interlaken</b>	<b>Gsteigwiler</b>	<b>Ringgenberg /</b>
<b>Matten</b>	<b>Habkern</b>	<b>Goldswil</b>
<b>Unterseen</b>	<b>Iseltwald</b>	<b>Saxeten</b>
<b>Beatenberg</b>	<b>Leissigen</b>	<b>Sundlauenen</b>
<b>Bönigen</b>	<b>Niederried</b>	<b>Wilderswil</b>
<b>Därli gen</b>		

**Redaktionsschluss: jeweils am 13. des Vormonats**

Redaktion: Doris Wyss-Theiler, Brunnengasse 163 E,  
3852 Ringgenberg, Tel. 033 822 33 54, Fax 033 822 03 54

Annahme von Vereinspublikationen, Präsident des Vereinskongress:  
Albert Lüthi, Natel 079 656 98 39, P 033 822 58 33

Inserate: Sibylle Dräyer, Weber AG, Gwattstrasse 125, 3645 Gwatt,  
Tel. 033 336 55 55, Fax 033 336 55 56, E-mail: boedeli-info@weberag.ch

## McOptik in Spiez und Interlaken bieten «Brillen zum Pauschalpreis»

McOptik, die Optikkette mit den meisten Filialen in der deutschen Schweiz, ist auch in Spiez an der Oberlandstrasse 23 und in Interlaken an der Rosenstrasse 3 für Sie da. Die Fachgeschäfte bieten in Spiez und Interlaken ebenso gute Qualitätsbrillen zu extrem tiefen Pauschalpreisen. So erhält man bei McOptik bereits für pauschal nur 150 Franken eine neue Brille. Und zwar inklusive individuelle Korrekturgläser für Nah- oder Fernkorrektur, Anti-Reflex-Entspiegelung, Fachberatung und Garantie. McOptik-Gründer und Leiter Thomas Kühni: «Mit diesen tiefen Pauschalpreisen für gute Korrekturbrillen gibt McOptik dem Brillenmarkt in der Schweiz ganz neue Impulse.»

**Es stimmt:** Bereits für tatsächlich pauschal nur 150 Franken, also für eine Hunderter- und eine Fünzigernote, bekommt man bei McOptik eine gute neue individuelle Korrekturbrille in echter Schweizerqualität. Und es ist wirklich wahr, auch wenn es immer wieder für grosses Erstaunen sorgt: Der McOptik-Pauschalpreis von 150 Franken umfasst sowohl das schöne Brillengestell aus grosser Auswahl wie auch zwei individuelle Rezeptgläser für die Korrektur der Fehrsichtigkeit in der Ferne oder in der Nähe und natürlich auch die Antireflex-Beschichtung dieser Gläser für mehr Komfort und Ästhetik. Schön zu wissen ist zudem, dass es sich beim Lieferanten der Gläser um eine sehr renommierte grosse Schweizerfabrikation in Basel, also in der Region, handelt. Und dass das Ganze kein Lockvogelangebot ist, sondern ganz im Gegenteil ein ernstgenommener grosser Bestandteil der McOptik-Leistung für die Konsumenten.

Möglich werden die Tiefpreise bei McOptik dank knapper Margen und sinnvollem Haushalten überall dort, wo es den Kunden nicht stört. So verzichtet man bei McOptik bei der Ladeneinrichtung bewusst auf überflüssigen Luxus, und bei der Werbung gibt es keine dicken Farbprospekte. Thomas Kühni: «Wir sind eben eine typische schweizerische Unternehmung, das heisst, zuverlässige Qualität ja, überflüssige Gags nein. Und noch etwas ist uns ganz wichtig: Die kompetente Fachberatung, die garantiert ohne Kaufzwang ist. In unseren Fachgeschäften herrscht stets eine unkomplizierte und freundliche Atmosphäre. Und mit diesem Konzept, das beweist uns täglich die Praxis, entsprechen wir voll und ganz den Kundenwünschen.»

Weitere pauschale Preise für Brillen, jeweils immer für die gesamte individuelle neue Brille gegen Weit- oder Kurzsichtigkeit, sind zum Beispiel 250 Franken, dann sogar schon mit echter Titanfassung, oder 350 Franken. Auch dies sind gewiss sehr günstige Offerten für soviel Qualität.

Die Filialeleiter in Spiez und Interlaken sind erfahrene Optikermeister mit grossem optischen Fachwissen für eine optimale Beratung. Firmengründer Thomas Kühni: «Die Erfahrung zeigt, dass ein McOptik am Ort dem gesamten Gewerbe im Filialort gut tut, weil bei unseren vorteilhaften Brillenpreisen die Leute auch von weit her kommen.»

Die wegen der hohen Preise bei vielen Brillenträgern fast «gefürchteten» Gleitsichtbrillen gegen Alterssichtigkeit – zumeist etwas vom Teuersten in der Augenoptik und dennoch für Menschen über 45 Jahren fast ein Muss – kauft man bei McOptik in eindrücklicher Qualität und mit Gläsern aus Schweizer High-Tech-Fabrikation schon ab 450 Franken Endpreis, auch das ist absolut preiswert. Thomas Kühni, der Gründer und Leiter von McOptik und täglich als eine Art «Robin Hood der Augenoptik» in Kontakt mit der Kundschaft, meint: «Da ist rasch einmal soviel Geld gespart, dass locker noch ein Farbfernseher gekauft oder eine schöne Reise gemacht werden kann. Und dennoch hat man wirklich Qualität bei der Brille. Dass wir inzwischen bei der Anzahl Filialen in der deutschen Schweiz die klare Nr. 1 aller Optikketten sind, zeigt, dass unser Angebot die Bedürfnisse der Konsumenten voll erfüllt.»

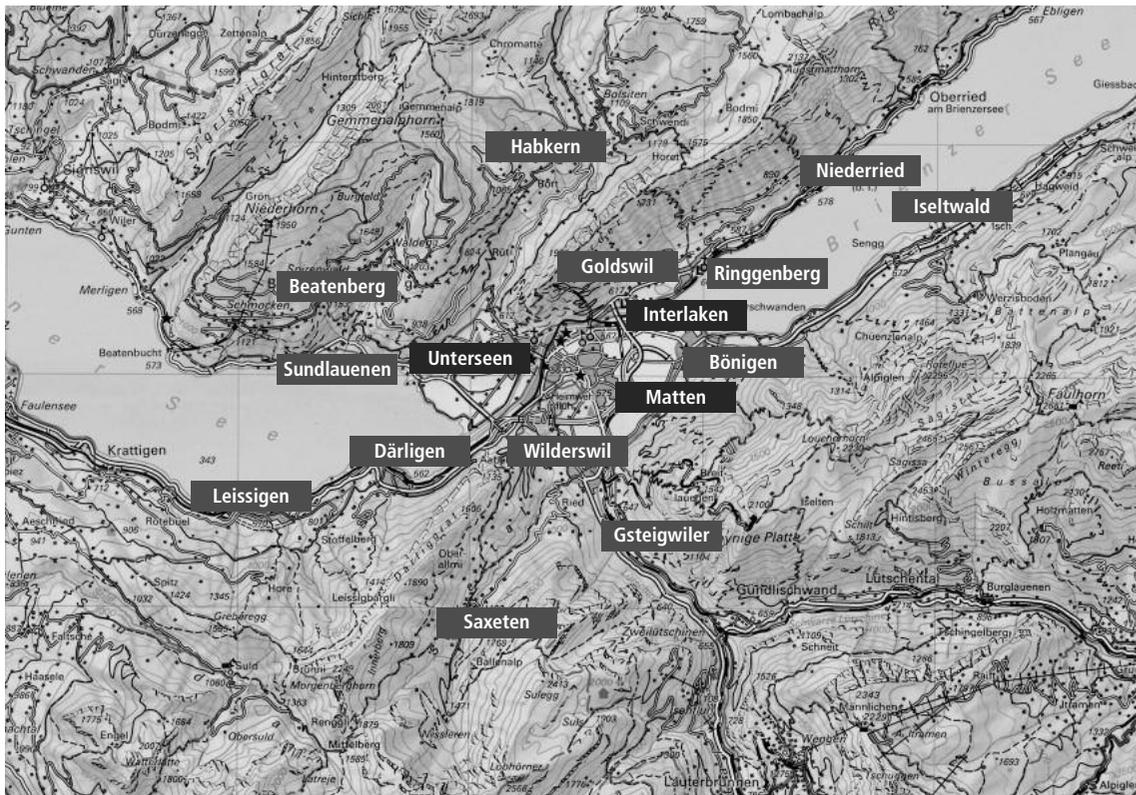
Mehr Informationen über McOptik und den besonderen vorteilhaften Brillenkauf geben die McOptik-Filialen in Spiez und Interlaken, jeder andere McOptik und das Internet unter [www.McOptik.ch](http://www.McOptik.ch).

Jetzt einfach mal vorbeigehen!



Ein Schweizer Qualitätsunternehmen  
[www.McOptik.ch](http://www.McOptik.ch) / [info@McOptik.ch](mailto:info@McOptik.ch)

**McOptik-Filiale in Spiez: Oberlandstrasse 23, Telefon 033 650 97 37**  
**McOptik-Filiale in Interlaken: Rosenstrasse 3, Telefon 033 821 17 77**



*Ost & West – just the best!*

**dropa**  
DROGERIE  
GÜNTHER

**dropa**  
DROGERIE  
GÜNTHER



## Ihr Fachgeschäft für Gesundheit und Schönheit

**Beim Stedtli Zentrum, 3800 Unterseen**  
**Telefon 033 826 40 40**

**Zentrum Interlaken Ost, 3800 Interlaken**  
**Telefon 033 823 80 30**

**E-Mail: [dropa.guenther@dropa.ch](mailto:dropa.guenther@dropa.ch)**

**Voranmeldung für Ortho-Team:**  
**033 826 40 48**

## GESUNDHEITS-TIPP

# HOMÖOPATHIE

eine sinnvolle Alternative, vor allem auch für Kinder



Die Homöopathie hat in den letzten Jahren stark an Bedeutung gewonnen und wurde regelrecht wiederentdeckt. Dabei sind es rund 200 Jahre her, dass der deutsche Arzt Samuel Hahnemann das Funktionsprinzip der Homöopathie begründete, nach der Ähnliches mit Ähnlichem behandelt wird.

Die Homöopathie behandelt den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele. Sie bedient sich natürlicher Substanzen und eignet sich bei vielen alltäglichen Krankheiten zur Selbstbehandlung. Auf Grund der guten Verträglichkeit können homöopathische Mittel bei Erwachsenen und Kindern eingesetzt werden, indem sie die Selbstheilungskräfte des Körpers aktivieren.

### Homöopathie für die «Kleinen»

Keine Beziehung ist so innig wie die zwischen Mutter und Kind. Während der Schwangerschaft sind die beiden eine körperliche Einheit und auch nachher bleiben die Verbindungen eng. Wenn die Mutter erkrankt, ist auch das Kleinkind betroffen und umgekehrt – ein Zusammenhang, der berücksichtigt werden will. Drei wichtige Argumente zeigen als Beispiel auf, weshalb sich homöopathische Arzneimittel für Kinder besonders gut eignen:

- Der kindliche Organismus ist noch intakt und seine Reaktionslage ungestört
- Im kindlichen Organismus lassen sich die Selbstheilungskräfte besonders gut durch homöopathische Arzneimittel aktivieren

- Viele chemische Arzneien, die bei gängigen Beschwerden eingesetzt werden, belasten den kindlichen Organismus und deren Abbauprodukte müssen durch die Leber und die Nieren wieder ausgeschieden werden

Persönliche Erfahrungen haben immer wieder gezeigt, wie wirkungsvoll homöopathische Arzneimittel sind. Für die Selbstmedikation eignen sich vor allem Komplexpräparate mit mehreren Komponenten oder aber homöopathische Arzneimittel mit eher niederen Potenzen. Der Umgang mit homöopathischen Hochpotenzen gehört eindeutig in die Hand des Spezialisten und bedarf einer intensiven Abklärung und Beratung.

Die DROPA Drogerie Günther hat sich seit Jahren mit ihren Hausspezialitäten auf Naturheilmittel und homöopathischen Arzneimitteln spezialisiert und bietet ein breites Sortiment, das sich speziell auch für die Behandlung von Beschwerden von Kindern und Kleinkindern eignet. Einige Beispiele sind Erkältungschügeli, Schnupfenchügeli, Hustenchügeli, Zahnchügeli und Schlafchügeli.

Lassen Sie sich in Ihrer DROPA Drogerie Günther beraten und überzeugen Sie sich selbst von der effizienten Wirkung homöopathischer Arzneimittel.

Beat Günther, eidg. dipl. Drogist  
DROPA Drogerie Günther, beim Stedtlizentrum,  
3800 Unterseen      Telefon 033 826 40 40  
DROPA Drogerie Günther, Zentrum Interlaken Ost,  
3800 Interlaken      Telefon 033 823 80 30  
[dropa.guenther@dropa.ch](mailto:dropa.guenther@dropa.ch)  
[www.dropa.ch](http://www.dropa.ch)



*Exklusive Wohnungen für gehobene Ansprüche!*

## WOHNÜBERBAUUNG KANALPROMENADE INTERLAKEN

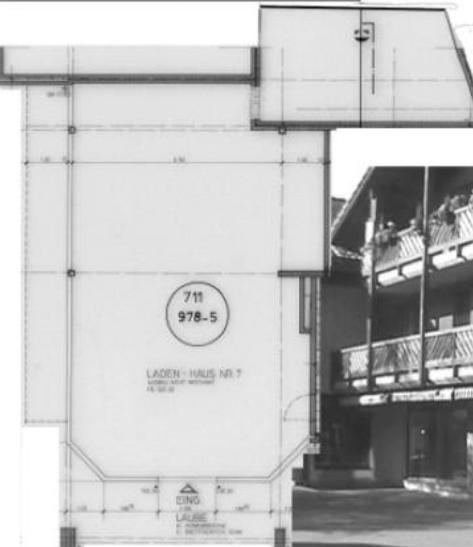
DIE BAUGESELLSCHAFT KANALPROMENADE ERSTELLT IN 4 HÄUSERN 19 WOHNUNGEN MIT 3½ BIS 5½ ZIMMER IM BAURECHT. DIE ÜBERBAUUNG WIRD IN ALLERBESTER LAGE ZWISCHEN AARE UND SCHIFFFAHRTSKANAL REALISIERT, NAHE BEI ÖFFENTLICHEN VERKEHRSMITTELN UND IN DER NÄHE VON VERSCHIEDENEN EINKAUFSMÖGLICHKEITEN. DER WOHNKOMFORT IN KLEINEN EINHEITEN ENTSPRICHT GEHOBENEN ANSPRÜCHEN AN DAS WOHNEN. INDIVIDUELLE AUSBAUWÜNSCHE WERDEN BERÜCKSICHTIGT. DIE FERTIGSTELLUNG ERFOLGT ENDE 2003 BIS MITTE 2004. VERLANGEN SIE DEN AUSFÜHRLICHEN PROSPEKT MIT ALLEN INTERESSANTEN ANGABEN UND GRUNDRISSPLÄNEN BEI



Rugenparkstrasse 11  
3800 Interlaken

Telefon 033 823 44 15  
Fax 033 823 14 88  
E-Mail romoin@bluewin.ch

**LIVTA** **LIVTA AG - UNTERSEEN**  
 Tel. 033 823 24 25 - www.livta.com - info@livta.com  
 vermietet Ladenlokal ca. 100m2 im **Stedtzentrum, Unterseen**  
 grosse Schaufensterfront, Aussenverkauf, Parkplätze in Einstellhalle




Miete Fr. 2'000.-  
inkl. NK und  
Parkplatz

# Winter Ausverkauf

3. Januar – 1. Februar 2003

**Wir halbieren die Preise**

# 50%

50% auf allen Artikeln, die mit roten Plakaten gekennzeichnet sind.  
Rabatte nicht kumulierbar.



**Gegen Abgabe dieses Inserates erhalten Sie 10% auf der regulären Ware.**



## MIME-Informatik

Michael Meyer, El. Ing. HTL

Waldeggstrasse 49  
CH-3800 Interlaken

www.mime.ch

Telefon: 033 821 02 65  
Fax: 033 821 02 66  
E-Mail: info@mime.ch



### E-Business ?

*Fragen sie uns !*  
(Termine nach Vereinbarung)

## Bürobedarf **SCHAFFNER** Eigene Reparatur-Werkstätte



- Papeterie
- Büromöbel
- Büromaschinen
- Registrierkassen

- > Verkauf
- > Tausch
- > Miete

3800 Unterseen-Interlaken  
Bahnhofstrasse 5

Telefon 033 822 74 47  
Telefax 033 822 38 47



Obere Jungfraustrasse 52 3800 Interlaken Tel. 033 822 17 33  
E-Mail: rtw-travel@datacomm.ch



Erlebnisgastronomie  
Partyservice & Catering  
**NATÜRLICH ANDERS**

Firmenessen, Hochzeiten, Taufen etc.  
Verlangen Sie unverbindlich eine Offerte.

Joe Gutjahr-Witschi  
Vordorf, 3647 Reutigen  
Tel. 033 657 23 79 / 079 425 24 38  
www.gastronomieerlebnis.ch  
E-Mail: mobile@gastronomieerlebnis.ch

## RTW ROUND THE WORLD TRAVEL: WETTBEWERB

# GEWINNER IGA WETTBEWERB

### RTW Round the World Travel und Touristik GmbH, Interlaken

- |                |   |   |
|----------------|---|---|
| 1. Preis       | Peter Liniger, Unterseen                            | Flug von Belp nach Berlin retour mit Intersky |
| 2. Preis       | Karin Luginbühl-Ott, Wilderswil                     | Reisegutschein im Wert von Fr. 200.–          |
| 3. Preis       | Erwin Balli, Wimmis                                 | Reisegutschein im Wert von Fr. 100.–          |
| 4. Preis       | Andrea Bleuer, Grindelwald                          | Armbanduhr + 1 Flasche Portwein               |
| 5. Preis       | Claudia Milazzo, Steffisburg                        | Fotorahmen                                    |
| 6. Preis       | Monique Gander, Ringgenberg                         | Bauchtasche                                   |
| 7. Preis       | Nicolas Karlen, Unterseen                           | Theater Fernglas                              |
| 8. Preis       | Helena Nebiker, Grindelwald                         | T-Shirt                                       |
| 9. + 10. Preis | Monika Mätzener, Unterseen<br>Ruth Hoffmann, Brienz | Diverse Trostpreise                           |

Wir gratulieren den glücklichen Gewinnern herzlich!

Für das grosse Interesse an unserem Stand danken wir,  
und freuen uns auf Ihren Besuch in unserem Büro

RTW Round the World Travel und  
Touristik GmbH, Interlaken  
Telefon 033 822 17 33

VIELE ERWARTUNGEN.  
EINE EINZIGE LÖSUNG.  
EIN PARKETT.

**bauwerk**  
DIE SCHWEIZER PARKETTMACHER



Alles über das Parkett mit dem einmaligen  
WOHNKOMFORT-PLUS erfahren Sie beim

**Fachprofi für  
Parkett**

**Teppich  
Amacher AG**

Hauptstrasse  
3805 Goldswil



Telefon 033 822 25 28

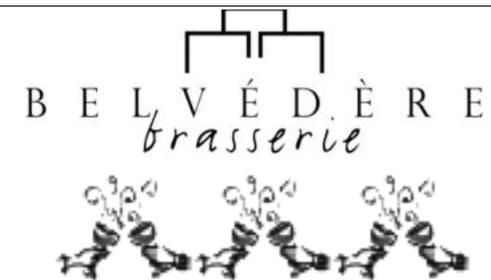
**Wir bleiben noch!**

(Das Indonesien Restaurant Matahari  
in Interlaken bleibt uns doch  
noch weiterhin erhalten...)

  
**Matahari**  
Asian Restaurant Interlaken

Selamat datang  
Yong-Chul & Rinca KRAUER

General-Guisan-Strasse 31, 3800 Interlaken  
Reservation: Telefon 033 823 80 01



*Feiern Sie mit uns ins Neue Jahr*  
**Silvesternacht im Belvédère**

Live-Musik mit den Stimmungskanonen «Duo Janosi»  
**Geniessen Sie unser Silvester-Bufferet**

Vorspeisenbuffet, Hauptgang serviert, Dessertbuffet inklusive Apéro Fr. 85.00, Apérobeginn um 19.00 Uhr

Übrigens, wussten Sie schon, bei uns gibt es . . .

**Jeden Sonntag** von 14.30 bis 17.00 Uhr

«ErichTonis» Glühwein aus dem «Chupfer-Chessi» mit hausgemachten frischen Gewürz-Brioches  
und

**Jeden Montag** ab 19.00 Uhr  
Raclette à discrétion mit «Ländler-Musik»

**Wir freuen uns auf Sie!**

Hapimag Belvédère, Höheweg 95, 3800 Interlaken, Tel. 033 828 91 00 Fax 033 828 91 25

# RHEUMA – EINE KRANKHEIT MIT VIELEN GESICHTERN



## 1. Teil



Im Lexikon steht, dass «Rheuma» oder «Rheumatismus» von dem griechischen Wort «Fliesen» kommt, weil die Menschen in der Antike glaubten, dabei fliesse kalter Schleim vom Gehirn durch die Gelenke. Heute weiss man, dass «Rheuma» den Stütz- und Bewegungsapparat mit Knochen, Gelenken, Muskulatur, Sehnen und Bändern betrifft. Doch Rheuma ist keine bestimmte Krankheit, sondern ein Sammelbegriff für mehr als 200 verschiedene Erkrankungen.

Ursachen, Entstehung, Krankheitsbild und Verlauf sind sehr unterschiedlich und doch für viele Formen der Krankheit typisch. Übersichtlich lässt sich der rheumatische Formenkreis in drei Gruppen unterteilen.

1. Entzündlich-rheumatische Formen (Arthritis),
2. Nicht-entzündliche/degenerative Formen (Arthrose)
3. Weichteilrheuma

### Entzündlich-rheumatische Formen (Arthritis)

Die Arthritis mit den typischen Entzündungszeichen:

- Rötung
- Überwärmung
- Schwellung
- Schmerz, der durch Kälte gelindert wird und auch in Ruhe und nachts auftritt
- Bewegungseinschränkung
- Fieber

### Von Interesse sind folgende entzündlich-rheumatischen Erkrankungen:

- Rheumatoide Arthritis
- Entzündlicher Gelenkrheumatismus bei Schuppenflechte
- Arthritis urica

### Rheumatische Arthritis (auch chronische Polyarthritis genannt)

Die rheumatoide Arthritis ist eine Allgemeinerkrankung, die schleichend oder in Schüben verläuft und familiär gehäuft auftritt. Frauen sind etwa dreimal häufiger betroffen als Männer.

Nach manchmal jahrelang bestehender allgemeiner Symptomatik wie Müdigkeit, Gewichtsverlust usw. treten vor allem morgens Schmerzen auf, besonders der kleinen Gelenke (Grund- und Mittelgelenke der Finger und Zehen) sowie ziehende Schmerzen, mit spindelförmigen Gelenkschwellungen bei meist symmetrischem Extremitätenbefall. An Händen und Füssen bilden sich unter der Haut oben an den Gelenken eventuell Rheumaknoten: schmerzlose, aber relativ harte Bindegewebsverdickungen als charakteristisches Zeichen der rheumatoiden Arthritis. Nach dem Schweregrad lassen sich vier Krankheitsstadien unterscheiden:

**Stadium 1:** Entzündliche Gelenkschwellungen bei erhaltener Gelenkfunktion.

**Stadium 2:** Bewegungseinschränkung der Gelenke, Rückbildung der Muskulatur, chronische Sehnencheidenentzündungen, eventuell Rheumaknoten.

**Stadium 3:** Gelenkdeformierungen mit Achsenabweichung, ausgeprägte Rückbildung der Muskulatur, Sehnencheidenentzündung, eventuell Rheumaknoten.

**Stadium 4:** Schmerzhafte Einsteifung betroffener Gelenke, oft hochgradige Achsenabweichung.

Etwa 10% aller Fälle von rheumatoider Arthritis weisen schwerste Deformitäten auf: Verformung der Gelenke und Fehlstellung von Fingern und Zehen. Sie können durch Verköcherung in der Fehlstellung fixiert sein. Gelenkversteifung bedeuten immer schmerzhafte Bewegungseinschränkungen. Es kann sein, dass der Rheumapatient nicht mehr gehen kann und auf den Rollstuhl angewiesen ist.

Betroffen im Bereich des Fusses können sämtliche Gelenke sein.

– **Spreizfuss mit Deformation:** Der polyarthritische Spreizfuss schmerzt primär durch die entzündlichen Veränderungen, doch führt auch die Fehlbelastung sekundär zu schmerzhaften Reizzuständen, vor allem in den Zehengrundgelenken.

– **Hallux valgus:** Durch Schuhdruck und Fehlbelastung entwickeln sich ausgedehnte Knochenanbauten, chronische Reizzustände mit Überwärmung, Kapselentzündungen und unter Umständen Schleimbeutelentzündungen. Die Valgusstellung der Grosszehe kann so ausgeprägt sein, dass diese sich über oder unter die zweite und dritte Zehe schiebt. Hochgradige Belastungs- und Bewegungsschmerzen können so Stehen und Gehen behindern.

– **Krallenzehe und Hammerzehe:** Sie entstehen durch Entzündung der Zehengelenke und auch als Folge des Spreizfusses. Durch Schuhdruck entstehen bei Krallen- und Hammerzehen oben über den Zehengelenken oft schmerzhafte Hühneraugen; bei Hammerzehen zusätzlich auch an Zehenkuppen, da sie beim Gehen dem Boden stark angepresst werden. Die Behandlungsbedürftigkeit ergibt sich einmal aus oft höchstgradig schmerzhaften Druckstellen und dem Belastungs- und Bewegungsschmerz arthrotisch veränderten Zehengelenke, zum anderen daraus, dass bei hochgradigen Zehendeformitäten das Tragen von Konfektionsschuhen nicht mehr möglich ist.

– **Knickfuss, Plattfuss, Knickplattfuss:** Diese Fussdeformitäten treten als Folge von Entzündungen der Fusswurzelgelenke auf. Im Vordergrund der Klagen steht dann der Schmerz durch Veränderung der Fusswurzelgelenke.

### Entzündlicher Gelenk-Rheumatismus bei Schuppenflechte

Etwa 3–5 % der Patienten mit rheumatoider Arthritis leiden an Schuppenflechte. 3–5 % der Psoriasispatienten zeigen Arthritis. Gehäuftes familiäres Auftreten spricht für Erblichkeit; beide Geschlechter sind gleich häufig betroffen. In 75 % der Fälle sind Hauterscheinungen vor Beginn der Arthritis vorhanden; bei 10% der Patienten ist zu Beginn der Arthritis die Hauterkrankung nicht feststellbar. Die Arthritis kann akut oder chronisch beginnen, sie verläuft in Schüben. Für die Psoriasis-Arthritis sind zwei Befallmuster typisch:

- Befall aller Gelenke eines Fingers oder einer Zehe
- Befall von Finger- und Zehengelenken

Das erkrankte Gelenk ist durch Gelenkerguss und Gelenkapselschwellung aufgetrieben, die Haut ist gerötet und kann überwärmt sein. Gelenkschmerz und Funktionseinschränkung sind meist erheblich.

### Arthritis urica

Sie ist die Folge einer Stoffwechselstörung mit Abscheidungen von harnsauren Salzen in den Gelenken und deren Umgebung mit einer Entzündungsreaktion. Anfänglich verläuft die Erkrankung in akuten Schüben (Gichtanfall), in der Folgezeit wird sie häufig chronisch.

An den unteren Extremitäten ist häufig das Grosszehengrundgelenk betroffen, seltener die Sprung- oder Fusswurzelgelenke. Beim akuten Gichtanfall ist das erkrankte Gelenk hochrot, oft teigig geschwollen, heiss und sehr druckschmerzhaft; zuweilen greifen die Entzündungsercheinungen auf die Umgebung über. Fast immer wird nur ein Gelenk auf einmal befallen. Im weiteren Krankheitsverlauf können mehrere Gelenke betroffen sein. Die chronische Gicht führt häufig zu Gelenkdeformierungen mit ausgeprägter Funktionseinschränkung. Ablagerungen von Harnsäure an den Gelenken verursachen die Bildung schmerzhafter Gichtknoten.

Sandra Wälti, Podologin, Vitalis Institut,  
Rugenparkstr. 7, Interlaken, Tel. 033 822 33 52

**Der zweite Teil dieses Artikels wird in der März-Ausgabe und der dritte Teil in der Mai-Ausgabe veröffentlicht.**



## VERANSTALTUNGEN – AUSZUG VON INTERLAKEN, MATTEN UND UNTERSEEN

# JANUAR 2003

Interlaken Tourismus  
Höheweg 37, 3800 Interlaken,  
Schweiz/Switzerland/Suisse  
Telefon 033 826 53 00, Telefax 033 826 53 90  
Internet: <http://www.interlaketourism.ch>  
E-Mail: [mail@interlaken-tourism.ch](mailto:mail@interlaken-tourism.ch)

- Jeden Mo **Ländlermusikabend mit Raclette à discrétion.** Ab 19:00, Brasserie Belvédère, Hotel Hapimag. Tischreservierung: Tel. 033 828 91 35.
- Jeden Di **Folklore-Abend mit dem Duo Stägreif.** Solojodlerin Margrit Amacher und Alphornbläser Armin Sigrist. 20:00–23:00, Restaurant Chalet, Hotel Oberland. Eintritt frei.
- bis 4.1. **Afternoon Tea und leichte klassische Unterhaltung mit dem Ronto Quartett.** Täglich, 15:00–17:00, Victoria Bar, Grand Hotel Victoria-Jungfrau.
1. **Grosses Neujahrs-Feuerwerk.** 18:00 auf der Höhematte, im Zentrum von Interlaken. Unterhaltung (ab 17:00) und zahlreiche Verpflegungsmöglichkeiten am Höheweg und in Gaststätten von ganz Interlaken laden zum Verweilen ein. (Der Höheweg ist von 16:00–20:00 verkehrsfrei).
1. **Happy New Year Schlemmer-Brunchbuffet, Unterhaltung mit dem Ronto Quartett.** Ab 10:00, Grand Hotel Victoria-Jungfrau.
1. **Neujahrs-Jazz.** Ab 16:00, Buddy's Pub, Hotel Splendid.
1. **Unterhaltung mit der Steelband Oelwechsel.** 17:00–20:00, Restaurant Des Alpes.
1. **Happy New Year Party.** Das Fest mit holländischen «Oliebollen» + DJ Sounds. Ab 21:00, Restaurant Brasserie 17.
2. **Neujahrs-Matinée «Promenade Viennoise» mit dem Festival Pops Orchestra.** Solistinnen: Eva Herzig & Anne-Florence Marbot (Sopran), Ana Ioana Oltean, Flöte, N.N., Fagott. Emil Waldteufel «Ein gebrochenes Herz» (Walzer). Johann Strauss, Sohn: aus «Die Fledermaus». Josef Strauss: «Brennende Liebe» (Polka, Mazur). Julius Fucik: «Der alte Brummbär» (Concertino). Franz Doppler: Andantino und Rondo, op. 25. Franz Lehar: aus «Die lustige Witwe». 10:30, Casino Kursaal. Direktverkauf: Interlaken Tourismus und Warenhaus Loeb Interlaken.
2. **«Harder-Potschete», alter Volksbrauch mit Umzug.** Als Berggeister verkleidete Jugendliche ziehen in einem Umzug durch das Zentrum begleitet von Trychlerklubs, Buremusig, Musikgesellschaft und Tambourengruppe. Beginn: 14:00, auf dem Marktplatz. Danach findet auf dem Marktplatz eine Maskenprämierung statt.
2. **Potschetag-Unterhaltung mit der Frytigs Jazzband.** Ab 16:00, Hotel Sonne, Matten. Eintritt frei.
2. **«Harder-Potschete Special» mit Hanery Amman & Band.** 22:00, Restaurant Goldener Anker. Vorverkauf: Tel. 033 822 16 72 (ab 16 h).
2. **Harder-Potschete Fest mit der Los Conejos Texas Blues Band.** Unterhaltung um 16:00 und ab 21:00. Im Restaurant Brasserie 17.
8. **Vortragskurs Volkshochschule «Inkontinenz - Blasenschwäche».** Referent: Dr. Klaus Wegmüller, Arzt Gynäkologie/Geburtshilfe FMH. 20:00, Gymnasium Interlaken. Anmeldung: Kurssekretariat VHI, Tel. 033 826 02 90.
9. **Jazz-Konzert mit dem Rolf Häsler Trio.** Unterhaltung mit Swing, Mainstream und Blues. 20:00, Brasserie Belvédère, Hotel Hapimag. Eintritt frei.
9. **Blues-Konzert mit der Hems Harlem Band.** 21:00, Restaurant Brasserie 17. Eintritt frei.
11. **Boogie Woogie Piano Groove mit Silvan Zingg.** 21:00, Brasserie Belvédère, Hotel Hapimag. Eintritt frei.

12. **Kammermusik-Konzert mit dem Barock-Ensemble Arioso der Musik-Akademie Basel und der Musik-hochschule Freiburg i.Br.** Werke von Telemann, Bach und Händel. 15:00–17:00, Brasserie Belvédère, Hotel Hapimag. Anmeldung: Tel. 033 828 91 00.
15. **4. Zauberalaterne-Vorstellung, Film zum Träumen** für Kinder von der 1.– 6. Klasse. 13:40, Kino Rex. Info: Zauberalaterne Bödéli, Infoladen Jugendarbeit Bödéli, Spielmatte 37, Unterseen, Mi 08:30–11:30, Telefon 033 823 10 69 oder 033 823 46 09.
16. **Tanz-Nachmittag für Senioren.** 14:30–17:30, Restaurant Spycher, Casino Kursaal.
16. **Konzert mit der Jugendmusik Interlaken und dem Spiel Infanterie Regiment 15.** 20:00, Schlosskirche.
16. **Vortragskurs Volkshochschule «Autogenes Training im Alltag».** Referentin: Brigitte Schick, Prakt. Psychologin. 20:00, Aula Sekundarschule Interlaken. Anmeldung: Kurssekretariat VHI, Tel. 033 826 02 90.
16. **Rockkonzert mit der Gruppe Virus.** Art- & Mundart Bluesrock. 21:00, Restaurant Brasserie 17. Eintritt frei.
17. **Theater «Der Alchimist» von Paul Coelho aufgeführt vom Theater 58 aus Zürich.** Eine Geschichte voll orientalischer Weisheit. 20:15, Stadtkeller Unterseen. Vorverkauf ab 10.1.: Drogerie Günther, Unterseen, Tel. 033 826 40 40.
18. **Folk-Club Konzert mit der Gruppe «Cadenza» aus Irland.** Irische Volksmusik. 20:30, Gemeindesaal Unterseen. Vorverkauf: Tel. 033 823 88 80.
21. **Multivisions-Diashow von Martin Lötscher über Alaska.** 20:00, Kirchengemeindehaus Matten.
23. **Vortragskurs Volkshochschule. Thema «Rauchen».** Referenten: Dr. Georg Hold & Dr. Ulrich Ingold. 20:00, Gymnasium Interlaken. Anmeldung: Kurssekretariat VHI, Tel. 033 826 02 90.
23. **Konzert mit der Charlie Morris Band.** Professioneller Südstaaten Blues. 21:00, Restaurant Brasserie 17. Eintritt frei.
24. **Cabaret Scherzgrenze mit «Viel Lern um nichts».** Über Schule, Bildung und Politik. 20:15, Schlosskeller Interlaken. Vorverkauf: ab 17.1., Buchhandlung Haupt, Höheweg 11, Tel. 033 822 35 16.
- Täglich **Spielcasino, Casino Kursaal.** Französisches + amerikanisches Roulette, Black-Jack, 120 Geldspielautomaten. Eintritt ab 20J., Ausweispflicht. Offen: Täglich, 12:00–02:00. Tischspiele ab 16:00. Eintritt: CHF 5.–.

## AUSSTELLUNGEN IN DER REGION

- 8.12.–5.1. **Galerie Kunstsammlung Unterseen, Stadthaus Unterseen.** Weihnachtsausstellung der Kunstgesellschaft Interlaken mit Kunstschaffen aus der Region (Bilder, Plastiken, Objekte). Sonderplatz: Ke Rosenloui, Maler. Offen: Mi bis Sa, 14:00–19:00 / Do, 14:00–21:00 / So, 14:00–18:00. Geschlossen: Mo, Di sowie 25.12. + 1.1.
- 1.12.–1.2. **Hapimag-Belvédère (Lobby + Auditorium), Höheweg 95.** Bilder von Ernest Waelti: Malerisches Oberland. Offen: Täglich, 09:00–22:00.
- 15.12.–12.1. **Gastro-Galerie Schiffsrestaurant, Ländte Interlaken Ost.** «Die andere Art», handwerkliche Bilder von Tina Lenz aus Langnau. Offen: Täglich, 09:30–18:00 / Sa, 09:30–23:30.
- 19.1.–9.2. **Gastro-Galerie Schiffsrestaurant, Ländte Interlaken Ost.** Doppelausstellung: «Lebenserinnerungen», Scheuerschnitte von Liselotte Sieber aus Steffisburg und «Schmuck im Wandel der Zeit» von Esther Steiner aus Bern. Offen: Täglich, 09:30–18:00 / Sa, 09:30–23:30.
- 24.1.–18.3. **Zentrum Artos, Alpenstrasse 45, Interlaken.** Acryl-Bilder von Ruth Rauber, Unterseen. Offen: Mo bis Sa, 14:00–20:00 / So, 10:00–12:00 und 16:00–19:00. Vernissage: 24.1., 18:30.
- 1.1.–31.1. **Restaurant Des Alpes, Interlaken.** Blumenbilder von Herbert Tschiemer. Offen: Täglich, 08:30–23:30.
- 8.12.–11.1. **Galerie Kunst und Fotografie Schweizerhaus, Beatenberg.** Weihnachtsausstellung. Offen: 8.–19.12.: 14:00–18:00 (Mo & Di geschlossen). Ab 20.12.: Täglich, 10:00–12:00 & 14:00–18:00.
- 21.12.–23.2. **Altes Schulhaus, Habkern.** «Früher Männeralltag – Frauenalltag». Jeweils Samstag 17:00–21:00 und Sonntag 13:00–17:00.

Änderungen vorbehalten

# JAHRESPROGRAMM 2003

## Spezialitätenrestaurant Bellini

**Es gibt bei uns nur saisonale Monattspezialitäten,  
und jedes Gericht empfehlen wir während  
der richtigen Saison.  
Aber es ist wohl besser, Sie prüfen es selbst  
bis Ende Jahr.**

Januar	Hummer, Austern und Kaviar
Februar	Coquilles St. Jaques, Venus- und Herzmuscheln, Miesmuscheln à discretion
März	Milchferkel, Steinbutt, Rotbarbe und grüne Spargeln
April	Kaninchen, Seezunge und Kabeljau
Mai	Milchlamm, weisse Spargeln und Rhabarber
Juni	Geflügel, junge Matjes und Pfifferlinge
Juli	Frischling, Pazifik-Languste und heimische Beeren
August	Flusskrebse, Saibling und Steinpilze
September	Rebhühner, Krabben und Nüsse
Oktober	Rehfleisch, Doraden und Quitten
November	Gans, weisser Piemonttrüffel und Kastanien
Dezember	Fasan, Gänsestopfleber und schwarze Perigord-Trüffel

**Reservation unter:**

**Spezialitätenrestaurant Bellini**

**Höheweg 37**

**CH-3800 Interlaken**

**Tel. 033 828 66 66, Fax 033 828 66 33**

**info@metropole-interlaken.ch**

**www.metropole-interlaken.ch**

