

# BÖDELI *info*

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



## INTERVIEW

**«Mein oberstes  
Ziel sind zufriedene  
Kunden.»**

Gabriele Friedrich Stoller  
Geschäftsleiterin von  
Expert Friedrich

**Erst wenn der letzte Baum gerodet,  
der letzte Fluss vergiftet,  
der letzte Fisch gefangen ist,  
werdet Ihr feststellen,  
dass man Geld nicht essen kann.**

NEIN zur Überbauung Des-Alpes-Areal.  
Abstimmung am 9. Februar 2014

**Jede Stimme zählt!**



**Interessen Gemeinschaft Des-Alpes-Areal Interlaken**

## Im Zentrum steht der Kundenwunsch

**Die schnelle Entwicklung im Bereich der Unterhaltungselektronik unterstreicht die Wichtigkeit der persönlichen Beratung und Begleitung durch das Fachpersonal.**

Die Entwicklungen im Bereich der Unterhaltungselektronik sind dermassen schnell, dass sie mittlerweile beinahe der Formel 1 Konkurrenz machen. Aus schwarz-weiss wurde Farbe, aus klobig wurde flach, aus dem Fernseher die Multimedia-Station. Mittlerweile sind Fernseher Geräte, mit denen man weit mehr machen kann, als nur «fern zu sehen». Bildpräsentationen, Internetzugang, Skype und Fernsehaufnahmen sind nur einige Möglichkeiten, die heutige Geräte bieten. Aus diesen schnellen Entwicklungen entstehen für den Nutzer ungeahnte Möglichkeiten. Als Gelegenheitsnutzer ist die Wahl des richtigen Geräts oder der Kombination aus verschiedenen Plattformen kein Kinderspiel. Das Lesen eines Testberichts reicht nicht aus, um die Möglichkeiten und Nutzen umfänglich zu verstehen.

Ich als Kunde wünschte mir ein Fachgeschäft, das sich mit Herz und Hand um das Wohl seiner Kundschaft bemüht und ehrliches Interesse zeigt. Denn die

Kunst unserer Arbeit liegt nicht nur in der Kenntnis der neuesten Technologien oder des Wissens zur Vernetzung technischer Komponenten, sondern im Erkennen des wahren Kundenbedürfnisses. Also geht es darum, dass wir als Fachpersonal verstehen, was Sie als Kunde sich wünschen und die optimale individuelle Lösung erarbeiten.

Fingerspitzengefühl, jahrelange Praxis und die Übersicht über das breite Angebot sind Faktoren, die nicht durch das Internet oder den Discounter abgedeckt werden können. Aber sie führen treffsicher zum Ziel. Nur durch das persönliche Gespräch können Kabel-Wirr-Warr, unnötige Ansammlungen von Fernbedienungen oder mangelnde Kompatibilität von Geräten untereinander vermieden werden. Es entstehen intelligente, zukunftsorientierte und damit nachhaltige Gesamtlösungen nach Ihrem Geschmack.



David Heimberg  
Technischer Leiter  
Expert Friedrich  
Interlaken

David Heimberg

**Herausgeber/Realisation/Datenannahme für alle Beiträge/Inserate/Vereine** Weber AG Verlag, Sibylle Dräyer, Eva Hensel, Gwattstr. 125, 3645 Gwatt, Tel. 033 336 55 55, Fax 033 336 55 56, e-mail: boedeli-info@weberag.ch **Leitung Bödéli/BrienzInfo, Inserate und Gewerbeseiten** Doris Wyss, Brunnengasse 20, 3852 Ringgenberg, Tel. 033 822 33 54, e-mail: boedeli-info@weberag.ch **Vertreter des Vereinskonzents** Peter Wenger, Präs. Vereinskonzent, Postfach 336, 3800 Interlaken, Mobile 077 430 17 35; Nöldy Baumann, Präs. IG Sport Bödéli, Mobile 079 632 76 70 **Titelseite** Gabriele Friedrich Stoller **Foto** Erich Häsler **Druck** Schlaefli & Maurer AG, 3661 Uetendorf **ISSN** 1662-0984 **Auflage** 19 500 Expl. **Erscheinungsweise** 12 x jährlich, jeweils am 1. des Monats

**Beiträge per Mail an:** boedeli-info@weberag.ch **Annahmeschluss: Montag, 10. Februar 2014**  
**Alle Beiträge erscheinen auch im BrienzInfo**

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



Als Gratis-App für  
iPhone und iPad

**Mobil sein**

**Krankenmobilen und Hilfsmittel**  
Verkauf und Vermietung

Gerne beraten wir Sie  
umfänglich über alle Produkte

Reiserollator

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

**Winter im Des Alpes,  
dem Treffpunkt in Interlaken:**

Geniessen Sie unsere vielfältigen,  
urchigen Hütten-Gerichte!

Besuchen Sie uns auch im Internet!  
www.desalpes-interlaken.ch

Gluschtige Holzofenpizza das ganze Jahr;  
im Winter immer Mittwoch bis Sonntag abends

Freuen Sie sich auf unsere ausgesuchten  
Spargel-Spezialitäten ab März!

Werktags täglich 2 Menüs (1 vegi) à CHF 18.00  
Fragen Sie nach unserem Menüpass:  
Jedes 11. Menü ist gratis!

Herzlich willkommen!

*Des Alpes*

RESTAURANT • PIZZERIA • BAR • TERRASSE • KONDITOREI  
Höheweg 115 • 3800 Interlaken • Switzerland  
Tel. 033 822 23 23  
www.desalpes-interlaken.ch • info@desalpes-interlaken.ch

<b>INHALT</b>	
<b>EDITORIAL</b>	<b>3</b>
<b>INTERVIEW</b>	<b>5-7</b>
<b>POLITISCHE SEITEN</b>	<b>9</b>
SP Bödeli	9
SP Spiez	11, 13
<b>GEWERBESEITEN</b>	<b>14</b>
Optometrie Stalder, Wilderswil	14-15
<b>INFOSEITEN</b>	<b>17</b>
Dr. med. Stefan Porzsolt: Alternative Schmerzmedizin	17
Roman Seiler: Fitness	19
Sandra Kammermann: Gesundheitstipp	21
Monika Rothacher-Braun: Frisuren und Haarpflege	23
Daniel Rolli: Finanzplanungs-Tipp	25
Judith Lüthi: Bücherecke	27
Daniel Aemmer: Computer	29
Adrian Jäck: Maler & Schriften	33
Daniel Capelli: Liegenschaftsmarkt	35
Blumen-Team Gosteli: Blumen	37
<b>VEREINE UND ORGANISATIONEN</b>	<b>41</b>
Modellfluggruppe Interlaken	41
Interlaken Classics	43
Jugendarbeit Haslital-Brienz	45
Jodlerklub Ringgenberg-Goldswil	53
Stadtkeller Unterseen	55
Schlosskeller Interlaken	57
Förderverein Trinkhalle am Kleinen Rugen	59
Oberländerchörl Interlaken	61
Heimatwerk Interlaken	63
Jugendsinfonie-Orchester Arabesque	65
Bödeli Bibliothek Interlaken	67
Contact Interlaken	69
Blasorchester Oberland Thun	71
Verein Haus der Muse	73
Verein Waldkindergarten Tatatuck	75
Lesen und Schreiben für Erwachsene im Kanton Bern	77
Volkshochschule Oberhasli/Region Brienz	79
Kammermusik-Konzerte Hondrich	83
<b>VERANSTALTUNGEN</b>	<b>47-49, 51</b>
<b>TIERE SUCHEN EIN ZUHAUSE</b>	<b>87</b>
<b>WETTBEWERB</b>	<b>89</b>
<b>INTERVIEW MIT BLICK AUF BRIENZ</b>	<b>91-93</b>
<b>KOLUMNE</b>	<b>94-95</b>

## Der Ansprech- und Servicepartner für Bild und Ton

Seit 33 Jahren ist Gabriele Friedrich Stoller im Geschäft für Unterhaltungselektronik in Interlaken. Ihr Erfolgsrezept: Kundenbedürfnisse mit Technik verbinden.

**Ihre Eltern gründeten «Radio-TV Friedrich» 1965. Haben Sie eigentlich noch ein Gerät aus dieser Zeit?**

Im Keller steht noch ein Hitachi von 1965 – ein kleiner TV-Kasten im Holzgehäuse. Ja, wir haben wirklich die ganze Fernseh-Entwicklung mitgemacht, vom schwarzeissen Röhrenbildschirm bis zu den Flachbildschirmen.

**«INTELLIGENTES WOHNEN HEISST, ÜBERLEGT EINKAUFEN»**

**Diese Entwicklung ging sehr schnell ...**

Die schnellen Veränderungen machen unsere Arbeit auch so interessant. Es gibt so viele neue Möglichkeiten, die Technik miteinander zu verknüpfen und die Bedienung zu vereinfachen. Ich glaube, es wird immer wichtiger, in dieser schnellen Entwicklung für die Kundschaft da zu sein, um alle technischen Fragen zu beantworten.

**Deshalb ist Ihnen auch die Präsenz an der IGA wichtig ...**

Es ist die einzige Ausstellung, an der wir teilnehmen. Unter dem Jahr kommen die Kunden mit ihren Wünschen zu uns; an der IGA gehen wir zu den Leuten und können ihnen Neuigkeiten und schöne Gesamtlösungen zeigen. In jedem Fall aber ist uns die Kundennähe sehr wichtig.

**In Ihrer Werbung erwähnen Sie oft «intelligentes Wohnen». Was heisst das?**

Grundsätzlich heisst es: Überlegt einkaufen. Das kann eine Fernbedienung sein, mit der man alle Geräte bedient. Oder eine multimediale Gesamtlösung, vielleicht auch mit einem Möbel. Das alles ist für mich intelligent Wohnen. Wir suchen mit jedem einzelnen Kunden das Richtige aus der Vielfalt von Geräten und Technik. Schön ist es, wenn man dies bereits in einen Neubau planen kann. Und wer weitsichtig einkaufen will, schliesst eine 6-jährige Vollgarantie ein.

**Wie informieren Sie sich über Neuerungen?**

An Messen, mit Fachliteratur, und indem wir im Team diskutieren.

**Als «Expert»-Geschäft haben Sie qualifiziertes Personal.**

Das ist heute das Wichtigste. Wir haben einen Spezialisten für Reparaturen, einen für Satellitenanlagen, Kongresstechnik und andere Projekte, ich bin für den Verkauf und die Koordination im Geschäft zuständig. Aber in einem Kleinbetrieb arbeitet man Hand in Hand.

**Sie bilden auch Lehrlinge aus.**

Ja, wir haben je eine Lehrstelle für Multi-



Gabriele Friedrich Stoller  
Geschäftsführerin von  
Expert Friedrich

**Zur Person**  
Gabriele Friedrich Stoller

Jahrgang: 1962

Zivilstand: verheiratet,  
eine Tochter Anja

Beruflicher Werdegang:  
Detailhandels-Lehre,  
mit 18 Sprung ins kalte  
Wasser mit dem Familienbetrieb und jetzt  
Geschäftsführerin von  
Expert Friedrich.

Hobbies: Musizieren,  
modelln und arbeiten

www.expert-friedrich.ch



Gabriele Friedrich Stoller liebt ihre Arbeit – aber auch den Ausgleich, zum Beispiel die Bewegung mit Hündin Angi. (Bild: Sibylle Hunziker)

mediaelektroniker und im Detailhandel. Die Lehrlinge sind mir wichtig – schliesslich sind sie unsere Zukunft. Junge Leute geben extrem viele Impulse, wenn man sie etwas machen lässt. Einer unserer Lehrlinge hat jetzt zum Beispiel die Verantwortung für den Verkauf im Ricardo. Mir nimmt das zu viel Zeit, und die jungen Leute leben mit diesen Medien.

### Wie geht eigentlich die ältere Kundschaft mit den ständigen technischen Neuerungen um?

Unsere ältere Kundschaft ist super. Sie telefonieren mit Ihren Kindern im Ausland per Skype und arbeiten mit dem Tablet oder PC. Wir sind aber bei Fragen oder Problemen immer für sie da, nehmen uns Zeit und bieten auch Heimkurse an.

### Was, wenn der Kunde ein Tonbandgerät wie vor 30 Jahren möchte?

Wir haben einen Lieferanten, der noch Kassettengeräte liefern kann. Auch VHS-Kassetten sind selten geworden. Aber es gibt noch Geräte, mit denen man Videokassetten auf DVD überspielen kann.

### Was machen eigentlich die Firmen, die früher Tonbandgeräte herstellten?

Die deutsche Firma Revox, deren Tonbänder früher in allen Tonstudios standen, ist heute im Bereich vernetztes Wohnen stark. Sie haben wunderbare Lösungen für Verbraucher, die ganz einfach auf alle möglichen Medien zugreifen möchten – sei es nun Internet, Radio, das Musikspeichern auf NAS oder Tablet oder das Abrufen von Musik mit dem Handy.

### Wie lange hält Unterhaltungselektronik von heute?

Die Technik ist sehr gut, und wenn man Qualität kauft, hat man lange Freude daran. Andererseits kann auch der Kauf eines neuen Geräts Vorteile haben: Wer heute zum Beispiel noch einen alten Röhrenfernseher hat, weiss nicht, welcher Genuss ihm entgeht – bei Natursendungen stehen sogar wir hier im Geschäft manchmal vor einem Bildschirm und staunen über die faszinierenden Bilder.

### Sie können aber auch jedes Gerät reparieren?

Wir reparieren alle Marken und Geräte, wenn es Ersatzteile und Kostenverhältnis zulassen. Bei den Fernsehgeräten bieten wir überhaupt nur die Marken an, die wir auch selber reparieren dürfen.

### Was passiert mit den alten Geräten?

Wir schicken sie nach Regensdorf. Dort werden sie in einem spezialisierten Betrieb komplett zerlegt, so dass die Rohstoffe wieder verwendet werden können. Nachhaltigkeit gehört genauso wie fachliche Qualifikation und transparente Dienstleistungstarife zu den Qualitätsanforderungen, die an die «Expert»-Geschäfte gestellt werden.

### Kommt eigentlich alle Elektronik aus dem fernen Osten?

Nein, von TechniSat und Revox zum Bei-

spiel werden die Produkte soweit möglich in Deutschland hergestellt.

### War für Sie immer klar, dass Sie den Familienbetrieb weiter führen?

Ich bin mit dem Geschäft aufgewachsen, ich war schon als Kind mit Papa im Aussendienst und habe in der Werkstatt Geräte ausgestaubt. Doch von einer technischen Lehre riet mir Papa ab – er fand, es sei zu gefährlich für eine Frau, etwa Antennen auf dem Dach zu installieren. So machte ich meine Lehre im Verkauf und plante nach dem Lehrabschluss Lehr- und Wanderjahre bei den Grossen der Branche. Aber daraus wurde leider nichts. Papa starb, als ich 18 war, und ich führte das Geschäft zusammen mit meiner Mutter weiter.

### Das war vermutlich nicht ganz einfach.

Weil wir zuerst alleine waren, mussten wir die Reparaturen auswärts geben und die Geräte noch nach Feierabend bei den Kunden abholen und retour bringen. Damals musste ich noch vielen Leuten beweisen, dass ich als Frau etwas von Technik verstehe – heute ist das zum Glück selbstverständlich. Mit viel Einsatz und dank unserer treuen Kundschaft haben wir diese Zeit durchgestanden. Und jetzt sind wir ein so tolles Team, dass es so richtig Spass macht.

### Sie wirken auch so, als ob Ihnen die Arbeit Spass macht.

Die Technik fasziniert mich. Vor allem aber ist es unheimlich befriedigend, den Leuten genau das zu verkaufen, dass ihnen Freude macht. Deswegen habe ich auch kein Problem, sechs und manchmal sieben Tage pro Woche zu arbeiten.

### Nutzen Sie zu Hause nur die neuesten Geräte?

Eigentlich würde ich schon gerne, doch zu Hause bin ich fast nicht, und so nutze ich die tolle Technik im Geschäft. Zu



Das Expert-Friedrich-Team (von links nach rechts): David Heimberg, Christian Schenkel, Stefan Schweizer, Michael Graf, Gabriele Friedrich Stoller. (Bild: zvg)

Hause habe ich eine schöne Stereoanlage zum Musikhören und einen schön grossen Flachbildschirm.

### Sie machen auch aktiv Musik ...

Seit meiner Kindheit spiele ich Querflöte und Piccolo. Die Musikgesellschaft Interlaken ist mein Ausgleich zum Geschäft. Ich geniesse die Kameradschaft – und dass einmal jemand anderes sagt, was läuft.

### Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Dass das Geschäft, das meine Eltern und ich seit vielen Jahren mit viel Herzblut aufgebaut und weiter geführt haben, auch weiter besteht und unsere grosse Kundschaft weiterhin eine Anlaufstelle hat für ihre Anliegen.

### Unverkäuflich

Da ihre Malteserhündin «Angi» ein sehr guter Wachhund ist, befürchtete Gabriele Friedrich zuerst, das Gebell könnte Kunden erschrecken. «Doch ganz im Gegenteil wollen viele Leute wissen, ob man den kleinen Hund auch kaufen könne», schmunzelt Gabriele Friedrich. Das geht aber nicht. «Angi bleibt, wenn niemand im Laden ist, unser treuestes Überwachungssystem.»

# SCHIFFRESTAURANT

## GALERIE & RESTAURANT

Vertäut an der Schiffländte  
vis-à-vis Bahnhof Interlaken-Ost

## ÖFFNUNGSZEITEN

Bis Sonntag, 13. April 2014

Mo - Do & So 09.30 - 18.00 Uhr

Freitag & Samstag 09.30 - 24.00 Uhr

Reservierungen & Infos Tel. 079 422 90 79

www.gastro-lac.ch info@gastro-lac.ch



# GASTROGALERIE FEBRUAR

## NEUE AUSSTELLUNG

Von Monika Buri & John King CH/USA

Vernissage: Sonntag, 26. Januar 2014

ab 11.00 Uhr mit Apéritif

## KÄSEFONDUE & ANNE BÄBI JOWÄGER-FILM

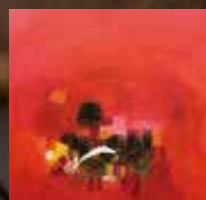
Die berührendsten Liebeserklärungen,  
die schönsten Heiratsanträge und die wildesten  
Eifersuchtszenen ... erleben Sie mit uns bei  
Käsefondue und anschliessendem  
Jeremias Gotthelf-Film.

Freitag, 14. Februar 2014, Beginn 19.00 Uhr

Apéritif, Käsefondue à discrétion, inkl. Dessert,  
Kaffee, Mineralwasser und Filmvorführung

pro Person Fr. 55.–

(Reservierung nur mit Fondue inkl. Film möglich)



SP BÖDELI

## Einladung zum Polit-Talk und Fondueplausch

Freitag, 28. Februar 2014, 19.30 Uhr, Restaurant Stadthaus, 1. Stock, Unterseen

SP Unterseen und SP Bördeli laden ein  
zum Polit-Talk zu den kantonalen Wah-  
len vom 30. März 2014.

### Warum Rot-Grün im Kanton Bern gestärkt werden muss!

#### Am Podiumsgespräch nehmen teil:

- Nadine Masshardt, Nationalrätin,  
Bern
- Ursula Zybach, Gemeinderätin,  
Vizepräsidentin SP Bern,  
GR-Kandidatin, Spiez
- Christoph Ammann, Grossrat,  
Meiringen
- Franz Arnold, Gemeindepräsident,  
Grossrat, Spiez



Nadine Masshardt



Christoph Ammann



Ursula Zybach



Franz Arnold

Das Gespräch wird geleitet durch Jürg  
Müller-Muralt, Journalist, Präsident SP  
Unterseen.

Im zweiten Teil um ca. 20.30 Uhr servie-  
ren die SP Bördeli und die SP Unterseen  
ein Fondue.

Mit herzlichen Grüssen  
Ihre SP Unterseen und SP Bördeli

## Spardebatte im Grossen Rat des Kantons Bern ...

... oder mit feinem Pinsel gegen den dicken Rotstift

Die Novembersession des Grossen Rates scheint vergessen, obwohl man sie nicht vergessen sollte.

Im Kanton Bern müssen aufgrund der Sparbeschlüsse über 200 Schulklassen an der Volksschule geschlossen werden. Nicht nur die Volksschule, sondern beispielsweise auch die Schule für Gestaltung Bern und Biel ist von den Sparmassnahmen betroffen. Mit der Schliessung eines Vorkurses an dieser kantonalen Ausbildungsstätte wird jungen Menschen, die nicht den gymnasialen Weg beschreiten können, die Möglichkeit genommen, dieses Übergangs- und Orientierungsjahr von der Volksschule zur Berufsausbildung im graphischen Gewerbe zu absolvieren. Dem Abbau an unserem in der Schweiz einzigartigen dualen Bildungssystem wird damit in einem spezifischen Segment weiter Vorschub geleistet.

Studierende der Schule für Gestaltung Bern und Biel haben auf diesen folgenschweren Abbau in der Bildungslandschaft Bern mit Pinsel und Farbe geantwortet.

Es bleibt zu hoffen, dass das aufgeklärte Stimmvolk die denkwürdigen Vorgänge durchschaut, wenn es darum geht, im kommenden März Parlament und Regierung neu zu bestellen. Nach dem Willen der bürgerlichen Ratsmehrheit soll weiterhin drastisch gespart werden, was



Bild Schule für Gestaltung Bern und Biel (Gesamtwerk) [www.sfgb-b.ch](http://www.sfgb-b.ch)

bedeutet, dass bisher Verschonte womöglich in einer nächsten Runde der Sparwut zum Opfer fallen werden. Nur ein starker Kanton Bern kann Voraussetzungen einer qualitativ guten und für alle zugänglichen Ausbildung garantieren. Daher braucht es Vertreterinnen und Vertreter in Parlament und Regierung, die für ein breites und vielfältiges Bildungsangebot eintreten.

Franz Arnold,  
Grossrat Spiez

Feb.-April

# Concert Series

## TOUCH THE MOUNTAINS

INTERLAKEN

2014

**Grosi**  
GIGANTENSTADL  
Music-Comedyshow

NICOLE BERNEGGER THE VOICE

Philipp Fankhauser

ABBA GOLD

08.02.2014  
**PHILIPP FANKHAUSER**

06.04.2014  
**GROSI**

11.04.2014  
**NICOLE BERNEGGER  
MARIEMARIE**

MARIEMARIE  
COTTON CANDY HURRICANE

**Preise**  
AB CHF 38.-

25.04.2014  
**ABBA GOLD**

TICKET-VORVERKAUF  
**starticket**  
PRINT AT HOME  
UND JUNGFRAU WORLD EVENTS  
TEL. 033 826 0090

### IM THEATERSAAL KURSAAL INTERLAKEN

VERANSTALTER: JUNGFRAU WORLD EVENTS GMBH, INTERLAKEN TOURISMUS, CONGRESS CENTRE KURSAAL INTERLAKEN

RadioBec  
BO BERNER OBERLÄNDER  
TOUCHTHEMOUNTAINSCONCERTS.CH  
RUGENBRÄU

# Schlittenhunderennen 1.+2. März 2014

# GADMEN

**Samstag, 1. März**

**10-14h** 1. Lauf SM  
**17h**

Snow-Party mit DJ Max

**18.30h**

Start «Gadmer Trophy»

**20.30h**

Rangverkündigung

«Gadmer Trophy»

Festbetrieb mit musikalischer  
Unterhaltung in der Mehrzweck-  
halle Gadmen

**Sonntag, 2. März**

**10-13h** 2. Lauf SM  
**14h**

Schlittenhunde- und Skidoo  
Fahrten für Kinder

**16h**

Rangverkündigung

Schweizermeisterschaften

**RAIFFEISEN**

Raiffeisenbank  
Region Haslital-Brienz



Jungfrau Zeitung



shr-gadmen.ch



## SP Frauen Berner Oberland ...

... auf kulinarischer und politischer Tournee

### In Kandersteg

Samstag, 15. Februar 2014, 16.00 Uhr  
Im Pfadizentrum, Kanderlodge,  
Wagetiweg

### Polit-Talk mit Apéro riche

**Andrea Zryd**, ehemalige Grossrätin,  
**Barbara Jost**, Gemeindepräsidentin,  
parteilos mit **Ursula Zybach\*** und  
**Eliane Baumann\***



### In Spiez

Samstag, 22. Februar 2014, 16.00 Uhr  
Ausbildungszentrum ABZ,  
Schachenstrasse 43

### Polit-Talk mit Apéro riche

**Barbara Egger-Jenzer**, Regierungsrätin  
mit **Ursula Zybach\*** und  
**Eliane Baumann\***

\* beide kandidieren auf der Liste 5 SP  
Frauen für den Grossen Rat des  
Kantons Bern. Weitere SP Grossrats-  
Kandidatinnen aus dem Berner  
Oberland werden mitdiskutieren.

**Alle Frauen (und Männer)  
sind herzlich eingeladen!**

Die Anlässe sind kostenlos.





## Kurzsichtig, Lern-/Leseprobleme, müde Augen, unruhige Sicht, Kopfschmerzen...

### ...kann man etwas dagegen tun?



Beatrice Stalder-Balmer  
eidg. dipl.  
Augenoptikerin  
Funktionaloptometristin  
Low vision Spezialistin

Optometrie Stalder  
Lehngasse 20  
3812 Wilderswil  
Telefon 079 820 60 83  
optometrie.stalder@  
quicknet.ch  
www.optometrie-  
stalder.ch

1987 bis 1991  
Augenoptiker Lehre  
1993 bis 1996  
Meisterdiplom  
2000 Ausbildung  
Low vision  
2011 bis 2012  
Funktionaloptometrie  
2012 Syntonics  
Optometrie

In den letzten Jahren hat die Kurzsichtigkeit in den Industrieländern massiv zugenommen. In den USA sind ca. 30% aller Personen kurzsichtig. Im asiatischen Raum sind die industrialisierten Länder stark betroffen. Bereits 71 bis 96% der Bevölkerung sind kurzsichtig.

Heute weiss man, dass sich viel Naharbeit und wenig Aufenthalt im Freien negativ auf die Entwicklung der Augen auswirkt. Vor allem Jugendliche und Kinder sind durch das häufige Benutzen von Handy, iPod und Computer stärker betroffen als andere Altersgruppen.

Bei Feststellung von Kurzsichtigkeit bei Kindern und Jugendlichen kann durch gezieltes Augentraining die Kurzsichtigkeit reduziert oder sogar gestoppt werden. Wenn die Korrekturwerte nicht zu hoch sind, besteht auch später noch die Möglichkeit die Kurzsichtigkeit zu verringern.

Visualtraining weist bei Kindern mit Lern-/Leseproblemen grosse Erfolge auf. Diese Kinder verfügen in vielen Fällen über eine gute Sehleistung und klagen selten über schlechte Sicht. Weil die Koordination des Augenpaares nicht stimmt, vertauschen sie Buchstaben wie b und d oder p und q, vergessen Endungen oder verlieren die Zeile. Sie können nach dem Lesen den Inhalt nicht oder

aber nur teilweise wiedergeben. Solche Kinder gelten zu unrecht als faul oder gar als dumm.

Durch ein altersgerechtes, individuell angepasstes Training kann diesen Kindern geholfen werden. Erstaunlich dabei ist oftmals auch die Veränderung der Persönlichkeit während dem ca. 6 Monate dauernden Training. Aus scheuen Kindern werden zunehmend selbstsichere Persönlichkeiten.

Bei Kindern mit ADHS hat man festgestellt, dass die Koordination ihrer Augen für die Nähe oft nicht optimal ist. Aus diesem Grund können sie sich nur für ganz kurze Zeit konzentrieren und gelten als hyperaktiv. Auch in solchen Fällen kann mit Visualtraining die Situation verbessert und die Zeitspanne, in welcher konzentriert gearbeitet wird, wesentlich erhöht werden.

Die meisten Leute glauben, dass sich unser Sehen natürlich entwickelt. Normalerweise ist dies auch so. Bei einigen Leuten ist das Sehen aber mit grosser Anstrengung verbunden. Sie werden schnell müde, sei es bei der Arbeit in die Nähe (z.B. am Computer) oder auch beim Autofahren, wenn wir den Blick in die Ferne richten müssen. Bei manchen Leuten ist das Bild nicht ruhig und stabil, vielleicht sehen sie für einen Moment

sogar doppelt. Solche Erscheinungen weisen darauf hin, dass das Sehen nicht optimal ist. Durch Augentraining wird die Sicht stabil. Dadurch fühlt man sich im Auto sicherer, im Alltag wohler und die Leistungsfähigkeit im Berufsalltag wird verbessert. Beim Visualtraining steht immer der visuelle Komfort im Vordergrund. Es geht darum, das Sehen soweit zu automatisieren, dass wir mit möglichst wenig Energieaufwand sehen und arbeiten können. Auch für Sportler zahlt sich das Training aus, Reaktionszeiten werden kürzer Situationen können schneller erfasst werden.

### Syntonics Optometrie

Syntonics Optometrie ist eine auf wissenschaftlichen Erkenntnissen basierende Farblichtanwendung. Die positive

Wirkung von Licht auf den menschlichen Organismus ist seit langer Zeit bekannt.

Syntonics wird oft unterstützend zum Visualtraining eingesetzt. Vor allem bei Fehlstellungen der Augen, Leseschwierigkeiten, Augenermüdungen, Aufmerksamkeitsdefiziten und visuellen Rehabilitationen nach Unfällen oder Operationen können schnelle Erfolge verzeichnet werden.

Ziel der Syntonics Optometrie ist ein Gleichgewicht im autonomen Nervensystem zu schaffen. Syntonics wird seit Jahren unterstützend beim Visualtraining eingesetzt. Während in der Schweiz die Syntonics Optometrie noch relativ unbekannt ist, wird sie in den USA seit 90 Jahren erfolgreich angewendet.



Visual Training ist für alle Altersgruppen geeignet! Gerne berate ich Sie in einem persönlichen Gespräch in meiner Praxis in Wilderswil.



# Ein überzeugendes Gesamtpaket!

✓ Ein 4-Sterne Hotel mit 180 Zimmern schafft die notwendigen Kapazitäten für ein nachhaltiges Wachstum.

✓ Ein Parkhaus mit 100 öffentlichen Plätzen entsteht an strategisch richtiger Lage.

✓ 130 Wohnungen (Eigentum & Miete) bringen dringend notwendigen Wohnraum im Zentrum.

✓ Kein finanzielles Risiko für die Gemeinde und die Steuerpflichtigen.

✓ Das sanierte Restaurant Des Alpes bleibt ein Treffpunkt für Einheimische und Gäste.

Deshalb sagen wir am 9. Februar JA zur Entwicklung Des Alpes!

Wir sagen am 9. Februar JA zur Entwicklung Des Alpes!



Das geplante Projekt hat positive Auswirkungen auf die Gemeindefinanzen: Es entsteht umgehend eine Verbesserung von 4 Mio. Franken und langfristig jährliche Mehreinnahmen von netto gut 300'000 Franken. Die gesamte Volkswirtschaft unserer Region profitiert durch die ausgelösten Investitionen von rund 150 Mio. *Beat Hürczi, FDP*

Der Tourismus und insbesondere die übernachtenden Gäste sind der praktisch einzige Motor unserer Wirtschaft. Mit einem JA setzen wir einen wichtigen Impuls und sichern viele einheimische Arbeitsplätze in Handwerksbetrieben über die Bergbahnen bis zum Spital. *David Bühler, EDU-EVP*



Das Projekt ist eine notwendige Ergänzung zur kürzlich erweiterten Kongressinfrastruktur. Das Parkhaus mit 100 öffentlichen Plätzen entsteht an einem strategisch richtigen Ort und ersetzt Parkplätze, welche in den letzten Jahren beim Kursaal weggefallen sind. *Heidi Beutler, SVP*

Die Überbauung auf dem Des Alpes Areal vereint verdichtetes Bauen bei hohem Energiestandard mit der Erhaltung der Uferschutzzone und deren ökologisch wertvollen Baumgruppen. Es stellt ein nachhaltiges Projekt dar, welches die Koexistenz von Neu und Alt ermöglicht. *Simone Rufener, Grüne*



Wir erfüllen den Auftrag unserer Vorfahren, welche das Land 1951 zur touristischen Nutzung gekauft haben. Wenn wir diese Gelegenheit nicht packen, vergeben wir eine grosse Chance. Es wird Jahre dauern, bis wieder ein solch ausgereiftes Gesamtkonzept vorliegen wird. *Alfred Schenk, SP*



# EDEN

Reha- und Kurklinik  
CH-3854 Oberried am Brienersee

## Dr. med. Stefan Porzsolt berichtet aus der Praxis

Thema: Die Verknüpfung Allgemeinmedizin und Osteopathie. Eine alternative Sichtweise für Behandlung und Prävention.

Heilungsverzögerung, wiederholt auftretende Beschwerden ohne erkennbare Ursachen sind ein nicht seltenes Phänomen in der Medizin. Ob nach einem Infekt (Wunde) oder nach einer Operation, neben den bekannten Einflüssen, wie Schweregrad und Umfang der Schädigung oder Störung des Stoffwechsels, ist es manchmal nicht erklärbar, warum bei Patienten die Heilung nur 14 Tage dauert, bei anderen Patienten 4 Wochen oder länger. Unser Körper besitzt unterschiedliche Möglichkeiten der Regulation. Ein wesentlicher Regulator ist das Nervensystem, insbesondere das sogenannte Autonome Nervensystem. Gehirn, Rückenmark und Autonomes Nervensystem stehen in engem Austausch mit den Vorgängen in Muskeln, Gefässen, Organen, Bindegewebe, letztlich mit jeder Zelle und jedem biochemischen Vorgang unseres Körpers.

Unsere Sinne (Augen, Tastsinn, Riechen etc.) sind direkt mit den Anteilen des Gehirns und Rückenmarks verbunden, um auf Belastung rasche Anpassungsreaktionen zu ermöglichen. Viele der Mechanismen in unserem Körper haben sich über tausende von Jahren entwickelt und eingepreigt, dass sie mit jedem neu entstehenden Leben weitergeben werden, ohne dass sie neu erlernt werden

müssen. Unser Körper als Ganzes lernt jeden Moment seiner Existenz dazu. Je öfter oder intensiver Informationen/Reize auf den Körper wirken, umso mehr bewirken sie einen Lern- und Speicherprozess in unserem Regulationssystem. Je nach «Interpretation» aufgrund unserer Erfahrungen wird dann die auf den Reiz folgende Reaktion als abwehrend oder annehmend, als unangenehm oder angenehm bewertet. Das bedeutet, dass beim nächsten gleichartigen Reiz der Körper als Ganzes (Handlung, Gefühl, Funktion) schneller reagiert. Bei intensivem und negativem Reiz/Information kann dies zu dauerhaften, nicht rückläufigen Reaktionsmustern führen, z.B. anhaltende Verspannung im Nacken nach längerer Stressphase mit nachfolgender Fehllhaltung der Wirbelsäule und Abnutzung der Wirbelgelenke. Die Osteopathie, besonders die Integrative Manuelle Therapie, bezieht diese Mechanismen in das Diagnose- und Therapiekonzept ein und gibt dem Körper Unterstützung, aus dieser blockierten, fixierten Regulations-Starre herauszukommen. Ein Umkehrprozess kann eingeleitet werden, der dann Heilung und Stabilisierung begünstigt.

Nächste Ausgabe: Praktische Beispiele, wie Osteopathie Heilung unterstützt und präventiv wirkt.



Dr. med. Stefan Porzsolt  
Eden Reha- und Kurklinik  
3854 Oberried  
Anmeldung zur  
Sprechstunde:  
033 849 85 85 (5)  
info@kurklinik-eden.ch  
www.kurklinik-eden.ch

# Carreisen 2014



**Flück-Reisen AG**  
 Museumsstrasse 21  
 3855 Brienz  
 Tel. 033 952 15 45  
 info@flueck-reisen.ch  
 www.flueck-reisen.ch

## Kurzreisen – Festtagsreisen

Apfelblüte im Südtirol	8.–12. April	5	Fr. 855.–
Wildromantische Camargue	18.–21. April (Ostern)	4	Fr. 895.–
Frühlingszauber in der Cinque Terre	15.–18. Mai	4	Fr. 885.–
Salzburgerland – Salzkammergut	6.– 9. Juni (Pfingsten)	4	Fr. 745.–
Dolomiten – Südtirol	3.– 6. Juli	4	Fr. 695.–
Panoramafahrt mit dem Glacier-Express	8.–10. Juli	3	Fr. 745.–
Bernina-Express – durch das UNESCO Welterbe	11.–13. August	3	Fr. 575.–
Hamburg – Hansestadt an der Alster	20.–24. August	5	Fr. 895.–
Piemont – eine Welt für Geniesser	16.–19. Oktober	4	Fr. 825.–

## Rundreisen

Apulien – Italien pur	2.–11. Mai	10	Fr. 1'795.–
Südengland – Cornwall – Isle of Wight	24. Mai–2. Juni	10	Fr. 1'955.–
Faszinierende Atlantikküste	22.–28. Juni	7	Fr. 1'545.–
Nordkap – Lofoten	13.–29. Juli	17	Fr. 4'395.–
Korsika und Sardinien – Juwelen im Mittelmeer	4.–12. Oktober	9	Fr. 1'755.–

## Aufenthalts- und Standortreisen

Holland zur Tulpenblüte	22.–27. April	6	Fr. 1'195.–
Rügen – Trauminsel der Ostsee	31. August–7. September	8	Fr. 1'665.–
Pertisau am Achensee	21.–28. September	8	Fr. 1'215.–
Seefeld im Tiro	21.–28. September	8	Fr. 1'195.–
Traumhaftes Kärnten	23.–28. September	6	Fr. 1'035.–

## Aktivferien – Radreisen

Aktive Erholung im Südtirol	8.–12. April	5	Fr. 765.–
Radreise Loireschlösser	14.–21. Juni	8	Fr. 1'655.–
Elb-Radweg von Prag nach Dresden	8.–17. August	10	Fr. 2'035.–
Radreise Münchner Seentour	14.–21. September	8	Fr. 1'775.–

## Musikreisen

Opernfestspiele Verona	18.–20. Juli	3	Fr. 525.–
Kastelruther Spatzen im Südtirol	4.–7. September	4	Fr. 585.–

## Ausflugsfahrten / Musicals / Konzerte

Osterfahrt Feusisberg	Ostermontag, 21. April	1	Fr. 88.–
Märit Luino	Mittwoch, 30. April	1	Fr. 63.–
Musical «Mamma Mia!» in Basel, inkl. Ticket	Samstag, 24. Mai	1	ab Fr. 180.–
Musical «Dirty Dancing» in Zürich, inkl. Ticket	Samstag, 14. Juni	1	ab Fr. 171.–
Basel Tattoo, Vorstellung um 17.30 Uhr, Kat. C	Samstag, 19. Juli	1	Fr. 145.–
Basel Tattoo, Vorstellung um 17.30 Uhr, Kat. B	Mittwoch, 23. Juli	1	Fr. 150.–
Helene Fischer Farbenspiel, Ticket Kat. 2	Dienstag, 21. Oktober	1	Fr. 185.–

## Aktive Erholung im Südtirol vom 8. bis 12. April 2014

Das schicke Feriendorf Hafling liegt auf einem sonnenüberfluteten Hochplateau oberhalb der Kurstadt Meran. Sie wohnen im schönen \*\*\*\*Hotel mit hervorragender Küche. Entdecken Sie den Nordic Walking Parc mit sieben gekennzeichneten Routen unterschiedlichen Schwierigkeitsgrades. Entspannen Sie sich im Wellnessbereich mit Hallenbad, Ruheräumen mit Wasserbetten, Fitnessraum und neuem Saunabereich. Sie haben auch die Möglichkeit gegen Aufpreis an den Ausflügen der Reise «Apfelblüte im Südtirol» teilzunehmen.



Verlangen Sie unseren neuen Katalog!  
 Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

## FITNESS



## Fit in die Badesaison

**Welche Frau träumt nicht von der perfekten Bikinifigur? Welcher Mann möchte nicht sein Sixpack am Badestrand präsentieren? Doch wie erreicht Mann oder Frau seine Ziele?**

Im Internet und in Fachzeitschriften sieht man viele Möglichkeiten – «Sixpack in sechs Wochen» oder «in einem Monat zur perfekten Bikinifigur» sind nur zwei vielgelesene Titel. Oder welche Diät hilft mir wohl am meisten? Ich als Fitnessinstructor verfolge einen anderen Weg. Disziplin und Beständigkeit sind meine Devisen. Was bringt es mir, wenn ich nach sechs Wochen ein Sixpack habe und dann aufhöre? Im nächsten Frühling stehe ich wieder vor dem gleichen Problem!

Ein schöner Body kommt nicht automatisch mit Sport. Ein gesunder Mix aus Ausdauer- und Krafttraining macht den Erfolg aus. Nicht zu vergessen ist natürlich auch die Ernährung.

Ein gezieltes und regelmässiges Fitnessstraining besteht aus einem Ganzkörpertraining. Das Ziel dabei ist, möglichst viele Muskeln in einem einzigen Training zu trainieren. Ein Punkt, den viele Trainierende vergessen, ist die Erholung zwischen den Trainings. In der Trainingslehre gilt der Grundsatz: Nach jedem Training braucht der Muskel einen Tag Pause vom Krafttraining. Was aber nicht heissen soll, man liegt auf der

faulen Haut rum. Nein, am freien Tag kann man sich dem Ausdauertraining fröhnen, um einen noch besseren Trainingserfolg erzielen zu können.

Im Bereich der Trainingslehre hört man viele Begriffe, wobei viele Leute nichts damit anfangen können. Was ist jetzt der Unterschied zwischen IK-Training und Hypertrophietraining? Muss man so viel Gewicht wie möglich stemmen und wie viele Wiederholungen sind sinnvoll? Mein bester Rat dazu: sucht Euch ein Fitnesscenter mit gut ausgebildetem Personal. Sie können ein individuelles Trainingsprogramm zusammenstellen, welches zu 100% auf Ihr Trainingsziel ausgerichtet ist. Sie können Ihnen auch die Unterschiede zwischen den verschiedenen Trainingsformen aufzeigen, bei welchen die Trainingserfahrung auch eine grosse Rolle spielt.

Warten Sie nicht zu lange mit dem Anfang Ihres Fitnessprojektes. Der Körper braucht einige Wochen, um erste Erfolge sichtbar zu machen. Wie bereits oben erwähnt, ist Fitness nicht nur eine Sache von einem Monat, Beständigkeit machen den Unterschied zu einer für Sie schöne Strand- oder Badefigur aus!



Roman Seiler  
 Geschäftsführer  
 Power Plaza  
 Eichzün 4  
 3800 Unterseen  
 Telefon 033 823 07 37  
 roman.seiler@powerplaza.ch  
 www.powerplaza.ch

# Couperose

## Ungefährlich, aber unerwünscht



**Couperose sind jene harmlosen, aber auch unliebsamen roten Äderchen, die oft genetisch bedingt sind und mit zunehmendem Alter auftreten. Dank modernster Lasertechnologie kann Couperose in zwei bis drei Behandlungen erfolgreich entfernt werden. Ihre Haut wird sichtbar schöner. Und lässt Ihre Lebensfreude spürbar steigen.**

### Wie entsteht Couperose?

Die Ursachen können Veranlagung, Bluthochdruck, Alkohol und falsche Pflege sein. Auch Sonne und Kälte können dazu beitragen, beispielsweise auf der Skipiste, wenn die empfindliche Gesichtshaut nicht ausreichend vor Kälte und Sonneneinstrahlung geschützt wird.

### Wie funktioniert die Behandlung?

Die feinen Blutgefässe werden mit dem V-Beam Farbstofflaser gezielt verödet, ohne dass das umliegende Gewebe beschädigt wird. Mit dieser Methode lassen sich diese unerwünschten Gefässveränderungen

wirkungsvoll und schonend entfernen. Dazu sind zwei bis drei Behandlungen notwendig. Durch die Zugabe eines Kühlturms auf die Haut, verspüren Sie allenfalls ein leichtes Brennen oder einen Schmerz, der mit einem Nadelstich vergleichbar ist.

### Wann ist die beste Jahreszeit für die Behandlung?

Die Winterzeit eignet sich am besten, da die Haut gleich nach der Behandlung vor der Sonne geschützt werden sollte.

### Vorbeugung ist die beste Behandlung

Vermeiden Sie lange Sonnenbäder und schützen Sie Ihre Haut konsequent mit einem hohen Sonnenschutz. Auch im Winter.

### Behandlungsbeispiel:

vor der Behandlung



nach der Behandlung



**Wir geben unser Bestes, damit Sie sich schön fühlen.**

### Eine Auswahl unserer vielfältigen Behandlungen:

Altersflecken, Couperose, Faltenbehandlung, Lippen, Haarentfernung, Hautverjüngung, Peeling, Cellulite, Besenreiser, fraktionierte Laserbehandlung, Anti-Aging, Fusspflege, Narbenbehandlung, Schweisstherapie, Tattoo-Entfernung.

### Vertrauen Sie auf langjährige Erfahrung und modernste Behandlungsmethoden.

Weitere Informationen über unsere Behandlungen erhalten Sie unter [www.laserinstitut.ch](http://www.laserinstitut.ch) oder in einem persönlichen, kostenlosen Beratungsgespräch.

Schön, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.

Hofstettenstrasse 15E  
3600 Thun  
T 033 223 35 33  
[info@laserinstitut.ch](mailto:info@laserinstitut.ch)  
[www.laserinstitut.ch](http://www.laserinstitut.ch)



## Eiweiss – Baustein des Lebens

**Die wichtigsten Bausteine für mehr Energie, Vitalität und Lebensqualität helfen beim Abnehmen!**

Aus Proteinen wird in erster Linie die Muskelmasse aufgebaut. Doch sie sind ebenso wichtig zum Erhalt der Muskeln, und das nicht zuletzt dann, wenn man Gewicht verlieren möchte und deshalb weniger isst. Die Leistungsfähigkeit hängt natürlich eng mit intakten Muskeln zusammen, deshalb müssen bei jeder Kalorienreduktion die Proteine besonders im Auge behalten werden. Denn weil der Körper Aminosäuren für zahlreiche Funktionen benötigt, beginnt er Muskelmasse abzubauen, wenn er mit der Ernährung zu wenige Aminosäuren bekommt. Reduziert man deshalb die Essensmenge, so müssen vor allem die schnellen Kohlenhydrate und die gesättigten Fettsäuren vermindert werden.

### Leistungs- und widerstandsfähiger

Besonders exponiert ist das Immunsystem bei zu geringer Proteinversorgung. Bei jedem Infekt nämlich braucht es Abwehrsubstanzen, wofür es Aminosäuren benötigt. Diese stehen im Körper vor allem in der Muskulatur in enormer Menge zur Verfügung; und dort wird auch die Aminosäure Glutamin hergestellt, welche in den Immunzellen Bau- und Brennstoff sind. Wird ein Mensch krank, benötigt er sofort etwa die zehnfache Menge Glutamin. Bei einem Glutaminmangel jedoch leidet rasch auch die Leistung der Fress- und Killerzellen des Immunsystems. Die Eiweisszufuhr sollte nun um mindestens

30% erhöht werden, was mit der normalen Ernährung aber sehr schwierig ist. Molkenprotein kurbelt das Immunsystem wieder an. Molkenproteine stärken die körpereigene Abwehr, was dagegen Milch- und Sojaeiweisse nicht schaffen.

### Mentale Gesundheit

Für viele Leute mag es überraschend sein: Die Proteinversorgung beeinflusst auch die Stimmungslage. Auch das ist längst gut erforscht; höchstens, dass es nicht so einfach zu akzeptieren sein mag, dass ein Molekül die Gefühlslage verbessert. Bestimmte Aminosäuren verbessern die Konzentration, die Lernfähigkeit, das Gedächtnis, aber auch die Schlafqualität. Immer häufiger setzen Neurologen Aminosäuren zur Bekämpfung von Depressionen, Antriebsschwäche oder Einschlafproblemen ein.

### Shakes eignen sich am besten

Als hochwertige und sättigende Eiweissquelle haben sich fettarme Eiweiss-Shakes sehr bewährt. Damit ein Eiweiss-Konzentrat hochwertig ist, müssen darin verschiedene Komponenten enthalten sein: Milcheiweiss, Molkeneiweiss, Sojaeiweiss und Hühnereiweiss. Damit ist gewährleistet, dass alle Aminosäuren in genügender Menge vorhanden sind. Ein bis zwei Gramm Eiweiss pro Kilo Körpergewicht und pro Tag wirken sich positiv auf die Vitalität aus.



Sandra Kammermann  
dipl. Drogistin HF  
Betriebsleiterin  
DROPA Drogerie Günther  
Interlaken  
Filiale Interlaken Ost  
Untere Bönigstrasse 12  
3800 Interlaken  
Telefon 033 823 80 30  
[dropa.interlaken@dropa.ch](mailto:dropa.interlaken@dropa.ch)  
[www.dropa.ch](http://www.dropa.ch)

DROPA Drogerie Günther  
Beim Stedtlizentrum  
Bahnhofstrasse 25  
3800 Unterseen  
Telefon 033 826 40 40  
Telefax 033 826 40 41  
[dropa.guenther@dropa.ch](mailto:dropa.guenther@dropa.ch)

*Blieben Sie vital oder kommen Sie vorbei, wenn Sie es werden möchten! Wir beraten Sie gerne.*

Herzlich Ihre  
Sandra Kammermann





## Die BVG-Sammelstiftung Jungfrau weiterhin erfolgreich unterwegs

**Das Nullzinsumfeld belastet die Pensionskassen, da deren Anlagen konservativ orientiert sind und es somit in diesem Umfeld schwierig ist, entsprechende Anlagerenditen zu erzielen. Die seit 25 Jahren bestehende BVG-Sammelstiftung Jungfrau weist für das vergangene Jahr wiederum ein gutes Resultat auf.**

Dank einer risikobewussten und konservativen sowie flexiblen Anlagestrategie erzielte die BVG-Sammelstiftung Jungfrau eine Performance von rund + 6%! Damit wird der bereits sehr solide Deckungsgrad von 107,7% über 110% erreichen, was bei den Pensionskassen überdurchschnittlich ist. Dank diesem guten Resultat werden die Vorsorgegelder 2014 mit 2% verzinst, somit höher als der geforderte BVG-Mindestzinssatz von 1,75%.

Die BVG-Sammelstiftung Jungfrau und die Bank EKI sind Mitveranstalter des **Vorsorgeforums Interlaken**, welches am **1. April 2014** im Grand Hotel Victoria-Jungfrau Interlaken, durchgeführt wird. Hochkarätige Referenten werden zu den Themen BVG-Revision, Risiken und Herausforderungen für Pensionskassen Stellung beziehen.

Nehmen Sie für Ihre berufliche Vorsorge eine Standortbestimmung vor. Überprüfen Sie Ihre aktuelle BVG-Vorsorgelösung und vergleichen Sie diese mit der BVG-Sammelstiftung Jungfrau. Kontaktieren Sie Herr Michael Reinle, Vorsorgeberater der Bank EKI, per Mail: michael.reinle@bankeki.ch; telefonisch unter 033 826 17 94 oder wenden Sie sich an den Geschäftsführer der BVG-Sammelstiftung Jungfrau, Herr Ronald Biehler, per Mail: ronald.biehler@noventus.ch, telefonisch unter 043 499 36 60.



**Ronald Biehler**  
Geschäftsführer  
BVG-Sammelstiftung  
Jungfrau

Weitere Informationen entnehmen Sie der Website: [www.bvg-jungfrau.ch](http://www.bvg-jungfrau.ch)



## Haare strecken mit Keratin

Nicht alle Menschen sind mit ihren Haaren glücklich. Es gibt Leute, die mit ganz geraden Haaren gesegnet sind, jedoch für ihr Leben gerne eine Lockenpracht hätten, andere kommen mit ihren unbändigen Locken nicht zurecht und würden alles für gerade fallendes Haar geben.

Locken konnte man bis anhin entweder mit dem Streckeisen glätten oder es gab die Möglichkeit sie chemisch ähnlich wie mit einer Dauerwelle zu bearbeiten.

Nun wurde eine neue Technologie entwickelt, das Haar länger anhaltend und schonend durch Zufuhr von Keratin zu zähmen. Auch wirkt es nach einer Behandlung sehr vital und glänzend. Es ist überaus geschmeidig und gut zu bearbeiten. Sehen Sie beim aktuellen Modell die Wirkung nach einer Anwendung. Die Frisur wurde nach der Behandlung mit Keratin ohne Streckeisen einfach geföhnt. Das Resultat ist wirklich beeindruckend und überzeugend.

*Monika  
Rothacher-Braun  
eidg. Dipl.  
Damen-Coiffeuse  
Coiffure Braun Monika  
Centralstrasse 29  
3800 Interlaken  
Telefon 033 822 72 30*



Cheyenne Jaberg, Matten  
vorher



Cheyenne Jaberg, Matten  
nachher





**BRASSERIE 17**  
Interlakens N° 1 for Food & Fun

**UNSCHLAGBAR**  
UND UNSCHLAGBAR LECKER:

**SUPER  
SCHNIPO**

*Zwei panierte Schweinsschnitzel  
mit Pommes frites und Salat*



*Portion (ca. 220g.) Fr. 18.50  
Kleine Portion Fr. 16.00*

**WWW.BRASSERIE17.CH**

ROSENSTRASSE 17, 3800 INTERLAKEN, TEL. 033 822 32 25

*Gemütlichkeit kennt keine Zeit....*

## Die lieben Steuern

Alle Jahre wieder flattert die Steuererklärung ins Haus. Alles Ärgern bringt nichts, die Steuererklärung muss ausgefüllt werden. Mit dem Ausfüllen der Steuerformulare ist es jedoch nicht getan.

### Tipps für die Steuererklärung

Sie müssen alle Einnahmen deklarieren, welche Sie im Laufe des vergangenen Jahres erzielt haben. Ein Augenmerk sollten Sie jedoch auch auf Ihre Abzugsmöglichkeiten werfen. Hier eine Auswahl, die neben den üblichen Abzügen wie Berufskosten, Schulden und Spenden in Frage kommen:

- Kinderbetreuung durch Dritte (Krippe, Tagesmutter) und Ausbildungskosten der Kinder
- Krankheitskosten (Brillen, Zahnarzt, Kuren, Therapien, Medikamente, Fahrkosten)
- Kosten Wertschriftenverwaltung (Depot- und Tresorgebühren, Spesen auf Sparkonto)
- Liegenschaftsunterhalt (sämtliche Rechnungen, Versicherungsprämien, Grundgebühren für Kehrrecht, Wasser und Abwasser, etc.)
- Einzahlungen in die Säule 3a und Pensionskasseneinkäufe

Vergleichen Sie auch Ihr Gesamtvermögen mit dem Vorjahr. Bestehen grössere Differenzen, wird Sie die Steuerverwaltung auffordern, diese Differenz zu begründen. Haben Sie alle Vermögenswerte angegeben? Schummeln bringt nichts, denn früher oder später kommt es sowieso ans Licht.

### Definitive Veranlagung

Noch fast wichtiger als das Ausfüllen der Steuererklärung ist die Kontrolle der Schlussabrechnung, welche Sie zu einem späteren Zeitpunkt erhalten werden. Sollte die Steuerverwaltung ungerechtfertigterweise Ihre Selbstdeklaration korrigiert haben, was leider immer wieder vorkommen kann, können Sie innert dreissig Tagen Einsprache erheben. Verpassen Sie diese Möglichkeit, kann Ihnen dies rasch einmal einige hundert wenn nicht einige tausend Franken kosten.

### Wer zahlt, hat das Recht zu sparen

Klar ist es wichtig, dass Sie sich genügend Zeit nehmen für das Ausfüllen Ihrer Steuererklärung. Das Ausfüllen der Steuererklärung ist jedoch reine Vergangenheitsbewältigung. Wollen Sie nachhaltig Steuern sparen? Dann sollten Sie bereits heute Ihre Steuersparmöglichkeiten überprüfen. Gerne zeige ich Ihnen Ihr persönliches Steuersparpotential auf.

### Neutrale Beratung

Haben Sie Fragen zu Steuer-, Anlage- und Vorsorgethemen sowie rund um Ihre Pensionierung? Ihnen ist eine unabhängige Beratung garantiert, weil ich weder für eine Bank noch eine Versicherung arbeite. Nicht der Verkauf von Bank- und Versicherungsprodukten steht im Vordergrund (Provisionen), sondern Sie mit Ihren Bedürfnissen und Wünschen.



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

Gerne erwarte ich Ihren Anruf oder Ihre E-Mail.



## Top-Aktionen gültig bis 20.02.2014 oder solange der Vorrat reicht



**Prosecco Lunetta DOC**  
Spumante Brut  
75 cl  
6-er Karton CHF 59.– statt 71.40



**Rioja ALCORTA Crianza**  
DOCA 2008  
50 cl  
Tempranillo  
12-er Karton CHF 59.– statt 102.–

**Sauvignon Blanc IGP, Pays d'Oc (lieblich)** 75 cl  
6er Karton CHF 19.90 statt 41.40

Viele weitere Weine finden Sie unter [www.michelweine.ch](http://www.michelweine.ch)

Felchenfilets vom Sempachersee: kg-Pack TK Fr. 22.– je kg statt Fr. 32.–

## AKTUELL



Hausgemachte Briener Alpkäse-Ravioli

Der Geschmack Siziliens -  
unbehandelte, vollreife Tarocco Orangen mit Frischeblatt



Die nächste Lieferung dieser fruchtigen Orangen  
wird Mitte Februar bei uns eintreffen.  
Ihre Vorbestellung nehmen wir gerne schon heute entgegen.

Wir freuen uns, Sie in unserem Geschäft in Brienz begrüßen zu dürfen!

Michel Comercio AG, Brienz [www.michelweine.ch](http://www.michelweine.ch) Tel. 033 951 26 66

# Krebsler

## Wandern und Geniessen im Winter

Was gibt es Schöneres, als durch eine frisch verschneite, glitzernde Winterlandschaft zu wandern? Dieses Buch liefert Ihnen die schönsten Ideen dafür – zum Träumen, Planen und Geniessen.

Die ausgewählten Schneeschuhtouren sind für alle machbar: nie zu lang, nirgends besonders schwierig und viele auch für Anfänger geeignet. Die Winterwanderungen sind praktisch ausnahmslos markiert und präpariert und versprechen lockeren Wandergenuss in den schönsten Winterlandschaften der Schweiz. Sämtliche Routen sind mit öffentlichen Verkehrsmitteln bestens erreichbar.

**Heinz Staffelbach:**  
**Wandern und Geniessen im Winter**  
AT Verlag, Fr. 59.90

Krebsler AG, Judith Lüthi  
Höheweg 11, 3800 Interlaken  
Telefon 033 822 35 16  
Fax 033 823 35 60  
[buchoberland@krebser.ch](mailto:buchoberland@krebser.ch)  
[www.krebser.ch](http://www.krebser.ch)



## Krebsler

Ihr kompetenter  
Partner für moderne  
Büroeinrichtungen.



denz

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

## Top 5 Belletristik

1. Die Analphabetin, die rechnen konnte / Jonas Jonasson / Verlag Carl's Books
2. Die Wahrheit über den Fall Harry Quebert / Joël Dicker / Verlag Piper
3. Traumsammler / Khaled Hosseini / Verlag Fischer
4. Das Rosie-Projekt / Graeme Simsion / Verlag Krüger
5. Der Ruf des Kuckucks / Robert Galbraith / Verlag Blanvalet

## Top 5 Sachbuch

1. Platzspitzbaby / Michelle Halbheer / Verlag Wörterseh
2. Christiane F. – Mein zweites Leben / Christiane F. Felscherinow / Verlag Deutscher Levante
3. World Records Buch 2014 / Verlag Bibliog. Institut Mannheim
4. Hero / Rhonda Byrne / Verlag Droemer/Knauer
5. Anziehungskraft / Guido Maria Kretschmer / Verlag Edel Germany

# Ihr neues *Salzano SPA* in Interlaken



**Tag der offenen Tür**  
am **Samstag, 8. Februar 2014**  
von 09:30 – 15:00 Uhr  
Wir heissen Sie herzlich willkommen.

Brechelbad  
Arvenholz-Biosauna  
Panorama-Aussensauna  
Erlebnis-Dampfbad  
Körperpackungen  
Massagen  
Wellnesspakete

**Jetzt Day Spa-  
Einführungspreise**

*Landhotel* ★★★  
*Golf*



täglich geöffnet



## Bye bye Windows XP und Office 2003

Es ist höchste Zeit, sich von Windows XP und Office 2003 zu verabschieden, dafür erwartet Sie aber eine neue und moderne Arbeitsumgebung.

### Kein Grund, sentimental zu werden

Alt, aber gut, aber alt: Windows XP und Office 2003 entstammen der Zeit, als kabellose Tastaturen und Mäuse, Handys mit Datenverbindung für den E-Mail-Empfang und Digitalkameras ihren Durchbruch feierten. Die technologische Entwicklung stand jedoch in den mehr als 10 Jahren, die seitdem vergangen sind, nicht still – und das sollten Sie auch nicht tun: Am 8. April 14 endet der Support von Windows XP und Office 03. Jetzt ist daher der beste Zeitpunkt, um auf eine moderne Arbeitsumgebung mit Windows 8 und dem neuen Office zu wechseln.

### Gehen Sie mit der Zeit

Aktualisieren Sie auf Windows 8 sowie auf das neue Office und profitieren Sie so von mehr als 10 Jahren Weiterentwicklungen: Höhere Sicherheit, Mobilität, Produktivität und Flexibilität sowie die Unterstützung neuer PC-Klassen wie Touch-PCs und Tablets – es gibt so viele gute Gründe, um mit der Zeit zu gehen. Freuen Sie sich bei einem Umstieg auf geringere Ausfallzeiten und fortbestehenden Support.

### Was bedeutet das Support-Ende für Sie?

Das Support-Ende bedeutet, dass Sie jetzt aktiv werden sollten: Ab dem 8. April 2014 erhalten Sie weder für Windows XP noch für Office 2003 Sicherheitsupdates,

Hotfixes und Support. Wenn Sie nach diesem Zeitpunkt weiterhin Windows XP und Office 2003 nutzen, können daraus ernstzunehmende Gefahren für Ihre IT resultieren wie: Sicherheits- und Kompatibilitätsrisiken, Softwareprobleme und Ausfälle. Ihre Computer werden möglicherweise anfälliger für Viren und Schadsoftware.

### Wir lassen Sie nicht allein

Unbestritten: die Aktualisierung eines Systems erfordert eine umfassende Planung, sorgfältige Vorbereitung und auch einen gewissen zeitlichen Vorlauf. Dennoch: Die Umstellung auf Windows 8 und das neue Office ist vermutlich unkomplizierter, als Sie es sich gerade vorstellen.

### Einfach umsteigen

Haben Sie einen über drei Jahre alten PC mit Windows XP? Wenn ja, dann könnten Sie sich mit einem neuen, modernen PC über höhere Geschwindigkeit, verbesserte Sicherheit und grössere Zuverlässigkeit freuen. Entdecken Sie jetzt die Vielfalt an neuen Geräten mit Windows 8 – angefangen beim Tablet über schlanke und leichte Notebooks bis hin zum leistungsfähigen All-in-One-PC mit Touch.

### Unterstützung durch AIS-Computer AG

Die Migration erscheint Ihnen als gewaltige Hürde? Mit unserer Hilfe überwinden Sie diese spielend. Kontaktieren Sie uns! Wir helfen Ihnen gerne.



Daniel Aemmer  
Geschäftsinhaber  
AIS-Computer AG  
Untere Bönigstrasse 33  
3800 Interlaken  
Telefon 033 826 11 22  
[ais@ais-computer.ch](mailto:ais@ais-computer.ch)  
[www.ais-computer.ch](http://www.ais-computer.ch)

HANDGEMACHTES ZUM KAUFEN ODER SELBER AUSPROBIEREN



Im neuen Werkstattladen an der Postgasse 11 in Interlaken dreht sich alles ums Nähen, Stricken und Basteln. Wer möchte, legt in der Werkstatt selber Hand an oder kauft im Laden handgemachte Produkte.



Lea Wagner und Monika Sommer eröffnen in Interlaken ihren Laden für handgemachte Produkte – Werkstatt inklusive!  
[www.werkstattladen.ch](http://www.werkstattladen.ch)

Haben Sie einen Knopf in der (Strick-)Leitung oder streikt die Nähmaschine? Fehlt ein Geschenk für die nächste Geburtstagsparty? Der neue Werkstattladen in Interlaken ist für solche Fälle eine gute Adresse. Die beiden passionierten Handarbeiterinnen Lea Wagner und Monika Sommer eröffnen am 14. Februar 2014 ihr Geschäft an der Postgasse 11 in Interlaken – eine fantasievolle und kreative Mischung zwischen Werkstatt und Laden.

In der Werkstatt kann man sich bei Bastel-, Näh- und Strickarbeiten beraten lassen. Voll ausgerüstete Arbeitsplätze mit Nähmaschine werden auch stundenweise vermietet.

Im Laden stehen Alltagsprodukte für Haushalt und Lifestyle zum Verkauf, alle aus nachhaltiger Produktion: Bastel- und Papeterie-Artikel, farbige Baumwollstoffe und Strickwolle aus der Schweiz sowie verschiedene Handarbeitsprodukte. Die Palette reicht von restaurierten Möbeln, über Produkte aus Stoff, Wolle, Fell und Leder, bis hin zu Schmuckstücken. Teilweise werden auch Kurse in den Räumen des Werkstattladens stattfinden. Ebenfalls in die Räume integriert ist das Trachten-Atelier Malou Balmer. Sie bedient ihre Kunden bereits ab dem 23. Januar 2014, jeweils am Donnerstag und Freitag von 10.00 bis 18.30 Uhr.

**Der Werkstattladen ist ab dem Freitag, 14. Februar 2014, 10.00 Uhr offen. Alle Besucherinnen und Besucher sind herzlich willkommen zum Eröffnungs-Apéro (bis 19.00 Uhr).**

Die üblichen Öffnungszeiten sind: Dienstag bis Freitag, 10.00 bis 19.00 Uhr und Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr

# Trachten-Atelier Malou Balmer

## Handwerk mit Geschichte – für die Zukunft

Trachtenschneiderin Malou Balmer steckt schon in den Vorbereitungen für das Unspunnenfest 2017. Ab sofort übt sie das schöne Handwerk in ihrem neuen Atelier an der Postgasse 11 aus.

Über 10 Jahre hat das Trachten-Atelier den Höhweg in Interlaken geschmückt. Mit dem Jahresbeginn hat Malou Balmer ein Stück ihrer persönlichen Geschichte geschrieben und ihr Trachten-Atelier an einem neuen Standort, an der Postgasse 11 in Interlaken, eingerichtet. Das Atelier ist im neuen Werkstattladen integriert. Die Kundinnen und Kunden dürfen sich auf liebevolle Handarbeit in einer pittoresken Ambiente freuen.

Trachten sind Teil der volkstümlichen Tradition. Sie erzählen aus der Vergangenheit, begleiten die Trägerinnen lange und gehen dann weiter, von Generation zu Generation. Schon heute laufen die Vorbereitungen für das Unspunnenfest 2017 und die Vorfrende wächst. Malou Balmer wird im Unspunnenjahr ihr 30jähriges Jubiläum als Trachtenschneiderin feiern. Ihr Trachten-Atelier ist in dieser Zeit besonders wichtig, denn bis dahin gibt es noch einige



Malou Balmer  
Trachtenschneiderin



Farbenpracht und Tradition vereint: Malou Balmer kennt die Ansprüche an die Trachten sehr genau.

neue Trachten zu nähen, zahlreiche Anpassungen vorzunehmen und Details zu richten.

Malou Balmer ist am **Donnerstag und Freitag von 10.00 bis 18.30 Uhr** im Trachten-Atelier an der Postgasse 11 anwesend. Ausserhalb dieser Zeiten können Termine individuell abgemacht werden.

Am **Freitag, 14. Februar 2014** öffnen das Trachten-Atelier und der Werkstattladen gemeinsam ihre Tür und laden zum Besuch mit **Apéro** ein von **10.00 bis 19.00 Uhr**.

Trachten-Atelier Postgasse 11 · 3800 Interlaken · Tel. 033 821 11 33 · Mobile 079 438 75 49 · [balmermalou@bluewin.ch](mailto:balmermalou@bluewin.ch)





COIFFEUR **Schäarischnitt**

**GOLDWELL**

DAS NEUE

# KERASILK

HAAR WIE SEIDE FÜR BIS ZU 5 MONATE LANG.



DER ERSTE  
INDIVIDUALISIERBARE,  
LANG ANHALTENDE  
KERATIN TREATMENT  
SERVICE.

MIT 100 % PERFEKTEN ERGEBNISSEN:

- ▶ BÄNDIGT WIDERSPENSTIGES, KRAUSES HAAR
- ▶ MILDERT WELLEN UND GLÄTTET DIE HAARSTRUKTUR
- ▶ REDUZIERT DEUTLICH DIE TÄGLICHE STYLINGZEIT

## DIE NEUE KERASHAPE TECHNOLOGIE.

- ▶ ENTHÄLT GLYOXYLSÄURE UND GLÄTTENDE INHALTSSTOFFE (KERATIN- UND SEIDENPROTEINE).
- ▶ SIE BILDET NEUE KERATIN BRÜCKEN WÄHREND DES KERATIN TREATMENT SERVICE UND STABILISIERT DIE NEUE HAARFORM BIS ZU 5 MONATE LANG.



**10% GUTSCHEIN**

gültig bis 28.2.2014 nicht kumulierbar

FÜR EINE KERASILK-BEHANDLUNG

Bahnhofstrasse 12 · 3800 Unterseen · 033 822 66 58 · www.schaerischnitt.ch



## Sandstrahlen

**Sandstrahlen ist die Oberflächenbehandlung eines Materials oder Werkstücks durch Einwirkung von Sand als Schleifmittel gegen Rost, Verschmutzungen, Farbe, Zunder und Verunreinigungen.**

### Was passiert beim Sandstrahlen

Mittels eines Kompressors wird beim Sandstrahlen ein starker Luftstrahl erzeugt, der das Strahlmittel (z. B. Sand aber auch Hochofenschlacke, Glasgranulat, Korund, Stahl, Kunststoffgranulat, Nusschalen oder Soda mit unterschiedlichsten Feinheitsgraden) aus einem Sammelbehälter mitführt. Das so entstandene Gemisch aus Schleifmitteln und Luft wird unter hohem Druck über ein spezielles Schlauch- und Düsensystem auf die zu behandelnde Oberfläche gebracht. Auf Grund der meist abrasiven Wirkung des Strahlmittels werden so beim Sandstrahlen Teile der Oberfläche herausgelöst und schliesslich abgetragen. Ziel beim Sandstrahlen ist es, überflüssiges oder störendes Material abzutragen, beziehungsweise zu entfernen.

### Einsatzgebiet für den Maler

- Reinigung von Fassaden, Mauerwerken, Fachwerken
- Entrosten, Entlacken und Entschichten von Stahlkonstruktionen
- Aufrauung der Oberfläche als Vorbereitung zum Lackieren
- Dekoratives Sandstrahlen

Der Einsatz des Strahlmittels bzw. des Strahlverfahrens ist abhängig von der zu reinigenden Oberfläche sowie der Art der Verunreinigung. Das jeweils verwen-

dete Strahlmittel bestimmt die Oberflächenstruktur des zu bearbeitenden Materials. Die Resultate des Sandstrahlens sind natürlich abhängig vom Luftdruck und der Luftmenge an der Strahldüse.

Bei den von uns eingesetzten Strahlmitteln entstehen keine giftigen oder umweltgefährdenden Strahlmittelrückstände.

### Angebot der Jäck AG

Die Jäck AG verfügt über eine mobile Sandstrahlanlage zum Strahlen von verschiedenen Untergründen. Wir setzen diese hauptsächlich zum Strahlen von Holzwerk ein (Fassaden und Möbel). Weiter empfehlen wir das Sandstrahlen für die Vorbehandlung von metallischen Untergründen.

Wenn Untergründe durch Sandstrahlen von alten Beschichtungen befreit werden, hält die neue Beschichtung grundsätzlich besser als bei einer Vorbehandlung durch Schleifen. Es empfiehlt sich jedoch immer, den Untergrund eingehend zu prüfen und allenfalls ein Schleif- und Strahlmuster zur Festlegung des Vorgehens zu erstellen.

Preislich spielt es keine entscheidende Rolle, ob geschliffen oder gestrahlt wird.

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne.



Adrian Jäck  
Geschäftsführer  
Jäck AG  
Maler & Schriften  
Hauptstrasse 5  
3800 Unterseen  
Telefon 033 822 70 90  
(Maler)  
Telefon 033 823 07 82  
(Schriften)  
Telefax 033 822 99 90  
info@jaeck-ag.ch  
www.jaek-ag.ch

Gross- und Regierungsratswahlen

# Für Freiheit und Sicherheit.

Liste 2  
am 30. März



**Oben: (v.l.n.r.) Barbara Spahni**, Geschäftsführerin, Matten b. I. / **Heinz Tschiemer**, Jungunternehmer, Alphornbauer, Habkern / **Gerhard Fischer**, dipl. Bau. Ing. FH/SIA, Grossrat, Meiringen / **Brigitta Wyss**, Geschäftsführerin, Gemeinderätin, Unterseen / **Annamarie Bossard Gartenmann**, Sekundarlehrerin, Matten b. I.

**Mitte: Bernhard Fuchs**, Landwirt, Gemeindepräsident, Brienz / **Manuel Otter**, Notar, Vizegemeindepräsident, Wilderswil / **Manuela Nyffeler-Lanker**, dipl. Wirtschaftsfachfrau VSK, Gemeinderätin, Interlaken / **Thomas Dummermuth**, kfm. Angestellter, Gemeinderat, Meiringen / **Brigitte Wahli**, Schulhausabwart-Stv., Verkäuferin, Gemeinderätin, Matten b. I.

**Unten: Urs Burri**, Rektor BZI, Unterseen / **Peter Michel**, selbstständiger Schreiner, Gemeinderat, Interlaken / **Stefan Grossniklaus**, Hotelier, Grindelwald / **Walter Messerli**, Fürsprecher, a. Oberrichter, Grossrat, Interlaken / **Heidi Glatthard**, Gärtnerin, Bäuerin HF, Krankenschwester, Schattenhalb / **Jürgen Ritschard**, lic. rer. pol., Geschäftsführer, Gemeindepräsident, Unterseen

## Grossratswahlen: Liste 2 SVP Interlaken-Oberhasli

Starke Gemeinden. Starke Region. Starker Kanton. Starke Schweiz. Die SVP sorgt dafür.

## Regierungsratswahlen: Die SVP Kreisverband Interlaken-Oberhasli wählt:

Christoph Neuhaus, Manfred Bühler, Beatrice Simon, Hans-Jürg Käser.



www.svp-io.ch

LIEGENSCHAFTSMARKT

INFO 2|14

MARTHARUF

IMMOBILIENTREUHAND AG



## Ausblick auf den Immobilienmarkt 2014

In den letzten Jahren standen die Hypothekarzinsen im Rekordtief. Die Nachfrage nach Immobilien ist massiv gestiegen und das Angebot geringer geworden. Wie sieht es aber fürs 2014 aus?

Mit ein Grund, dass die Nachfrage gestiegen ist, ist dass viele Kleinanleger das Vertrauen in die Aktienmärkte verloren haben und vermehrt in die Immobilien investieren, da auch der Hypothekarzins günstig ist. Aber es gibt noch andere Gründe, für die steigende Nachfrage, wie die Zuwanderung (Immigration und Pensionierte), welche auch in unserer Region einen Zuwachs verzeichnen. Zudem ist in der Schweiz die Wirtschaftskrise in vielen Branchen kaum spürbar. Durch die grössere Nachfrage ist in der Vergangenheit das Bauland zum Teil regional sehr stark gestiegen. Auch sind die Baukosten wieder teurer geworden. Es wurden jedoch auch mehr Neubauprojekte realisiert, vor allem mit Eigentumswohnungen, um die grösser werdende Nachfrage abzudecken.

In den städtischen Gebieten wie Basel, Zürich oder auch Genf sind die Baulandpreise und auch die Baukosten in den letzten Jahren sehr stark gestiegen. Zum Teil so hoch oder noch höher als die höchsten Werte Ende der 80er Immobilienboom-Jahre. In unserer Region sind die Preise selbst an besten Lagen noch nicht so hoch wie damals Ende der

80er Jahre. Also hat unser Markt noch Potential um zu steigen.

Auf Grund der vorerwähnten diversen Voraussetzungen erlaube ich mir die Prognose zu stellen, dass die Preise auf dem Immobilienmarkt für das Jahr 2014 stabil bleiben oder eher noch steigen werden. Die Hypothekarzins sind in den letzten 12 Monaten zwar wieder leicht gestiegen, doch die Nachfrage nach Immobilien wird nach wie vor so stark bleiben: Ich denke, dass die Zinsen in den nächsten 12 Monaten nicht sehr stark ansteigen werden, zumal die flauere Wirtschaftskonjunktur in Europa auch im Schweizer-Markt Einfluss hat.

Wie Sie richtigerweise festgestellt haben, ist auch für mich eine langfristige Zukunftsprognose äusserst schwierig zu tätigen, obwohl ich eine langjährige Erfahrung im Immobilienmarkt aufweisen kann. Die Preise sind von diversen Faktoren abhängig, welche sich rasch verändern können. Daher kann ich nur mitteilen, dass es ein Vorteil ist für Sie, wenn Sie jetzt noch kaufen, denn die Zinsen sowie auch die Baukosten werden nicht tiefer in der kommenden Zeit.



Daniel Capelli  
Geschäftsführer  
Martha Ruf  
Immobilientreuhand AG  
3800 Unterseen  
Telefon 033 822 69 55  
info@martharuf.ch  
www.martharuf.ch



**bzi**

**Weiterbildung  
im Berner Oberland**

## Aktuelles Kursprogramm

Unser breitgefächertes Weiterbildungsangebot in den Bereichen: Wirtschaft, Informatik, Sprachen, Holz und C-Tech ist jetzt buchbar. Erkundigen Sie sich unter [www.bzi-interlaken.ch](http://www.bzi-interlaken.ch), Link: Weiterbildung

### Starttermine Lehrgänge 2014

NEU Sachbearbeiter/ -in Mark. und Verkauf <a href="http://edupool.ch">edupool.ch</a>	ab 22. April 2014
Handelsschule <a href="http://edupool.ch">edupool.ch</a>	ab 12. August 2014
Technische Kaufleute	ab 12. August 2014
Sachbearbeiter/ -in Personalwesen <a href="http://edupool.ch">edupool.ch</a>	ab 13. August 2014
Sachbearbeiter/ -in Rechnungswesen <a href="http://edupool.ch">edupool.ch</a>	ab 13. Oktober 2014

### Weiterbildung - Ihre persönliche Chance

#### Kursangebot Informatik

Tastaturschreiben OCG Typing Certificate	am 22. März 2014
ECDL Core Präsentation (PowerPoint 2013)	ab 24. April 2014

Sichern Sie sich Ihren Kursplatz indem Sie sich unverzüglich anmelden. Herzlichen Dank.

#### Beratung und Anmeldung

Bildungszentrum Interlaken Weiterbildung bzi Obere Bönigstrasse 21 3800 Interlaken	T 033 828 11 17 F 033 828 11 00 <a href="mailto:weiterbildung@bzi-interlaken.ch">weiterbildung@bzi-interlaken.ch</a> <a href="http://www.bzi-interlaken.ch">www.bzi-interlaken.ch</a>
---	--



## Valentins-Dekoration für Ihre/n Liebste/n

Diese romantische Dekoration ist genau das Richtige um Ihre Liebste beziehungsweise Ihren Liebsten am 14. Februar zu überraschen.

### Verwendetes Material

- 1 Holzetagere
- diverse Glasgefässe
- Deko-Herz
- Spitzenband
- Schnittblumen
- Rechaud-Kerzen
- wahlweise Schokolade

Bevor Sie mit dem Dekorieren beginnen, ist es wichtig, dass Sie im Voraus kontrollieren, ob die Glasgefässe auch wasserdicht sind, da ansonsten Wasserflecken entstehen können.

Am besten platziert man zuerst einmal die Gläser, damit man in etwa sieht wieviele Gläser und Dekorationsmaterial benötigt wird. Anschliessend können die Gläser mit Spitzenband umfasst und wieder auf der Etagere platziert werden. Die Gläser können nun mit einzelnen Schnittblumen befüllt werden. Am besten eignet sich natürlich zum Valentinstag eine rote Rose. Diese symbolisiert die Liebe und wertet die ganze Dekoration mit ihrer edlen Wirkung auf. Am Wirkungsvollsten ist es, wenn die Rose alleine bzw. mit untergeordneten Materialien kombiniert wird. Was heisst das? Wenn die Rose allein im Glas stehen soll, verwenden Sie vorzugsweise kleine Äste oder sonstiges Gehölz womit Sie die Rose einstellen und befestigen können, anschliessend Wasser auffüllen. Nach und nach können nun die anderen

Dekorationsmaterialien wie Deko-Herz, Glas mit Rechaud-Kerzli, Holzstück etc. auf der Etagere platziert werden. Um den Valentinstag zusätzlich zu versüssen, kann wahlweise die Lieblingschokolade Ihres Liebsten die Etagere besetzen. Die fertig dekorierte Etagere kann nun auf einem Tisch mit passendem Läufer und beispielsweise frischen oder getrockneten Rosenblüten und zusätzlichen Kerzen schön arrangiert werden.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Valentinstag.

Das Blumen-Team Gosteli

*Blumen-Team  
H. Gosteli AG  
Gartenbau/Gärtnerei/  
Blumenladen  
Metzgergasse 4  
3800 Matten  
Telefon 033 822 20 54  
Telefax 033 822 92 69  
[info@hgosteliag.ch](mailto:info@hgosteliag.ch)  
[www.hgosteliag.ch](http://www.hgosteliag.ch)*



# Schlank sein ist lernbar – richtig essen übrigens auch!

«Die Fähigkeit sich richtig zu ernähren, ist der Schlüssel zum Wohlbefinden, zur Vitalität und zu einer dauerhaft schlanken Linie!»

Durch individuelles und persönliches Coaching begleitet Sonja Ammeter, von Vitalyse Interlaken, Kundinnen und Kunden im Bereich Gewichtsreduktion, Ernährung und Gesundheit. Sie berücksichtigt dabei deren Bedürfnisse im Alltag und die entsprechenden Lebenssituationen. In einem unverbindlichen und kostenlosen Erstgespräch analysiert sie Ihre Essgewohnheiten und zeigt die Vorteile sowie die unkomplizierte Durchführung des Ernährungsprogrammes auf.



## Der Ursprung des Problems auf den Grund gehen

Sonja Ammeter verbessert mit den Kunden das, was zum Übergewicht führte – die Essgewohnheiten. Es werden keine Ersatzmahlzeiten, Diättricks, oder Appetitzügler angewendet. Viel mehr lernen die Kunden eine gesunde und ausgewogene, auf ihre Bedürfnisse abgestimmte Ernährung im Alltag anzuwenden. Dadurch wird der Stoffwechsel angeregt, so dass eine Gewichtsreduktion von ca. 0.8 Kilo pro Woche erreicht werden kann.

## Mit dem 3-Phasen-Prinzip zu Ihrem Wohlfühlgewicht

Das Programm zum Abnehmen ist in drei Phasen eingeteilt. Nach der gesunden Gewichtsreduktion, die alle Nahrungsmittelgruppen beinhaltet, kommt die Stabilisierungsphase. In der Zeit lernen die Kunden wie das Gewicht dauerhaft gehalten werden kann. Die letzte und wichtigste Phase ist das Erhalten. Während dieser Zeit werden die Kunden nach wie vor durch das persönliche Coaching begleitet um das Wissen zu festigen und Sicherheit zu erlangen damit keine Angst vor einer erneuten Gewichtszunahme entstehen kann.

## Unkomplizierte Durchführung

Das Ernährungsprogramm ist sehr einfach durchzuführen und ist daher für Berufstätige und Familien geeignet. Es gibt keine fixen Menüpläne oder komplizierten Diätvorschriften. Die Auswahl der Nahrungsmittel ist gross und weitgehend frei.



«Bevor ich das Ernährungsprogramm bei Vitalyse Interlaken absolvierte, fühlte ich mich überhaupt nicht mehr wohl in meiner Haut» sagt Verena Ris, aus Wilderswil. «Ich bin sehr dankbar, dass mir Sonja Ammeter damals im November geraten hat, noch vor den Festtagen zu starten. Ich lernte in den letzten Monaten, dass Essen mehr Freude macht wenn ich beurteilen kann, was mir gut tut und wie viel ich essen kann.

Was mich besonders freut ist, dass sich mein Empfinden für meinen Körper verbessert hat und mein Verantwortungsgefühl ihm gegenüber gewachsen ist. Das Beste ist: Ich passe wieder in meine Kleider und bin wieder zufrieden mit meiner Figur. Vielen Dank für die tolle Unterstützung!»

### Warum ist Vitalyse erfolgreich?

- Das Vitalyse-Ernährungsprogramm
- wird seit mehr als zwanzig Jahren erfolgreich eingesetzt
- ist einfach und flexibel im Alltag umsetzbar sowie familientauglich
- umfasst eine vielseitige und ausgewogene Ernährung
- verzichtet auf Medikamente und spezielle Diätprodukte
- ist keine Hungerdiät
- basiert auf einem 3-Phasen-Prinzip
- fördert gesunde Essgewohnheiten
- regt den Stoffwechsel an
- verhindert den Jo-Jo-Effekt

Überzeugen Sie sich bei einem kostenlosen und unverbindlichen Erstgespräch von den Vorteilen des unkomplizierten Ernährungsprogramms.

Ich freue mich auf Ihre Terminanfrage!



Vitalyse Interlaken – Sonja Ammeter – dipl. Ernährungscoach – Eichzün 4b – 3800 Unterseen  
Telefon 033 822 00 11 – [info@vitalyse-interlaken.ch](mailto:info@vitalyse-interlaken.ch) – [www.vitalyse-interlaken.ch](http://www.vitalyse-interlaken.ch)  
Weitere Vitalyse-Praxis-Standorte finden Sie auf [www.vitalyse.ch](http://www.vitalyse.ch)

## Yoga & Pilates News

yoga-center.ch  
Andrea Neiger  
tel. 079 753 61 91  
info@yoga-center.ch  
kammistr. 11 | interlaken

Andrea Neiger  
dipl. Yogalehrerin SYV  
Ausbilderin FA

Hatha Yoga | Aerial Yoga | Yoga Nidra

## Yoga

Di 17.15 - 18.15	Yoga Nidra
Di 20.00 - 21.30	Hatha Yoga
Do 18.15 - 19.45	Hatha Yoga
Do 20.00 - 21.30	Hatha Yoga
Fr 17.30 - 18.45	Aerial Yoga

## Pilates

Di 08.45 - 09.45	Pilates <b>NEU ab März!</b>
Di 18.30 - 19.30	Pilates Rückbildung
Mi 18.00 - 19.00	Pilates
Mi 19.15 - 20.15	Pilates

Yoga Nidra - Entspannung pur  
Aerial Yoga - das sportliche Training  
Hatha Yoga - ganzheitliche Körperarbeit  
Pilates - effizient und ganzheitlich fit

yoga-center.ch  
pilatesinterlaken.ch  
Renate Stucki  
tel. 079 417 46 20  
info@pilatesinterlaken.ch  
kammistr. 11 | interlaken

Renate Stucki  
dipl. Pilatesinstruktörin  
dipl. Physiotherapeutin

Pilates | Pilates Rückbildung

VICTORIA-JUNGFRAU  
Tenniscenter  
Interlaken



Tennisschule Keller  
Sport und Spass  
für Gross und Klein



Martin Keller



## Tennisunterricht

- Bambinikurse: Kinder bis 6-jährig
- Schülerkurse: Anfänger bis Fortgeschrittene
- Erwachsenenkurse: Einzel-/Gruppenunterricht
- Ferienkurse: für Junior/Innen



## Tennisplatzbetrieb

- 2 Hallenplätze
- 2 gedeckte Sandplätze „French Court“
- 3 offene Sandplätze



## Shop

- 24-Stunden Bespannungsservice
- Tenniszubehör und Tennisbekleidung

Höheweg 41, 3800 Interlaken  
Tel. 033 828 28 55, Fax 033 828 28 65  
[tenniscenter@victoria-jungfrau.ch](mailto:tenniscenter@victoria-jungfrau.ch)  
[www.tennisschule-keller.ch](http://www.tennisschule-keller.ch)





# FLUG-MODELL AUSSTELLUNG



im

## Kirchgemeindehaus Matten

**Samstag 15. Febr. von 13:30 - 19:30 Uhr**

**Sonntag 16. Febr. von 09:30 - 16:30 Uhr**



☺ **Modellfluggruppe Interlaken** ☺  
**www.mg-interlaken.ch**



## Jubiläumsausstellung

### 70 Jahre Modellfluggruppe Interlaken

Vor 70 Jahren wurde die Modellfluggruppe Interlaken von ein paar Modellflugbegeisterten gegründet.

In einer Zeit, wo die Freizeitbeschäftigung allgemein noch nicht den Stellenwert hatte, wie sie heute einnimmt.

Die Freizeit sinnvoll und kreativ zu gestalten, ist in der heutigen Zeit sehr wichtig als Ausgleich zum beruflichen Alltag. Auch die Betreuung der Jugend ist ein wichtiger Bestandteil im Vereinsgeschehen, sind doch die Jugendlichen, die zukünftigen Träger des Vereins.

Damit ein Verein 70 Jahre und hoffentlich noch viele mehr bestehen kann, ist er auf die Unterstützung, die Toleranz und das Verständnis vieler Gruppierungen angewiesen.

Mit unserer Jubiläumsausstellung im Kirchgemeindehaus in Matten möchte die Modellfluggruppe Interlaken allen

Interessierten den Modellflug in seiner Vielfalt näher vorstellen. Zugleich bedanken wir uns mit dieser Ausstellung bei der armasuisse Immobilien, der Grenzwache, den Landwirten, dem Aero-Club und SMV Schweiz, den umliegenden Gemeinden und der Burgergemeinde Matten für die Unterstützung und die gute Zusammenarbeit. Speziell den Anwohnern danken wir recht herzlich für das entgegengebrachte Verständnis.

#### Jubiläumsausstellung im Kirchgemeindehaus Matten

- **Samstag, 15. Februar 2014**  
ab 13.30 bis 19.30 Uhr
- **Sonntag, 16. Februar 2014**  
ab 9.30 bis 16.30 Uhr

Freundlich lädt ein  
die Modellfluggruppe Interlaken





VIA VIA in der S Fabrik  
den ganzen Februar  
Mo - Fr von 09:00 - 16:00 Uhr  
letzte Weinflaschen, Trouvaillen,  
unschöne Verpackungen, aber immer  
noch toller Inhalt etc. etc.  
**Rabatt bis 50%**  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.  
Ihr S Fabrik-Team  
S Fabrik an der Hauptstrasse 65 in Leissigen.  
Eingang befindet sich oben.  
Tel. 033 847 00 08



## 54. Interlaken Classics 2014

### Das Programm

Samstag, 29. März 2014, 17.00 Uhr  
VICTORIA-JUNGFRAU  
**Meisterkonzert Prof. David Geringas,  
Violoncello**

Mittwoch, 2. April 2014, 19.30 Uhr  
Kursaal Interlaken  
**Sinfoniekonzert Zakhar Bron Festival  
Orchestra**

Donnerstag, 3. April 2014, 19.30 Uhr  
Kursaal Interlaken  
**Galakonzert Zakhar Bron Festival  
Orchestra**

Samstag, 5. April 2014, 19.30 Uhr  
Kirche Unterseen  
**Feierliches Abschlusskonzert  
Meisterkurs**  
Prof. David Geringas, Violoncello

Sonntag, 6. April 2014, 10.30 Uhr  
Kursaal Interlaken  
**Matinee Zakhar Bron Festival  
Orchestra**

Donnerstag, 10. April 2014, 19.30 Uhr  
VICTORIA-JUNGFRAU  
**Meisterkonzert Prof. Zakhar Bron,  
Violine**

Samstag, 12. April 2014, 19.30 Uhr  
Kursaal Interlaken  
**Klavier-Rezital mit Aurelia Shimkus  
und Alexander Sinchuk**  
(Gewinner des Prix du Piano Interlaken  
Classics 2013)

Sonntag, 13. April 2014, 17.00 Uhr  
Kirche Unterseen  
**Feierliches Abschlusskonzert  
Meisterkurs**  
Prof. Zakhar Bron, Violine

Karsamstag, 19. April 2014, 19.30 Uhr  
Kursaal Interlaken  
**Sinfoniekonzert Gustav Mahler  
Jugendorchester**

Ostersonntag, 20. April 2014, 17.00 Uhr  
Kursaal Interlaken  
**Sinfoniekonzert Gustav Mahler  
Jugendorchester**

Montag, 21. April 2014, 17.00 Uhr  
Lindner Grand Hotel Beau Rivage  
**Meisterkonzert Reinhold Friedrich,  
Trompete**

Dienstag, 22. April 2014, 19.30 Uhr  
Kunsthaus Interlaken  
**Feierliches Abschlusskonzert  
Meisterkurs**  
Reinhold Friedrich, Trompete

*Für weitere Auskünfte*  
Telefon 033 821 21 15  
[www.interlaken-classics.ch](http://www.interlaken-classics.ch)  
[info@interlaken-classics.ch](mailto:info@interlaken-classics.ch)

*Für Tickets*  
Telefon 0900kultur  
oder 0900 585 887  
[www.kulturticket.ch](http://www.kulturticket.ch)  
Montag bis Freitag,  
10.30 bis 12.30 Uhr  
(1.20/Min. ab Festnetz)  
Wählen Sie online Ihren  
Sitzplatz aus:  
[www.kulturticket.ch](http://www.kulturticket.ch)

# Fitness und Gesundheit

«Gute Vorsätze sind gut – Durchhaltevermögen ist besser.»

Motivation, Regelmässigkeit und ein gestecktes Ziel sind wichtige Faktoren, die Ihren Erfolg positiv beeinflussen.

Wir unterstützen Sie mit professioneller und freundlicher Betreuung Ihre Ziele zu erreichen und freuen uns auf Sie!

Ihr Inform plus Team

interlaken@inform-plus.ch



www.inform-plus.ch

## kreAktivität für Girls & Boys

Januar bis April 2014

### Specials

Detailinformationen jeweils kurz vor Anlass via Homepage bzw. Aushang.

**Schlittenhunde, Mi. 12./19.3.14, Nachmittags (zwei Gruppen):** Das Abenteuer! Mit einem Hundeschlittengespann durch winterliche Landschaften ziehen. Mal entspannt. Mal rasant. Für Girls & Boys. Teilnehmerzahl begrenzt. Anmeldung bis 12.2.14.

**Parkour, Fr. 25.4.14, 16.30 Uhr:** Die Herausforderung! 3h für deine ersten Moves unter Anleitung eines Profitrainers (Parkourone) auf der Anlage in Münsingen. Für Girls & Boys. Anmeldung bis 21.3.14.

**Iglu, Sa./So. 1./2.3.2014, Treff: Sa. 9 Uhr:** Das Erlebnis! Auf einer verschneiten Hochebene gemeinsam ein Iglu bauen, darin übernachten und auf dem Lagerfeuer kochen. Winterschlafsäcke und Schneeschuhe können geliehen werden. Boys only. Anmelden bis 24.2.14.

### Gemeinsam sind wir stark

**Das Programm für Girls & Boys.** Treffpunkt jeweils im Tsch@rüm oder Gwunderrum. Detailinformationen jeweils kurz vor Anlass.

**DJ/DJane Kurs, Februar/März 2014, abends:** Das Coole! Vom Profi DJ das Handwerk eines DJ's erlernen. So wird die nächste Party der absolute Hit.

### Bööbe/Buebe unter sich (Männer unter sich)

Treffpunkt jeweils im Tsch@rüm oder Gwunderrum. Detailinformationen jeweils kurz vor Anlass via Homepage bzw. Aushang.

**Wintererlebnistour, Sa. 25.1.14, 8 bis ca. 17 Uhr:** Der Spass im Schnee! Auf einer Schneeschuhtour die vielseitigen Bewegungsarten mit Schneeschuhen ausprobieren. Schneekontakt garantiert! Gemeinsames Mittagessen am Lagerfeuer. Schneeschuhe können geliehen werden. Anmelden bis 21.1.14.

### Girlstime

**im Tsch@rüm Meiringen,** jeweils ab 16 bis 18 Uhr.

**Necessaire nähen, Di. 28.1.14:** Mit auserwählten farbenfrohen Materialien nähen wir unser ganz persönliches Kosmetiktäschchen.

**Haarschmuck und Frisuren, Di. 25.2.14:** Kreativ basteln wir Haarschmuck und machen uns tolle Frisuren.

**Karaoke-Party, Do. 27.3.14:** Mit viel Spass und einer Portion Mut singen wir bekannte Songs.

**Girlstime im Gwunderrum Brienz,** jeweils ab 16 bis 18 Uhr.

**Fotoshooting, Di. 21.1.14:** Mit originellen Fotos halten wir die schönsten Seiten von Euch fest. Ihr braucht nichtsmitzubringen ausser Euch selbst.

**Pokern und Spielen, Di. 1.4.14:** Wer gewinnt? Spannung pur!

**Anmeldung**  
033 971 37 14  
info@jugendarbeit-  
haslital-brienz.ch

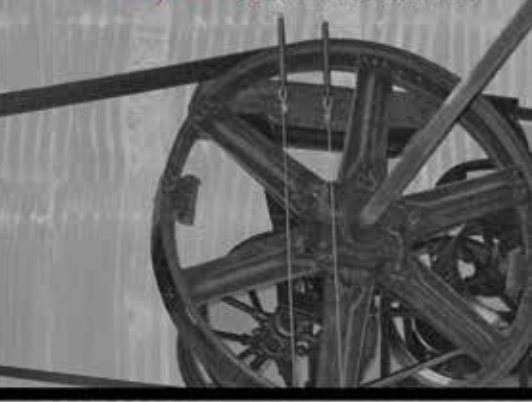
**Tsch@rüm Meiringen**  
Hauptstrasse 4  
Mittwoch:  
14 bis 18 Uhr  
Freitag (vorläufig  
bis Frühlingsferien):  
15 bis 19 Uhr

**Gwunderrum Brienz**  
Hauptstrasse 133  
Mittwoch:  
14 bis 18 Uhr  
Freitag:  
16 bis 20 Uhr

**Informationen und Beratung**  
Jugendarbeit  
Haslital-Brienz  
Hauptstrasse 4  
3860 Meiringen  
Telefon 033 971 37 14  
www.jugendarbeit-  
haslital-brienz.ch

# werkraum

BERNER OBERLAND



- Goldschmiede-Atelier** - Peter Hablützel  
Marktgasse 35 - Interlaken
- Woodpecker** - Gabriela Schild  
Marktgasse 30 - Interlaken
- D-Sattler**  
Marktgasse 28 - Interlaken
- Grubengasse** - Ringgenberg
- HUTINADJA** - Nadja Abgottspion  
Marktgasse 14 - Interlaken
- Blumenwerkstatt** - Rudolf Haefliger  
Marktplatz 8 - Interlaken
- That's me - handwerkstatt** - Gabriela Reusser  
Aarmühlestr. 15 - Interlaken
- The mad cow** - Kim White  
Jungfraustr. 31 - Interlaken
- Zeitzone 35** - Maritn Brunner  
Jungfraustr. 35 - Interlaken
- Cut by christa bähler**  
Jungfraustr. 35 - Interlaken
- Gelateria Azzurra** - Sandra Riceputi + Beat Berger  
Jungfraustr. 45 - Interlaken
- SWISS MOUNTAIN MARKET**  
Höheweg 133 - Interlaken
- atelier b.flentje** - Beatrice Flentje-Frutiger  
Höheweg 78 - Interlaken

**Alte Liebe** - Béatrice Brügger  
Lehgasse 12 - Wilderswil

**Geigen und Weine** - Stefan Gerny  
Hauptstrasse 79 - Brienz

**Wollreich** - Ruth Brog + Carol Suter  
Hauptstr. 10 - Meiringen

**Kristella** - Erina Rufibach  
Holz 116 - Guttannen



## BETRIEBSFERIEN RESTAURANT TAVERNE

**BIS 28. FEBRUAR 2014  
VIELEN DANK FÜR  
IHRE TREUE!**

**HOTEL INTERLAKEN**  
[WWW.HOTELINTERLAKEN.CH](http://WWW.HOTELINTERLAKEN.CH)  
TELEFON 033 826 68 68

## OrthoMedio

Orthopädie Schuhtechnik GmbH

Orthopädische Einlagen | Fussberatung | Hilfsmittel  
Massschuhe | Korrekturen | Spezial-/Bequemschuhe

**RABATT im FEBRUAR**  
**Winterschuhe 30%**  
**Reguläre Schuhe 10%**

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

**NEUER STANDORT:**  
**JUNGFRAUSTRASSE 38 INTERLAKEN**

- Gelnägel
- Naturnagelverstärkung
- Manicure

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

**SCHÖNE HÄNDE – GEPFLEGTEN NÄGEL – IHRE VISITENKARTE !**  
Ich helfe Ihnen gerne dabei und freue mich auf Ihren Anruf!  
Besuchen Sie mich auch auf meiner Homepage [www.lorysnailart.ch](http://www.lorysnailart.ch)

## Februar 2014



Dieser Veranstaltungskalender wird ohne Gewähr auf Vollständigkeit veröffentlicht. Diese Auswahl an Veranstaltungen, welche für die einheimischen LeserInnen von Interesse sein könnten, stammt aus den offiziellen Datenbanken von Interlaken Tourismus und Brienz Tourismus. Bei den aufgeführten Veranstaltungen handelt es sich um Kurzeinträge. Um detaillierte Informationen zu erhalten, bitten wir Sie Interlaken Tourismus direkt zu kontaktieren: [www.interlaken.ch](http://www.interlaken.ch) oder **Tel. 033 826 53 00**. Besten Dank für Ihr Verständnis.

### WINTERPLAUSCH

Sa. 1.2.	«WINTERZAUBER». Winterzauber – Konzert und Festwirtschaft wie auch attraktive Verlosung. Eintritt CHF 38.–, 18.00 Uhr, Kirchgemeindehaus, Herziggässli 21, Matten.	
Sa. 8.2.	<b>SCHLITTELRENNEN AXALP.</b> Ab 17.00 Uhr Anmeldung/ Startnummernausgabe an der Kasse der Sportbahnen Axalp. Anschliessend Fondueplausch im Restaurant Bellevue. Weitere Informationen: Telefon 033 952 80 80.	
So. 16.2.	<b>RIVELLA FAMILY CONTEST AXALP.</b> Startnummernausgabe 8.30 bis 10.00 Uhr, Start um 11.00 Uhr auf der Dotzwegpiste. Das Skirennen für die ganze Familie! <a href="http://www.familycontest.ch">www.familycontest.ch</a> , Telefon 033 952 80 80.	
Jeden Do.	<b>GEFÜHRTES SCHNEESCHUHWANDERN BRIENZ &amp; REGION.</b> 14.00 bis 17.00 Uhr. CHF 50.– pro Person inklusive Schneeschuhmiete, Transfer und Kaffeepause. Anmeldung beim Sportgeschäft Berg + See in Brienz, Telefon 033 951 25 21.	
Jeden Do.	<b>GEFÜHRTER WINTERSPAZIERGANG IM BALLEMBERG.</b> Treffpunkt 13.30 Uhr beim Bahnhof Brienz. CHF 15.– für Erwachsene, mit Glühwein, Postauto & Guide. Reservation bei Brienz Tourismus, Telefon 033 952 80 80.	
Jeden Fr.	<b>GEFÜHRTER WINTERSPAZIERGANG DURCH DAS SCHNITZLERDORF BRIENZ.</b> 9.30 Uhr Treffpunkt Tourismusbüro Brienz. Gratis mit der Gästekarte Brienz. Anmeldung: Telefon 033 952 80 80.	
So. 2.2.	<b>SONNTAGSBRUNCH.</b> Was gibt es Schöneres an einem Sonntag, als reichlich Zeit, ein gutes Gespräch, viele Leckereien und eine wunderschöne Aussicht? CHF 45.– pro Person, 10.00 bis 13.00 Uhr, Panorama-Restaurant Top o' Met, Hotel Metropole, Höheweg 37, Interlaken.	
Mo. 3.2.	<b>KULTUR AM MONTAG – NÄHER DRAN.</b> Moderator Peter Grunder trifft im Rahmen von «Kultur am Montag – näher dran» zwei Persönlichkeiten aus unserer Region. Er sucht das Gespräch mit Urs (Polo) Hofer & Urs Hofer. Eintritt frei, 20.00 Uhr, Stadtkeller, Kleintheater am Stadthausplatz, Unterseen.	
Di. 4.2.	<b>SELBSTBESTIMMTES LEBEN MIT EINER PATIENTENVERFÜGUNG ODER EINEM VORSORGEAUFTRAG.</b> Eintritt frei, 19.30 Uhr, Zentrum Artos, Alpenstrasse 45, Interlaken.	
Fr. 7.2.	<b>FONDUEPLAUSCH MIT FOLKLOREMUSIK IM HOTEL BRIENZ.</b> Ab 19.00 Uhr. Geniessen Sie einen gemütlichen Abend mit Fondue und Folkloremusik! CHF 20.– pro Person. Reservation: Telefon 033 951 35 51.	



Fr. 7.2.	<b>SAU-JASS IM RESTAURANT WEISSES KREUZ BRIENZ.</b> Nachtessen ab 18.00 Uhr, Jassbeginn um 19.30 Uhr. CHF 45.– inklusive Nachtessen. Reichhaltiger Gabentisch! Reservationen: Telefon 033 951 12 41.
Sa. 8.2.	<b>DINNERKRIMI «MORD BEIM CHECK-IN».</b> Ein mörderisch gutes Abendessen. CHF 135.– pro Person inkl. Apéro, 4-Gang Menü, Wein, Mineral & Kaffee. 19.00 Uhr, Panorama-Restaurant Top o'Met, Hotel Metropole, Höheweg 37, Interlaken.
Sa. 8.2.	<b>«TOUCH THE MOUNTAINS CONCERTS – PHILIPP FANKHAUSER».</b> «Bringin'it all back home». Neue Show und neue Musik vom Altgrossmeister des Blues, Philipp Fankhauser mit seiner Band. Türöffnung 19.00 Uhr, Konzert 20.00 Uhr, Congress Centre Kursaal Interlaken, Theatersaal, Strandbadstrasse 44, Interlaken.
Sa. 8.2.	<b>MÄRLISTUNDE FÜR KINDER VON VIER BIS SECHS JAHREN.</b> 9.15 bis 10.00 Uhr, Bödeli-Bibliothek, Marktgasse 4, Interlaken.
Sa. 8.2.	<b>FONDUEPLAUSCH MIT FOLKLOREMUSIK IM RESTAURANT BELLEVUE AXALP.</b> Ab 19.00 Uhr. Geniessen Sie einen gemütlichen Abend mit Fondue und Folkloremusik! CHF 20.– pro Person. Reservation: Telefon 033 951 32 22.
Fr. 14.2.	<b>PIEMONTESE ABEND.</b> Valentinstag mit Freunden verbringen. Auserlesenes 5-Gänge-Menü mit passendem Wein. CHF 75.– pro Person inkl. Wein, Wasser und Kaffee. Reservation: Telefon 033 828 88 44, Zentrum Artos, Alpenstrasse 45, Interlaken.
Fr. 14.2.	<b>VOLLMOND-DINNER – NIEDERHORN, BEATENBERG.</b> Geniessen Sie bei Vollmond ein 4-Gang-Genussmenü und die Aussicht auf die silberglänzenden Berge. Die Bahnen führen Sie anschliessend bis ins Tal. Reservation: Telefon 033 841 11 10.
Sa. 15.2.	<b>TRADITIONELLER RACLETTE-PLAUSCH.</b> Ab 18.00 Uhr, Kongress-Saal in Beatenberg. Organisiert durch die Tambouren Sigriswil-Beatenberg.
Do. 20.2.	<b>SENIORENTANZNACHMITTAG.</b> Geniessen Sie einen Tanznachmittag im Casino Kursaal mit verschiedenen Künstlern. 14.00 bis 17.00 Uhr. Das Programm finden Sie unter: <a href="http://www.congress-interlaken.ch/de/events/kursaal-events">www.congress-interlaken.ch/de/events/kursaal-events</a> . Wir freuen uns auf Sie!
Sa. 22.2.	<b>FONDUEPLAUSCH IM RESTAURANT AXALP STÜBLI.</b> Ab 18.00 Uhr. Geniessen Sie ein feines Fondue à discrétion. Bei idealem Wetter im Schnee möglich. Reservationen: Telefon 079 303 07 83.
Mi. 26.2.	<b>KINO-VORSTELLUNG DER ZAUBERLATERNE BÖDELI.</b> Einschreibung direkt vor Ort ab 13.30 Uhr. Beginn der Vorstellung 14.00 Uhr.
Do. 27.2.	<b>STEPHAN SIEGRIST – «KASCHMIR – PATAGONIEN – KIRGISIEN».</b> Begleiten Sie den bekannten Interlakener Profibergersteiger Stephan Siegrist auf seine neusten Expeditionen nach Kaschmir, Patagonien und Kirgisien. Eintritt CHF 23.–/28.–, 19.30 Uhr, Kirchengemeindehaus, Herziggässli 21, Matten.
Fr. 28.2.	<b>«OHNE KRIMI GEHT DIE MIMI NIE INS... ARTOS!».</b> Abschlusskonzert der Hausmusikwoche. Leitung: Esther Hebeisen-Rutschi. Eintritt frei, Kollekte. 20.00 Uhr. Zentrum Artos, Alpenstrasse 45, Interlaken.
Jeden Di.	<b>KUH-SCHNITZEN IN HOFSTETTEN BEI BRIENZ.</b> 18.00 bis 19.00 Uhr bei Fuchs Holzschnitzkurse. CHF 30.– pro Person; CHF 22.– mit Gästekarte Brienz. Anmeldung bis 12.00 Uhr dienstags bei Brienz Tourismus, Telefon 033 952 80 80.
Jeden Mi.	<b>SCHACH- UND SPIELABEND IM RESTAURANT STERNEN IN BRIENZ.</b> Ab 19.00 Uhr. Ein Spielabend für Jedermann/frau! Es stehen diverse Spiele zur Verfügung, man trifft sich zum gemeinsamen Spielabend.
Jeden Sa.	<b>ZMÖRGELE À DISCRÉTION.</b> Leckeres Frühstück jeden Samstag von 8.00 bis 11.00 Uhr. CHF 18.– pro Person. Reservation: Telefon 033 828 88 44. Zentrum Artos, Alpenstrasse 45, Interlaken.

Jeden Sa. & So.	<b>LAMA-TREKKING IN BRIENZ.</b> Lassen Sie Ihr Gepäck von einem Lama tragen! <a href="http://www.lama-ranch-brienz.ch">www.lama-ranch-brienz.ch</a> . Anmeldung bei Oxi M. Flück unter Telefon 079 333 70 35.
Jeden So.	<b>SONNTAGSBRUNCH. IN DER «JUNGFRAU BRASSERIE».</b> CHF 78.– pro Person. Victoria-Jungfrau Grand Hotel & SPA, Höheweg 41, Interlaken.
Jeden So.	<b>SONNTAGS-BRUNCH AUF DEM NIEDERHORN.</b> Jeden Sonntag bieten wir Ihnen von 9.00 bis 14.00 Uhr einen Brunch im Berghaus Niederhorn an. Reservation: Telefon 033 841 11 10.
Täglich, Mo.–Fr.	<b>LIVE-SCHNITZEN IM SHOP DER HOLZBILDHAUEREI HUGGLER.</b> 9.00 bis 12.00 Uhr und 13.30 bis 17.30 Uhr. Schauen Sie den Holzbildhauern über die Schultern. <a href="http://www.huggler-woodcarvings.ch">www.huggler-woodcarvings.ch</a>
Täglich	<b>TÊTE À TÊTE IM SPEZIALITÄTENRESTAURANT BELLINI.</b> Wählen Sie Ihr Menu aus der Speisekarte unseres Spezialitätenrestaurants Bellini aus. CHF 90.– pro Person. Reservation: Telefon 033 828 66 66. Ab 18.00 Uhr, Hotel Metropole, Interlaken.
Täglich	<b>«FONDUE PLAUSCH».</b> Fondue Plausch in unserem Carnotzet. Oberländer Trocken- und Rauchfleischsteller, Salat, Käsefondue mit Kartoffeln, Brot und Essiggemüse sowie einen Kirsch zur Verdauung. CHF 69.– pro Person, Victoria-Jungfrau Grand Hotel & Spa, Höheweg 41, Interlaken.

## AUSSTELLUNGEN IN DER REGION

Jeden Di.–Sa.	<b>AUSSTELLUNG IM SCHWEIZER HOLZBILDHAUEREI MUSEUM BRIENZ.</b> Briener Holzsznitzerei, immaterielles Kulturerbe und lebendige Tradition. 9.00 bis 18.00 Uhr. Bei der Ed. Jobin AG in Brienz. Öffnungszeiten Februar: Dienstag bis Samstag 13.30 bis 17.30 Uhr. <a href="http://www.jobin.ch">www.jobin.ch</a>
Bis So. 2.3.	<b>«WORLD OF DINOSAURS» – DIE DINOS KOMMEN.</b> «Jurassic Park» im Jungfraupark. Es ist Europas spektakulärste Dinosaurier Erlebnis-Ausstellung. Jeweils von 10.00 bis 18.00 Uhr, genaue Öffnungsdaten unter <a href="http://www.dinoworld.ch">www.dinoworld.ch</a> . Jungfraupark, Obere Bönigstrasse 100, Interlaken.
Täglich bis auf Weiteres	<b>KUNSTAUSSTELLUNG RENATE MADER-BURRI.</b> In den öffentlich zugänglichen Räumen. Eintritt frei, Hotel Metropole, Höheweg 37, Interlaken.
So.–So. 9.2.–27.4.	<b>KUNSTAUSSTELLUNG KARL FEUZ, UNTERSEEN.</b> Bilder vom Tal bis zu den Gletschern in Oel, Couache und Bleistift. Besichtigung täglich jedoch zu bestimmten Zeiten eingeschränkt. Vernissage am 8. Februar um 17.00 Uhr. Informationen unter Telefon 033 828 88 44. Zentrum Artos, Alpenstrasse 45, Interlaken.
Täglich bis 31.12.	<b>AUSSTELLUNG VOM KÜNSTLER HANSUELI URWYLER.</b> Geboren ist Hansueli Urwyler 1936 in Oey-Diemtigen im Simmental. Seit 1961 arbeitet er als bildender Künstler. Die Ausstellung findet bis am 31.12. statt. Terminvereinbarung Telefon 033 822 46 53, IHB Spectrum, Centralstrasse 22 (Depot), Interlaken.



Das Sofa für alle Fälle

a+5 design

möbel allenbach

hintergasse 17, 3110 Münsingen  
031 721 12 36 [www.asdesign.ch](http://www.asdesign.ch)

brühl roro



# Zweite Brille kostenlos!

Wir schenken Ihnen beim Kauf einer Korrekturbrille\* (Fassung und Gläser) eine zusätzliche Brille in der gleichen Stärke dazu! Wählen Sie die kostenlose Brille aus unserem trendigen Zweitbrillen-Sortiment. Auf Wunsch auch mit Sonnenbrillengläsern!

\*ausgenommen Komplettangebote und Aktionen

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

Import Optik Interlaken - Höhweg 24  
 Telefon 033 822 70 00  
[www.import-optik.ch](http://www.import-optik.ch)

**GUTSCHEIN**  
 für eine professionelle Augenanalyse (Sehtest)  
 im Wert von CHF 45.00  
 Bitte voranmelden! Gültig bis 31. März 2014



## RESTAURANTS MIT LIVE MUSIK

Jeden Fr. & Sa.	<b>LIVE MUSIK IM HOTEL METROPOLE.</b> Live Musik mit Umberto an der Metro Bar im Hotel Metropole. Informationen: <a href="http://www.metropole-interlaken.ch">www.metropole-interlaken.ch</a> oder Telefon 033 828 66 66.
Täglich (ausser Mi.)	<b>RESTAURANT SCHUH.</b> Musikalische Unterhaltung mit Pianist. 14.30 bis 16.30 Uhr, Grand Café Restaurant Schuh, Höhweg 56, Interlaken.
Jeden Di.	<b>RESTAURANT CHALET, HOTEL OBERLAND.</b> Interlaken. Verschiedene Duos und Schwyzerörgeli, Gesang, Jodel und Alphorn. 20.00 bis 22.00 Uhr. Restaurant Chalet Oberland, Höhweg 7, Interlaken.
Täglich	<b>VICTORIA-BAR.</b> Victoria-Jungfrau Grand Hotel & Spa, Höhweg 41, Interlaken. 18.30 bis 20.00 und 21.30 bis 01.00 Uhr.



## Taufe auf Lombach-Alp!

Ein besonderer Ort für einen besonderen Anlass!



Lassen Sie Ihr Kind in der Predigt am Bärtdorfet auf Lombach-Alp ob Habkern am 1. Sonntag im August taufen?

Der Jodlerklub Ringgenberg-Goldswil umrahmt den Taufakt mit schönen Liedern. Anschliessend sind Sie herzlich eingeladen, mit Ihren Gästen einige

gemütliche Stunden mit uns zu verbringen. Der Jodlerklub offeriert Ihnen den Apéro. Zudem haben Sie die Möglichkeit, sich mit den verschiedenen Angeboten vor Ort zu verpflegen.

**Wir informieren Sie gerne über unser Angebot.**

Jodlerklub  
Ringgenberg-Goldswil  
Rolf Zumbrunn  
Telefon 079 656 69 84  
rolfzumbrunn@bluewin.ch  
info@kircheringgenberg.ch

Bouffy Beach



La Cucina Erotica

Chalet Alpenglut



maharadscha palace

ZEIT & TRAUM HOTEL BEATENBERG

Bald ist Valentinstag

Schenken Sie Ihrer Liebe Zeit und verführerisches Ambiente mit einem Gutschein vom Zeit & Traum Hotel in Beatenberg.

Château d'Amour



SN CITY

LOVEGARDEN



*Love*room.ch  
DER EROTISCH-ROMANTISCHE HOTELFÜHRER

ZEIT & TRAUM HOTEL  
Im Lehn 104A  
CH-3803 Interlaken-Beatenberg

Phone +41 (0)33 841 03 45  
Fax +41 (0)33 841 03 46  
info@zeithotel.ch, [www.zeithotel.ch](http://www.zeithotel.ch)



Coop Matten

365 Tage  
8–20 Uhr  
geöffnet

Coop Matten

Metzgergasse 15

3800 Matten b. Interlaken

## Karin Wirthner & Charlotte Kalberer «Kurt Tucholsky – eine musikalische Lesung»

Samstag, 15. Februar 2014, 20.15 Uhr



Kurt Tucholsky  
1890–1935

«Wenn ein Mensch ein Loch sieht, hat er das Bestreben, es auszufüllen ... Dabei fällt er meistens hinein ...»

Kurt Tucholsky, der Vater der Satire sagt: «Kluge Leute können sich dumm stellen. Das Gegenteil ist schwieriger, denn nichts ist schwerer und erfordert mehr Charakter, als sich in offenem Gegensatz zu seiner Zeit zu befinden und zu sagen: Nein!»

### Karin Wirthner (rechts), Texte

Absolvierte von 1995 bis 1999 die Schauspielschule Bern. Nach einem 2-jährigen Engagement am Theater «Die Tonne» in Reutlingen (D), spielte sie unter anderem am Stadttheater Bern und am Staatstheater Stuttgart. Seit 2003 ist sie in der freien Schweizer Theaterszene aktiv.

### Charlotte Kalberer (links), Klavier

Nach der Matura drei Jahre Musikstudium in Paris, zwei Jahre Studium in Neuchâtel mit Klavier-Lehrdiplom-Abschluss. Seit 1987 Klavierlehrerin, zuerst

an der MS Münsingen und am Conservatoire de musique in Neuchâtel, von 1998 an Lehrerin an der MSO. Orgel- und Kammermusikkonzerte, häufige Engagements als Begleiterin.

### Eintritt

Fr. 25.–/Jugendliche bis 16-jährig Fr. 15.–

### Vorverkauf

ab Donnerstag, 6. Februar bei: Dropa Drogerie Günther Bahnhofstrasse 25, Unterseen, Telefon 033 826 40 40, Fax 033 826 40 41. Filiale Zentrum Interlaken Ost, Telefon 033 823 80 30.

Der Verein «Stadtkeller» dankt der Dropa Drogerie für den Vorverkauf!

Genügend Parkplätze im Parkhaus Stedtlizentrum vorhanden.

# FITPOINT TRAININGS CENTER



**Preise:**  
**12 Monate Fr. 595.–**  
**Lehrlinge Fr. 55.–/Mt.**

- Inkl. Zutrittskarte (24 Std.)
- Gratis Parkplätze
- Trainingspläne
- Keine Gebühren
- Ernährungsberatung
- Protein Verkauf

Wychselstrasse 6, 3800 Matten b. Interlaken  
079 311 13 45 · seit 1986 · [www.interfitness.ch](http://www.interfitness.ch)



feel well fitness



Goldy Bödelibad, Pf 614, 3800 Interlaken  
033 822 36 36, [www.feelwell-fitness.ch](http://www.feelwell-fitness.ch)

Unsere **Stärke für Sie** ist unser  
**Betreuungskonzept** für ein  
**erfolgreiches Training** zu  
**mehr gesunde Fitness**  
und **Vitalität!**

Ihre Bewegungs- und Gesundheitsexpertin Heidi  
Matter und Team heissen Sie herzlich willkommen!



## Pedro Lenz: Matinee-Lesung

Sonntag, 9. Februar um 11.15 Uhr im Schlosskeller Interlaken



*Pedro Lenz: Auf dem Weg nach Interlaken, oder irgendwohin. An einem Sonntagmorgen oder irgendwann, Hauptsache er kommt an.*

**Pedro Lenz liest aus seinem neuen Buch «Liebesgeschichte». Hollywood ist weit weg, wo sich am Schluss des Films die Verliebten küssen und die Sonne untergeht, da fangen die Lenzgeschichten erst an, nämlich im Leben.**

Eine Matinee mit Pedro Lenz ist immer etwas Besonderes, etwas Anderes. Aus vielen Gründen. Da ist Pedro Lenz, der Autor, der Erzähler, da sind seine Geschichten voller Windungen und Kurven durch das ganz gewöhnliche Leben, und da ist auch der Ort, das Kellergewölbe

mit seiner eigenartigen Stimmung. Alles zusammen ergibt einen Sonntagmorgen voller Poesie, mit Gedanken, die noch lange in Kopf und Magen liegenbleiben – länger als der Schweinebraten und die «Ankeröschti», mit oder ohne gemischtem Wintergemüse.

Weitere Infos unter  
[www.schlosskeller.ch](http://www.schlosskeller.ch)

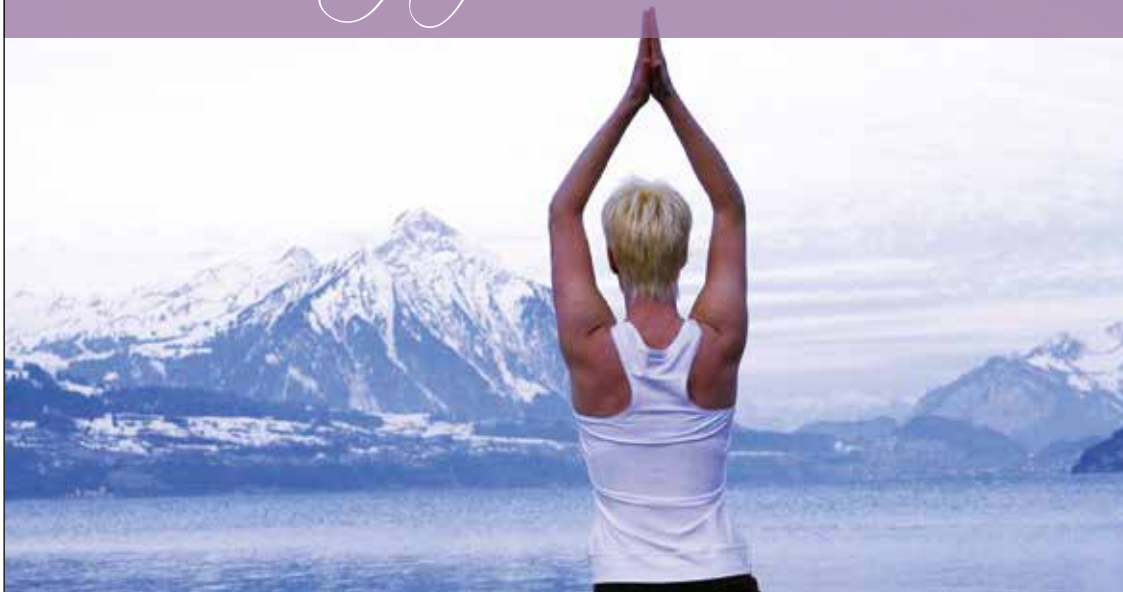
### Vorverkauf

Buchhandlung Krebsler, Höhweg 11,  
3800 Interlaken, Telefon 033 822 35 16

*Vorschau  
Samstag, 29. März,  
20.15 Uhr: Lisa Catena,  
mit ihrem Programm  
«Wäutfride». Als Hippie-  
Mädchen schildert  
sie dem Publikum  
die Niederungen der  
Politik, plaudert über  
Höhenflüge des Alltags  
und erzählt von ihrem  
Treffen mit Jesus höchst  
persönlich.*

# Special Day Spa

FEBRUAR UND MÄRZ 2014



TUN SIE SICH UND IHREM KÖRPER WAS GUTES  
MIT PURER ENTSPANNUNG

Thai Yoga Day Spa inkludiert:

- 80-minütige Thai Yoga Massage
- leichten Spa Lunch mit Tagesfruchtsaft
- Kräutertee für zu Hause als Geschenk
- Nutzung des VICTORIA-JUNGFRAU SPA- und Wellness-Bereichs

zum Preis von CHF 230.– pro Person

Buchbar täglich von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Unser SPA-Team berät Sie gerne und freut sich auf Ihre  
Kontaktaufnahme unter [espa@victoria-jungfrau.ch](mailto:espa@victoria-jungfrau.ch) oder unter Tel. 033 828 27 30.

  
*Victoria Jungfrau*  
GRAND HOTEL & SPA

VICTORIA-JUNGFRAU Grand Hotel & Spa | Höhweg 41 | CH-3800 Interlaken

  
SWISS DELUXE HOTELS

  
VICTORIA-JUNGFRAU COLLECTION

  
LEADING HOTELS®

  
*Trinkhalle*  
am Kleinen Rugen

## Feiern Sie den Frühling in der Trinkhalle

### Wunderbare Feste mit grandioser Aussicht

Kommen Sie zu uns in die  
Trinkhalle am Kleinen Rugen

- tiptop ausgerüstete Küche
- heizbare Räume
- beleuchteter Gehweg

Ob Geburtstagsfeiern, Hochzeiten, Firmenanlässe, Sitzungen – **diese einzigartige Atmosphäre wird auch Ihren Anlass verzaubern!**

*Für Informationen  
und Reservationen  
Förderverein Trinkhalle  
am Kleinen Rugen  
Telefon 079 784 79 21  
[www.trinkhalle.ch](http://www.trinkhalle.ch)*



### Trinkhalle Kultur-Anlass 2014

#### «Duo Paganini»

Alexandre Dubach, Violine  
David Zipperle, Gitarre

Geniessen Sie einen unvergesslichen Abend mit den virtuosen Violinen- und Gitarrenkünstlern, die sich als Duo Paganini einen hervorragenden Namen geschaffen haben.

**Freitag, 28. Februar 2014, 19.30 Uhr  
in der Trinkhalle am Kleinen Rugen.**



**Eintritt gratis.** Verpflegungsmöglichkeit ab 18.45 Uhr, während der Pause und anschliessend an das Programm. Parkplatz bei Rugenbräu (neben der Autobahn).

Der Förderverein freut sich auf Ihren Besuch in der Trinkhalle und auf ein gemütliches Zusammensein!

# Belvédère

★★★★

Strandhotel & Restaurant

## Valentinstag

Freitag, 14. Februar 2014

Verwöhnen Sie Ihren Partner mit unvergesslichen Momenten in bester Ambiente. Buchen Sie noch heute Ihren 2er Tisch mit bezaubernder Aussicht.

## Belvédère-Musik-Brunch

Sonntag, 23. Februar 2014

Jeweils am letzten Sonntag im Monat erleben Sie das reichhaltige Brunchbuffet (Frühstück-, Vorspeise-, Hauptgang- sowie Dessertbuffet) mit musikalischer Unterhaltung. CHF 85.– pro Person für das komplette Angebot. (9.30 bis 14.00 Uhr). Dieses Mal mit den Steamboat Rats – Jazz, Swing und der Spirit von Frank Sinatra versüssen den Sonntag.

## Day Spa – Erholung der ganz besonderen Art

Die Tore zur Wellness-Anlage stehen Ihnen an ausgesuchten Tagen offen. Entdecken Sie das einmalige Day Spa-Angebot mit Pevonia Produkten. Details erfahren Sie bei uns am Empfang oder im Internet. Dieses Angebot eignet sich wunderbar als Geschenkidee.

## Swiss Grand Cru – am Knochen gereiftes Fleisch

Ab Februar präsentieren wir für Fleischliebhaber ein besonderes Highlight. Vom Wagen können Sie Ihr Lieblingsfleischstück aussuchen und das Gewicht selbst bestimmen. Nur die besten Fleischstücke werden selektioniert, am Knochen aus Tradition über lange Zeit gereift, damit das volle Aroma zum Tragen kommt – ein Erlebnis der besonderen Art!

## 106 Jahre Belvédère-Dîner zum Saisonauftakt 2014

Samstag, 1. März 2014 ab 18.30 Uhr

Heissen Sie mit uns die neue Saison willkommen, notabene die 106. Saison des Belvédères. Geniessen Sie Aperitif, Vorspeisebuffet, servierter Hauptgang gefolgt von einem Dessertbuffet inklusive Wein zum Jubiläumspreis von CHF 106.– pro Person.

Bis bald in Ihrem Belvédère  
033 655 66 66  
www.belvedere-spiez.ch



# B Restaurant Burehuus

Ländliche Gastfreundschaft mitten in der Stadt

Gastfreundschaft und Emotionen,  
der Ort an dem sich Geniesser treffen

## Sonntags-Brunch 2014

2. März, 6. April, im Mai kein Brunch, 1. Juni

Ab 9.30 Uhr erwartet Sie ein bezauberndes  
«Burebuffet zum Zmörgele», «unverschämt guet».  
CHF 35.– pro Person (Reservation erwünscht)

## Herz- & Rosen-Erlebnis

Traumhaft schön dekoriertes Tisch mit Rosenblättern  
und Kerzen. 1 Glas Schaumwein, ein köstliches  
4-Gang-Menü, 3 rote Rosen zum mitnehmen  
**Auf Vorbestellung**

## Rösti-Festival bis Ende Februar

Kreieren Sie Ihre Rösti selber –  
Rösti einmal anders erleben

## Valentinstag – Tag der Freundschaft am 14. Februar

In einem Blütenmeer von Rosen und  
warmen Kerzenschein umhüllt, geniessen Sie  
unser Valentins-Auswahlmenü.

## Wintererlebnis

Fondue-/Raclette-Plausch & Tatarenhut-Hit

Im Restaurant oder auch draussen im Brunneschöpf  
servieren wir Ihnen mit warmen Kirscheinkissen  
und kuscheligen Armeewolldecken, Fondue und  
Tatarenhut. Ein tolles Wintererlebnis!  
**Auf Vorbestellung**

## «Feste feiern wie sie fallen» ... ist unser Moto

Sei es ein Familienfest, eine Hochzeitsfeier oder  
ein Mitarbeiteressen, gerne machen wir für  
Ihren Anlass eine Offerte. Wir freuen uns auf Sie!



Herzlich  
willkommen!

Hohmadpark, Frutigenstrasse 44, CH-3600 Thun  
Telefon 033 224 08 08, Fax 033 224 08 09  
info@burehuus.ch, www.burehuus.ch

OBERLÄNDERCHÖRLI  
INTERLAKEN

VEREINE 2|14

## Singen ist Gymnastik für die Seele!

Chorgesang versetzt unsere Seelen in Gleichklang.  
Singen aus der Tiefe des Herzens macht froh und befreit.



Foto: Paul Schenk

Das Oberländerchörli Interlaken, unter der musikalischen Leitung von Marie-Theres von Gunten, möchte viele Menschen an diesem wertvollen Gefühl teilhaben lassen. Es öffnet daher sein Probelokal an den folgenden vier Abenden allen, die gerne den Jodelgesang im Besonderen kennenlernen möchten. Benützt diese Gelegenheit, kommt frei und unbeschwert zum «Schnuppern»! Wer weiss, was in Eurer Seele möglicherweise noch schlummert?

### Probedaten

Montag, 27. Januar, 3., 17. + 24. Februar

### Treffpunkt

19.55 Uhr beim Musikzimmer des Sekundarschulhauses Alpenstrasse Interlaken

### Auskunft

Jürg Häsler, Präsident, 033 822 85 46  
Marie-Theres von Gunten, 033 841 19 84

Wir freuen uns auf Euren Besuch!  
Oberländerchörli Interlaken

**VITA CONTOUR**

... GEZIELTE REDUKTION VON PROBLEMZONEN

**Jetzt profitieren!**  
ab 1. Januar bis 28. Februar 2014  
**20%** auf Contourvitalogie Behandlungen

VitaContour, Hanna Theiler, Simmentalstrasse 24, 3752 Wimmis  
T 033 657 00 11 E hanna@vitacontour.ch I www.vitacontour.ch

**elementnails**  
Nails - Feet - Lashes

079 378 28 35  
www.elementnails.com

**Schnuppertag – Erlebnistag**  
mit Stéphanie Allenbach  
im Yoga-Center, Kammstrasse 11, Interlaken

Erleben Sie die Wirkungsweise von Kristallen, Meditation, Ihre mentale Kraft und Intuition, Strategien für Stress-Abbau und Regeneration und anderes mehr.

Samstag 8. Februar oder Samstag 8. März  
10.00 bis ca. 16.30 Uhr, Austausch: Fr.100.00  
Anmeldung bis 1.2. oder 1.3. 2014 erwünscht

**anam** cara Stéphanie Allenbach  
stephanie.allenbach@bluewin.ch  
Tel. 033 671 38 74 oder 079 713 58 29  
Info: [www.stephanieallenbach.ch](http://www.stephanieallenbach.ch)




**Alle Elektroinstallationen für Privat und Gewerbe**

**AHB elektro ag**  
Tel. 033 847 01 35  
www.ahbelektro.ch

Spezialisiert für Einbruchalarm, Videüberwachung, Brandmeldung, Zuko, Telematik, Photovoltaik

Leissigen  
Matten  
Schlosswil  
Oberhofen



**LICHTRAUM THUN**  
PRAXIS FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG



**Energetische Aufrichtung  
Energiebehandlungen**  
Linderung bei Schmerzen, Migräne, Burnout

**Ab Januar neue Seminare**  
Marlene Stitz · Reiki-Meister/-Lehrer  
Untere Hauptgasse 14, 3600 Thun  
Telefon 079 315 32 50  
www.lichtraumthun.ch · info@lichtraumthun.ch

Mit der Luftseilbahn Isefluh täglich ins Wintermärchen!

In idyllischer Umgebung Schneeschuhlaufen, eine Skitour unternehmen oder eine rasante Schlittenabfahrt geniessen... (Schlitten mieten möglich)

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



**PLÜSS** ofenbau  
033 / 822 27 06

**Plüss Metallbau**  
Weissenastr. 54  
3800 Unterseen  
Tel. 033 822 27 06  
metallbaupluess@bluewin.ch

**GOLDANKAUF INTERLAKEN**

Goldschmuck, Goldmünzen, Golduhren, Altgold, Silber, Silbergeld, Besteck

**Beste Tagespreise**  
Unser Motto: Vertrauen und Diskretion  
C. Ojanguren, Goldschmied, 3800 Interlaken

079 410 53 82  
Montag bis Sonntag  
www.goldankauf-interlaken.ch



**SWISS ORIGINAL HEIMATWERK INTERLAKEN**

**Die grüne Kuh weidet im Winter auswärts**

Damit alle Freunde des Swiss Mountain Market über die Wintermonate nicht auf ihre regionalen Lebensmittel verzichten müssen, sind die Produkte im nahegelegenen Heimatwerk erhältlich.



Barbara Iseli vom **Heimatwerk Interlaken** und Markus Metzger vom **Swiss Mountain Market** spannen zusammen. Damit die Freunde von einheimischen Lebensmitteln auch im Winter nicht auf ihren Käse, ihre Trockenwurst, Kräutertee und Guetzi verzichten müssen, werden diese Artikel im Heimatwerk angeboten. Der Laden am Höheweg – nur ein paar Schritte vom Swiss Mountain Market entfernt – ist an allen Wochentagen geöffnet und bietet so eine ideale Einkaufsmöglichkeit. Die gemeinsame Aktion der beiden Selbsthilfe Organi-

sationen ist gut ins neue Jahr gestartet. Die natürlich hergestellten Lebensmittel und die kunsthandwerklichen Arbeiten aus der Schweiz ergänzen sich ausgezeichnet als kleine feine Geschenke. Der **Swiss Mountain Market** öffnet seine Türen im Frühjahr an seinem gewohnten Standort.

**Wir sind im Heimatwerk für Sie da**  
Montag bis Freitag  
9.00 bis 12.00 und 13.30 bis 18.30 Uhr  
Samstag  
9.00 bis 16.00 Uhr

Heimatwerk Interlaken  
Höheweg 115  
3800 Interlaken  
Telefon 033 822 16 53





# FITNESS JAHRESABO AB CHF 450



ÜBER 90 AUSDAUER- UND KRAFTGERÄTE AUF 1400 M<sup>2</sup>  
PROFESSIONELLE BETREUUNG  
BAR, LOUNGE, GRATIS PARKPLATZ, LIFT

UNSER EINHEIMISCHES, TOP QUALIFIZIERTES TEAM FREUT SICH  
AUF DEINEN BESUCH.

**GROUP  
FITNESS  
FEBRUAR**

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
08.30 – 09.25			<b>Zumba</b> Irène von Atzigen		
09.00 – 09.55	<b>Fit im Alter</b> Irène von Atzigen	<b>Power Dumbell</b> Andrea «Butzli» Feuz		<b>Cycling</b> Beni Brüggli	<b>Power Yoga</b> Susli Landmesser
10.00 – 10.55			<b>Kangatraining*</b> Irène von Atzigen		
18.00 – 18.55	<b>Power Dumbell</b> Irène von Atzigen	<b>Fitboxe</b> Irène von Atzigen	<b>M.A.X. (1/2 Std.)</b> Irène von Atzigen	<b>Power Dumbell</b> Andrea «Butzli» Feuz	<b>Antara**</b> Andrea «Butzli» Feuz
19.00 – 19.55	<b>Bodyforming BBP</b> Irène von Atzigen	<b>Zumba</b> Karin Oberli	<b>Cycling</b> Andrea Straubhaar	<b>Bodyforming BBP</b> Irène von Atzigen	
20.00 – 20.55	<b>Cycling</b> Manuel Zurbuchen		<b>Pilates</b> Susli Landmesser		

\* nicht im Abo inbegriffen \*\* Month Special: 7. / 14. / 21. / 28. Februar 2014

S4 FITNESSCENTER | MITTELWEG 11 | WILDERSWIL | 033 530 01 66

[WWW.S4SPORTS.CH](http://WWW.S4SPORTS.CH)



## Jugendsinfonie-Orchester Arabesque

### Frühlingsanfang



Erleben Sie das Arabesque zum Frühlingsanfang in der Reformierten Kirche Spiez, der Schlosskirche Interlaken und der Französischen Kirche Bern.

**Freitag, 28. Februar 2014, 19.30 Uhr**  
**Reformierte Kirche Spiez**

**Samstag, 1. März 2014, 19.30 Uhr**  
**Schlosskirche Interlaken**

**Sonntag, 2. März 2014, 17.00 Uhr**  
**Französische Kirche Bern**

#### Programm

**Jean Sibelius (1865–1957)**  
Finlandia, op. 26

**Noel Schmidlin (\*1992)**  
Tänzerische Skizzen No. 1

**Antonin Dvorak (1841–1904)**  
Sinfonie Nr. 8, G-Dur, op. 88  
(Die Englische)

**Leitung**  
Georgios Balatsinos

Eintritt frei – Kollekte

[www.jso-arabesque.ch](http://www.jso-arabesque.ch)

**FDP**  
Die Liberalen

## In den Grossen Rat



**Marianna Lehmann**  
**Wilderswil** Nr. 11.07.0

1959, verheiratet, Mutter von zwei erwachsenen Kindern  
**Gemeindepräsidentin**,  
Haus- und Hotelkauffrau

“als Grossratskandidatin motiviert”  
“als Gemeindepräsidentin engagiert”  
“als Person unabhängig”

[www.marianna-lehmann.ch](http://www.marianna-lehmann.ch)



**Franz Stämpfli**  
**Innertkirchen** Nr. 11.13.4

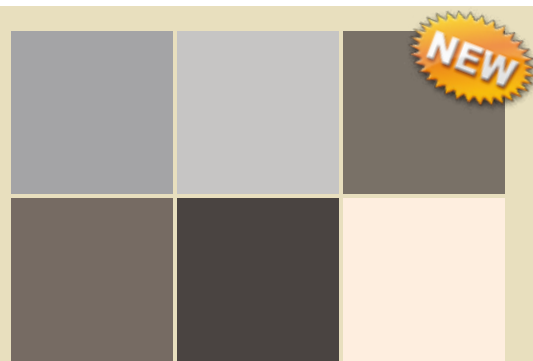
1960, verheiratet, Fürsprecher + Notar.  
Politischer Sekretär der FDP Schweiz 1987 bis 1993,  
Geschäftsführer und Fraktionssekretär der FDP des Kantons Bern 1993 bis 2006, Mitgl. Gewerbekammer KMU,  
Präsident Rheumaliga Schweiz und Alpine Rettung Schweiz, Exekutivrat Swiss Olympic, Präsident Brünig Indoor (Leistungszentrum der Schweizer Sportschützen), div. VR u.a. Outdoor Interlaken AG, Luftseilbahn Isenfluh-Sulwald, Zentralpräsident SAC bis 2006  
Hobbys: Skifahren, Jagen, Schwingfeste besuchen, Schiessen, Motorrad

**Liste 11**  
**30. März 2014**

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

**Ihr Fachbetrieb für:**

- ✓ Keramische Wand- und Bodenbeläge
- ✓ Planung und Ausführung in Neu- und Umbauten
- ✓ Silikonarbeiten
- ✓ Reparaturarbeiten



# FLURI

Keramik GmbH



Gerne nehme ich mir Zeit und komme persönlich bei Ihnen vorbei.

Plattenlegerchef mit eidg. Fachausweis

Buchwaldgasse 9, 3805 Goldswil  
033 530 03 77 / www.fluri-keramik.ch



Bödéli  
Bibliothek  
Interlagen

## Lesung mit Marianne Vogel Kopp – FLUGHAUT

Mit FLUGHAUT legt Marianne Vogel Kopp ihren zweiten Roman vor – wiederum eine heitere und tief sinnige Entwicklungsgeschichte, die berührt.



Bödéli Bibliothek  
Interlagen  
Marktgasse 4  
3800 Interlagen  
Telefon 033 822 02 12  
info@  
boedeli-bibliothek.ch

## Schöne Winteraussichten im Seehotel Bönigen und Restaurant Elemänt



Wärmen Sie Ihre Füsse ab Samstag, 1. Februar 2014 bei uns auf.

- **Neu: Fondue- und Raclette-Beizli**
- Nachmittags «Afternoon Tea» mit hausgemachtem Gebäck
- Kulinarische Überraschungen von der kleinen Winterkarte
- Kinderspielzimmer beim Restaurant mit Spielen, Maltisch, X-Box 360 und Filmen
- Das Restaurant ist von Donnerstag bis Sonntag geöffnet. Sonntagabend geschlossen
- Für Bankette sind wir auch ausserhalb dieser Zeiten für Sie da.

Wir sind im «Elemänt» für Sie. Familien Budd und Hohermuth mit Team



Tel 033 827 07 70  
Fax 033 827 07 71  
info@seehotel-boenigen.ch  
www.seehotel-boenigen.ch

Stella, eine früh hochgejubelte Installationskünstlerin, gerät in ihrem dreiunddreissigsten Jahr in einen Sinkflug. Trotz heftiger Gegenwehr verliert die Strahlfrau ihre Leichtigkeit, bricht mehrfach ein und bangt um ihre Existenz. Gleichzeitig taucht Rafael, ein Kunstexperte in der Lebensmitte, aus seiner selbst gewählten Isolation auf. FLUGHAUT erzählt eine «comédie humaine», in der geliebt und gestritten, fantasiert und meditiert, gestorben und intensiv gelebt wird.

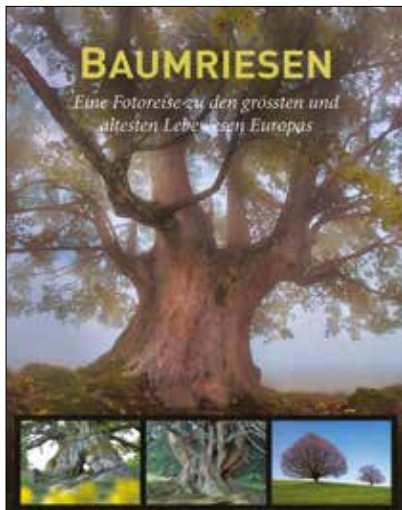
**Marianne Vogel Kopp liest aus ihrem neuen Roman**

**Donnerstag, 6. Februar 2014, 20.00 Uhr**  
**Bödéli-Bibliothek Interlagen**

Eintritt frei  
Anmeldung nicht erforderlich.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.





## MAGISCHE BAUMRIESEN

Michel Brunner Live

Bäume sind die grosse Passion von Michel Brunner. Was vor 15 Jahren seinen Anfang nahm, ist zum einzigartigen Archiv gewachsen: Über 4000 Altbäume in Europa – darunter rund die Hälfte in der Schweiz – hat Brunner inzwischen fotografiert, vermessen und dem von ihm gegründeten Archiv „pro arbore“ einverleibt. Sein gleichnamiger Bildband ist ein Bestseller und bereits in der 5. Auflage erschienen.

Mit einmaligen Bildern entführt Brunner in die Welt der alten, mächtigen und kuriosen Bäume und erzählt Faszinierendes über Mythos, Kult und Forst uralter Zeitzeugen.

**Interlaken** Freitag, 7. Februar, Kunsthaus - 20 Uhr

Thun/Gwatt: Mi 12. Feb., Kirche Gwatt - 20 Uhr | Zweisimmen: Fr 28. Feb., Gemeindesaal - 20 Uhr

Kassen-/Saalöffnung 1 Std. vor Beginn | Info: [www.vivamos.ch](http://www.vivamos.ch)  
Online-Reservation: [www.olalei.ch](http://www.olalei.ch) | Telefon-Reservation: 031 974 11 02

## Wohnnetz Interlaken

### Begleitetes Wohnen des Contact Netz

Das Wohnnetz Interlaken ist ein Angebot des Contact Netz, in welchem wir Menschen unterstützen, ihre selbständige Wohnfähigkeit zu erlangen, zu erhalten oder wieder zu gewinnen, beispielsweise

- Jugendliche, die sich in einem Ablösungsprozess befinden
- suchtfgefährdete oder suchtmittelabhängige Frauen und Männer
- Menschen, bei denen eine umfassende Wohnbegleitung notwendig ist

#### Fachpersonen aus dem Sozialbereich unterstützen Menschen darin,

- ihre selbständige Wohnfähigkeit zu verbessern
- soziale und lebenspraktische Fähigkeiten zu entwickeln
- den Verlust der Wohnung zu vermeiden
- Eigenverantwortung in verschiedenen Lebensbereichen zu entwickeln
- ihr Wohlbefinden zu verbessern



#### Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterstehen der Schweigepflicht.

Für Fragen und Auskünfte sowie zur Vereinbarung von Terminen stehen wir gerne zur Verfügung.

#### Wohnnetz Interlaken

Rugenparkstrasse 17, 3800 Interlaken  
Telefon 033 823 23 88  
[contact.interlaken@contactmail.ch](mailto:contact.interlaken@contactmail.ch)  
[www.contactnetz.ch](http://www.contactnetz.ch)



# Steiner & Söhne

## Plattenbeläge und Cheminéebau GmbH



3800 Unterseen Eichzun 4

Natel 079 311 05 47

Telefon 033 822 35 34

Telefax 033 822 35 50



André Steiner Thomas Steiner  
Geschäftsführer

www.steiner-soehne.ch  
info@steiner-soehne.ch

**Keramische Wand-,  
Boden- + Natursteinbeläge**  
**Cheminéeöfen, Cheminée-,  
Kachelofenbau + Beratung**  
**Ausstellung Eichzun 1,  
Unterseen**



Mit Sportbrillen von  
Martinaglia Optik

See better  
be better

Neu von ADIDAS Tycane pro 360° Vision

Fragen Sie uns. Unser Team freut sich, Sie fachlich zu beraten, so dass Sie noch mehr Freude an Ihren sportlichen Aktivitäten haben.

**MARTINAGLIA**  
**OPTIK**  
Interlaken Grindelwald

### Martinaglia Optik AG

Agnes und Mario Martinaglia, dipl. AO HFAK  
Jungfraustrasse 7 · 3800 Interlaken · 033 822 94 13  
Diego Martinaglia jun. dipl. Augenoptiker  
Dorfstrasse 123 · 3818 Grindelwald · 033 853 41 21

# BOOT

BLASORCHESTER  
OBERLAND THUN

## Konzerte «Mystische Orte»

Samstag, 15. Februar 2014, 20.00 Uhr, Lötschbergsaal Spiez  
Sonntag, 16. Februar 2014, 17.00 Uhr, Schadausaal KKThun



Leitung: Hervé Grélat

Das Blasorchester Oberland Thun existiert bereits seit 1997 und ist ein vereinsübergreifendes, sinfonisches Blasorchester. Ambitionierte Amateur-, angehende Berufs- und engagierte Profimusiker/innen musizieren unter der Leitung von Hervé Grélat, einem renommierten Schweizer Dirigenten. In einer kurzen, intensiven Probezeit werden anspruchsvolle Werke einstudiert und zur Aufführung gebracht. Das Orchesterprojekt ist im Berner Oberland einmalig und begeistert Jahr für Jahr ein anspruchsvolles Publikum.

Eintritt frei, Kollekte

Erleben Sie das Blasorchester  
Oberland Thun

mit **«Festive Fanfare»** (Oliver Waespi)  
**«Traveler»** (David Maslanka)  
**«Pictures from Hawaii»** (Sami Lörtscher)  
**«Kármán Line»** (Peter Meechan)  
**«Corsican Litany»** (Vaclav Nelhybel)  
und **«Loch Ness»** (Johan de Meij)  
steht das Programm 2014 unter dem  
Motto **«Mystische Orte»**.

Freuen Sie sich auf ein wohlklingendes  
symphonisches Konzerterlebnis!

www.boot-verein.ch



Andrea Kölliker  
dipl. Integral Coach ECA

Therapeutin und Ausbilderin  
AUNDA-Healing

Supporterin in Angst- und  
Stress-Situationen

## Dauerhafte Auflösung von Mustern mit Aunda Healing

NEU!

Gemeinsam löschen wir im Gespräch und mittels energetischer Heilbehandlung nach Attilio Ferrara Ihre seelischen Blockaden. Dies können Ängste, alte unaufgelöste Themen, traumatische Erlebnisse, negative Glaubenssätze und Verhaltensmuster aller Art sein.

Sie haben die Möglichkeit, diese Themen innerhalb von ein bis zwei Sitzungen **dauerhaft und sofort** loszulassen und gewinnen so an frischer Lebensenergie, Klarheit und Harmonie. Die Frequenz AUNDA löscht dabei jeden mentalen, emotionalen und physischen Schmerz aus Ihrem Zellgedächtnis und bringt Körper, Seele und Geist wieder ins Gleichgewicht.

Mehr Infos dazu unter 079 213 27 27 oder auf [www.spirit-of-life.com](http://www.spirit-of-life.com)

## Entspannende Momente ...

Schön können wir Ihnen eine neue Design-Sofa-Kombination präsentieren – die Ihren individuellen Wünschen und Ansprüchen voll entsprechen wird: Das Modell VIDA von Rolf Benz wird Sie begeistern!



**ROLF  
BENZ**

**ALLES UNTER EINEM DACH:**  
Wohncenter von Allmen AG  
3800 Interlaken  
Telefon 033 828 61 11  
[www.wohncenter-vonallmen.ch](http://www.wohncenter-vonallmen.ch)

– vierzig Jahre –  
**von Allmen**  
INTERLAKEN

## Irish-Dance-Kurs

### Etwas für Sie?



Der irische Tanz erfreut sich immer grösserer Beliebtheit, da er tänzerische Elemente mit sportlichen vereint. Das Ergebnis ist ein energiegeladener Tanz, der Akteure und Publikum gleichermaßen begeistert.

#### Voraussetzungen

- Freude an der Bewegung
- Freude am Tanzen
- Freude am Erüben von Choreographien

#### Mitzubringen

- Bequeme Kleidung (Hosen nicht zu weit, da man sonst «hängen» bleibt)
- Gymnastikschuhe (oder Noppensocken)

#### Wo

Kammistrasse 11, 3800 Interlaken  
(im Karate Dojo)

#### Wann

Donnerstags von 20.15 bis 21.15 Uhr

#### Leitung

Dolores Malzkorn  
Telefon 079 936 28 67 oder  
[dolores.malzkorn@bluewin.ch](mailto:dolores.malzkorn@bluewin.ch)



KOSMETIK  
HARMONIE



**Parafango Rückenbehandlung**

Ein Peeling mit Aprikosenkernen regt die Blutzirkulation wunderbar an. Danach werden Ampulle und Parafangopackung aufgetragen. Diese angenehme Wärme tut einfach gut und löst Muskelverspannungen. Zum Schluss folgt eine entspannende Massage. Dauer: ca. 1 1/2 Std. **Fr. 88.-** (anstatt Fr. 100.-)

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

Gültig bis 31. 3. 2014 - bitte inserat mitbringen.

**FUTURE DISCO MIRAGE**

powered by **bluemax**

**Ü-30 Party**

Die ultimative Disco-Mirage Super Show  
Das Beste der letzten 30 Jahre und die Hits von heute!

**Jeweils Samstag: 25. Jan. / 22. Feb. / 29. März / 26. April / 21:00 bis 3:00 Uhr**

**Helvetia Sport Bar**  
Bahnhofstrasse 6, Unterseen  
Eintritt sFr. 10.00 inkl. 1 Drink

**Helvetia** **RUGENBRAU** **HOBEDA**

**BANK** **EKI** Kunden der Bank EKI mit gültiger EKI-Maestrokarte erhalten 50% Ermässigung auf den Eintrittspreis



VEREIN WALDKINDERGARTEN TATATUCK

## Kindergartenzeit – natürlich!

### Spielend lernen im regionalen Waldkindergarten Tatatuck in Ringgenberg

Das freie Spiel geniesst im Waldkindergarten Tatatuck einen hohen Stellenwert. Es eröffnet den Kindern vielfältige, individuelle Lernfelder und lässt Ihr Kind spielend schulreif werden. Das bewährte, altersgemischte Konzept mit 3- bis 6-jährigen Kindern fördert die sozialen Fähigkeiten. Über die Jahreszeiten hinweg erleben die Kinder die Natur mit all ihren Geheimnissen.

Eltern von Waldkindern schätzen es, dass ihr Kind mit Freude seine Lernfähigkeit aktiviert und eine liebevolle Beziehung zu Mensch und Umwelt aufbaut. Die 10-jährige Erfahrung zeigt deutlich, dass Waldkinder in der Schule dank ihrer inneren Beweglichkeit und Neugierde gerne Lernen, offen sind für neue Inhalte und gute Freundschaften schliessen.

Lernen Sie unser regionales Angebot kennen und besuchen Sie uns.

#### Öffentliche Besuchertage am 7. und 13. Februar, 7. März 2014

von 8.30 bis 12.00 Uhr im Tatatuck-Wald. Individuelle Besuchertage nach Vereinbarung.

#### Anmeldung und Infos

Marianne Tschan, Telefon 033 821 13 84, info@tatatuck.ch. Sie erleben unseren Waldalltag direkt mit und erhalten Antworten auf Ihre Fragen.



Verein Waldkindergarten Tatatuck  
Hauptstrasse 115  
3852 Ringgenberg  
Telefon 033 821 13 84  
info@tatatuck.ch  
www.tatatuck.ch

#### www.tatatuck.ch

Wir freuen uns über Ihr Interesse!

Melden Sie Ihr Kind bei uns für den obligatorischen Kindergarten, für den Besuch der Waldspielgruppe oder in die Elternkindgruppe an.

#### Offene Praktikumsstelle ab August 2014

Suchst du einen attraktiven Praktikumsplatz? Wir suchen wetterfeste/n Praktikantin oder Praktikanten (mind. Alter 16 Jahre).

Mehr dazu erfährst du unter: www.tatatuck.ch

Noss Schulzentrum  
Schlösslistrasse 7 3700 Spiez  
Tel. 033 655 50 30

**NOSS**

**Berufsbegleitende Zusatzausbildungen**

**Bürofach-/Handelsdiplom VSH**  
schweizweit anerkannte Abschlüsse

- Kursbeginn: 23. April 2014
- Dauer: 1 Jahr
- Kurstag: Mittwoch


**Med. Sachbearbeiterin+**

- Kursbeginn: 16. Oktober 2014
- Dauer: 1 Jahr
- Kurstag: Donnerstag

Für weitere Informationen rufen Sie uns bitte an

die noss in spiez macht schule 033 655 50 30

Schulzentrum



**HOTEL BÄREN**

**Urchige Metzgete**  
Freitag, 31. Januar bis Sonntag 2. Februar 2014

**Wilderswiler Bärestube-Metzgete-Bufferf**  
Samstag, 1. Februar 2014  
Schlachtplatte mit Blut- und Leberwürsten und vielen währschaften Leckereien.

**Bäre-Brunch**  
Jeden Sonntag, 09.00 bis 13.00 Uhr  
Für Geniesser: hausgebeizter Lachs, Champagner, knusprige Röstli, hausgebackener Zopf und vieles mehr.

**Bärensaal**  
Kann für Veranstaltungen, Firmenanlässe, Vereinstreffen, Familienfeiern, Hochzeiten gebucht werden.  
Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.

**Das Original „Schweizerische Gemütlichkeit“**  
**Hotel Bären, Wilderswil – www.baeren.ch**  
Wir freuen uns auf Ihre Tischreservation  
**365 Tage sind wir für Sie da...**  
Erika & Bernard Müller / Tel. 033 827 02 02

# PARTY-SERVICE



## Catering von A-Z

Alles für Ihr Event von einem Anbieter.

Geburtstagsessen, Konfirmation, Bankette, Geschäftsessen, Apéro, Hochzeit, Grillplausch, Dekorationen. Wir liefern alles an den **von Ihnen gewünschten Ort**. (z.B. Bauernhof, Waldhütte, Festhalle, Schiff, Garten, Forsthaus, Zelt, Hangar, Gewächshaus,...)

SYDECA, Dekorationen- & Partyservice

**033 650 93 00**

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

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

FAX 033 650 96 33



Martina Ringgenberg  
Craniosakral-Therapie



**Möchten Sie Ihre Rückenschmerzen loswerden?**

**Wollen Sie sich entspannen und Ihrem Nervensystem Ruhe gönnen?**

**Wünschen Sie sich ein Baby, das nicht immer weint?**

Craniosakral-Therapie hilft Ihre **Beschwerden** zu lindern.

Vereinbaren Sie einen Termin auf:  
[www.cranio-sakral.ch](http://www.cranio-sakral.ch) oder 079 464 37 65  
Dorfstrasse 28, 3805 Goldswil b. Interlaken

Die erste Behandlung ist **gratis!**  
Ich freue mich über Ihre Anmeldung.

Martina Ringgenberg  
Craniosacraltherapeutin Cranio Suisse®



LESEN UND SCHREIBEN FÜR  
ERWACHSENE IM KANTON BERN



## Wollen Sie besser schreiben können?

### Lese- und Schreibkurse für deutschsprachige Erwachsene

- leichter verständliche Sätze bilden,
- das, was Sie lesen, besser verstehen und
- sicherer sein beim Schreiben von Rapporten, Mails und Briefen
- Ihren Kindern bei den Hausaufgaben helfen können und
- Ihre beruflichen Chancen verbessern?

**Lese- und Schreibkurse für deutschsprachige Erwachsene ohne Diktate, ohne Noten und ohne Prüfungen!**

#### Kurse

in Interlaken oder Thun, ab Februar 2014 jeweils Dienstagabend, 38 Kursabende, 19.15 bis 21.15 Uhr

#### Kosten

Fr. 20.- pro Kursabend

#### Ort

Bildungszentrum Interlaken/GIB Thun

#### Anmeldung

Telefon 031 318 07 07  
[www.lesenschreiben-bern.ch](http://www.lesenschreiben-bern.ch)

#### BOGGSEN

**Dokumentarfilm von Jürg Neuenschwander**

«Im Film BOGGSEN schildern uns zehn von Illiterismus betroffene Menschen ihr Leben. Sie haben es gewagt, öffentlich

zu ihrer Schwäche zu stehen. Wir erfahren von Demütigungen und Ausweichstrategien, von Tabus und vom Leidensdruck. Und sie erzählen uns, warum sie sich trotz allem entschlossen haben, sich aus ihrem Käfig zu befreien. Sie machen Mut, es ihnen gleich zu tun. Sie zeigen wahre Stärke, indem sie öffentlich zu ihrer Schwäche stehen. BOGGSEN, der Film, der zu Worten verhilft, wo es vorher nur den Rotstift gab.»

Vielleicht möchten Sie den Film in Ihrer Klasse vorführen oder für Ihre Bibliothek anschaffen und so auf das Thema aufmerksam machen? Auf Wunsch vermitteln wir Ihnen auch Fachleute für die Durchführung einer Veranstaltung. Für Fr. 10.- plus Porto- und Versandkosten können Sie die DVD bei uns bestellen.

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

*Lesen und Schreiben für Erwachsene*  
Fachstelle für Grundkompetenzen im Kanton Bern  
Aarberggasse 5  
3011 Bern  
Telefon 031 318 07 07

*Weitere Infos:*  
[www.lesenschreiben-bern.ch](http://www.lesenschreiben-bern.ch)  
[www.boggsen.ch](http://www.boggsen.ch)

## Fenster ist Licht und Wärme.

IDEEN FÜR FENSTER, KÜCHEN UND INNENAUSBAU



Ganz egal ob Sie eine Sanierung oder Neubau Ihres Eigenheims planen: Bei uns bedient Sie der Chef persönlich. Fenster gibt es in Holz oder Holz-Metall Kombination und Jalousien aus Holz oder Alu. Damit mehr Licht reinkommt und die Wärme drin bleibt.

**CHUCHI WYSS**

KÜCHEN SCHREINEREI INNENAUSBAU

Besuchen Sie uns auf dem Bödli:  
CHUCHI WYSS GmbH · Weissenaustrasse 72  
3800 Unterseen bei Interlaken · [www.kuechentrend.ch](http://www.kuechentrend.ch)

MINERGIE  
FACHPARTNER

Der Schreiner  
bei Macher

Piatti  
Fachhändler

### 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  
Fax 033 822 88 29  
[www.zwahlen-metallbau.ch](http://www.zwahlen-metallbau.ch)

**Albert Zwahlen**

Wir liefern Storenstoff  
und überziehen alte Storen!



Gesundheitspraxis

Violaine Penta

Dipl. Masseurin, dipl. Pflegefachfrau,  
Therapeutin für Naturheilkundliche Therapieverfahren



### Massagen

Klassische Massage, Sportmassage, Triggerpunkttherapie,  
Kopfschmerz-/ Migränetherapie, Ayurveda, Kolonmassage

### Wirbel- und Gelenktherapien

Dorn und Breussmassage

### Aus- und Ableitverfahren

Schröpfen, Fussreflex, Baunscheidtieren,  
Schwermetallausleitung

### Naturheilkundliche Therapieverfahren

Pflanzenheilkunde, Schüsslersalz, Orthomolekularmedizin,  
Ohrakupunktur, akut Homöopathie, Wickel und  
Kompressen, Bachblütentherapie

Krankenkassenanerkannt

Spielmatte 3, 3800 Unterseen, 078 690 40 07  
www.gesundheitspraxis-violaine.ch



## Bern wählt!

**Die kantonalen Wahlen 2014 auf  
Radio BeO – nichts verpassen!**

**Radio BeO berichtet über die  
Hintergründe des Wahlkampfes,  
stellt die Kandidatinnen und  
Kandidaten für Gross- und  
Regierungsrat vor, und analysiert  
die Wahlergebnisse.**

**BeO-Wahlservice  
10. Februar bis 30. März 2014**

Radio Berner Oberland – Service Public für die Region!

**96.8 MHz**

www.RadioBeO.ch / www.BeO.FM



VOLKSHOCHSCHULE  
OBERHASLI/REGION BRIENZ

## Kurse 2014

### Neues Kursprogramm

#### Informatik

##### Word Aufbaukurs kompakt

3 x Montag, ab 10. März  
18.45 bis 21.15 Uhr, Fr. 240.–

##### Windows 8 Workshop Office

3 x Dienstag, ab 25. März  
18.45 bis 21.15 Uhr, Fr. 240.–

#### Sprachen

##### – Deutsch als Fremdsprache A1

Einsteiger

##### – Deutsch als Fremdsprache A1/ Vorkenntnisse

##### – English Continuation A1

##### – English Continuation A2/B1

##### – Italienisch B1

##### – Italienisch A1 Anfänger Fortsetzung

##### – Italienisch A2 mit Vorkenntnissen

Einstieg nach Absprache in laufende  
Sprachkurse möglich!

#### Führungs-/Kaufmännische Kurse

##### Vom Handwerker zum Dienstleister (Knigge)

1 x Donnerstag, 3. April  
16.00 bis 19.00 Uhr, Fr. 190.–

##### Erfolgreich Bewerben

3 x Mittwoch, ab 7. Mai  
19.30 bis 22.00 Uhr, Fr. 165.–

#### Praktische Kurse

##### Häkeln für Jung & Alt – Mütze & Stirnband\*

2 x Dienstag/Mittwoch, 5./6. Februar  
19.00 bis 21.30 Uhr, Fr. 95.–

##### Täschchen nähen – Geschenk Makeup/Stift/Krimskrams\*

2 x Mittwoch/Donnerstag, 12./13. Februar  
19.00 bis 21.30 Uhr, Fr. 95.–

##### Täschchen nähen – schnelles Geschenk\*

2 x Mittwoch/Donnerstag, 26./27. Februar  
19.00 bis 21.30 Uhr, Fr. 95.–

##### Weben Schnupper-Kurs (Gadmen)\*

Samstag, 1. März  
9.00 bis 17.00 Uhr, Fr. 135.–

##### Weben Workshop (Gadmen)\*

2 x Freitag/Samstag, 4./5. April  
9.00 bis 17.00 Uhr, Fr. 270.–

##### Grundkurs Digitale Kamera

3 x ab Montag, 10. März  
19.00 bis 22.00 Uhr (Achtung! am 17.  
März von 13.30 bis 16.30 Uhr), Fr. 190.–

##### Schweisskurs für Frauen\*

3 x Mittwoch 5./19. März/2. April  
19.00 bis 22.00 Uhr, Fr. 245.–

##### Töpfern Steingut/Steinzeug (Brienz)\*

4 x Donnerstag, ab 6. März  
19.00 bis 22.00 Uhr, Fr. 300.–

\*Kosten für Spezial-/Material/  
nach Aufwand/Auswahl = separat

#### Kurs Infos/online buchen

info@vhs-zib.ch

www.vhs-zib.ch

Telefon 033 971 38 62

Sponsor und Ausbildungspartner: KWO

Sponsor: Raiffeisenbank Meiringen

Volkshochschule  
Oberhasli/  
Region Brienz  
Kirchgasse 15  
3860 Meiringen  
Telefon 033 971 38 62  
info@vhs-zib.ch  
www.vhs-zib.ch

# X

## HIGH-END DRUCKQUALITÄT IM FORMAT

Schlaefli & Maurer  
Grafische Betriebe

3661 Uetendorf, Industriestrasse 12 · 3800 Interlaken, Aarmühlestrasse 6 · Telefon 033 828 80 80 · Fax 033 828 81 81 · info@schlaefli.ch



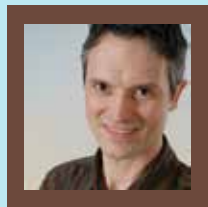
frutiger  sarbach

■ akupunktur ● osteopathie  
rosenstrasse 27, 3800 interlaken

japanische akupunktur  
sanfte und nachhaltige therapie  
fragen sie uns über anwendung und indikation



■ bernhard frutiger



■ marcel schaffer

● [www.frutiger-sarbach.ch](http://www.frutiger-sarbach.ch)

■ wir freuen uns auf ihren anruf: 033 821 61 56

## Bei uns liegen Sie immer richtig!

Boxspring-Betten, Matratzen,  
Duvets und Kissen.

Grosses Bettenstudio  
zum Probeliegen!

◆ FLÜBO ◆

Haus für schönes Wohnen  
Hauptstrasse 109 · 3855 Brienz  
Telefon 033 951 38 03 · [fluebo.ch](http://fluebo.ch)

## WAT PHOO KLASSISCHE THAI-THERAPIE ®™

IN BERN  
SEIT  
2004

### traditionelle Thai-Massage hilft bei:

- Kopfweg, Migräne + Schleudertrauma
- Nacken- + Schulterproblemen
- Nervenbeschwerden + Ischias
- Verspannungen + Erschöpfung
- und aktiviert die Selbstheilungskräfte des Körpers

Aroma-Öl-Massage wirkt entspannend, erfrischend und regenerierend

Fussreflexzonen-Massage: Jede Zone auf der Fusssohle steht in Verbindung mit einem Körperorgan. Massage der Zonen hilft bei Verdauungs- + Kreislaufproblemen, Rheuma u. a. m.



WAT PHOO  
KLASSISCHE THAI-THERAPIE

Höheweg 195, 3800 Interlaken / 033 821 24 82 / [www.watphoo.ch](http://www.watphoo.ch)

Mo bis Sa 10.00 bis 20.00 30' 60.- / 60' 90.- / 90' 120.- / 120' 150.- Kreditkarten akzeptiert

medialsensea ursula baumgartner

Tierkommunikation, Lichtarbeit, Jenseitskontakte  
kreuzackerweg 11, 3800 matten bei interlaken  
079 487 87 79, 033 821 63 53  
sissi.66@hotmail.com, [www.medial-sensea.ch](http://www.medial-sensea.ch)  
Beraterin Eisu - TV

 OEHRLI AG

Bahnhofstrasse 27a  
3800 Interlaken

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



Physio Artos

## Mit guten Vorsätzen ins neue Jahr

### Ob Alt oder Jung – wir bleiben in Schwung

Ein geeignetes Training hilft mit, Ihre Vitalität und Lebensfreude zu erhalten oder zu verbessern. Zudem bieten wir Gangsicherheits- und Gleichgewichtstraining in Gruppen oder für Einzelpersonen an. Neu können Sie bei uns auch ein virtuelles Training mit einer Tanzplatte und Wii durchführen. Dieses ganzheitliche Training wird zur Verbesserung von Koordination, Gleichgewicht und Muskelkraft angeboten. Das gleichzeitige Ausführen von mehreren Aufgaben fordert beim virtuellen Training das Gehirn und die Gleichgewichtsorgane.

Nachfolgend haben wir unsere entsprechenden Angebote aufgeführt:

### Begleitetes Krafttraining mit Betreuung durch einen Physiotherapeuten

ab 03. März 2013, Montag und Donnerstag 15.00 – 16.00 Uhr  
Probemonat: CHF 150.-/Anschlussabo für 3 Monate: CHF 250.-  
Beginn jederzeit möglich!

### Gangsicherheits- und Gleichgewichtstraining

Gruppentraining, ab 04. März 2013 8 Lektionen, Dienstag 15.00 – 15.45 Uhr  
Gruppenpreis: CHF 250.-/Einzeltraining: Termin nach Vereinbarung

### Tanzplatte und Wii – Virtuelles Training

Gruppentraining, ab 05. März 2013 8 Lektionen, Mittwoch 09.00 – 10.00 Uhr  
Gruppenpreis: CHF 250.-/Einzeltraining: Termin nach Vereinbarung

Wir freuen uns auf Sie!



Physio Artos · Alpenstrasse 45 · 3800 Interlaken · Mühlegässli 22 · 3700 Spiez  
033 828 88 68 · [physio@artos.ch](mailto:physio@artos.ch) · [www.physio-artos.ch](http://www.physio-artos.ch)

# SCHIFFRESTAURANT

## GALERIE & RESTAURANT

Vertäut an der Schiffländte  
vis-à-vis Bahnhof Interlaken-Ost

## ÖFFNUNGSZEITEN

Bis Sonntag, 13. April 2014

Mo - Do & So 09.30 - 18.00 Uhr

Freitag & Samstag 09.30 - 24.00 Uhr

Reservierungen & Infos Tel. 079 422 90 79

www.gastro-lac.ch info@gastro-lac.ch



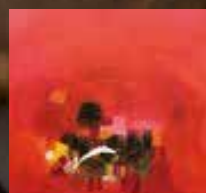
# GASTROGALERIE FEBRUAR

## NEUE AUSSTELLUNG

Von Monika Buri & John King CH/USA

Vernissage: Sonntag, 26. Januar 2014

ab 11.00 Uhr mit Apéritif



## KÄSEFONDUE & ANNE BÄBI JOWÄGER-FILM

Die berührendsten Liebeserklärungen,  
die schönsten Heiratsanträge und die wildesten  
Eifersuchtszenen ... erleben Sie mit uns bei  
Käsefondue und anschliessendem  
Jeremias Gotthelf-Film.

Freitag, 14. Februar 2014, Beginn 19.00 Uhr

Apéritif, Käsefondue à discrétion, inkl. Dessert,  
Kaffee, Mineralwasser und Filmvorführung

pro Person Fr. 55.–

(Reservierung nur mit Fondue inkl. Film möglich)

## Kammermusik- Konzerte Hondrich

### Kammermusik-Konzerte Hondrich

Sonntag, 2. Februar 2014, 17.00 Uhr

#### Rasumowsky-Quartett

Dora Bratchkova, Violine  
Ewgenia Grandjean, Violine  
Gerhard Müller, Viola  
Alina Kudelevic, Violoncello

#### «Beethoven pur»

Ludwig van Beethoven (1770–1827)

- Quartett op. 59/3 C-Dur
- Introduzione: Andante con moto – Allegro vivace
- Andante con moto quasi Allegretto
- Menuetto: Grazioso
- Allegro molto

Ludwig van Beethoven (1770–1827)

- Quartett op. 132 a-moll
- Assai sostenuto – Allegro
- Allegro ma non tanto
- Molto adagio – Andante – Molto adagio – Andante – Molto adagio
- Alla Marcia, assai vivace – Più Allegro
- Allegro appassionato – Presto



#### Reservationen

Tel. 033 654 78 18

katharina.waefler@bluewin.ch



**Axalp Stübli**  
Hittboden 1420, 3855 Axalp

**...geniessen Sie ein feines Fondue mit verschiedenen Kräutern**

auf Ihren Besuch freuen sich  
Therese & Markus Walther und das Team  
Tel. 079 303 07 83 E-Mail: axalp-stuebli@bluewin.ch  
www.restaurant-axalp-stuebli.ch  
Ruhetag – Sonntag ab 18.00h und Montag ab 18.00h




**METZGEREI STUCKI AG**  
BÖNIGEN 033 822 29 19

**Diverse Eintöpfe und 5 Minuten-Pfannen!**

**www.matrix-schmid.ch**

<b>Matthias Schmid</b> Feldenkrais-Methode Cranio-Sacral-Arbeit Golf-System-Training Physiotherapie	<b>Beatrice Schmid</b> Yoga Meditation Energetische Behandlung
079 679 26 57	079 690 74 72

**Feldenkrais-Atelier**  
Rosenstrasse 14, 3800 Interlaken



**Zäune und Tore**

Profitieren Sie von der **grössten Auswahl an Zäunen und Toren!**  
Fordern Sie jetzt den Zaunkatalog mit 160 Seiten an oder verlangen Sie eine kostenlose Zaunberatung vor Ort!

**Zaunteam Daniel Frutiger AG**  
Hagenstrasse, 3852 Ringgenberg  
Tel. 033 823 11 92  
frutiger@zaunteam.ch




**wesensstern**

Seminare 2014

- Tierkommunikation 9. Februar
- Heilung innere Familie April/Mai
- Abend für die Seele (mntl.)
- spirituelle Woche in Korsika, September

**Brigitte Bruhin 079 66 509 68**  
[www.wesensstern.ch](http://www.wesensstern.ch)

**Zahnprothesen und Gebissreparaturen**  
**Susanne Schorer-Grunder**

Zahntechnisches Labor  
Brunnackerweg 8,  
3608 Thun-Allmendingen



**Ihre telefonische Anmeldung nehmen wir gerne unter 033 336 83 32 entgegen.**



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

Aarmühlestrasse 23 • Tel. 033 822 17 35  
[www.elektrobrunner.ch](http://www.elektrobrunner.ch)

**Fusspflegestudio**

**Margrith Inäbnit**

Rugenstrasse 4  
3800 Matten  
078 624 17 12  
meggi.inaebnit@bluewin.ch





**Unser neues Modell... ein Mann!! Die neue Herausforderung für die Aare-Praxis.**



1. Bericht:  
«Schon über längere Zeit schlage ich mich mit Gewichtsschwankungen herum. Nach jeder Diät, die ich gemacht habe, war ich nachher schwerer als zuvor, was mich jedes Mal frustrierte. Nun bin ich durch Adrian Haug, dem Sohn von Gabriela Haug, auf die Aare-Praxis aufmerksam geworden. Als mir das Konzept vorgestellt wurde, wurde mir bewusst, dass ich mit der Ernährung viel falsch gemacht habe.»

«Mit professioneller Hilfe der Aare-Praxis und der richtigen Ernährung erhoffe ich mir jetzt, ohne mich schlank zu hungern, mein Idealgewicht zu erreichen. Und dieses in Zukunft auch halten zu können.»

«Ich freue mich, Ihnen in ca. 3 Monaten über meine Erfahrung zu berichten und mein Resultat mit Stolz zu präsentieren.»

*Rony Frieden, Brienzwiler*

**Interesse für gratis Probehbehandlung und für unser Angebot?**  
**Infos: [www.aare-praxis.ch](http://www.aare-praxis.ch) · 033 822 23 24 · Rugenparkstrasse 7, 3800 Interlaken**

## Herzlich und kompetent



Thomas Rubin



Daniel Abegglen



Jakob Zürcher

### Thomas Rubin • Bestattungsdienst

Rugenparkstrasse 9 • 3800 Interlaken • Tel. 033 823 30 35

Neu in Brienz und Umgebung • Nachfolge von Ernst Turtschi AG • Tel. 033 851 10 00

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

Tag- und Nachtdienst  
Vertrauensfirma

# Hess Bestattungen

oberer Brienzensee ❖ Region Interlaken  
Talschaft Lauterbrunnen

**Telefon 033 826 63 40**  
Mitglied Schweiz. Verband der Bestattungsdienste

## Tiere suchen ein Zuhause

Bödéli-/BrienzInfo stellt Ihnen verschiedene Tiere vor, die auf ein Plätzchen in einer liebevollen Familie, bei Paaren oder auch bei Einzelpersonen warten.

### KÄTZIN KITTY – Broccard/mit wenig weiss



– Geb. Mai 08 – Leukosegetestet, entwurmt, vollständig geimpft, kastriert, gechipt – Auslaufgewohnt – Etwas schüchtern.

Kitty, eine liebe und ruhige Katze, sucht ein neues Zuhause, weil ihre Besitzerin verstorben ist. Sie braucht etwas Zeit, bis sie Vertrauen gefasst hat. Auslauf in einer verkehrsberuhigten Gegend wäre ideal. Gegenüber anderen Katzen ist sie freundlich, sucht jedoch keinen Kontakt. Vor kleinen Kindern und Hunden hat sie Angst, sie würde sich bei älteren Personen wohlfühlen.

### kastriert, gechipt – Braucht Diätfutter – Auslaufgewohnt.

Mikesch ist anfangs etwas schüchtern, wenn er aber Vertrauen gefasst hat, ist er allerliebste und geniesst die Streicheleinheiten sehr. Er wäre der ideale Hausgenosse für eine ältere Person. Da er wenig Blasengries hatte, sollte er in Zukunft Spezialfutter bekommen. Wer gibt ihm ein liebevolles Zuhause?

Kontakt für Katzen:  
Katzenauffangstation  
TSVI Gisela Hertig  
3806 Bönigen  
Telefon 033 823 80 08  
[katzenauffangstation.ch](http://katzenauffangstation.ch)

Weitere Tiere finden  
Sie unter:  
[tierschutz-interlaken.ch](http://tierschutz-interlaken.ch)

Alle Tiere werden  
gegen einen Unkosten-  
beitrag abgegeben.

### KÄTZIN CLEO – Schwarz/weiss – 10 Jahre alt – Leukosegetestet, entwurmt, vollständig geimpft, kastriert und gechipt – Auslaufgewohnt.



Cleo ist eine liebe und ruhige Katze. Sie ist selbstbewusst und sehr selbständig. Gerne würde sie als Einzelkatze in einen ruhigen Haushalt einziehen. Sie mag Menschen sehr und wäre ev. bei älteren Personen, die viel Zeit für sie haben, sehr glücklich.



**KATER MIKESCH – Getigert/weiss – Ca. 8 Jahre alt – Leukosegetestet, entwurmt, vollständig geimpft,**

### Tierheilpraxis BEO



**Bioresonanz und Naturheilkunde**  
für Hunde, Katzen, Pferde, Nutztiere und Heimtiere

Neu im Sortiment: Magnetprodukte von **ENERGETIX**

Tierheilpraxis BEO  
Doris Lucaroni - Krattigstrasse 20 - Leissigen - Tel 079 422 70 15  
[info@tierheilpraxis-beo.ch](mailto:info@tierheilpraxis-beo.ch) - [www.tierheilpraxis-beo.ch](http://www.tierheilpraxis-beo.ch)

### hundepension-luna.ch

Andreas Schweingruber  
Haltengraben 222  
3804 Habkern

033 843 00 23  
079 689 46 12

[info@hundepension-luna.ch](mailto:info@hundepension-luna.ch)



## Wer ist unsere Februar-Person?



Unsere Person lebt in Interlaken. Sein Markenzeichen haben wir zeichnerisch festgehalten und hilft Ihnen bei der Namenssuche weiter.



Illustration: Ernst Hanke/www.ernst.hanke.com

**So sind Sie dabei:** Senden Sie uns bitte den Namen der gesuchten Person als Lösung mit Ihrem Namen, Ihrer Adresse und Telefonnummer an: Weber AG, Wettbewerb BödeliInfo/BrienzInfo, Gwattstrasse 125, 3645 Gwatt oder: wettbewerb@weberag.ch

**Einsendeschluss:** Montag, 10. Februar 2014. Die Namen der Gewinner werden im nächsten Heft veröffentlicht.

**Gewinnen Sie!** Wir verlosen 2 Gutscheine im Wert von je Fr. 100.– vom Restaurant Elemänt im Seehotel Bönigen. [www.seehotel-boenigen.ch](http://www.seehotel-boenigen.ch)

**Auflösung Wettbewerb Januar 2014**  
Christian Baumann

**Herzliche Gratulation den Gewinnern**  
Nicole Meier, Matten  
Oliver Heldstab, Brienz

Häsler Foto Video | [www.haeslerfoto.ch](http://www.haeslerfoto.ch)

ŠKODA

Der neue ŠKODA Octavia  
Jetzt Probe fahren!

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

**Touring Garage Auto Berger AG**  
Obereigasse 44a  
3812 Wilderswil  
Tel. 033 822 77 88  
[www.touring-auto.ch](http://www.touring-auto.ch)

<p><b>1/1 Seite</b> Hochformat 149x216mm <b>CHF 595.–</b></p>	<p><b>1/2 Seite</b> Querformat 149x106mm <b>CHF 390.–</b></p>	<p><b>1/2 Seite</b> Hochformat 72x216mm <b>CHF 390.–</b></p>	<p><b>1/4 Seite</b> Querformat 149x106mm <b>CHF 240.–</b></p>	<p><b>1/4 Seite</b> Hochformat 72x106mm <b>CHF 240.–</b></p>	<p><b>1/8 Seite</b> Querformat 72x51mm <b>CHF 90.–</b></p>
---	---	--	---	--	--

**MAHRESABO BEREITS AB CHF 450.–**

**GEMEINSAM NEUE ZIELE ERREICHEN. «SCHNUPPERTAG»**  
SAMSTAG 18. OKTOBER 2013, VON 9 BIS 14 UHR

**UNSER TOP QUALIFIZIERTES PERSONAL FREIET SICH AUF DENKEN BEZUG.**

**GROUP FITNESS PROGRAMM**

**DESI NEARS**

**Tanzen**

**haar&oo**

**See better be better**

**Urchiger Startschuss zum grossen Fest**

**Organisieren – Erlassen – Verwirklichen**

**Urchur**

**Führbar und sichtbar entspannter arbeiten – mit Urchur Optik**

**Organisieren – Erlassen – Verwirklichen**

**54. Interlaken Classics 2014**

**Anne Klinge: Theater mit Hand und Fuss**

### Inserate

Alle Preise exkl. 8% MwSt.

1/1 Seite	CHF 595.–	ab 6 Inseraten	CHF 495.–	ab 12 Inseraten	CHF 465.–
1/2 Seite	CHF 390.–		CHF 330.–		CHF 300.–
1/4 Seite	CHF 240.–		CHF 200.–		CHF 190.–
1/8 Seite	CHF 90.–		CHF 75.–		CHF 70.–

### Zuschläge

Umschlagseite +50% in Kombination mit SPIEGELINFO -10%  
Platzierungswünsche +20% (gilt nur für Inserate)

### People-Doppelseite

Lassen Sie Ihren erfolgreichen Anlass nochmals aufleben! Mit einer Fotoreportage und einem Kurztext bieten Sie den Leserinnen und Lesern einen Rückblick auf Ihren Event. Ein Fotoreporter begleitet und fotografiert Ihren Anlass und schreibt einen Kurztext. Wir benötigen dazu Ihr Logo als EPS-Datei.

Doppelseite CHF 980.– Preis exkl. 8% MwSt.

### Gewerbe- und politische Seiten

- Informativer Text ohne kommerzielle Hinweise (keine Preise etc.).
- Die Textmenge sollte nicht mehr als 1300 Zeichen betragen. Farbbilder und Firmenlogo erwünscht (verlangen Sie eine Musterseite).
- Einheitliche Gestaltung durch Weber AG.

CHF 430.– pro Seite Preis exkl. 8% MwSt.

### Doppelseite Publiereportage

Stehen Sie im Rampenlicht! Egal ob Firmenjubiläum, «Tag der offenen Tür», Eröffnungen, Veranstaltungen, Ausstellungen, Umbauten und Umzüge, Geschäftsübernahmen, Verkaufsförderungsaktionen oder Neuheiten. Bestimmen Sie das Thema. Wir übernehmen für Sie das Texten und Fotografieren. Einheitliche Gestaltung durch Weber AG.

Doppelseite CHF 1190.– Preis exkl. 8% MwSt.

### Publikationstarife Vereine

1/1 Seite	Normalpreis	Vereinskonvent-Mitglieder
jede weitere	CHF 170.–	CHF 130.–
	CHF 220.–	CHF 180.–

Alle Preise inkl. 8% MwSt.

- Nur Vereine mit eigenen Vereinstituten können zum Vereinstarif inserieren!
- Die Textmenge sollte nicht mehr als 1300 Zeichen betragen. Farbbilder und Vereinslogo erwünscht.
- Die Beiträge werden nicht redaktionell bearbeitet.
- Inserate und Logos, die auf der Vereinsseite platziert sind, werden zum normalen Inseratentarif anteilig verrechnet (erlaubt und gratis sind nach wie vor allfällige Vereinssponsoren in normaler Schriftgröße zu erwähnen).
- Einheitliche Gestaltung durch Weber AG.

### Beilagen

Ihr Prospekt/Flyer wird dem Bödeli-/BrienzInfo beigelegt.  
CHF 1650.– inkl. Porto (bis 50g Gewicht) Preis exkl. 8% MwSt.

Liebe ist ... **Valentinstag**  
 ... wenn Sie statt Worte ...  
 ... Blumen sprechen lassen!



**B. Ruffel**  
 UNTERSEEN - INTERLAKEN

Unterseen - Interlaken  
 Geschäft Westbahnhof  
 Telefon 033 822 63 33  
 Geschäft Unterseen  
 Telefon 033 822 12 33

**BROCKENSTUBE**

Wir holen alles Brauchbare kostenlos ab.  
 Wohnungs- und Hausräumen, Entsorgungen.  
 Telefon 033 951 21 44.

**Brockenstube Brienz**  
 Hauptstrasse 191, 3855 Brienz  
 www.brockenstubebrienz.ch

**Öffnungszeiten**  
 Dienstag bis Freitag 14.00-18.00 Uhr  
 Samstag 09.00-16.00 Uhr

**BEO-STOREN**



Sonnenschutz  
 Wetterschutz  
 Lamellenstoren

Markus und Heidi Fuchs  
 Renggliweg 5 · 3806 Bönigen  
 033 821 24 37 · 079 689 23 90  
 www.beo-storen.ch · info@beo-storen.ch

**STUDIO CLUB Secret 6**  
 und  
 Kontaktbar

**033/822-21-20**

**www.secret6.ch**

Sendlistrasse 4 in 3800 Interlaken

**Einladung zur Strickparty**



**Ruth's Wullelade**  
 Postgasse 10  
 3800 Interlaken  
 Telefon 033 822 92 70

**Donnerstag Nachmittag 14.00-16.00 Uhr**

Do, 13. Februar, Strickhock  
 Do, 27. Februar, Tunesisches Häkeln neu entdeckt  
 Do, 13. März, Strickhock  
 Do, 27. März, Oster-Deko

Wo: City Hotel Oberland, Interlaken

**steffen**

**Walter Steffen**  
 Elektrische Installationen

Birkenweg 12  
 3800 Matten-Interlaken  
 Telefon 033 823 09 09



**fusspflege fussreflexzonenbehandlung auch mobiler dienst**  
**tel: 079 732 91 14**

barbara häni  
 general-guisanstr. 27  
 3800 interlaken

gepflegt - entspannt - gesund **geschenkgutscheine**

**VITA CONTOUR**

... GEZIELTE REDUKTION VON PROBLEMZONEN

**Jetzt profitieren!**  
 ab 1. Januar bis 28. Februar 2014  
**20%** auf Contourvitalogie Behandlungen

VitaContour, Hanna Theiler, Simmentalstrasse 24, 3752 Wimmis  
 T 033 657 00 11 E hanna@vitacontour.ch I www.vitacontour.ch

## «Die Hunde haben einen natürlichen Drang zum Laufen.»

In Gadmen werden am 1. und 2. März die legendären Schlittenhunderennen mit Sibirian Huskys, Alaska Malamutes, Samojeden und Grönlandhunden als Schweizermeisterschaft ausgetragen.

**Thomas Huber, Schlittenhunderennen würde man in Gadmen nicht unbedingt erwarten. Wie kam es dazu?**

Das passt extrem gut zusammen und ist begründet durch die ideale Landschaft und die interessante Topografie. Schnee, Wald und Berge sind die geeignete Kulisse für den Schlittenhundesport, der ja aus dem hohen Norden zu uns gebracht wurde. Dazu kommt, dass wir in Gadmen genügend Platz haben. Wir haben einen geeigneten Ort für das grosse Musher-Village und können einen attraktiven und anspruchsvollen Trail bieten.

**Aber von selber ist der Sport ja nicht hierher gekommen. Jemand muss doch einmal als Erster die Idee gehabt haben...**

...ja, das war ein Schweizer, der den Sport im Ausland kennen gelernt hat und regelmässig an Rennen teilgenommen hat. Er wollte Veranstaltungen in die Schweiz bringen. Er kam nach Gadmen, war sofort begeistert von unserem Tal und fragte, ob man hier nicht Rennen durchführen könnte. Das geschah, und der Anlass fand sofort grossen Anklang. Die Gespannführer – «Musher» genannt – schätzten die Gadmer Verhältnisse sehr.

**Und wann war dieses erste Rennen?**

Das erste Rennen in Gadmen wurde vor mehr als vierzig Jahren durchgeführt. In den ersten Jahren waren die Teilnehmer fast alle aus dem Ausland. Heute ist es umgekehrt, und die Schweizerinnen und Schweizer überwiegen.

**Frauen betätigen sich also auch als Musher?**

Ja, Frauen wie Männer. Es ist eine anstrengende Sportart und erfordert grosse Kenntnisse sowie ein Gefühl für den Umgang mit den temperamentvollen Tieren.

**Und unterdessen ist es ein grosser Anlass geworden...**

...das war er von Beginn an. Es waren immer rund 80 Gespanne in verschiedenen Kategorien. In diesem Jahr wurden wir vom Verband als Austragungsort für die Schweizermeisterschaften berücksichtigt. Da rechnen wir mit 130 Gespannen und vielen Zuschauern.

**Was heisst das?**

Wenn Wetter und Verhältnisse stimmen, werden am Wochenende mehr als tausend Leute die Rennen verfolgen. Deshalb haben wir ein Transportkonzept zusammen mit Postauto und der Meirin-



Thomas Huber  
 OK-Präsident  
 Schlittenhunderennen  
 Gadmen

**Zur Person**  
 Thomas Huber

**Jahrgang:** 1986

**Zivilstand:** ledig

**Beruflicher Werdegang:**  
 KV-Lehre in Meiringen, Ausbildung zum Marketing- und Verkaufsfachmann mit eid. FA, früher als Marketingleiter bei der Grimselwelt, heute bei der Arillo GmbH in Bern

**Hobbies:** Skifahren, Volleyball, Fussball

[www.shr-gadmen.ch](http://www.shr-gadmen.ch)



Ein gemischtes Gespann mit Alaskan Malamute, Siberian Husky und Norwegian Hound in voller Fahrt Richtung Ziel. (Bild: zvg)

gen-Innertkirchen-Bahn entwickelt. Die Besucher können bequem und günstig im Stundentakt vom Bahnhof Meiringen nach Gadmen reisen. Das Pauschalticket Transport und Eintritt kostet nur 18 Franken pro Person. Das Familienticket für max. sechs Personen kostet 50 Franken.

#### Wieso ist das Schlittenhunderennen für Zuschauer so attraktiv?

Es ist unglaublich, was die Tiere leisten. Sie haben einen natürlichen Drang zum Laufen. Am Start übersprudeln sie fast vor Ungeduld. Und dann stürmen sie mit gewaltigem Tempo los. Auch das Musherdorf mit den wunderschönen Hunden ist einen Besuch wert. Für Kinder bieten wir zudem am Sonntag kurze Schlittenhundefahrten an.

#### Welche Strecken müssen die Musher zurücklegen?

Es muss am Samstag und am Sonntag je eine Runde von bis zu 15 Kilometern absolviert werden. Die Strecken, Kategorien und Bedingungen sind vom Verband genau reglementiert. Zum Beispiel gibt es Kategorien nach Rassen, aber auch

Kategorien, wo nicht reinrassige Hunde oder gemischte Gespanne eingesetzt werden dürfen.

#### Und was ist die so genannte «Gadmer-Trophy»?

Wir vom OK fanden, wenn schon so viele Leute nach Gadmen kommen, sollten wir noch etwas mehr bieten als die beiden Rennen. Wir wollten noch etwas machen, wo es auch um Plausch, Spass und Geschicklichkeit geht. So entstand dieses Nachtrennen bei Flutlicht. Weil es nicht ein Rennen auf Zeit ist, können die Musher auch junge, noch unerfahrene Hunde einsetzen.

#### Und die Geschicklichkeit?

Unterwegs muss eine Wettbewerbsaufgabe gelöst werden. In Unkenntnis dieser Aufgabe müssen die Teilnehmer vorgängig die Zeit schätzen, die sie brauchen werden. Wer bei seiner Zieleinfahrt der geschätzten Zeit am nächsten kommt, der gewinnt. Diese Gadmer-Trophy ist sehr beliebt geworden. Die Atmosphäre bei Flutlicht und mit den Stirnlampen im verschneiten Wald ist einmalig. Das gibt es sonst nirgends, und die Sieger erhalten noch einen schönen Bergkristall.

#### Woher kommen die Zuschauer?

Zum Teil von weit her. Es sind Kenner des Hundesports, daneben aber viele, die Freude an Hunden haben und die Rennatmosphäre geniessen. Dann kommen auch viele Fotografen, Amateure und Profis, welche die Winterlandschaft und die Winterstimmungen in Gadmen fotografieren.

#### Welchen Stellenwert hat der Anlass für die Gadmer?

Für Gadmen ist das ein wichtiger und sehr beliebter Anlass. Beinahe alle Bewohner helfen in irgendeiner Funktion mit. In der Mehrzweckhalle und beim Start- und Zielgelände betreibt der heimische Verein «Flyinghirsch» eine Festwirtschaft...

#### ...was sind das für «fliegende Hirsche»?

Dieser Geselligkeitsverein wurde von jungen Gadmern gegründet, die fanden, es sollte etwas mehr los sein. Sie engagieren sich im Laufe des Jahres bei verschiedenen Anlässen – so auch beim Schlittenhunderennen. Der Vereinsname kommt von einem Getränk, das es wirklich in sich hat...

#### Somit haben Sie als OK-Präsident keine Sorgen, genügend Helfer zu bekommen?

Nein, Gadmen steht hinter dem Anlass. Im Vorstand haben wir sieben Ressorts, die alle gut besetzt sind. Das Rennen wird von der Talbevölkerung getragen. Man weiss: Es würde ein wichtiger Anlass fehlen, wenn es keine Schlittenhunderennen mehr gäbe.

#### Also ist das Amt für Sie trotz Arbeitsbelastung eine befriedigende Aufgabe?

Ja, es ist eine gute Sache. Die Musher und Zuschauer schätzen sehr, was man hier für sie bietet. Deshalb lohnt sich der grosse Aufwand. Wir hören immer wieder, unser Tal sei einfach einmalig und mit keinem anderen Rennort vergleichbar. Das motiviert uns natürlich und macht Freude.

#### Ihre Wünsche für den 1. und 2. März?

Gutes Wetter, nicht zu wenig – aber auch nicht zuviel Schnee.



In der nächtlichen Landschaft findet jeweils am Samstagabend die beliebte «Gadmer-Trophy» statt. (Bild: zvg)

#### Was heisst das?

(lacht) Ohne Schnee kann man nicht Schlitten fahren. Bei zuviel Schnee wiederum gibt es Lawinengefahr, was auch zu einer Absage führen würde.

#### Streckenchef unfreiwillig als «Musher» im Einsatz!

Ein Teilnehmer stürzte samt Gespann bei einer Abfahrt. Er fiel kopfüber vom Schlitten, und die Hunde rannten führerlos weiter. Rennchef Matthias Krump erkannte die Situation und funkte zum nächsten Streckenposten, man solle das Gespann anhalten. Das war leichter gesagt als getan, wurde aber mit vereinten Kräften geschafft. Der Rennchef erschien mit dem Motorschlitten, stieg um auf den Hundeschlitten und musste das Gespann nach Gadmen ins Zielgelände führen, obwohl er zuvor noch nie auf einem Hundeschlitten gefahren war. «Machen musste ich eigentlich nichts. Mein einziges Problem war, mich bei diesem Höllentempo auf dem Schlitten zu halten», berichtete er später. Im Ziel wartete bereits der gestürzte – aber glücklicherweise unverletzte – Musher. Dankbar und erleichtert nahm er seine Hunde wieder in Empfang.

Text:  
Peter Santschi

## Schneeverwehung!



Tom Abplanalp, Matten  
Präsident IG Bergvelo

«Morgen gehe ich den ganzen Tag Ski-fahren! Hab den Montag extra frei genommen!» «Lass es sein, es hat zu wenig Schnee und zu viele Leute!» Der muss es ja wissen, schliesslich war er ja heute auf der Piste. «Stossen wir also zuerst mal ein paar Steine auf das Curling-Schlachtfeld. Dann geh ich am Morgen ins Büro «Wellnessen» und am Nachmittag schwing ich mich auf das Bike.»

Wie auf Kommando rutscht beim Curlen mein Standbein weg! Reaktionsschnell wie ich bin, komme ich aber wieder ins Stehen. Denkst da lacht das Eis! Nur einen Augenblick später krache ich mit Getöse auf meine linke Schulter. Das war ein Spass! Alle finden es lustig, nur ich nicht. Noch schnell den letzten Stein zum Sieg gefreezt, alle abgeklatscht und nach Hause zum Raclette-Plausch und zum Schulter einsalben.

«Hier kommst du dann aber nicht weit, gäll!» Ruft mir ein Bekannter zu, welcher gerade seinen vom Schnee zerstörten Unterstand demontiert. «Ich weiss, du fürchtest dich zwar nicht beim Velofahren, aber oben ist alles nur noch eisig.» Ich probiere es natürlich trotzdem, komme aber wirklich nicht sehr weit. Das Eis, welches sich über Nacht gebildet hat, ist fast so glatt wie selbiges in der Curlinghalle. Also suche ich den nächsten Einstieg in den Wanderweg und rausche das kurze Trailstück runter. Ich packe das Bike in das Auto und versuche es 20 Kilometer westlicher. Hier herrschen

schon fast mediterrane Bedingungen. Der Schweiss rinnt in Strömen, wahrliches Kurzhosenwetter. Hier lassen auch das Eis und der Schnee lange auf sich warten. Ich komme locker bis auf 1300 Meter über Meer – und das Mitte Dezember. Die Sonne scheint mir ins Gesicht und die Abfahrt wird spektakulär.

Bergradfahren ist ein Ganzjahressport geworden. Die grobstolligen Reifen, welche sich im Sommer in die Erde graben, bieten auch im Winter genug Grip um die verschneiten Wege rauf und runter zu fahren. Viele Mountainbiker wechseln im Winter auf das Rennvelo oder motten ihr Bike ein. Was ich persönlich schade finde, denn auch die kalten Monate haben durchaus ihren Reiz. Auch die Skipisten lassen sich wunderbar zu Bikepisten ummodellern. Man sollte den Skifahrern und Snowboardern aber dann doch nicht zu sehr ins Gehege kommen. Ist halt ein Bisschen wie im Sommer mit den Fussgängern.

Trotzdem, unsere Vorteile, falls wir uns tatsächlich im Winter auf das Veloschwingen, sind vielfältig. Die Wanderwege in den tieferen Lagen sind meist schneefrei und von den Wanderern nur selten begangen. Fahrtechnisch machen wir Fortschritte, wir bleiben konditionell in Form, sind an der frischen Luft und können unserem liebsten Sport frönen.

2. Januar: Harder-Potschete. Schneefall ist angekündigt. Machen wir uns also vor



dem «Gepotsche» noch schnell auf, den gleichnamigen Berg mit dem Bike zu erobern. Die ganze Südseite ist schneefrei. Absolut perfekt für eine Bikerunde Anfang Januar. Nachher auf der Höhenmatte gemütlich einen Glühwein schlürfen und den komischen Gestalten bei ihrem Treiben zusehen. Beim Nachtessen dann, stecke ich einem hungrigen Potsch ein Pommes frites ins Nasenloch

seiner Larve. Wie ich feststelle, ist es eine Sie. Bedanken tut sie sich im breitesten Walliser-Tiitsch! Wo sind wir hier eigentlich?

Also Leute! Schnappt euch die Ohrwärmer und schwingt euch abwechslungsweise in den Sattel und auf die Bretter. Denn Abwechslung macht das Leben süss!

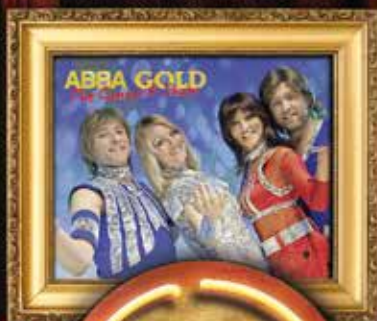
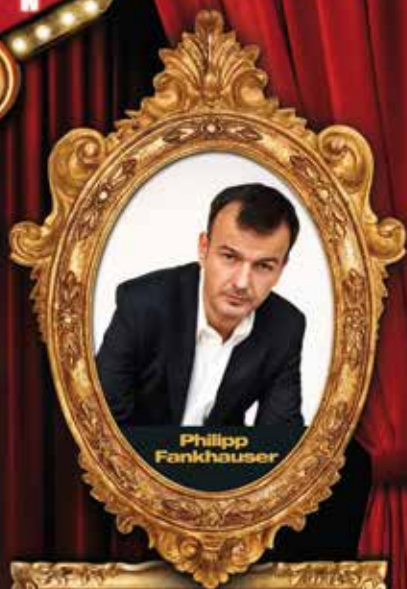


Feb. - April

# Concert Series TOUCH THE MOUNTAINS

INTERLAKEN

2 0 1 4



08.02.2014  
**PHILIPP FANKHAUSER**

06.04.2014  
**GROSI**

11.04.2014  
**NICOLE BERNEGGER  
MARIEMARIE**

25.04.2014  
**ABBA GOLD**

**Preise**

**AB CHF 38.-**

TICKET-VORVERKAUF

**starticket**  
PRINT AT HOME

UND JUNGFRAU WORLD EVENTS  
TEL. 033 826 0090

## IM THEATERSAAL KURSAAL INTERLAKEN

VERANSTALTER: JUNGFRAU WORLD EVENTS GMBH, INTERLAKEN TOURISMUS, CONGRESS CENTRE KURSAAL INTERLAKEN

RadioBeo

BO BERNER OBERLÄNDER

TOUCHTHEMOUNTAINSCONCERTS.CH

**RUGENBRÄU**  
INTERLAKEN