

B Ö D E L I

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

4. Jahrgang
September 2001

n
f
o



**HG COMMERCIALE – eine Genossenschaft
mit Tradition**



Haben Sie keine Angst,
bei uns verhungert niemand,
auch am Nachmittag nicht!
Ab 1. September können Sie
durchgehend unsere warmen
Speisen im Panoramarestaurant
Top o' Met geniessen.
Und dies von 11.00 bis 22.00 Uhr
von Montag bis Sonntag.

Reservationen unter:

Metropole Hotel
Höheweg 37, 3800 Interlaken
Tel. 033 828 66 66
Fax 033 828 66 33
E-Mail: sgraul@metropole-interlaken.ch



TicketCorner im Loeb

Wer Tickets für den grossen Gig im Hallenstadion,
das Sportmeeting auf der Allmend, die
Klassikkonzerte vom Feinsten, die Jazztage
zum Entrücken und die Dance-Festivals
à discrétion haben muss oder einfach Karten fürs Theater,
ein Fussballspiel oder einen
Zirkusabend kaufen will, wird beim TicketCorner
am Kundendienst im zweiten Stock von Loeb
Interlaken bestens bedient. Auso. Gömer zum Loeb.



«WILLKOMMEN AM HÖHEWEG 1
IN INTERLAKEN.»

Olivia Fischer-Ritz, Assistant Vice President



Jetzt geben wir Ihren finanziellen Anliegen auch im Berner Oberland Raum. Als kultivierte Privatbank legen wir Wert auf einen intensiven Gedankenaustausch. Wir setzen Ihre Erwartungen in kreative Anlagestrategien um und erzielen dadurch eine starke Performance. Zudem analysieren unsere Finanzexperten laufend die Entwicklungen an den wichtigen nationalen und internationalen Märkten. So sind wir nicht nur nahe am Kunden, sondern auch nahe am Markt. In unserem Raum für kultiviertes Private Banking.

Bank Leu AG, Höheweg 1, 3800 Interlaken, Telefon 033 826 03 03, LEU.com
Zürich, Genf, Interlaken, Basel, Luxemburg, Bahamas, Buenos Aires, São Paulo



Fuchsia Schaugarten



Über 150 Arten

Mai - Herbst 2001

Beratung und Verkauf



Rita Zurbuchen
Fahrenbühl
3804 Habkern
Tel. 033 843 12 47
vor dem Sporthotel

EDITORIAL

Ferienende



Liebe Leserin,
lieber Leser

Der Blick von meinem Bürofenster auf das Perron des Westbahnhofes zeigt Leute mit Ferienkoffern, die, wie ich glaube, von Kloten aus auf die berühmte kleine Insel fliegen. Letzthin gehörte ich auch dazu! Die Insel ist nicht berühmt, jedoch fünfmal grösser als die Schweiz, aber mit nur 500 000 Einwohnern. Neufundland in Atlantikkanada.

Unendliche Wälder, Hochmoore, Heide und viele Binnengewässer prägen das Bild. Im Süden, St. Marys, die grösste Seeadlerpopulation der Welt. 5000 Vögel bevölkern einen grossen Felsen im Atlantik. Unterwegs nach Norden, machte ich die grossartige Bekanntschaft mit 40 Tonnen schweren Buckelwalen. Ihr Springen und die Wasserfontänen aus nächster Nähe zu erleben war einmalig und ging unter die Haut.

Ganz im Norden dann das Schauspiel der Eisberge. Von Grönland kommend, Millionen von Jahren alt,

treiben sie nach Süden. Nur ein Achtel ist sichtbar. Das Abschmelzen verändert den Schwerpunkt, der Berg kippt in eine andere Richtung. Die Sonne stand schon tief am westlichen Horizont und verkündete den nahen Abend, als ein grossartiges Spiel von Licht und Schatten mit den vielfältigsten Farben das Auge erfüllte.

Die Stille wurde nur ab und zu durch einen dumpfen Knall gestört. Die Eisberge «growlten». Die in Grönland, vor x Millionen Jahren eingeschlossene Luft wird so viele hundert Meilen südlicher wieder dem Kreislauf der Natur zugeführt.

Es kam mir vor, die Eisberge erzählten in ihrer Sprache Geschichten aus längst vergangenen Zeiten. Diese Augenblicke waren eindrücklich.

Wir müssen nicht nach Neufundland reisen, um in unserer Sprache die eingeschlossenen Luftblasen zu befreien.

«Growlen» wir miteinander!

Walter Gillmann

Geschäftsführer

HG Commerciale, Interlaken

chartelade

karten – poster – geschenke

armühlestrasse 35 – 3800 interlaken
telefon 033 823 65 10

Laufend neue Kurse in

**Klassischer Massage und
Fussreflexzonenmassage**

für den Hausgebrauch oder als Einstieg zum Berufsmasseur
Verlangen Sie unser Kursprogramm!

Zentrum  Bodyfeet®

MASSAGEFACHSCHULE

Aarestrasse 30, 3600 Thun, Tel. 033 222 23 23
www.bodyfeet.ch

IN NOTFÄLLEN

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

IMPRESSUM

Leitung Bödeli-Info und Redaktion Doris Wyss-Theiler, Brunnengasse 163 E
3852 Ringgenberg, Tel. 822 33 54, Fax 822 03 54

Vereine Vertreter des Vereinskonvent:
Albert Lüthi, Nöldy Baumann
Postfach 42, 3800 Interlaken
Albert Lüthi Natel 079 656 98 39 P 822 58 33
Nöldy Baumann G 826 64 18 P 823 01 23

Inserate, Gewerbe- und Infoseiten Sibylle Dräyer, Weber AG, Gwattstr. 125, 3645 Gwatt
Tel. 336 55 55, Fax 336 55 56
E-mail: boedeli-info@weberag.ch
Doris Wyss-Theiler, Tel. 822 33 54, Fax 822 03 54

Realisation Weber AG, Gwatt

Satz/Gestaltung Elisabeth Stettler Burri

Druck ILG AG, Druckerei & Verlag, Hauptstr. 11, 3752 Wimmis
Tel. 033 657 87 87, Fax 657 87 86

Auflage 14 000 Expl.

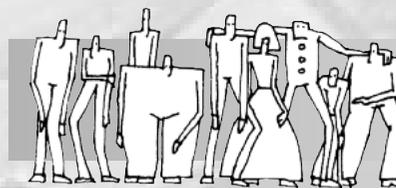
Erscheinungsweise 12 x jährlich, jeweils am 1. des Monats
in allen Haushaltungen

Titelbild HG COMMERCIALE, Interlaken
Bild: Markus Hubacher

Redaktionsschluss für die Oktober-Ausgabe 13. September 2001

INHALTSVERZEICHNIS Seite

Vereinsinformationen	7
Förderverein Trinkhalle	7
Dorfmuseum Bönigen	9
Förderverein Ried, Wilderswil	11
Gemeinnütziger Frauenverein Interlaken	13
Credo Schloss Unspunnen	13
Wettbewerb	14
Volkshochschule Interlaken	15
Volkshochschule Oberhasli/Region Brienz	17
Galerie Kunstsammlung Unterseen	18–19
Stiftung Bubenberg Spiez	20
Mieterverband Regionalgruppe Interlaken-Oberhasli	21
Ballenberg Dampfbahn	23
Tschechoslowakische Wolfshunde	24–25
Tell Freilichtspiele	27
Inforama Berner Oberland	29–31
Chäs-Chilbi im Lehn	32
Aupair	33
Gewerbe/Infos	34
Doris Steiner/Nora Inäbnit: Gesundheits-Quelle	34–35
Walter Gillmann: HG COMMERCIALE	36
Mirjam Sydler: Dekorations-Tipp	37
Jürg Schüpbach: Wellness & Co.	39
Ursula Dietrich: Bücherecke	40
Daniel Rolli: Finanzplanungs-Tipp	41
Jeannine Brunner: Blumenkreation	43
Norbert Leupi: Computer	45
Beat Günther: Gesundheit	47
Brigitte Graber: Papeterie	48
Marianne von Allmen: Kosmetik	49
Sandra Wälti: Podologie	54–55
Veranstaltungen	51–52



VEREINSINFORMATIONEN

FÖRDERVEREIN TRINKHALLE

DAMIT IHR FEST EIN BESONDERS SCHÖNES WIRD...

Kommen Sie zu uns in die Trinkhalle am Kleinen Rugen



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

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

Für Informationen und Reservationen
kontaktieren Sie

Ami Aerni
Jungfraublickallee 5
3800 Matten
Tel. 033 822 75 61 oder
Fax 033 822 75 48



2

MENU FÜR ZWEI... ...Verliebte
...Freunde
...Geniesser

Apéro
aller Anfang ist spritzig!

Bunter Blattsalat mit Rauchlachsstreifen

**Im Rotwein pochiertes Rindsfiletmédaille
auf Pfifferling-Rahmsauce
Wildreiskroketten, Marktgemüse**

**Caramelisiertes Passionsfrucht-Parfait
mit Erdbeersauce und Früchten**

Menu-Preis für 1 Person inklusive:
Apéro
2 dl Rotwein (Flaschenqualität),
Mineral, Überraschungsgeschenk
Kaffee mit Schuh-Guetzli
Fr. 61.–
Immer abends erhältlich

RESTAURANT CONFISERIE
1877 1898

Höheweg 56 • CH-3800 Interlaken
Tel. 033 822 94 41 • Fax 033 822 94 27
www.gamag.ch • schuh@tlc.ch

Shanti Bosshart
ärztl. dipl. Masseurin SVBM
Yoga-Lehrerin SYV

- > Manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder
- > Fussreflexzonen-Massage
- > Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegmann
- > Rücken-Nackentherapie
- > Bindegewebsmassage
- > Hatha-Yogakurse und Einzel-Lektionen

Praxis für
medizinische Massagen
Frutigenstr. 8, Thun
Tel. 033 251 38 83



Abfahrten ab:
Thun, Spiez, Interlaken oder
nach Vereinbarung
 www.fankhauser-reisen.ch
 E-Mail: Info@fankhauser-reisen.ch

Reise- und Transportunternehmung 3655 Sigriswil
 Hans Fankhauser AG Tel. 033 251 33 55

Erlebnisreisen 2001

9.-16. Sept.	8	Dresden-Berlin-Insel Rügen	HP	Fr.	1290.-
10.-16. Sept.	7	Normandie-Bretagne	HP	Fr.	1295.-
15.-16. Sept.	2	Montafontal-Faschinajoch-Bregenzerwald	VP	Fr.	295.-
19.-23. Sept.	5	Toscana-Insel Elba-Cinque Terre	HP	Fr.	790.-
29.-30. Sept.	2	Kaiserstuhl-Schwarzwald-Titisee	VP	Fr.	295.-
1.- 5. Okt.	5	Goldener Herbst auf der Lenzerheide	2xVP/3xHP	Fr.	720.-
6.- 7. Okt.	2	Burgund-Französischer Jura	VP	Fr.	295.-
10.-14. Okt.	4	Goldener Herbst im Südtirol	2xVP/3xHP	Fr.	695.-
11.-14. Okt.	4	Festival der Kastelruther Spatzen	HP	Fr.	560.-
16.-26. Okt.	11	Griechenland-Rundreise	HP	Fr.	1990.-
27. Okt.-8. Nov.	13	Benidorm - Costa Blanca	HP	Fr.	995.-
3.- 4. Nov.	2	Saisonschlussfahrt ins Tirol	VP	Fr.	295.-

Christkindelmärkte 2001

3.- 4. Dez.	2	Weihnachtsmarkt in Stuttgart	ZF	Fr.	175.-
6.- 7. Dez.	2	Christkindelmarkt in Innsbruck	ZF	Fr.	175.-
7.- 8. Dez.	2	Weihnachtsmarkt in Stuttgart	ZF	Fr.	175.-
10.-11. Dez.	2	Christkindelmarkt in München	ZF	Fr.	175.-
11.-13. Dez.	3	Christkindlesmarkt in Nürnberg	ZF	Fr.	295.-

Gerne senden wir Ihnen unser detailliertes Programm «Erlebnisreisen 2001» oder das Ausflugsfahrtenprogramm.
 Wir empfehlen uns für Hochzeitsfahrten, mehrtätige Reisen, Verein- und Clubreisen, Betriebsausflüge, Schulreisen,
 Halbtages- und Tagesausflüge, usw. Gerne unterbreiten wir Ihnen eine ausführliche, unverbindliche Offerte.

Freude schenken mit einem Gutschein von Fankhauser-Reisen

DORFMUSEUM BÖNIGEN

8. September bis 28. Oktober

HANNES SCHUTTER/JAN SCHUTTER
MALEREI UND
KUNSTHANDWERK

Freitag, 7. September, 19 Uhr Vernissage

Öffnungszeiten: Dienstag 16.00 bis 19.00 Uhr Samstag 14.00 bis 17.00 Uhr
 Donnerstag 19.00 bis 21.00 Uhr Sonntag 14.00 bis 17.00 Uhr

Donnerstag, 13. September, 19.30 Uhr

Lorenz Mühlemann: Zither-Konzert

und Präsentation der von ihm restaurierten Zither der Oberländer-Singvögel
 (Familie Mühlemann aus Bönigen)

ONLINE BERN INTERIÄRE

ZUM THEMA

MODERN ART:

ZUHAUSE PHILOSOPHIERT SICH'S AM BESTEN!

TEAM
 by Wellis®
 WOHNZIMMER «VOLARE»



WOHNCENTER

von Allmen

TRAUMHAFT WOHNEN

Beim Bahnhof Ost · 3800 INTERLAKEN · Tel. 033

www.wohncenter-vonallmen.ch

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

Interlaken	Gsteigwiler	Ringgenberg /
Matten	Habkern	Goldswil
Unterseen	Iseltwald	Saxeten
Beatenberg	Leissigen	Sundlauenen
Bönigen	Niederried	Wilderswil
Därlichen		

Redaktionsschluss: jeweils am 13. des Vormonats

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

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

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

FÖRDERVEREIN RIED WILDERSWIL
IN MEMORIAM LILI WACH-MENDELSSOHN

11. RIED-MATINEE-KONZERT

IM HOTEL ROYAL-ST. GEORGES IN INTERLAKEN AM HÖHEWEG



Thomas Kocher, Bern, Klarinette

Sonntag, 9. September 2001 um 11.15 Uhr

Ausführende:

Sarastro-Quartett, Winterthur
Thomas Kocher Bern, Klarinette

Werke:

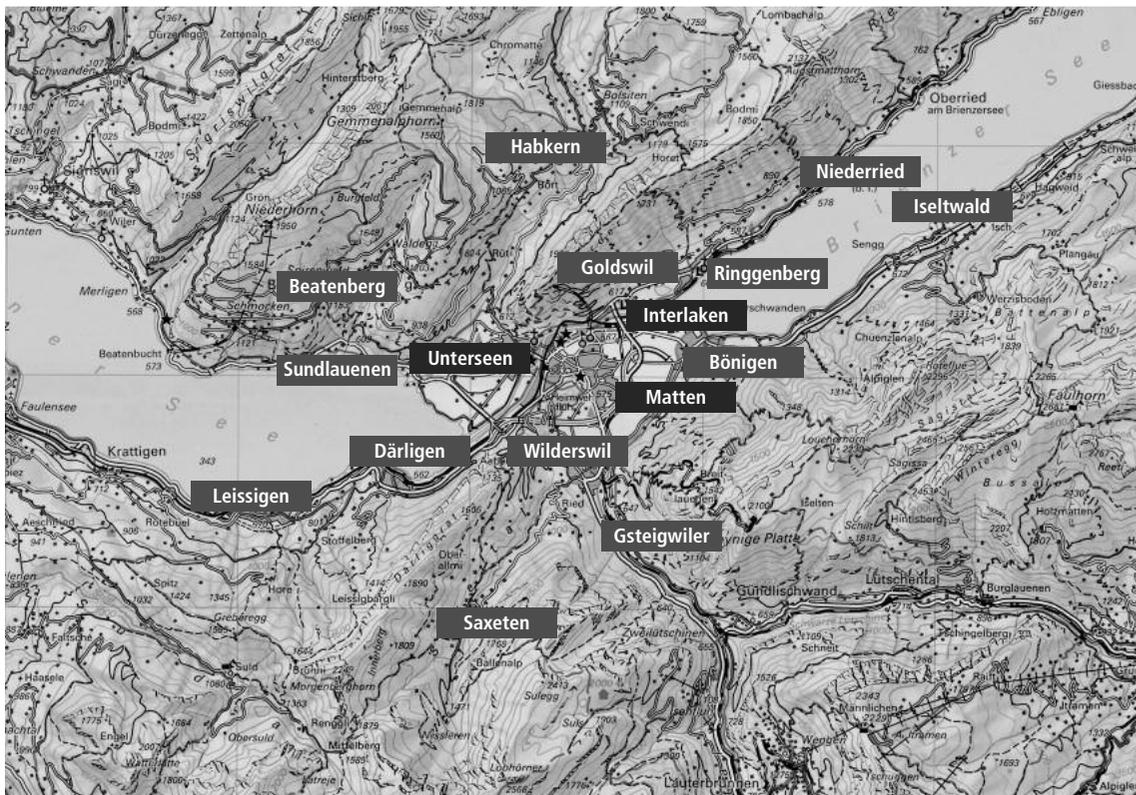
Felix Mendelssohn Bartholdy, Streichquartett in f-Moll op.90 (1847)
Johannes Brahms, Klarinettenquintett in h-Moll Op. 115 (1891)

Eintrittspreis Fr. 30.–

Reservationen: Samuel Wenger, Alpenstrasse 31,
3800 Interlaken Tel. und Fax 033 822 42 57



Sarastro-Quartett, Winterthur



Abegglen Werft

3807 Iseltwald,
Tel. 033 845 11 88 / Fax 033 845 11 57



- Ruderboote
- Fischerboote
- Motorboote
- Kabinenboote



Die bewährte Werft für anspruchsvolle
Sportfischerboote
www.abegglen-werft.ch

FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Katharina Meyer

ärztl. dipl. in FRZM
Höheweg 151
3800 Interlaken
Tel. 033 823 63 81



BeO SCHÖNHEITSWOCHEN

10. - 28. 09. 2001

MONTAG - FREITAG AB 17.00 UHR



MITMACHEN UND GEWINNEN!



GEMEINNÜTZIGER FRAUENVEREIN
INTERLAKEN

MITTAGSTISCH FÜR SCHULKINDER

ALPENSTRASSE 34, INTERLAKEN

Tag der offenen Tür
mit Risotto-Essen
Mittwoch, 5. September 2001
10.00 bis 16.00 Uhr

Zäme ässe am Montag, Dienstag und Donnerstag

und Betreuung von 11.00 bis 13.30 Uhr

Fr. 5.- pro Mittagessen

Anmeldung bis am Vorabend an die Leiterin Silvia Signer, Telefon 822 65 68

Trägerschaft



Gemeinnütziger Frauenverein Interlaken



raeuberolag

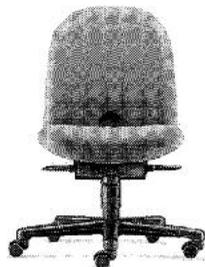
Untere Bönigstrasse 21, 3800 Interlaken
Telefon 033 - 822 74 75, Telefax 033 - 823 32 75

Europcar

Auto- und Nutzfahrzeugvermietung

WIR STÄRKEN IHNEN DEN RÜCKEN

girsberger



M. Schaffner, Bürobedarf
Bahnhofstr. 5, 3800 Unterseen-Interlaken
Telefon 033 822 74 47



CREDO SCHLOSS UNSPUNNEN

MULTI-DIASCHAU IM CREDO SCHLOSSHOTEL, WILDERSWIL

Vom 10. - 14. Sept. 2001, jeweils um 20.00 Uhr
mit dem bekannten Bücherautor, Bio-Gärtner und Missionar

Walter Mauerhofer, Österreich

Zu den Themen:

Gesundheit, Blumen, Schädlinge, Garten - Schöpfung

Alle sind herzlich eingeladen!
Freiwilliger Unkostenbeitrag



**THOMAS RUBIN
BESTATTUNGSDIENST**

Telefon 033 823 30 35

Beratung nach telefonischer
Vereinbarung

Rugenparkstrasse 9, 3800 Interlaken,
Hauptstrasse 26, 3800 Unterseen

KENNEN SIE MICH?



Wenn Sie den Namen von dieser Frau aus Goldswil wissen – sie ist verheiratet und hat eine Tochter und einen Sohn und läuft (wenn alles klappt) in diesem Jahr zum vierten Mal den Jungfrau-Marathon – dann senden Sie die Lösung mit Ihrer Adresse und Telefonnummer an:

Bödli Info

«Wettbewerb»
Redaktion, Brunnengasse 163 E
3852 Ringgenberg

Einsendeschluss: 13. September 2001

Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Die Auflösung des Wettbewerbes und die Gewinnerin oder der Gewinner werden in der Oktober-Ausgabe bekannt gegeben. Der Gewinn wird ausgelost.

Auflösung Wettbewerb, von der August-Ausgabe:

Peter Kuhn, Matten

Der Gewinner des Wettbewerbes:

Erwin Fuhrer, Interlaken

Herzliche Gratulation!

Unterstützt wird der Wettbewerb von:

<p>Haupt Bücher</p>  <p><small>Buchhandlung Haupt Höfsweg 11 · 3800 Interlaken Telefon 033 823 35 16 · Fax 033 823 35 60 buchoberland@haupt.ch</small></p>	<p><i>Out & West – just the best!</i></p> <p>dropa dropa DROGERIE DROGERIE GÜNTHER GÜNTHER</p> <p><small>Beim Stedtl Zentrum, 3800 Unterseen, Telefon 033 826 40 40 Zentrum Interlaken Ost, 3800 Interlaken, Telefon 033 823 80 30 E-Mail: dropa.guenther</small></p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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



Landhotel Golf

CH-3800 Interlaken-Unterseen
FEIERN IM GOLF EIN ERLEBNIS
www.golf-landhotel.ch / Tel. 033 823 21 31



KÜNSTLERN ÜBER DIE SCHULTER BLICKEN



Porträtzeichnung von Samuel Frutiger

Die einheimischen Künstler Peter Stähli und Ernst Hanke geben an der Volkshochschule Interlaken und Umgebung (VHI) ab Oktober Einblick in verschiedene Drucktechniken. Neu im Kursprogramm ist das Porträtzeichnen mit Samuel Frutiger, Zeichnungslehrer am Gymnasium Interlaken.

Wenn zwei Fachleute wie Peter Stähli aus Gsteigwiler und Ernst Hanke aus Ringgenberg in einem Kurs der Volkshochschule die Techniken des Hochdrucks, Kupferdrucks und Steindrucks demonstrieren, wird es fürs Publikum bestimmt spannend. Am Dienstag, 30. Oktober, führt Peter Stähli in der Stadthaus Galerie Unterseen in die Kunst des Holzschnitts (Hochdruck) ein. Am Dienstag, 6. November, erläutert und demonstriert der Maler und Grafiker in der Stadthaus Galerie die Technik des Kupferdrucks (Tiefdruck). Und schliesslich sind Interessierte am Dienstag, 13. November, in der Steindruckerei von Ernst Hanke in Ringgenberg zu Gast, wo sie vom Steindrucker erfahren, wie eine Farblithographie entsteht.

Die drei Anlässe finden jeweils von 19.30 bis 21.30 Uhr statt und können auch einzeln besucht werden. Das Kursgeld für Einzelabende beträgt 15 Franken, für alle drei Abende 40 Franken. Eine Anmeldung im VHI-Sekretariat (Telefon 826 02 90) ist unerlässlich.

Porträtieren

Das Porträtzeichnen mit dem Zeichnungslehrer Samuel Frutiger soll Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen ansprechen. Einerseits führt der Kursleiter Schritt für Schritt ins Porträtieren ein, andererseits lässt er viel Freiraum zum Ausprobieren. Da Personen Modell sitzen, bietet der Kurs auch Könnern genügend Anregung für individuelle Experimente. Das Porträtzeichnen findet an acht Mittwochabenden ab 24. Oktober jeweils von 19.45 bis 21.45 Uhr in der Kaufmännischen Berufsschule Interlaken statt.

Neues Kursprogramm 2001/2002

Das neue Kursprogramm fürs Winterhalbjahr 2001/2002 erscheint Anfang September und liegt unter anderem im VHI-Sekretariat und in den Buchhandlungen in Interlaken auf. Auskunft und Anmeldung: VHI-Sekretariat, Spielmatte 3, Unterseen, Telefon 826 02 90.

RUNDREISEPROGRAMM 2001

I 06.10.-13.10	8 Tage	Ungarn – Faszinierendes Budapest und Puszta – Romantik	Fr. 1095.–
I 15.11.-18.11.	4 Tage	Piemont – Das Land, wo sich alles um den Gaumen und die duftende Knolle dreht (Weinreise mit Carreras - passion of wine)	Fr. 985.–
I 03.12.-08.12.	6 Tage	Wellness Ferien in Badgastein	Fr. 795.–
I 01.12.-02.12.	2 Tage	Christkindlmarkt in Nürnberg und Augsburg	Fr. 160.–
I 08.12.-09.12.	2 Tage	Ludwigsburger Barock-Weihnachtsmarkt	Fr. 148.–
I 09.12.-10.12.	2 Tage	Christkindlmarkt in München	Fr. 143.–
I 12.12.-16.12.	5 Tage	Salzburger Advent und Wiener Weihnachten	Fr. 485.–
Tagesfahrten zu diversen Highlights			
I 03.10.	1 Tag	Europapark Rust	Fr. 69.–
I 10.10.	1 Tag	Aqua-Parc in Le Bouveret, Action, Fun und viel Wasser . . . Erw. Fr. 58.–; Kinder 54.–	Fr. 54.–
I 09.12.	1 Tag	Christkindlmarkt Riquewihl & Colmar	Fr. 49.–
I 15.12.	abends	Riverdance im Hallenstadion in Zürich (Tickets Kat.1)	Fr. 183.–
Highlight für alle Pferdefreunde und solche die es werden wollen			
I 02.11.-04.11.	3 Tage	103. Fieracavalli di Verona Eine der schönsten Pferdemeßen Europas. Ueber 2000 Pferde und 400 Aussteller nehmen daran teil. FEI World Cup im Springen, European Championship der Araber, Westernreiten und vieles mehr..... in der Stadt von Romeo und Julia	

Die Preise der mehrtägigen Reisen verstehen sich p.P. im DZ inkl. Frühstück bzw. Halbpension! EZ mit Aufpreis!

Auto AG Interlaken, im Moos 18, 3800 Interlaken, Tel. 033 828 17 17



**BLUTSPENDEDIENST
BERN**

Blutspenden – notwendig und lebenswichtig

Blutspendezentrum SRK Interlaken
Spital, 3800 Interlaken
Tel: 033 / 826 25 18

Unsere Öffnungszeiten:

	Vormittag	Nachmittag/Abend
– Montag	10.00–12.00 Uhr	13.00–17.00 Uhr
– Dienstag	12.30–16.00 Uhr	16.30–19.30 Uhr
– Mittwoch	09.00–11.00 Uhr	16.30–19.30 Uhr

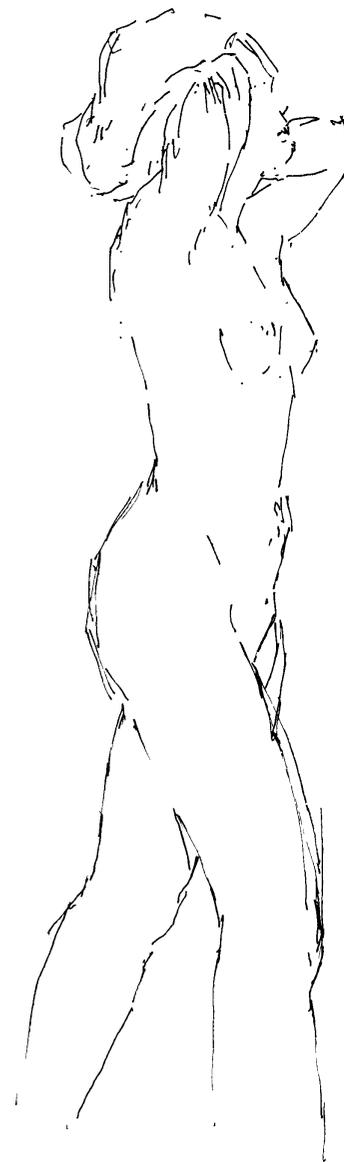
Damit die heute gut funktionierende medizinische Versorgung der Patientinnen und Patienten in der Schweiz mit Blutprodukten auch morgen noch besteht und es zu keinem Engpass kommt, sind wir laufend auf neue Blutspender angewiesen.

**Machen Sie mit!
Es ist auch gut für Ihre Gesundheit!**

Andere Entnahmeorte/Zeiten erfahren Sie über die gratis Telefonnummer 0800 80 30 60



AKT ZEICHNEN



- Zeichnen lernen der menschlichen Figur
- Beobachten lernen
- Schnell skizzieren
- Ausgeführte realistische Zeichnungen
- Bleistift, Kohle, Tusche
- Der Kurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene

Kursleitung: Michael Binder, Hasliberg
Kursdatum: 8 mal je Montag ab 17. September
Kurszeit: 18.30 bis 20.30 Uhr
Kursort: Brienz, Schnitzlerschule
Preis: Fr. 205.– (Fr. 200.–)

Auskunft und Anmeldung:
VHS-Sekretariat: Tel. 033 971 38 62 / Fax 033 971 38 31
E-Mail: vhs.hasli.brienz@popnet.ch



AUSSTELLUNG «WANDER

Wir alle sind eigentlich stets «unterwegs», auf Wanderschaft. Und weil das «Unterwegs sein» im Pilgerjahr 1999 im Vordergrund stand, erhielt ein Projekt des Künstlers **Paul Berno Zwosta, Sinsheim-Düren, Deutschland**, Unterstützung durch Alfred Gafner, Unterseen, der bei der ersten Broschüre der Volkswirtschaftskammer mitgearbeitet hatte. Eine Verbindung der Idee von Zwosta lag förmlich auf der Hand:

An schönen Tagen sieht man von Ibach (D) im Schwarzwald aus deutlich unser Dreigestirn Eiger, Mönch und Jungfrau. Der Künstler möchte deshalb mit speziellen «Wegezeichen» eine direkte Verbindung herstellen. Sie sollen Leute dazu bewegen, die Grenze zwischen den beiden Ländern in der einen oder andern Richtung zu überschreiten, eben «unterwegs» zu sein, und das erst noch völkerverbindend. Beidseits des Rheins konnten Anfang und Ende des Weges schon realisiert werden. Die Gemeinde Ibach (D) bildet mit vier Stellen rings ums Dorf den eigentlichen Start, während das Ende auf dem Jungfrauojoch seit vergangenem Dezember betrachtet werden kann: Eine von den Jungfrauabahn finanzierte bemalte Holzstelle, die sich oben im Sphinx-Gebäude ständig dreht.

Der initiative Künstler zeigt während der Ausstellung weitere farbenfrohe Werke. Vorgesehen ist, während dieser Zeit vier weitere Stellen in unserer Gegend aufzustellen.

Hermann Messerli-Termignone (1918–1999), Unterseen/Nürens Dorf

Der verstorbene Künstler lebte während seiner Lehrzeit in Unterseen und zog dann in die Ostschweiz, wo er nach dem Besuch der Kunstgewerbeschule Zürich eine intensive Ausbildung absolvierte. Bei der Gründung der Kunstsammlung Unterseen machte er spontan mit und schenkte der Stiftung zwei seiner Skulpturen.

Auch er war viel «unterwegs»: Seine Studienreisen führten ihn u.a. auch nach Florenz und Athen. Immer wieder aber fand er den Weg nach Unterseen, von wo auch seine Frau Emmi stammt. An den Ausstellungen waren von



«Sternensegler» von Paul Berno Zwosta aus Sinsheim-Düren, Deutschland.
(Foto: zVg.)



ZUM THEMA SCHAF T»

ihm bis jetzt seine Ton-, Gips- und Bronze-Figuren zu sehen. Weil er aus gesundheitlichen Gründen noch andere Wege suchte, fand er beim Bearbeiten von Holz in den letzten Lebensjahren eine neue Beschäftigung. Seine dabei entstandenen Holzskulpturen werden nun erstmals in einer Ausstellung gezeigt.

Jürgen Noack, Thun

Seit 1958 lebt der eingebürgerte Berliner in der Schweiz als Karthograf und Kunstmaler. Seine Ausbildung holte er sich an der Schule für Gestaltung in Bern und bei bekannten Grössen wie Mumprecht, Schär, Riniker und Thönen (Holzschnitt). Das dabei erworbene Wissen und Können gibt er seit vielen Jahren an Kursen und Malwochen weiter. Dies bringt es mit sich, dass er in den verschiedensten Techniken «unterwegs» sein muss und diese auch in Bilder umsetzt (Oel, Aquarell, Acryl, Zeichnen, Litho, Holzschnitt, usw.), oft konventionell, in letzter Zeit auch abstrakt.

An zahlreichen Ausstellungen zeigte er mit grossem Erfolg seine Werke. Verkäufe in der Schweiz, Deutschland, Schweden und sogar Amerika zeugen von seinem Talent, das ihm auch den Beitritt zur «Gilde der Schweizer Bergmaler» ermöglichte.

Franz Anatol Wyss, Luterbach SO

In Luterbach wurde er geboren – und dort lebt er heute wieder mit seiner Familie. Nach der Schule absolvierte er eine Malerlehre und bildete sich an Kunstgewerbeschulen weiter. Sein Talent bringt ihm schon früh Preise und Stipendien. Mit seinem Drucker verfeinert er seine Kenntnisse in der Druckgrafik bis zur Perfektion und darf deshalb beim Fernsehen die Sendung «Entstehung einer Druckgrafik» mitgestalten.

Das grosse Thema des Künstlers, der mit der linken Hand malt und mit der rechten zeichnet, bildet der ewige Kreislauf des Lebens. Seine Landschaften zeugen davon, dass auch er viel «unterwegs» war, vor allem in Rom und Berlin. In seinem «Berliner Stundenbuch» zeigt er sich fasziniert vom pulsierenden Leben der ehemals zweigeteilten Grossstadt, die noch mitten im Umbruch steht.

Die ständig wechselnden Eindrücke wollte er möglichst schnell festhalten und benutzte dazu lediglich Bleistifte und Farbstifte.

Dauer der Ausstellung: 1. – 23. September 2001

Dachstock Stadthaus, 3800 Unterseen/Interlaken

Öffnungszeiten:

Dienstag – Sonntag 15.00 – 18.00 Uhr

Donnerstag zudem 19.00 – 21.00 Uhr

Sonntag zusätzlich 10.00 – 12.00 Uhr

Video-Vorführung: Mittwoch, 12. Sept. 20.00 Uhr
(Franz Anatol Wyss und Paul Berno Zwosta)

KONZERT- BRUNCH-MÄRIT

Einladung zur 6. Jazz-Matinée

mit Brunch und Märli auf unserem Gelände,
Stiftung Bubenberg, Breitenweg 5, Spiez
(Oberhalb Seminar Räumli)

Brunch: 10.00 bis 12.30 Uhr

Währschafte «Zmorge» mit Brot, Züpfe, Anke, Käse,
Konfitüre, Müesli, Früchten, Milch, Kaffee, Tee und
noch vieles mehr. Wir werden betreut durch ein Team
von freiwilligen Helfern.

Alle Mehreinnahmen gehen vollumfänglich an die Er-
wachsenen mit Behinderungen, welche die Wohnun-
gen und Ateliers bewohnen.

Preis: Fr. 25.–



Sonntag, 2. September

Dixie-Jazz-Band: 10.00 bis 12.30 Uhr

Beat Jost	Klarinette, Tenorsax, Vocals
Bärni Gafner	Posaune, Vocals
Ruedi Widmer	Trompete, Altosax
Hans-Peter Schranz	Banjo
Franz Schmidlin	Bass
Jörg Schmid	Drums

Die Full Stream Jazzband begeistert das Publikum mit
ihrem lüpfigen und fätzigen Dixielandstil.

Die sechs Oberländer Musiker unterhalten die Zuhörer
mit einem breiten Repertoire. Ein Ohrenschaus nicht
nur für Dixiemusikliebhaber.



BEIM MIETEN UND WOHNEN SIND WIR FÜR SIE DA!

Unsere bewährten Dienstleistungen:

- Unentgeltliche Rechtsberatung für Mitglieder
- Unterstützung bei Wohnungsabnahmen
- Handbücher und Merkblätter
- Mietrechtsschutzversicherung

Tel. 0844 844 844

(Mo-Fr 09.00-12.00 Uhr und 14.00-17.00 Uhr)

www.mieterverband.ch/bern

mv@mvbern.ch



GABRIELA DÜRST

Lithokosmetikerin & therapeut. Masseurin
ganzheitliche Therapien mit Bachblüten, bei Coiffure
Easy Style, um die Ecke; 1. Stock, Marktgasse 47,
3800 Interlaken, Natel 079 674 79 67



Easy Style für das Haar / Relax für den Körper / schön und schmerzfrei

Liebe Leser, sind Sie einmal gespannt auf eine ganzheitliche Behandlung. Spezialisiert auf Hautprobleme, Australische Wachsmethode für überflüssige Haare und spezielle Massagetechniken für Migräne und Ischiasprobleme.

Goldschmiede-Atelier Peter Hablützel



Ihr Spezialist
für Edelsteine aus den
Schweizer Alpen



Marktgasse 14, Interlaken
Tel./Fax 033 823 88 80



Bestattungen Stähli

seit 1954 Vertrauensfirma auf dem Bödli
3806 Bönigen / 3800 Matten
3812 Wilderswil

Inh. Kurt J. Hess

Tel. 033 826 63 40

Mitglied SVB

Beratung
Betreuung
Überführung

Print
Folien
Plotten
Schriften
Schneiden
Siebdrucken
Tampondruck



Ernst Brügger Telefon 033 821 13 72
Schulgässli 460 E Mobile 079 209 33 44
3812 Wilderswil Fax 033 821 13 73

Ciné Rex
Rex·piccolo

INTERLAKEN
Tel. 822 77 33/822 25 24

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

Ueli Feuz
Spenglerei GmbH
3814 Gsteigwiler

Fon 822 61 50 Fax 822 61 04
Natel 079 311 02 91
E-Mail: info@spenglereifeuz.ch

Möbel
Braun-Sollberger

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

komplette Einrichtungen in 5 Etagen!
Kleinföbel
Studios
Teppiche
Vorhänge



Wohnausstellung jeden
Donnerstag bis 21.00 Uhr geöffnet, Parkplatz Aarestrasse

DER BRUNCH

JEDEN SONNTAG IM BEAU-SITE
Der Erfolg für jedes Familienfest,
auch preiswerte Sonntagsteller
RESERVIEREN SIE BITTE UNTER TEL. 826 75 75

Wir freuen uns auf Ihren Besuch
P.S. BRUNCH-GUTSCHEINE zu Fr.28.-, das
ideale Geschenk für alle, persönlich ausgestellt.

Familie Max Ritter, Hotel Beau-Site, Unterseen

BALLENBERG DAMPFBahn SAISON 2001

DIE DAMPFSaison 2001 HAT BEREITS BEGONNEN



An den Sonntagen, 2. und 16. September 2001 verkehrt die Ballenberg Dampfbahn wiederum fahrplanmässig von Interlaken über den Brünig nach Giswil und zurück. Abfahrt ist jeweils um 9.52 Uhr in Interlaken Ost, Ankunft in Giswil um 13.31 Uhr. Die Rückfahrt beginnt um 15.21 Uhr in Giswil und endet um 19.02 Uhr in Interlaken Ost. Die Länge der Reise kann selber bestimmt werden und auch Gäste, die nur Teilstrecken fahren wollen, sind herzlich willkommen. Die Bahnбилette können bei den Vorverkaufsstellen (Tourismusbüro in Brienz-Axalp, Meiringen und Sarnen) oder direkt im Dampfzug bezogen werden.

Extrafahrten für Hochzeiten, Geburtstage, Vereins- und Firmenausflüge können unabhängig vom Fahrplan gebucht werden. Auskünfte erteilt die Betriebsleitung der

Ballenberg Dampfbahn,
Telefon 033 971 35 87
Fax 033 971 61 78

Im Spätsommer bietet die Ballenberg Dampfbahn am Sonntag, 23. September 2001 wiederum eine Sonderfahrt in die Lutschinen-Täler an.



SCHWEIZERISCHER CLUB FÜR
TSCHECHOSLOWAKISCHE
WOLFSHUNDE SCTW

www.wolfshunde.ch
www.dogparadise.ch

MOBILITY – SPIEL UND SPASS

Mobility – schon wieder ein neues Fremdwort. Die Übersetzung laut dem Wörterbuch Englisch/Deutsch lautet: «Beweglichkeit». Und dies umschreibt eigentlich schon die Aufgabe welche an Hund und Führer/In gestellt wird.



Es gilt einen Parcours mit fünfzehn Hindernissen zu absolvieren. Dazu braucht es keinen «Profi-Hund», dies kann jeder Familienhund auch bestehen. Es braucht einen mässigen Grundgehorsam, Vertrauen zum/r Führer/In und Freude an der Arbeit. Und jeder Hund, ob groß oder klein, löst gerne Aufgaben welche ihm von seinem/r Führer/In gestellt werden.

Die Hindernisse sind einfach zu bewältigen, ist es doch eine Mischung aus dem Alltag und Agility. Welcher Hund trägt nicht gerne einen Gegenstand über eine gewisse Strecke? Klettert über ein Hindernis, läuft über Baumstämme? All diese Dinge werden in diesem Parcours eingebunden. Nur dass der Baumstamm eben eine Brücke aus dem Agility ist.

Für wen ist diese Sportart nun geeignet?

Dies kann von Jedermann/Frau, oder auch einem Kind bewältigt werden. Alle Rassen, ob Mischlinge, groß oder klein, können diesen Parcours bewältigen. Die Hindernisse tragen dem Rechnung. Es braucht nur Spaß



SCHWEIZERISCHER CLUB FÜR
TSCHECHOSLOWAKISCHE
WOLFSHUNDE SCTW



FÜR

UND

HUND
FÜHRER

an der Arbeit mit dem Hund. Die SKG (Schweizerische Kynologische Gesellschaft) unterstützt diese Mobility-Spieltage. Was es hier, im Gegensatz zu anderen Sporthundeproofungen nicht gibt, ist ein Leistungsheft. Und man braucht nicht Mitglied in einem Kynologischen Verein oder Sporthundeclub zu sein. Es kann jeder unabhängig davon teilnehmen. Die Resultate werden auf einer Karte eingetragen. Der Parcours gilt als Bestanden mit 12 der möglichen 15 Punkte. Nach fünf bestandenen Bewertungen bekommt man eine Medaille. Diese wird von der KAMO (Kommission für Agility, Mobility, Obedience) zum Selbstkostenpreis abgegeben.

Haben wir Sie neugierig gemacht?

Sollten wir Ihr Interesse geweckt haben, so melden Sie sich bei uns. Dies mit seinem Hund zu trainieren ist für Führer und Hund einfach zu lernen und mit Spaß verbunden. Gerne zeigen wir Ihnen wie die verschiedenen Posten zu absolvieren sind. Besuchen Sie auch die Seiten www.dogparadise.ch unter der Rubrik Mobility. Gemeinsam mit unseren Trainingsgruppen besuchen wir Spieltage welche in der näheren Umgebung statt finden. Zudem werden wir am 28. Oktober 2001 selber einen Mobility-Spieltag durchführen. Anmeldungen nehmen wir ab sofort unter nebenstehender Telefonnummer entgegen.



Beatrice Michel, 033 823 11 77, 079 464 85 41 oder michel@dogparadise.ch
Wir sind auch für sämtliche Fragen rund um den Hund unter dieser Telefonnummer erreichbar.



Angebot

- Beil
- Messer (Breit-/ Samuraimesser usw.)
- Hammer
- Pickel
- Zappine
- Bissen
- Tangelgeschirr
- Kompressor-Eisen
- Spitzseisen
- Schwerter
- und vieles mehr

Handgefertigte Qualitätsprodukte aus dem Berner Oberland

Messer- und Werkzeugschmiede
Ronald von Allmen, Rosswald
 CH-3852 Ringgenberg
 Tel. 079 327 05 56
 Öffnungszeiten: auf Anfrage



Unsere Buch-Hits

August

- 1. Pascale Noa Bercovitch**
Das Lächeln des Delphins
 Ergreifende Geschichte einer faszinierenden Freundschaft und einer wunderbaren Rettung
- 2. Gordon Mac Donald**
Sich verändern heisst Leben
 Von der schöpferischen Kraft des Neubeginns
- 3. Elke Voss**
Schaut Oma uns aus dem Himmel zu?
 Noemi und Benjamin fragen nach dem Tod

Evangelische Buchhandlung GmbH
 Bahnhofstrasse 25 d, 3800 Interlaken
 Tel. 033 821 01 81, Fax 033 821 01 83
 e-Mail: evb@freesurf.ch



TELL FREILICHTSPIELE

Lass es über mich dahingehen !



Achtung! Letzte Vorstellungen:
September: 1. / 6. / 8.

Preise: Fr. 22.– / 28.– / 34.– (Kinder bis 16 Jahre: 50%)
 Spielbeginn: 20.00 Uhr

TELL  **Interlaken**
Freilichtspiele

Tel. 033 822 37 22 E-Mail: info@tellspele.ch

EIN HOHER ANSPRUCH.
 EIN KRITISCHER BLICK.
 EIN PARKETT.

dauwerk
 DIE SCHWEIZER PARKETTMACHER



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

Fachprofi für Parkett

Teppich Amacher AG
 Hauptstrasse
 3805 Goldswil



Telefon 822 25 28

AzU  Ausbildungszentrum für Unternehmensmanagement AG

Berufliche Perspektiven

Marketingplaner (eidg. Abschluss)
Verkaufsleiter (eidg. Abschluss)
Kader-Ausbildung

Start: MP 12. Jan. 02 / VL 22. Sept. 01 / KA 20. Okt. 01

Verlangen Sie jetzt unsere Unterlagen oder informieren Sie sich bei einem persönlichen Gespräch über Ihre Möglichkeiten.

AzU, 3604 Thun, azu@swissonline.ch, Tel./Fax 335 05 80/81



MASSAGE-PRAXIS
MASSAGE-SCHULE
BÖDELI

Aktuelles Kursangebot:
Rücken-, Nackenmassage
Intensivkurs für den Hausgebrauch
 12 Stunden
 19.00–21.00 Uhr bzw. 21.30 Uhr
 Kursbeginn: 8. Oktober 2001

Ganzkörpermassage-Kurs
 (für den Hausgebrauch oder als beruflicher Neustart)
 Ab 15. Oktober 2001 bis 14. Januar 2002
 jeden Montagabend
 18.45 – 21.45 Uhr

Barbara Röthlisberger
 Dipl. med. Masseurin
 Waldeggstrasse 16
 3800 Interlaken
 Telefon 079 311 19 15
 Telefon 033 825 65 23

FÜR ERLEBNISHUNGRIGE

GSCHYDER UF DS SCHIFF

Abendrundfahrt: Fondue-Chinoise

Freitag, 7. September 2001

Essen mit Blick auf die langsam vorbei gleitenden
 Uferpartien kann nicht genussvoller sein!

Interlaken Ost ab 19.45 Uhr / an 23.00 Uhr

Reservieren Sie sich noch heute Ihren Tisch
 bei der Schiffsrestauration Brienersee Tel. 033 823 02 22

Schiffsbetrieb BLS Telefon 033 334 52 11
 Thuner- und Brienersee Telefax 033 334 52 12
 Postfach 165 Internet www.bls.ch
 CH-3602 Thun e-mail schiff@bls.ch



Thuner- und Brienersee
 Schiffsbetrieb der BLS Lötschbergbahn

ZWIEBELZÖPFLE FLECHTEN

Freuen Sie sich auch an schönen Zwiebelzöpfen. **Ja?**

Inhalte Nr. 003

Sie flechten Ihre eigenen Zwiebeln zu Zöpfen.
 Wir zeigen Ihnen verschiedene Möglichkeiten.

Zielpublikum

Alle interessierten Personen

Kursdauer

1/2 Tag, 13.30 bis 16.30 Uhr oder
 1/2 Tag, 19.00 bis 22.00 Uhr

Daten

Donnerstag, 27. September 2001

Kurskosten

Fr. 20.– pro Halbtage

Anmeldung

Bis 14. September 2001

Kursverantwortliche

Marianne Siegenthaler

AUSPROBIEREN UND DEGUSTIEREN . . .

Pikante Kuchen Nr. 004

Hülsenfrüchte Nr. 005

Sauerkraut Nr. 006

An diesen drei Halbtagen haben Sie Gelegenheit, neue Rezepte kennen zu lernen und die Gerichte auch zu probieren. Diese Kurse können Sie einzeln oder als Block besuchen.

Inhalte Nr. 004 Pikante Kuchen bieten ungeahnte Möglichkeiten zur Bereicherung des Speisezettels. Diese können aus den verschiedensten Zutaten, mit unterschiedlichen Teigen, mal gedeckt, mal verzieht, hergestellt werden.

Inhalte Nr. 005 Hülsenfrüchte sind wieder modern. Lernen Sie die Vielfalt der Linsen, Bohnen und Erbsen kennen. Wir kochen daraus gluschtige und vielfältige Gerichte.

Inhalte Nr. 006 Es muss nicht immer Bernerplatte sein. Auch ganz andere, spannende Gerichte können aus Sauerkraut zubereitet werden. Lassen Sie sich überraschen!

Zielpublikum Alle interessierten Personen

Kursdauer jeweils 1/2 Tag, 9.00 bis 13.00 Uhr (mit Kinderhütedienst) oder jeweils 1/2 Tag, 16.00 bis 20.00 Uhr

Daten Kurs Nr. 004 = Mittwoch, 17. Oktober 2001
Kurs Nr. 005 = Mittwoch, 24. Oktober 2001
Kurs Nr. 006 = Mittwoch, 31. Oktober 2001

Kurskosten * Fr. 20.– pro Halbtag
* Fr. 15.– pro Halbtag für Kinderhütedienst am Vormittag
* zuzüglich Material

Anmeldung Bis 14. September 2001

Kursverantwortliche Monika Lurf

MÄNNER . . .

KOCHEN, NÄHEN, BACKEN UND KONSERVIEREN . . .

Tiefkühlen, Konfitüre kochen Nr. 007

Mitgebrachte Kleider ausbessern Nr. 008

Brote und Zöpfe backen Nr. 009

Herstellen von verschiedenen Kartoffelgerichten Nr. 010

Diese Kurse können Sie einzeln oder als Block besuchen.

Inhalte Nr. 007 Zubereiten einer einfachen Mahlzeit.

Inhalte Nr. 008 Mitgebrachte Kleider ausbessern. Auf Wunsch mit der eigenen Nähmaschine.

Inhalte Nr. 009 Zubereiten von einem Gericht aus Hefeteig.

Inhalte Nr. 010 Verschiedene Kartoffelgerichte herstellen.

Zielpublikum Alle interessierten Männer

Kursdauer jeweils 1/2 Tag, 9.00 bis 13.00 Uhr oder jeweils 1/2 Tag, 19.00 bis 22.15 Uhr

Daten Kurs Nr. 007 = Donnerstag, 18. Oktober 2001
Kurs Nr. 008 = Donnerstag, 25. Oktober 2001
Kurs Nr. 009 = Donnerstag, 01. November 2001
Kurs Nr. 010 = Donnerstag, 08. November 2001

Kurskosten * Fr. 20.– pro Halbtag
* zuzüglich Material

Anmeldung Bis 22. September 2001

Kursverantwortliche Margrit von Niederhäusern

CHÄS-CHILBI IM LEHN

**Samstag, 8. September 2001
10.00 bis 03.00 Uhr**

Verkauf von Bergkäse aus dem Habkental
und von den Alpen Iselten und Seftigen

Eintritt Frei

Am Nachmittag Unterhaltung
mit der Kapelle Bärgeeli, Meiringen
Pfeilenstand, Büchsenwerfen, Streichelzoo

Am Abend Unterhaltung mit
der Jodlergruppe Oberbärg, Habkern,
dem Jodlerklub Unterseen
und dem Trychler-Club Unterseen

Tanz mit der Kapelle Ulmizbärg

Trychlerbratwurst und -Steak
Walliserraclette, Festwirtschaft

Leicht erreichbar mit dem öffentlichen Verkehr;
Bus STI, Haltestelle Lehn

www.chaes chilbi.ch

TRYCHLER-CLUB



WILLKOMMEN BEI DER AUPAIR-VERMITTLUNG DER REFORMIERTEN LANDESKIRCHE SEKTION BERNER OBERLAND

Es gibt verschiedene Möglichkeiten für einen Aupair-Aufenthalt:

Sprachaufenthalte in der Westschweiz:

Du lebst in einer Familie in der Westschweiz und hilfst bei allen Hausarbeiten mit. Das Erlernen der französischen Sprache steht dabei im Vordergrund. Ein- bis zweimal pro Woche besuchst du Sprach- und Weiterbildungskurse. Verschiedene Angebote stehen dir zur Auswahl; die Kosten richten sich nach Stundenzahl und Schule.

Grundlehrjahr zur Hauswirtschafterin:

Das Grundlehrjahr ist anspruchsvoll und setzt Interesse und Freude an Haushaltarbeiten voraus. Eine diplomierte Lehrmeisterin bildet dich fachgemäss nach dem schweizerischen Lehrprogramm aus.

Sprachaufenthalte im Ausland:

In England oder Frankreich vermitteln wir dir eine Aupairstelle, wenn du mindestens 17 Jahre alt bist, ein Praktikum vorweisen kannst und über gute Englisch- oder Französischkenntnisse verfügst.

Hier noch ein paar Aussagen von Aupair im Welschland oder England:

Lydia: du wirst später wohl kaum mehr Gelegenheit haben, bei einem gerechten Lohn, gleichzeitig Sprache, Leute und Landschaft kennen zu lernen.

Rita: ein Welschlandjahr ist später für das Leben sehr hilfreich und ein wichtiger Grundstein. Man muss sich bewusst sein, dass es nicht immer Positives sondern auch Negatives gibt.

Isabelle: der Auslandsaufenthalt hat mir persönlich sehr viel gebracht und ich kann es wirklich weiter empfehlen.

Brigitte: für die Familie hoffe ich, dass sie immer nur die besten Aupairs bekommt. Dieses Jahr werde ich nie vergessen und immer in guter Erinnerung behalten.

Weitere Auskünfte erteilt: **oui si yes**

Stellenvermittlung der reformierten Landeskirche, Frau K. Stalder,
Weieneggstrasse 11F, 3612 Steffisburg, Tel. 033 223 59 73
Fax 033 223 60 23 / www.aupair.ch



«Ich stellte mir alles so einfach vor.» Rita



«Dieses Jahr werde ich nie vergessen.»
Brigitte



«Die Hausarbeit ist, wie Hausarbeit ist.»
Lydia



«Sie behandelten mich wie ein Familienmitglied.» Isabelle

BISCH O GSUND U ZWÄG???

Die neueröffnete Gesundheits-Quelle hat einiges zu bieten auf dem Weg zu ganzheitlicher Gesundheit. Denn . . .

Gesundheit ist nicht alles – aber,
ohne Gesundheit ist alles nichts!!

Samstag, 15. September 2001, ab 10 Uhr bis 18 Uhr laden wir Sie ein zum **Tag der offenen Tür**, wo Sie tiefer in unsere Angebote schauen können. Sie finden uns an der Seestr. 1 («Räuberegge») Gebäude Eiger Sport), Unterseen.

Vorbeugend und heilend:

- Fitness-Gymnastik
- Rückenschule
- Beckenbodentraining
- Ernährungsberatung
- Entgiftungs- und Stoffwechseltherapie
- Vitalstofftherapie (durch spezielle Blutanalysen individuell abgestimmt)
- Massage
- Manuelle Therapie vor allem bei Rückenproblemen
- Walking/Nordicwalking
- Aquafit
- Farb- und Stilberatung

Prävention auch speziell für Jugendliche. Wir kommen auch in Eure Klassenzimmer und vermitteln Euch die Gebrauchsanweisung für «euren Body».

**Immer unter dem Motto:
Fitness hat nichts mit Leistung zu tun
sondern mit Wohlbefinden**

IN DER GESUNDHEITS-
QUELLE FINDEN SIE ZUR
QUELLE . . .

. . . U DE BISCH GSUND U
ZWÄG!



Dr. med. Martin Ninck
Tel. 033 822 83 80



Iris Ruef
Tel. 033 951 41 79
079 236 06 71



Sonja Reichen
Tel./Fax 033 822 23 27



Rosetta Zoccolillo
Tel. 033 971 51 26



Renate Herwig
Tel. 033 823 16 68



Erika Schüpbach
Tel. 033 823 36 90
079 685 23 05



Doris Steiner
Tel. 033 822 14 31
oder 078 757 43 72

Anmeldung/Informationen:



Nora Inäbnit
Tel. 033 853 36 46
oder 079 648 31 33

EIN ÜBERZEUGENDES GESCHÄFTSMODELL UND ÜBER HUNDERT JAHRE TRADITION

Im Jahre 1899 hatten ein paar Baumeister eine Idee, die bis heute unverändert aktuell geblieben ist: Sie gründeten eine Gemeinschaft, die für alle Mitglieder eine attraktive Organisation sein sollte. Sie war und ist nicht einseitig auf einen finanziellen Nutzen fixiert, sondern sie ist auch einer idealistischen Position verpflichtet, damit jedes einzelne Mitglied einen möglichst grossen Nutzen aus ihrer Tätigkeit zieht.

Aus den kleinen Anfängen ist eine moderne Organisation gewachsen mit über 700 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und einem Umsatzvolumen von 750 Mio. Franken pro Jahr. Die HG COMMERCIALE hat eine starke Position in allen Landesteilen der Schweiz. Der Partnerschaftsgedanke, die solide Struktur, die Marktnähe, die Anpassungsfähigkeit, das nach ISO-Normen zertifizierte Management-System und die föderalistische Struktur sind die Säulen unseres Erfolges. Wir bekennen uns zur sozialen Marktwirtschaft und zum Wettbewerb. Die Richtlinien für unsere Leistungen diktiert uns der Markt. Das Resultat ist hohe Produktqualität und sind faire Preise im Interesse der Kunden.

Als Genossenschaft haben wir ein überzeugendes Geschäftsmodell.

Die solide Basis der Genossenschaft

Die HG COMMERCIALE gehört mehr als 3500 Genossenschaftern. Sie stellen auch alle wichtigen Organe. Jedes Mitglied hat eine Stimme.

Partnerschaftlichkeit prägt nicht nur die Beziehung zu den Kunden und Mitgliedern, sondern auch die zum Schweizerischen Baumeisterverband SBV. Mit der gegenseitigen Mitgliedschaft können wir kraftvoll gemeinsame Ziele verfolgen. Die Lehrlingsausbildung ist uns ein hohes Anliegen. Wir legen Wert auf eine aktive Rolle in verschiedenen Gremien, Organisationen und Verbänden der Baubranche.

Für die Genossenschaftler ist die Mitgliedschaft attraktiv. Sie profitieren von der Gewinnbeteiligung, der Kapitalverzinsung, von Vergünstigungen und individuellen Dienstleistungen.

Alles was der Markt verlangt

Unsere primäre Marktleistung: Ein vollständiges, preisgerechtes und zukunftsgerichtetes Produkte-Sortiment, hohe Verfügbarkeit in der ganzen Schweiz und Dienstleistungen.

Wir führen ein vollständiges Sortiment von Baumaterial sowie Zement, Gips, Holz und Baukeramik. Nach Möglichkeit bevorzugen wir einheimische Produzenten. Kriterium ist nicht einseitig der Preis; wir suchen langfristige Partnerschaft und belohnen Qualität, Zuverlässigkeit und Treue.

Wir nehmen bei der Auswahl der Produkte Rücksicht auf die Umwelt. Umweltschonende Produkte, Verfahren und Entsorgungsmöglichkeiten haben Priorität. Unser Recycling-Konzept im Bereich Polyethylen ist zukunftsweisend.

Als Novum in der HG COMMERCIALE betreibt die Geschäftsstelle Interlaken den Handel mit Heizöl und Treibstoffen.

Die Geschäftsstelle Interlaken beschäftigt 25 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und erzielt ein Umsatzvolumen im Jahr von 40 Mio. Franken.

Das ganze HG-Team freut sich auf eine gute Zusammenarbeit und wünscht Ihnen alles Gute!

Mit besten Grüßen:

Walter Gillmann
Geschäftsführer HG COMMERCIALE
Fabrikstr. 9, 3800 Interlaken
Tel: 033/ 826 60 66, Fax 033 826 60 61
Internet: www.hgc.ch / E-Mail: hgc.interlaken@hgc.ch



HERBSTLICH- BUNTES AUF IHRER TAFEL!

Bald ist es wieder so weit! Mit einer breiten Farbenpalette färbt der Herbst unsere Natur in warmen, leuchtenden Tönen.

Nun können wir auch bald wieder das bunte Treiben in unsere Dekorationen auf dem Tisch einflechten. Reife Schmuckweinblätter eignen sich dazu am effektivsten.

Ein Tipp: Spraysen Sie die Blätter, wenn sie nach dem waschen wieder trocken sind, mit Blattglanz ein.

Trauben haben jetzt Saison, und nur schon eine Schale mit verschiedenfarbigen Trauben, vielleicht mit einigen Rebenblättern ausgelegt, kann eine wunderschöne und gesunde Tischdekoration hergeben.

Wunderschön sehen auch Kastanienblätter und Kastanien, geschlossen oder geöffnet, in einer Schale aus. Legen Sie alles in eine Schale sauberes Wasser. So bleibt es länger frisch und sieht besonders schön aus. Die Farben des Herbstes sind die Braun-, Rot- und Gelbtöne; und alle Farben, die sich damit mischen lassen. Also auch die Blumen mit diesen Farben.

Auch eine Schale mit Asten oder Dahlien sieht toll aus – es müssen nicht immer Rosen sein.

Vergessen Sie aber auch die Bordeaux- und Lilatöne wie z. B. bei der Herbstzeitlose, nicht.

Apart dazu wirken die Tierchen, die sich gerade im Herbst noch einmal so richtig vollessen vor dem langen Winter und deshalb vermehrt anzutreffen sind. Igel, Eichhörnchen und andere Nager wären doch auch lustig in einer Tischdekoration.

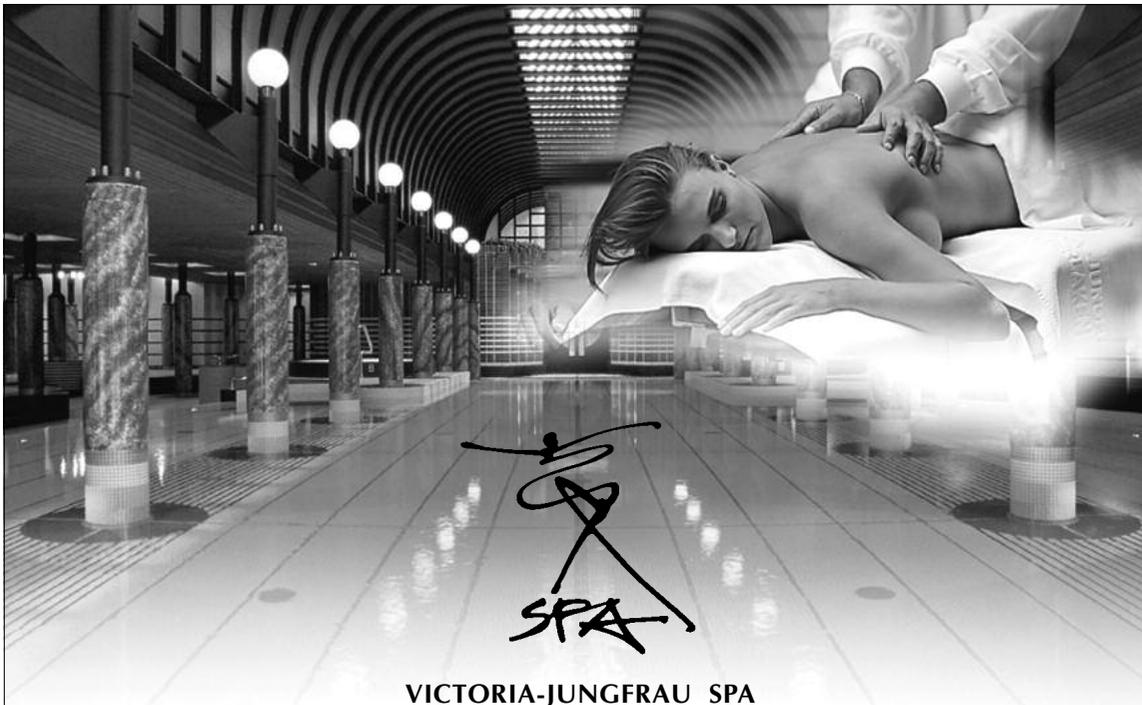
Schaffen Sie sich doch z. B. einmal geschnitzte Tierchen an. Die haben bleibenden Wert, sind gut zu reinigen und robust und Sie können sich viele Jahre daran erfreuen.

Natürlich gibt es auch aus einfacheren Materialien allerlei lustige Tiere, die in Papeterien, Bastelläden und Spielwarengeschäften gekauft werden können.



Die Sydeca wünscht Ihnen buntes Gelingen!

Mirjam Sydler, Sydeca,
Deko- und Partyservice, Krattigen
Tel. 650 93 00 / Natel 079 650 02 59



VICTORIA-JUNGFRAU SPA
WELLNESS DER BESONDEREN ART

ÖFFENTLICH ZUGÄNGLICHE BEREICHE

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

WERDEN SIE MITGLIED IM VICTORIA-JUNGFRAU SPA!

VERLANGEN SIE DIE MITGLIEDER-INFORMATIONEN AN DER SPA-RÉCEPTION,

TEL. 033 828 27 10

HERZLICH WILLKOMMEN!



Victoria Jungfrau



VICTORIA-JUNGFRAU GRAND HOTEL & SPA · 3800 INTERLAKEN

TEL. 033 828 28 28 · FAX 033 828 28 80 · interlaken@victoria-jungfrau.ch · www.victoria-jungfrau.ch

ECHE GASTFREUNDSCHAFT AUCH UNTER www.palace-luzern.com

WELLNESS & CO.

FIT TROTZ STRESS



Die Stressreaktion ist ein Notfall- und Schutzprogramm des menschlichen Organismus und dient dazu, in Gefahrensituationen alle Kräfte zum Überleben zu mobilisieren. Viele Herausforderungen, denen wir uns heute stellen müssen, sind allerdings nicht mehr auf der körperlichen Ebene zu bewältigen. Dennoch reagiert unser Körper wie zu Zeiten der Jäger und Sammler beim Anblick eines Bären, wenn wir eine Situation als «Gefahr» oder «Problem» eingestuft haben. Unser Blutdruck steigt, das Herz schlägt schneller, wir schwitzen, die Haut wird weniger durchblutet, damit der Blutverlust bei Verletzungen gering bleibt, wir bringen keinen Bissen herunter, weil die Verdauung gedrosselt wird, usw. Nach abgeklungener Gefahr sollte eine Entspannungsphase für einen Ausgleich sorgen. Diese fehlt heutzutage oft, weil wir bereits mit der nächsten Stresssituation konfrontiert werden, so dass der Körper gar nicht mehr zu seinem inneren Gleichgewicht finden kann.

Trotzdem ist Stress als **zeitweilige** Anstrengung oder Anspannung **positiv** (sog. Eustress) und spornt uns zu immer neuen Leistungen an. Erst bei **dauernder** Unter- oder Überforderung wirkt sich Stress **negativ** aus (sog. Distress). Sie haben richtig gelesen: auch eine dauernde Unterforderung kann sich negativ auf unser Wohlbefinden auswirken und zu einer grossen psychischen Belastung werden. Sorgen Sie deshalb für Abwechslung im Beruf und in der Freizeit, und setzen Sie sich bei Bedarf neue Aufgaben und Ziele.

Wenn wir in eine Stresssituation geraten sind, dann ist es wichtig, die bereitgestellte körperliche Energie auch wirklich zu nutzen und durch Sport oder körperliche Arbeit abzubauen. Ebenso wichtig ist es, anschliessend für Entspannung zu sorgen. Das vorgeschlagene «Anti-Stress»-Programm bedeutet ein Minimum an Zeitaufwand (nur zwei Stunden pro Woche) und bringt bei regelmässiger Anwendung trotzdem erstaunliche Resultate. Seien Sie sich bewusst, dass wir Körper und Geist nicht trennen können und sich die beiden immer gegenseitig beeinflussen, positiv wie negativ.

*Wer glaubt, keine Zeit auch nur für ein minimales «Anti-Stress»-Programm zu haben, dem ist sein Körper und Geist offenbar nicht wichtig genug. Dem sei aber auch gesagt: **Wer keine Zeit hat, seinen Körper und Geist zu pflegen, muss früher oder später Zeit haben, krank zu sein.***

**«Anti-Stress»-Programm
(eine gesunde, sportliche Variante – ohne Medikamente!)**

Gezieltes Herz-Kreislauf-Training
zweimal pro Woche je 40 Minuten

Gesunde Ernährung mit viel
frischem Obst und Gemüse und
zwei Liter Wasser pro Tag

Entspannung im Liegen mit Musikhören, Atemübungen
oder Muskelrelaxation zweimal pro Woche 20 Minuten

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



Thomas Hürlimann liest in Interlaken

Das neueste Buch von Thomas Hürlimann hat schon vor Erscheinen einen kleinen Wirbel ausgelöst und ist mit begeisterten Kritiken bedacht worden: Der Autor erzählt, wie ein ca. 13-jähriger Junge den Sommer 1963 bei seinem Onkel, dem Stiftsbibliothekar von St. Gallen verbringt. Um den kostbaren Boden des barocken Büchersaals zu schützen, soll der Neffe an die Besucher Filzpantoffeln austeilen. Der Junge merkt bald, dass sich ihm neue Welten öffnen – die Welt der Bücher und des andern Geschlechts. Fasziniert beginnt er zu lesen und wagt es, scheue Blicke unter die Röcke der Besucherinnen zu werfen, die bei ihm in die Pantoffeln schlüpfen müssen. Fräulein Stark, die Haushälterin des Stiftsbibliothekars, misstraut dem Fleiss des Jungen. So entsteht zwischen ihr und dem «Pantoffelministranten» ein leiser Kampf, der sich zum Sommerende hin in eine Art Liebe wandelt... Thomas Hürlimann hat eine köstliche Novelle geschrieben, tiefgründig, hintersinnig und liebevoll ironisch, ein wunderbares Lesevergnügen!

Die Buchhandlung Haupt und die Bodeli Bibliothek Interlaken freuen sich sehr, dass sie diesen bedeutenden Schweizer Autor für eine Lesung engagieren konnten:

Thomas Hürlimann liest am Montag, dem 17. September 2001 um 20 Uhr im Schlosskeller Interlaken aus seinem neuen Buch. Der Eintritt beträgt Fr. 10.-, Reservationen nimmt die Buchhandlung Haupt ab sofort gerne entgegen (Tel. 033 822 35 16). Reservieren Sie rechtzeitig und freuen Sie sich schon heute auf einen anregenden literarischen Abend!

Thomas Hürlimann: Fräulein Stark, Ammann Verlag, 192 Seiten, Fr. 36.–

Ursula Dietrich, Buchhandlung Haupt, Höheweg 11, 3800 Interlaken
Tel. 033 822 35 16, Fax 823 35 60, E-Mail: buchoberland@haupt.ch

Haupt Bücher

Buchhandlung Haupt

Höheweg 11, 3800 Interlaken

Telefon 033 822 35 16

Fax 033 823 35 60

E-Mail buchoberland@haupt.ch



Öffnungszeiten

Montag bis Freitag

8.30–18.30 Uhr durchgehend

Samstag

8.30–16.00 Uhr durchgehend

HOTEL BÄREN

WILDERSWIL

Güggeli- u Röschi-Beiz

Luschtig, gluschtig u gmüetlich!

★★★

Pizzeria Boccalino

Pizza, Pasta u viel Salatigs!

★★★

Bäre-Stube / Bar

Dr Träff für Alt u Jung!

Fam. Gabi + Fritz Zurschmiede
Tel. 828 31 51, www.baeren.ch

STEUERFALLEN DER UNTERNEHMER



Daniel Rolli, neutraler und unabhängiger
Finanzplaner mit eidg. Fachausweis
Bahnhofstrasse 37 (Stedtli-Zentrum),
3800 Unterseen, Tel.-Nr. 823 60 53

Viele Unternehmer vergessen, ihre eigene Steuersituation und die der Firma zu optimieren und die persönliche Altersvorsorge rechtzeitig aufzubauen. Spätestens bei der Übergabe oder der Auflösung der Firma schlägt der Steuervogt zu. Durch eine langfristige Finanzplanung lassen sich solche unliebsame Überraschungen vermeiden.

Halten Sie die Unternehmung «schlank»

Die Ansammlung von Gewinnen in der Firma bewirkt, dass sie immer «schwerer» wird, zudem wird der private Vermögensaufbau des Firmeninhabers erschwert. Dadurch ist der Unternehmer mit einem grossen Teil seines Vermögens den Marktrisiken (Konkurs) ausgesetzt. Der spätere Verkauf oder die Übergabe der Firma an die Nachkommen wird schwieriger, wenn nicht unmöglich, weil die Firma zu teuer wird. Darum sollten Unternehmer folgende Möglichkeiten überprüfen:

- Zahlen Sie sich regelmässig hohe Löhne und Dividenden aus.
- Bauen Sie Ihre Pensionskassenlösungen aus und leisten Sie Einkäufe für fehlende Beitragsjahre. Auch Selbstständigerwerbende können sich einer Pensionskasse anschliessen.
- Der mitarbeitenden Lebenspartnerin sollte ebenfalls ein Lohn ausbezahlt und somit der AHV und der Pensionskasse unterstellt werden.
- Investieren Sie nicht mit Firmenkapital in betriebsfremde Aktiven (z.B. Liegenschaften, Bauparzellen, etc.).
- Wählen Sie steuerprivilegierte Geldanlagen für Ihren privaten Vermögensaufbau.
- Die Planung der Unternehmungsnachfolge sollte fünf bis zehn Jahre vorher beginnen.
- Überprüfen Sie die Rechtsform der Firma.

Fazit: Eine persönliche Finanzplanung zeigt Ihnen, wie Sie Ihre finanzielle Situation optimieren können. Wir stehen Ihnen für ein unverbindliches Gespräch gerne zur Verfügung.

**Haben Sie Fragen zu Steuer-, Anlage- und Vorsorgethemen sowie rund um Ihre Pensionierung?
Wir sind niemandem verpflichtet und beraten Sie unabhängig und neutral.**

Gutschein für ein kostenloses und unverbindliches Informationsgespräch

Name/Vorname:

Strasse/Ort:

Telefonnummer:

Einsenden an Rolli Finanzplanungen GmbH, Bahnhofstrasse 37 (Stedtli-Zentrum), 3800 Unterseen,
oder Telefon 823 60 53, Fax 821 04 22, info@rolli-finanzplanungen.ch

Kiosk Messerli
Hauptstrasse 26
Beatrice Messerli

Kiosk Messerli
Hauptstrasse 26
Tel. 033 823 45 10 3800 Matten

Zeitschriften
Spielwaren
Souvenirs
Toto - Lotto - Ablage

Bach-Blüten
die ganz persönliche Mischung.
Hilfe bei * Trauerverarbeitung * Spitalaufenthalt * Angstzustände * Prüfungsangst * Liebeskummer * Ruhelos * Schlaflos * und für vieles mehr . . .
Fragen: 033 822 02 80 Cornelia
14 Jahre Erfahrung

BLUMENKREATION

SEPTEMBER – ÜPPIGE FORMEN
UND LEUCHTENDE FARBEN

Total-Ausverkauf
bis 50% Rabatt und mehr!
Nur noch bis Ende Sept.
Greifen Sie jetzt zu !

as design
möbel allenbach
Hauptstrasse 3852 Ringgenberg
Tel. 033 822 39 21 www.asdesign.ch

Öffnungszeiten:
Di - Fr 13.30 - 18.30 Uhr
Sa 10 - 12 / 13.30 - 16 Uhr
Mo geschlossen.

brienzersee HOTEL • RESTAURANT
RINGGENBERG • INTERLAKEN • SCHWEIZ

Beundenstrasse 49,
3852 Ringgenberg
Tel 033 822 23 53
Fax 033 822 02 32
happy@hotelbrienzersee.ch
Grosser Parkplatz

Behauptung – der phänomenale Ort am grössten Bergsee der Schweiz – werten..?
Wir setzen gerne Ihre Ideen um für Ihren nächsten Vereinsanlass, Sitzung, Höck – schon fast Tradition – Geburtstagskinder (jeden Alters) essen an ihren Festtag bei uns gratis!
Es wäre toll Sie bald bei uns zu haben.
Sonja Cadisch und Team

Wir suchen
Personen die an Alternativmedizin und naturheilkundlichen Behandlungen interessiert sind, und zur Vermeidung von Befindlichkeitsstörungen oder zur Linderung altersbedingter Leiden, ein BIO-Magnetfeld-Therapiegerät mit Spulenmatte und Intensivapplikator, GRATIS testen möchten. Auskunft gibt Beratungsstelle für Energiemedizin Schweiz, Leitung: Peter Folghera 3655 Sigriswil
Tel. 033-251 33 05 www.energiemedizin.ch

Im Stedtlizentrum Unterseen

MIRA
BOUQUET

Attraktive Damen- und Kindermode in allen Grössen und für jedes Alter.

Achtung: Herbstkollektion eingetroffen!
Besuchen Sie uns - wir beraten Sie gerne.

Modisch
interessant
Raffiniert
Aktuell

MIRA
BOUQUET
033 823 33 22

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

Gutschein für 10% Rabatt
(Inserat mitbringen)



Jeannine Brunner-Gosteli, Floristin
Blumengeschäft
Telefon Matten:
033 822 20 54
Telefon Wengen:
033 855 27 33



Mit dem Schilfgras bauen wir ein Gerüst, das uns zugleich den Umriss und die Form vorgibt. Schritt für Schritt binden wir die Materialien dazu.



Voilà der fertige Strauss – ein Gedicht von Farben und Formen – transparent gestaltet und fröhlich bunt.

Für den Sonnenblumenstraus wählen wir Floralien des Spätsommers: Sonnenblumen, Schafgarben, Hybericum, Opolusbeeren, Dahlien und verschiedenes Grünzeug wie Schilfgras, Korallenfarn und Winde.



Aluminium-Fensterläden



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

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

Albert Zwahlen

Wir liefern Storenstoff
und überziehen alte Storen!

Print
Folien
Plotten
Schriften
Schneiden
ebdrucken
npondruck



Ernst Brügger Telefon 033 821 13 72
Schulgässli 460 E Mobile 079 209 33 44
3812 Wilderswil Fax 033 821 13 73

COMPUTER

WAS TUN GEGEN COMPUTERVIREN?

Was sind mögliche Schäden?

Das Problem Computer-Viren ist aktueller denn je. Jedes Jahr richten diese digitalen Schädlinge weltweit einen immensen wirtschaftlichen Schaden an. Mögliche Schäden reichen von einfachen Spassmeldungen über das Löschen oder Ausspionieren von Daten bis zur Zerstörung der Hardware.

Wie wird man verseucht?

Eine Verseuchung mit einem Computervirus geschieht heutzutage meist über Mail-Attachments, Dateien also, die an eine E-Mail angehängt sind. Meist sind diese Anhänge gekennzeichnet durch ein Büroklammer-Symbol. Ohne einen solchen Datei-Anhang kann eine Verseuchung durch eine E-Mail fast ausgeschlossen werden. Frühere Viren, welche durch Disketten etc. verbreitet wurden, trifft man heute fast nicht mehr an.

Wie schützt man sich vor Viren?

Ein Möglichkeit, sich gegen Viren zu schützen, ist die generelle Weigerung, ein Dateianhang zu öffnen. In der Praxis zeigt sich jedoch, dass sich früher oder später jeder dazu hinreissen lässt, den Anhang zu starten, sei es aus «Gwunder» oder aus beruflichen Gründen. Besser eignet sich da ein Antiviren-Programm wie z.B. Symantec Norton Antivirus. Meist für ein Jahr aktualisierbar über Internet, bietet es den bestmöglichen Schutz gegen die digitalen Plagegeister. Die Kosten für ein solches Programm bewegen sich zwischen 70 und 100 Franken. Geübte Anwender installieren und warten solche Programme selber, ungeübte sollten einen Fachmann beiziehen.

Verseucht, was nun?

Häufig geschieht es doch: Man erhält von einem Freund die Nachricht, er habe von Ihnen einen Virus geschickt bekommen. In einem solchen Fall starten Sie am Besten den

SYMANTEC WINDOWS[®] 2000/NT/Me/9x/95 W Me

Norton AntiVirus 2001

Norton Antivirus 2001, Preis Fr. 76.-
Ein Jahr über Internet aktualisierbar

Die weltweit führende Antivirus-Software*

Automatische Aktualisierung der Virusdefinitionen
Maximaler Schutz vor Viren aus dem Internet und E-Mail-Anhängen
Ein weltweit operierendes Experten-Team gewährleistet einen ständig aktuellen Virenschutz

PC nicht mehr und ziehen so schnell wie möglich einen Fachmann bei, der mit Ihnen die nächsten Schritte bespricht. Versuchen Sie nicht, den Virus alleine zu entfernen, da dies heutzutage oft das ganze Windows ruiniert.

Und noch ein genereller Tipp:

Machen Sie regelmässig Backups von Ihren Daten, unabhängig von der heutigen Virengefahr!

Norbert Leupi, Leupi Computer Service
Centralstrasse 42, Interlaken, Tel. 033 823 70 00

Dschungel - Boutique

Die neue
Herbstkollektion
ist eingetroffen

Monika Räber

Stedli-Zentrum
Bahnhofstr. 47,
3800 Unterseen
Telefon 033 821 00 43

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag 9 bis 18 Uhr
Samstag 9 bis 16 Uhr
Montag geschlossen

Gegen Abgabe des Inserates
**10% Rabatt auf aller
Damen- und Herrenmode**

Mountain
Twister
Crazy Apple Beer

Biergetränk aus
Limonade mit Apfel-
Birnenast und Bier
2.0% Vol.
Eingekühlt geniessen!

Infos: Rugenbrau AG, CH-3800 Interlaken
Telefon: 033 826 46 56, www.rugenbrau.ch

Ost & West – just the best!

dropa
DROGERIE
GÜNTHER

dropa
DROGERIE
GÜNTHER



Ihr Fachgeschäft für Gesundheit und Schönheit

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

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

E-Mail: dropa.guenther@dropa.ch

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

GESUNDHEIT

WENN DER STRESS DEN SCHLAF RAUBT

Jeder dritte Schweizer leidet unter Stress; besonders davon betroffen sind junge Menschen im Alter zwischen 15 und 30 Jahren. Obwohl Stress ihre Lebensqualität negativ beeinflusst, unternehmen nur 33 Prozent der Stressgeplagten etwas dagegen.

Stress und Schlafstörungen müssen nicht immer negativ sein: Ferien – Vorfreude, Verliebtheit oder spannende Momente im Leben (z.B. ein neuer Job) können den Lebensrhythmus stark beeinflussen und durchaus stimulierend sein (= positiver Stress oder Eu-Stress). Wird dieser Level aber regelmässig und über längere Zeit überschritten, geben Körper und Geist Alarmzeichen (= Di-Stress): Nervosität, Gereiztheit, Schlafstörungen, Gemütsverstimmung, Kopfweh, Magen- Darmprobleme, Muskelverspannungen oder Fieberbläschen wirken sich zwar negativ auf die Befindlichkeit aus, aber was nicht wirklich «weh» tut, wird nicht prioritär behandelt. Diese Anzeigen werden in unserer Zeit der Hektik, der Über- oder Doppelbelastung und dem oft selbst auferlegten Erfolgsdruck immer häufiger, aber sie werden selten ernst genommen.

Test und Tipps für besseren Schlaf

Mit dem von Psychologen und einem Arzt entwickelten interaktiven Schlaf- und Stresstest (www.valverde.ch/Interaktiv) können Besucherinnen und Besucher des Internets den individuellen positiven und negativen Stresslevel eruieren und ablesen, was er für die Gesundheit bedeuten könnte. Ein erster Test zu Schlaf und Stress ermöglicht eine sofortige Auswertung, ein zweiter umfangreicher Test wird individuell

ausgewertet, verschiedene Tipps zur Behandlung von Schlafstörungen werden aufgeführt.

Unruhiger Schlaf? Einschlaf- und Durchschlafstörungen?

Valverde Schlafdragées enthalten Extrakte aus Baldrian und Hopfenzapfen: diese bewährten Heilpflanzen haben eine beruhigende und schlaffördernde Wirkung und ermöglichen erholsamen Schlaf. Valverde Schlafdragées haben einige Vorteile gegenüber chemischen Schlafmitteln: sie wirken dank hohem Wirkstoffgehalt, sind aber mild und gut verträglich. Bei korrekter Einnahme macht dieses Phytotherapeutikum zudem nicht abhängig. Der natürliche Schlafrhythmus wird nicht verändert und es gibt keinen «Hang-over» am nächsten Tag: man ist ausgeruht, frisch und konzentriert.

Weitere Tipps zum Thema Stress und Schlafstörungen erhalten Sie in Ihrem Fachgeschäft.



Beat Günther, eidg.dipl. Drogist
DROPA Drogerie Günther, Stedtli Zentrum,
Unterseen, Tel. 033 826 40 40
DROPA Drogerie Günther,
Zentrum Interlaken Ost, Tel. 033 823 80 30

ERSTKLÄSSLER ERHIELTEN SCHULTÜTE VON PAPETERIE PAPSTYLO GESCHENKT

Die Papstylo Papeterie in Interlaken verteilte zum Schulbeginn 2001 den Erstklässlern der Schulen Matten, Interlaken und Unterseen an ihrem ersten Schultag eine Schultüte.



Das Bild zeigt eine Gruppe Erstklässler aus Unterseen nach der Stürmung des lustigen Papeteriemobils, mit welchem die Überraschung direkt auf den Schulhausplatz gebracht wurde.

Papstylo Papeterie
Jungfraustrasse 3, 3800 Interlaken
Fon 822 44 64
Fax 823 11 68
papstylo@bluewin.ch
www.papstylo.ch



Gesichtsmasken

Die Auswahl an Masken für die Pflege der Gesichtshaut ist gross; es gibt sie in den verschiedensten Arten z. B. cremige, gelige, trocknende, u.s.w.

Masken bewirken eine Steigerung der Hautfunktionen: je nach Art des Produktes sorgen sie für eine bessere Durchblutung der Haut, aktivieren die Schweiß- und Talgdrüsen, spenden Feuchtigkeit und Nährstoffe, beruhigen und vieles mehr.

Gerade nachdem die Haut besonders strapaziert worden ist (nach den Ferien, im Winter, nach langem Aufenthalt im Freien) sollte man ihr mit der geeigneten Maske eine Erhol- und Regenerierphase gönnen.

Bevor eine Maske aufgetragen wird, muss die Haut unbedingt gut vorbereitet sein, da sonst die Wirkung gering ist. Zuerst wird das Gesicht mit einem geeigneten Produkt gereinigt. Dann ist es sehr gut, wenn mit einem Peeling (das ist eine Art körnige Creme) die abgestorbenen Horn-

schüppchen entfernt werden, damit die Maske später ungehindert durch die Poren in die Haut gelangen kann. Nachdem das Peeling abgewaschen worden ist, trägt man die Maske auf das Gesicht auf, wobei die Augenpartie und der Mund ausgespart werden. Dies geht gut mit einem Pinsel (z. B. Backpinsel). Zur besseren Entspannung können feuchte Wattepad auf die Augen gelegt werden.

Wichtig: die Gesichtsmuskulatur sollte während der Einwirkzeit schön entspannt sein, deshalb relaxen Sie am Besten ca. 20 Minuten gemütlich auf dem Sofa...

Zum Abschluss wird die Maske je nach Art abgewaschen oder abgezogen und danach eine Gesichtscrème aufgetragen.

Marianne von Allmen, dipl. Kosmetikerin KFB,
«RELAX» Kosmetik-Institut, Unterseen,
Tel. 033 823 03 29, Mail: relaxkosmetik@tiscalinet.ch



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



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

E-Mail: ilgwimmis@bluewin.ch
Internet: www.ilg.ch



Möchten Sie wieder einmal entspannen?

Relax
KOSMETIK - INSTITUT

«Relax» hat das ideale Angebot für Sie:

- Individuelle Gesichtsbearbeitungen
- Wimpern-/Brauenfärben
- Rückenpflege
- Cellulitebehandlungen
- Enthaarung
- Geschenk-Gutscheine



Marianne von Allmen · dipl. Kosmetikerin KFB · Hauptstr. 47, beim Stedtli-Zentrum · 3800 Unterseen
Telefon 823 03 29 · relaxkosmetik@tiscalinet.ch

LIPO-IMMER GÜNSTIGER



LIPO Ihr Möbel- und Teppich-Discounter

INTERLAKEN/BE

Autobahnausfahrt Wilderswil
Wengelacher 1, Tel. 033/826 10 20

Mo-Do: 9.00-18.30 Uhr durchg.
Fr: 9.00-21.00 Uhr durchg.
Sa: 9.00-16.00 Uhr durchg.

11x IN DER SCHWEIZ:

REINACH/BL	EMMEN/LU
DIETIKON/ZH	EGERKINGEN/SO
DIETLIKON/ZH	PFÄFFIKON/ZH
FRAUENKAPPELEN/BE	CRANCIA/TI
INTERLAKEN/BE	CONTONE/TI
WIL/SG	

Fr. bis 21.00



VERANSTALTUNGEN-AUSZUG VON INTERLAKEN, MATTEN UND UNTERSEEN

SEPTEMBER 2001

Interlaken Tourismus
Höheweg 37, 3800 Interlaken,
Schweiz/Schweiz/Suisse
Telefon 033 826 53 00, Telefax 033 826 53 90
Internet: <http://www.Interlaketourism.ch>
E-Mail: mail@InterlakenTourism.ch

- Täglich Schweizer Folklore Show. Schweizer Brauchtum, Tanz und Unterhaltung. 19:30, Restaurant Spycher, Casino Kursaal. Fakultativ ab 19:00 Nachtessen nach Schweizer Art. Platzreservation: Casino Kursaal, Tel. 827 61 00.
- Mo - Fr Jungfrauabnen-Kinderzug. Fahrten rund um die Höhematte, jeweils 16:00-18:30.
- Jeden Di Baustellenbesichtigung Mystery Park. Durchführung: ganzes Jahr und bei jeder Witterung. Treffpunkt an der Baustelle auf dem Militärflugplatz. Zeit: 18:00-19:30. Anmeldung bis 12:00 (gleicher Tag) bei Mystery Park AG, Tel. 827 57 57.
- Jeden Di Folklore-Abend mit dem Duo Stägreif, Solojodlerin Margrit Amacher und Alphornbläser Armin Sigrist. 20:00-23:00, Restaurant Chalet, Hotel Oberland. Tischreservation: Tel. 827 87 87. Eintritt frei.
- Jeden Mi Demonstration «Spitzen-Klöppeln». Im Heimatwerk, Höheweg, jeweils 15:00-18:00 (bis Mitte Sept.).
- Jeden Fr Besichtigung Revisionswerkstatt für Dampflokomotiven beim Ostbahnhof. Zeit: 13:30-16:00. Zugang über Gleis 4 und 5. Anmeldung: Tel. 828 73 40 od. 079 334 09 17.
- Jeden Sa+So Floh-Markt «Happy Paradise». Jeweils ab 10:00, Aenet dem Lombach 13, Unterseen (oberhalb Fischzucht). Nur bei guter Witterung, Info: Tel. 079 227 25 72.
- 1. Internationaler Jungfrau-Marathon. 08:45, Start vor Hotel Victoria-Jungfrau, vorher grosse Show mit Majoretten begleitet von der Musikgesellschaft Interlaken / 11:40, erste Zielankunft auf Kleine Scheidegg / 17:30, Rangverkündigung und ab 18:00 Marathonfest für jedermann auf dem Höheweg (vor Casino Kursaal). Musik und Stimmung mit der Barbados Band.
- 1., 6., 8. Freilichtaufführung «Wilhelm Tell», Schauspiel von Friedrich Schiller. Beginn 20:00, Tellspielareal in Matten. Vorverkauf: Tell-Büro, Tel. 822 37 22.
- 2. + 16. Dampfbahn-Fahrt über den Brünig. Interlaken Ost (ab 09:52) - Brienz (ab 10:30) - Meiringen (ab 11:24) - Giswil (an 13:31) und zurück. Reservation: Tel. 033 952 80 80.
- 4. + 11. «Zyschtigmärit». 09:00-17:00, Jungfraustrasse-Unionsgasse.
- 4. Konzert «Belcanto mit Violine und Harfe». Die Sopranistin Eva Csapó und das Budapester Violine-Harfe Duo Andrea Kocsis und Lajos Földesi spielen Werke von Rossini, Donizetti, Mendelssohn, Bizet, Mozart, Händel u.a.. 20:00 Zentrum Artos, Alpenstr. 45. Eintritt frei, Kollekte.
- 7. Abendrundfahrt auf dem Brienersee mit Fondue Chinoise Essen und musikalischer Unterhaltung mit der Formation Geronimos. 19:45 ab Interlaken Ost. Reservation: Tel. 823 02 22.
- 7. Volkstümliche Unterhaltung mit der Kapelle Echo vom Chuderhüsi. 20:00, Restaurant Falken, Unterseen.
- 8. + 22. Floh-, Sammler- und Trödlermarkt. 09:00-17:00, Kursaal-Garten.
- 8. Musikalische Schülerproduktionen zum Jubiläum «20 Jahre Musikschule Oberland Ost» vorgetragen von 13:00-17:30 im Zentrum von Interlaken.
- 8. Gala-Abend «20 Jahre Musikschule Oberland Ost». Unterhaltungsprogramm mit Kompositionen vom Barock bis zur Moderne. 20:00, Casino Kursaal (Konzerthalle). Eintritt frei, Kollekte.
- 8. Multikulti-Event - «La scinta del dragh» CD Taufe. 17:00, Beat Hügi präsentiert seine «Art Brut Fashion» (A.B.F.I.A.). Am Abend Calanca-Dinner und Unterhaltung mit Luciano T & Band. Luciano T (Gesang, Gitarre, Mundharp), Simone H (Cello, Background-Gesang, Beat C (Schlagzeug) und Roland F (Bass). Ferner Art Brut Fashion in Action. Ort: Café Runft, b.Westbahnhof. Info: Tel. 823 83 83.
- 8. Chäs-Chilbi. Organisation: Walliserverein, Jodlerklub und Trychlerklub Unterseen. Ab 10:00, beim Schützenhaus Unterseen.
- 9. 11. Ried-Matinée-Konzert mit dem Sarastro Quartett Winterthur und dem Klarinetisten Thomas Kocher. Werke von Mendelssohn und Brahms. Organisation: Förderverein Ried Wilderswil in memoriam Lili Wach-Mendelssohn. 11:15, Hotel Royal-St. Georges.

9. Musicals vorgetragen von den Joy Singers Spiez. Ausschnitte aus Cats, Phantom of the Opera, Jesus Christ Superstar, Kiss me Kate, May Fair Lady, West Side Story usw.. Leitung: Patrick Secchiari. Solistin: Marianne Wälchli. Piano: Balthasar Fischer. 17:00, Kirchgemeindehaus Matten. Eintritt frei, Kollekte.
13. Vortrag «Die fünf Säulen der Gesundheit». Referentin: Brigitte Schick, prakt. Psychologin. Organisation: Volkshochschule Interlaken und Umgebung. 20:00, Aula Sekundarschule. Anmeldung: Tel. 826 02 90.
16. Ökumenischer Bettagsgottendienst auf dem Brienersee-Schiff. Musikalisch umrahmt vom Oberländer Chörli Interlaken. Interlaken Ost ab 09:00, zurück um 11:00.
16. Bettagskonzert mit der Stadtmusik Unterseen. 15:30, Casino Kursaal. Eintritt frei.
16. Juwelen der Violin-Literatur mit dem renommierten Violinvirtuos Michael Grube, Professor an der Paganini-Akademie Quito/Ecuador. Werke aus Barock, Klassik, Romantik und Post-Romantik von Locatelli, Tartini, Halvorsen, Prokofief, Loncke, Paganini, Wieniawski und Bach. 20:00, Kirche Unterseen. Eintritt frei - Kollekte.
20. Tanznachmittag für Senioren. 14:30-17:30, Restaurant Spycher, Casino Kursaal.
20. Konzert mit Catman. Unterhaltung mit Rock und Blues. 21:00, Restaurant Brasserie 17. Eintritt frei.
21. Warenmarkt. In der Marktgasse, 09:00-17:00.
21. Abendrundfahrt auf dem Brienersee. Country-Musik-Unterhaltung an Bord mit der Red Neck Mountain Band. 19:45, ab Interlaken Ost. Reservation: Tel. 823 02 22.
21. Volkstümliche Unterhaltung mit der Kapelle Falkebeue. Ab 17:00, Restaurant Falken, Unterseen.
- 22.+ 23. Internationales Jaguar-Treffen «25 Jahre Jaguar Drivers Club Schweiz». Sa: ab 09:00, Grossanlass auf dem Militärflugplatz mit Gymkana, Beschleunigungstests, technische Leckerbissen, Show-Einlagen, Verkaufsstand / So: 10:00, Corso durch Interlaken. 11:00, Aufstellen aller Jaguar/Daimler-Modelle bei der Höhepromenade im Zentrum. 11:30, Preisverteilung und feierlicher Abschluss.
23. Dampfbahn-Fahrt in die Lütschiner Täler. Interlaken Ost (ab 09:25) - Grindelwald (an 10:50/ab 11:20) - Interlaken Ost (an 12:19) / Interlaken Ost (ab 15:00) - Lauterbrunnen (an 15:45/ab 16:10) - Interlaken Ost (an 16:46). Reservation: Tel. 971 35 87.
27. Konzert mit der Hot Shot Blues Band. Ab 21:00, Restaurant Brasserie 17. Eintritt frei.

AUSSTELLUNGEN IN DER REGION

- 1.9.- 23.9. Galerie Kunstsammlung Unterseen, Stadthaus. Ausstellung mit Paul Berno Zwosta (D) «Wegezeichen 21» / Hermann Messerli (1918-1999), Holzskulpturen / Jürgen Noack (Thun), Bilder und Grafiken / Franz Anatol Wyss (Fulenbach), Bilder und Druckgrafiken. Offen: Di – So, 15:00-18:00, zudem Do 19:00-21:00 und So, 10:00-12:00.
- 1.9.- 30.9. Atelier-Galerie Eufor, Spielmatte 16, Unterseen. Bilder und Skulpturen von Ruth Mühlethaler-Stark und Franz Mani. Vernissage: 1.9., 18:00. Offen: Mi, 16:00-20:00 / Sa, 16:00-21:00 / So, 10:00-12:00 und 15:00-18:00.
- 23.6.- 21.10. Werfthalle BLS, Brienersee, Interlaken Ost. «Dampfschiff Lötschberg Kunst». Offen: Täglich, 10:00-17:00.
- 20.7.- 19.10. Zentrum Artos, Alpenstrasse 45, Interlaken. Malerei (Aquarell, Kreide, Mischtechnik, Seidenmalerei) von Dora Zangger. Offen: Mo – Sa, 14:00-20:00 / So, 10:00-12:00 und 15:30-20:00.
- 1.5.- 14.10. Touristik-Museum der Jungfrau-Region, Stadthausplatz Unterseen. Darstellung der Entwicklung von Reise und Aufenthalt in der Jungfrau-Region. Sonderausstellung 2001: Albert Schweitzer, der Urwald doktor aus Lambarene – Leben und Werk. Offen: täglich (ausser Mo), 14:00-17:00.
- 15.3.-15.10. Zinnfiguren-Ausstellung im Schloss Interlaken (Propstei). Darstellung der Welt- u. Kulturgeschichte in Zinn mit ca. 30'000 Figuren in 150 farbigen Bildern. Offen: Di – So, 14:00-17:00.
- 13.4.- 14.10. Modelleisenbahn-Treff, unterhalb West-Bahnhof. Offen: Täglich 10:00-12:00 / 13:30-18:00.
- 13.4.- 28.10. Modelleisenbahn-Ausstellung auf der Heimwehfluh. Modelleisenbahn-Show täglich, 10:00-17:00. Rodelbahn und Bob-Run.
- 7.9.- 28.10. Dorfmuseum Bönigen. Malerei und Kunsthandwerk von Hannes und Jan Schutter. Offen: Di, 16:00-19:00 / Do, 19:00-21:00 / Sa + So, 14:00-17:00.
- 26.5.- 7.10. Dorfmuseum «Alte Mühle», Wilderswil. Sonderausstellung «Jungfrau». Offen: Do, 19:30-21:30 / Sa, 17:00 -19:00 und So, 10:00-12:00.
- 16.7.- 14.9. Mendelssohn-Haus auf dem Ried, Wilderswil. Ausstellung von Schweizer Reiseskizzen und Zeichnungen von Felix Mendelssohn Bartholdy, Aquarellen von Marie Wach sowie Aquarellen und Zeichnungen von Margita Wach Edelman. Jeden Mo / Mi / Do / Fr, 14:30-17:00. Freitags auch 19:00-21:00, oder auf Anfrage.

Aenderungen vorbehalten!

Welche Vorstellungen haben Sie von Frauen in der Armee?



Wenn Sie ein ungeschminktes Bild haben möchten: Wir informieren Sie gern. Rufen Sie uns einfach an. Oder schreiben Sie uns.

SCHWEIZERISCHE ARMEE
ARMEE SUISSE
ESERCITO SVIZZERO
ARMADA SVIZRA



Frauen in der Armee, 3003 Bern
Femmes dans l'armée, 3003 Berne
Donne nell'esercito, 3003 Berna

Tel. 031/324 32 73

Fax 031/324 32 22

E-mail: fda@gst.admin.ch

www.vbs.admin.ch/armee

Gerne informieren wir Sie auch an den Tagen der offenen Türe (Besuchstagen) in den folgenden Rekrutenschulen:

08.09.2001

Panzer Rekrutenschule 222

Panzermechaniker- und Waffenmechaniker RS 282

Thun

Thun

LANGE GENUG BEHANDELN



Fusspilzkrankungen gelten als hartnäckig, obwohl heute äusserst wirksame Anti-Pilz-Mittel in Form von Cremes, Badezusätzen, Sprays und Tinkturen zur Verfügung stehen. Häufig kommt es zu Rückfällen, weil die Patienten ihre Medikamente nicht weiter anwenden, sobald der Juckreiz oder die Bläschen verschwinden. Die Behandlung sollte aber etwa zwei Wochen nach dem Abklingen der Beschwerden fortgeführt werden, damit die Pilze auch wirklich aus tieferen Hautschichten entfernt sind. Auch Anti-Pilz-Mittel in Tablettenform müssen genau nach Vorschrift eingenommen werden. Diese Mittel verschreibt der Arzt meist, wenn weitere Körperregionen oder Nägel stark vom Pilz befallen sind. Und den Erfolg der Behandlung zu sichern, sind zusätzlich alle Faktoren zu beseitigen, die das Pilzwachstum begünstigen (siehe Kasten).

Bei Fusspilz Vorbeugen und Unterstützen der Therapie

Füsse täglich waschen und anschliessend gut abtrocknen (nur mit dem eigenen, frischen Handtuch!), am besten mit dem Fön abtrocknen

Täglich frische Strümpfe tragen, die möglichst gekocht, oder bei niedriger Temperatur mit einem Zusatz (Canestene) gewaschen wurden. (Canestene für die Wäsche ist in Apotheken oder Drogerien erhältlich)

Füsse und Schuhe trocken halten. Feuchte Schuhe wenn nötig mehrmals täglich wechseln, gründlich lüften und trocknen

Pilzwachstum kann durch Spezialpräparate verhindert werden

Antimykotische Präparate (z.B. Fungizid Puder, Creme oder Flüssig) helfen bei Pilzkrankungen

Alle Schuhe, auch selten benutzte Ski- und Wanderschuhe sind zu desinfizieren oder innen mit Fungizid-Puder zu bestäuben

In Sportanlagen nicht barfuss laufen und auch in öffentlichen Duschen Badesandalen tragen

Pflegen Sie die Haut und normalisieren Sie die Schweißbildung durch Fusspflegepräparate. Zur Vorbeugung sind Cremes empfehlenswert, die Fusspilz wirksam hindern

Verbessern Sie die Durchblutung von Beinen und Füssen durch Kneipp'sche Anwendungen und durch Bewegung

Fusspilz ist vermutlich die häufigste Infektionskrankheit nach dem Schnupfen. Jeder dritte Patient beim Hautarzt leidet unter Pilzbefall am Fuss. Entzündlich verlaufende Formen sind leicht zu erkennen, doch mancher Fusspilz hält sich jahrelang, ohne Beschwerden zu verursachen. Er kann sich auf andere Körperregionen oder auf Nägel ausbreiten und stellt für die Mitmenschen eine ständige Gefahr dar.

Wie steckt man sich an?

Der Fadenpilz *Trichophyton rubrum* ist in 80 bis 85 Prozent aller Fälle der Erreger von Fusspilz. Die Übertragung erfolgt meist über pilzhaltige Hautschuppen, die auf feuchten Holzrosten, Badematten, Fliesen oder Teppichböden liegen. Ein hohes Risiko besteht deshalb dort, wo viele Menschen barfuss laufen. Bleiben die infizierten Hautschuppen an den nackten Sohlen haften, so benötigen sie einige Stunden, um sich in der Hornschicht der Oberhaut festzusetzen. In diesem Stadium lässt sich der Pilz noch leicht abspülen oder durch gründliches Abtrocknen mit dem Handtuch abreiben. Zwischen ungenügend abgetrockneten Zehen herrschen ideale feucht-warme Bedingungen für die Ansiedlung eines Pilzes. Besonders häufig ist der Zwischenraum zwischen dem vierten und fünften Zeh betroffen. Diese Vorliebe des Pilzes erklärt sich aus der etwas schlechteren Blutversorgung an dieser Stelle und der damit verringerten Immunabwehr. Hat sich der Pilz einmal festgehakt, wächst er in die Hornschicht vor. Dabei ist feuchte oder rissige Haut leichter angreifbar als gepflegte, gut versorgte und gut durchblutete Haut. Auch körpereigene Abwehr spielt eine wichtige Rolle.

Wer ist besonders gefährdet?

Die Ansteckungsgefahr ist in der eigenen Wohnung, also durch Familienmitglieder, besonders gross. Ältere Menschen sind häufiger betroffen als jüngere.

Weitere Risikofaktoren:

Benutzung von Sportanlagen, Schwimmbädern und öffentlichen Duschen (z. B. in Hotels)

starkes Schwitzen in Verbindung mit Fussbelastung in Sportschuhen

Diabetes Mellitus, insbesondere mit peripherer Neuropathie

arterielle Durchblutungsstörungen

Erkennen ist der erste Schritt

Meist beginnt eine Fusspilzkrankung mit hartnäckigem, quälendem Juckreiz. Als nächste Erscheinung können sich Bläschen bilden, die Haut beginnt zu quellen und sich zu schuppen. Die oberste Hautschicht löst sich ab und rotes, gereiztes Gewebe, das schliesslich tiefe Risse aufweist, bereitet dann erhebliche Schmerzen. Risse und wunde Areale treten oft zwischen den Zehen auf, doch auch die gesamte Haut des Fusses kann betroffen sein.

Bei weniger entzündlichen Verlaufsformen dagegen bleibt der Pilz oft jahrelang unbemerkt. Trockene, verhornte Hautstellen, die sich nur leicht schuppen, sind oft das einzige Symptom. Dennoch sollte die Pilzkrankung unbedingt behandelt werden, denn der Pilz kann auf Mitmenschen ebenso wie auf die eigenen Nägel oder auf andere Körperteile übergehen. Die Bekämpfung von Nagelpilz ist noch schwieriger und zeitaufwendiger als die von Hautmykosen. Und: Verändern sich die Bedingungen am Fuss (z.B. bei einer langen Wanderung in feuchten, warmen Schuhen) kann ein unauffälliger Hautpilz «aufblühen» und innerhalb weniger Stunden einen entzündlichen Verlauf nehmen.

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





St. Beatus-Höhlen

Sonderausstellung im Höhlenmuseum
„Die Drachen und ihre Geheimnisse“

DRACHEN-EVENTS
am 7. 8. & 9. September 01

von 11.30 Uhr bis 15.30 Uhr
(nur bei guter Witterung)

Preise

Erwachsene Fr. 9.00 / Kinder Fr. 5.00
(ohne Höhleneintritt)

Partner: Eiger Vision Grindelwald

Sonntag, 21. Oktober 01

letzter Tag offen

Taufe Höhlen-Drache

Spezial-Eintrittspreise
Fr. 10.00 pro Erwachsene
Fr. 5.00 pro Kind

8. September 2001 ab 14.00 Uhr

Musikalische Unterhaltung mit den

„BERMUDAS“

Beatushöhlen-Genossenschaft
3800 Sundlauenen
Tel. 033 841 16 43
Fax 033 841 10 64
www.beatushoehlen.ch
sundlauenen@beatushoehlen.ch

Feine Drachenmenüs auf dem Drachenbrett
im Restaurant St. Beatus-Höhlen