





Bewerten und Verkaufen – Expertise in Immobilien

Unser spezialisiertes Bewertungsteam analysiert und schätzt jährlich rund 150 Immobilien in der Region Thun. Diese langjährige Erfahrung garantiert Ihnen die Ermittlung des marktgerechten Preises für Ihre Immobilie. Zudem vermitteln wir Eigentumswohnungen, Einfamilienhäuser und Renditeobjekte im Kanton Bern.

Dank dieser anerkannten Expertise geniessen wir das Vertrauen von Banken, Architekten, Notaren sowie zahlreichen privaten Immobilienbesitzern – seit 1995.



Nutzen Sie unsere regionale Immobilienkompetenz zu Ihrem Vorteil.

033 221 77 33 | immowyss.ch









Marc Wyss Geschäftsführer



Fabian Wyss Immobilienvermarkter & Immobilienbewerter CAS FH







Inhalt

EDITORIAL

3 Tom Christen: In Thun natürlich!

MENSCHEN

6 Wacker Thun: Interview mit Nicole Kaufmann

STADT THUN

- **12 Stadtentwicklung:** Ein grüner Wohnort für alle
- 15 Familie: Fokus auf die Kleinsten
- 16 Sport: «Das Eis lebt»
- **19 Sport:** Ein Spielfeld zieht durch die Region
- **20 Kultur:** Die Cantonale ist eine Exotin

- **23** Öffentlicher Verkehr: So kommt der Bus ins Rollen
- **25 Energie:** «Die Sensibilisierung ist ein zentraler Punkt»
- **27 Nachhaltigkeit:** «Vieles wäre leicht zu reparieren»
- **29 Digital:** Kleine Genies, grosse Pläne
- **31 Digital:** Mit WhatsApp und Co. auf dem neuesten Stand

SHOPPING/INNENSTADT

- 8 Weihnachtsgeschenke: Die Festtage können kommen!
- **35 THUNcity:** Der schönste Weihnachtsbaum

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Weihnachten steht vor der Tür und mit ihr die grosse Frage: Wo finde ich bloss die perfekten Geschenke? Die Antwort ist so einfach wie charmant: in Thun natürlich! Unsere wunderschöne



Innenstadt verwandelt sich in der Adventszeit in ein wahres Winterwunderland - ideal, um all jene zu beschenken, die uns am Herzen liegen.

Von liebevollen Boutiquen über stilvolle Warenhäuser bis hin zu traditionsreichen Fachgeschäften – in Thun gibt es für jeden das passende Geschenk. Ob ein handgefertigtes Schmuckstück, duftende Weihnachtskerze oder ein seltenes Buch – hier wird jeder fündig. Und das Beste daran? Der stressige Online-Handel kann einpacken, denn in Thun geniessen Sie nicht nur ein einzigartiges Einkaufserlebnis, sondern auch jede Menge Vorweihnachtsstimmung auf dem Weihnachtsmarkt und den zwei Sonntagsverkäufen am 15. und 22. Dezember 2024.

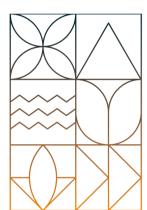
Und wenn die Einkaufstüten schwer und die Beine müde werden, gibt es keinen besseren Ort, um sich zu stärken: Die Thuner Gastronomie wartet mit herzhaften Gerichten und wärmendem Glühwein auf Sie. So wird der Weihnachtseinkauf zum Rundum-Genuss. Und bevor es nach Hause geht, darf der Foto-Stopp auf dem Rathausplatz mit dem schönsten Weihnachtsbaum der Region (ich behaupte sogar der ganzen Schweiz) nicht fehlen!

Kurz gesagt: Thun ist die Weihnachtsstadt schlechthin! Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich verzaubern.

1. W

Tom Christen
Vorstandsmitglied THUNcity
Leiter Warenhaus LOEB AG Thun





IM DELTAPARK VITALRESORT

IHRE AUSZEIT AM THUNERSEE

Lassen Sie Ihren Feierabend im Deltaspa entspannt ausklingen, tauchen Sie in unsere Pool- und Saunalandschaften ein und lassen Sie den Alltag hinter sich. Im Deltaverde Thai Cuisine erwartet Sie anschliessend das exklusive Bangkok Set – ein kulinarisches Highlight mit den exotischen Aromen Thailands.

Buchbar von Donnerstag bis Montag

Weitere Informationen:



Deltapark AG

Deltaweg 29 3645 Gwatt bei Thun +41 33 334 30 30 info@deltapark.ch deltapark.ch









VEREINE

- **46** Mineralien- und Fossilienfreunde Bern: Die Berner Mineralien- und Fossilienbörse kommt nach Thun
- **46 Selbsthilfe BE:** Gemeinsam stark dank Selbsthilfe
- **47** Volkshochschule Region Thun: Neue Kurse ab Januar 2025
- **47** Art & Act Kulturverein: Christmas Gospel Nights 2024
- **47 Kammerchor Seftigen:**Chorkonzert Gjeilo, Rutter,
 Kodály, Pärt u.a.
- **47 Neujahrskonzerte Thun:** «Tango, Tanz und die Liebe» zum Start ins neue Jahr

EVENT-IMPRESSIONEN

58 Auto Glaus: Unvergessliche Ausstellung mit Rock'n'Roll-Atmosphäre

PUBLIREPORTAGEN

- **32 Bijouterie Bläuer:** Farbige Neuheiten und umfassender Service
- **34 Aarezentrum Thun:** Der Ort für Ihre Anliegen

- 36 Stiftung TRANSfair: Von Baustellen, sorgfältiger Büez und Blitzen im Kopf
- **39 CASA Immobilien AG:** Wohnen mit Seeblick Auszug aus unserem aktuellen Angebot
- 43 AEK Bank 1826: Finanztipp
- 49 PhysioFit Schönberg: Neu in der Region: Beckenbodentraining mit PelviPower
- **50 Oekoladen Thun:** Das Universum der ätherischen Öle
- 53 Bälliz Apotheke + Drogerie AG: Fit und gesund im Alter - mit Bewegung und Mikronährstoffen
- 54 Nähcenter Iseli AG: Nähcenter Iseli - frischer Wind, bewährte Werte
- **57** Krebser AG: Buchtipp
- 61 Beau-Rivage da Domenico: Neue Geschäftsinhaber beim Beau-Rivage
- **63 Dorfmetzgerei Wölfli:** Einladendes Bistro nach umfangreichem Umbau eröffnet
- **65 Elektro Grossmann AG:** Weniger Online-Shopping, mehr Charme in Thun

- **67 Garage Rubi Gwatt GmbH:**Ein langjähriger Familienbetrieb erhält einen neuen Namen
- **69 Beluga Thai Restaurant:** Kulinarische Entdeckungsreise im Beluga Beach Pub
- 71 Humbel AG Kaffeemaschinen: Ihr Partner für perfekten Kaffeegenuss
- **73** Oswald Schriften AG: 60 Jahre Oswald Schriften in Thun
- **74 Doris Ayer:** In tiefer Entspannung Belastungen lösen
- **75 Museum für Kommunikation:**DANCE! im Museum für
 Kommunikation
- 77 Energie Thun AG: Wärme aus Abfall ergibt Fernwärme
- 79 Regionale Energieberatung:
 Kalte Jahreszeit? Clever heizen!

UNTERHALTUNG

- 81 Kreuzworträtsel
- 82 Veranstaltungskalender

Impressum

ISSN 1662-0992 Herausgeber Stadt Thun, in Partnerschaft mit der Innenstadt-Genossenschaft THUNcity. Verlag, Konzept, Realisation Weber Verlag AG, Werbeagentur und Verlag, Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt, Tel. 033 336 55 55, E-Mail thun@weberverlag.ch. Leitung Abteilung Stadtmarketing und Kommunikation, Stadt Thun; THUNcity; Annette Weber, Weber Verlag AG.

Inserate, Layout Bettina Ogi, Weber Verlag AG. Stadtredaktion Silvan Gertsch (Leitung), Tanja Beutler, Lea Hodler, Patrick Liechti, Daniela Lüpold, Miriam Margani, Noah Oetterli. Beiträge, die mit diesem Logo (Simm) gekennzeichnet werden, sind redaktionelle Inhalte der Stadtverwaltung Thun. Redaktion THUNcity/weitere Beiträge Weber Verlag AG. Titelbild Luca Däppen.

Auflage 65 900 Exemplare. Erscheinungsweise 6× jährlich. Druck AVD Goldach AG, Goldach. Papier Umschlag: 150 g/m², weiss, matt, holzfrei. Inhalt: 57 g/m², Holmen View matt 1.4 Vol. ungestrichen. Lese-App Gratis-Download im App Store. Nächste Ausgabe 20./21. März 2025



printed in switzerland



«Wacker Thun ist für mich wie eine Familie»

Seit 2020 ist Nicole Kaufmann Geschäftsführerin des Handballvereins Wacker Thun. Auch wenn es für sie ein Traumjob ist: Ende Saison beginnt ein neues berufliches Kapitel.

Nicole Kaufmann, Sie haben vor ein paar Jahren gesagt, dass Wacker Thun Sie ab und zu um den Schlaf bringt. Wie gut schlafen Sie aktuell? Ganz sorgenbefreit bin ich nie. Liege ich wach, fange ich oft an zu grübeln, was man besser machen könnte. Das ist vermutlich für viele nachvollziehbar, die sich mit ihrem Arbeitgeber identifizieren. Über die Jahre habe ich aber gelernt, mich abzugrenzen. Und ich versuche, den Fokus auf die Sachen zu richten, die gut laufen und die ich beeinflussen kann.

«Die emotionalen Ausschläge sind oft extrem.»

Wie verfolgen Sie die Spiele von Wacker? Als emotionaler Fan oder als Geschäftsführerin? Ich bin während der Spiele operativ sehr eingebunden. Aber an jedem Match gibt es einen Moment, an dem ich auf der Pressetribüne sitze, nichts Dringendes zu tun habe und das Spiel verfolge. Das ist sehr emotional und auch sehr schön - weil ich für genau diesen Moment arbeite. Dann fiebere ich extrem stark mit.

Als Fan für Wacker zu arbeiten - das tönt nach einem Traumjob? Die Kombination aus Handball, Management und Kommunikation passt sehr gut zu mir. Das ist meine Leidenschaft. Allerdings sind die emotionalen Ausschläge nach oben und unten oft extrem. Läuft es dem Club nicht so gut, verfolgt mich das. Läuft es gut, dann ist das umso schöner.

Sie mussten Ihre Handballkarriere nach einer Verletzung früh beenden. War für Sie klar, dass Sie mit dem Handball verbunden bleiben? Bei meinem Verein, dem DHB Rotweiss Thun, habe ich lange Zeit keinen Fuss mehr in die Halle gesetzt. Das wäre zu schmerzhaft gewesen. Gleichzeitig bin ich seit meiner Kindheit Fan von Wacker Thun und das hat mir die Verletzung nicht kaputt gemacht. Ich war zu Beginn Trainerin der U13-Mannschaft, dann habe ich auf der Geschäftsstelle gearbeitet, nun bin ich Geschäftsführerin.

Trotzdem haben Sie entschieden, Wacker Thun am Ende dieser Saison zu verlassen. Brauchen Sie Abstand vom Handball? Ich habe in meinem Leben ein Luxusproblem: Mit 25 habe ich bereits meinen Traumjob gefunden.

«Ich fokussiere mich auf die Sachen. die ich beeinflussen kann.»

Während acht Jahren war ich im Verein tätig. Ich brauche nicht Distanz von Wacker, sondern eher von meinen Ansprüchen an mich und wie ich den Job ausübe. Das ist sehr kräftezehrend. Aber vor allem habe ich Lust auf etwas Neues und auf die Privatwirtschaft.

Wird man Sie weiterhin in der Lachenhalle antreffen? Ganz sicher. Ich will weiter unterstützen, was ich aufgebaut habe. Die Spieler und der Verein sind für mich wie eine Familie. Auch wenn ich nicht mehr so nah dran sein werde.

Was macht die Faszination von Wacker

Thun aus? Die Verbundenheit mit der Region. Der Verein ist breit vernetzt, unsere Spieler arbeiten hier. Wenn es darauf ankommt, ist Thun unglaublich stark.

Das haben die Erfahrungen während der Corona-Pandemie und rund ums Hochwasser in der Lachenhalle eindrücklich gezeigt. Viele Leute und Unternehmen aus der Region haben angepackt und unterstützt.

Wie hat sich der Handballsport in den letzten Jahren entwickelt? Handball ist ein ehrlicher, harter Sport - aber auch komplex. Es gibt 60 Minuten Action, 60 Tore. Der Nachwuchshandball wird immer professioneller, und bald ist die Handball-EM der Frauen in der Schweiz. Das dürfte zusätzlichen Schub verleihen. Aber unsere Liga befindet sich an einem Scheideweg. Wir müssen entscheiden, ob wir eine Ausbildungsliga bleiben oder uns noch mehr professionalisieren.

Wie steht es um den Handball-Nachwuchs in der Region Thun? Dass wir zu wenig Hallenkapazität haben, ist ein grosses Problem. Das führt zu Wartelisten bei den Junioren-Teams. Nach dem Kriegsausbruch konnten wir eine Klasse mit ukrainischen Kindern eröffnen. Sie wurden nun in die bestehenden Teams überführt. Ein Drittel der Junioren schafft

es vielleicht in den Leistungssport. Die anderen engagieren sich und sind im Breitensport tätig. Gemeinsam bilden sie das Herz unseres Vereins.

Wenn Sie auf Ihre Zeit bei Wacker zurückblicken: Was waren Ihre Highlights? Mir bleiben viele persönliche Momente mit der Mannschaft. Im letzten Jahr kämpften wir um den Einzug in die Playoffs, als unser Goalie Flavio Wick einen entscheidenden Penalty gehalten hat. Ich weinte Tränen der Erleichterung. Das hat sich angefühlt, als ob wir Schweizer Meister geworden wä-

Wann holt Wacker Thun den nächsten Titel? 2029. Hoffentlich in der neuen

> Interview: Silvan Gertsch Bilder: Luca Däppen, Romy Streit



Zur Person

Nicole Kaufmann (1994) ist Geschäftsführerin des Handballvereins Wacker Thun. Sie hat Sportwissenschaften sowie Medienforschung und Kommuni kationswissenschaften studiert. Kaufmann ist in Thun aufgewachsen und wohnhaft. Ende Saison verlässt sie Wacker Thun und tritt in der Privatwirtschaft eine neue berufliche Herausforderung an.

Zu Wacker Thun

Seit über 35 Jahren ist Wacker Thun in der höchsten Handballliga vertreten. Der Verein ist in der Region verankert und geniesst national ein hohes Ansehen. 2013 und 2018 wurde Wacker Schweizermeister. Weitere Highlights sind diverse Cupsiege, Champions-League-Teilnahmen sowie der Europacupsieg im Jahr 2005.

- 1 In der Lachenhalle wird Nicole Kaufmann auch in Zukunft anzutreffen sein.
- 2 Emotionen pur: Die Thunerin fiebert bei den Spielen mit.
- 3 Bald wechselt sie in die Privatwirtschaft.



ThunMagazin | 6/24



Die Festtage können kommen!

In Thun wird einem der Einkauf eines Weihnachtsgeschenks wirklich leicht gemacht. In den vielfältigen Läden lässt sich für jeden Geschmack etwas finden - egal ob praktisch, lecker oder dekorativ.

Die Festtage rücken langsam, aber sicher näher. Es ist also höchste Zeit, für seine Liebsten schöne Geschenke zu besorgen. Zum Glück ist Thun mit seinem breiten Angebot an spannenden Läden wie gemacht dafür. In der Adventszeit sprüht die Stadt am Eingang zum Berner Oberland mit den vielen Lichtern und festlichen Dekorationen nur so vor Weihnachtsstimmung. So kann man den Alltagsstress hinter sich lassen und sich ganz gemütlich der Suche nach passenden Geschenken widmen. Auf den folgenden Seiten präsentieren wir Ihnen drei ausgewählte Adressen, wo der Einkauf dank tollen Produkten und persönlicher Beratung auf jeden Fall zum Erfolg wird.

Charmante Überraschungen

Bereits seit sieben Jahren entführt der Enchanté-Store an der Unteren Haupt«Es erfüllt mich, anderen eine Freude zu machen.»

Melanie Iseli

gasse 20 die Besucherinnen und Besucher in eine faszinierende Welt fernab vom Alltag. Das charmante Geschäft besticht durch seine Liebe zum Detail und überrascht mit kleinen, besonderen Entdeckungen. Das Sortiment ist inspiriert von Shabby Chic sowie vom Vintage- und Landhaus-Stil, womit es ein Lebensgefühl voller Nostalgie, Romantik und Charme versprüht. Hier lassen sich aussergewöhnliche Schätze finden - ideal für persönliche Geschenke oder um sich selbst eine Freude zu machen. Einzigartige Dekoartikel und Accessoires wie elegante Kerzenständer mit austauschbaren Teelichtaufsätzen, kuschelige Wintersocken oder hübsch gestaltete Tassen machen jeden Besuch zu einem Erlebnis. Die Mode im Enchanté ist genauso aussergewöhnlich wie der Rest des Sortiments: Verspielte Designs vereinen Tradition und Moderne auf einzigartige Weise. Wer einen romantischen oder lässigeleganten Look sucht, wird hier sicher fündig. Jedes Kleidungsstück ist von Inhaberin Sandra Stücheli persönlich und mit viel Sorgfalt ausgewählt. Sie hat Enchanté 2011 in



Zug gegründet und betreibt heute den Hauptsitz in Inwil (LU). In Thun sorgen Filialleiterin Melanie Iseli sowie ihre Kolleginnen Linda Wegmüller und Tabea Ouali mit viel Hingabe für eine individuelle Beratung und ein unvergessliches Einkaufserlebnis. Der Store hebt sich bewusst von grossen Ketten ab, indem er eine persönliche Atmosphäre schafft und ein liebevoll zusammengestelltes Sortiment bietet. Besonders zur Weihnachtszeit erstrahlt Enchanté in funkelndem Glanz und schafft mit Kerzen und stimmungsvollen Dekorationen eine zauberhafte Atmosphäre - ein magischer Ort, an dem man den Alltag hinter sich lassen und sich verzaubern lassen kann. In diesem Jahr sind die Wichtel ein Highlight, die mit ihrem verspielten Charme die Festtage bereichern und für besondere Momente sorgen.

Süsse Verführungen

Schokolade geht einfach immer - erst recht im Advent. In der Vorweihnachtszeit sind süsse Genüsse besonders gefragt, und kaum eine Marke steht so für hochwertige Schokolade wie Läderach. Seit der Gründung 1962 hat sich das Schweizer Familienunternehmen zu einem international bekannten Anbieter feiner Schokoladenkreationen entwickelt. Zu den Aushängeschildern des Unternehmens, das seine Produkte ausschliesslich in Bilten im Kanton Glarus herstellt und von dort aus mittlerweile in die ganze Welt exportiert, gehört die frische Schokolade. Sie besteht ausschliesslich aus hochwertigen Produkten. Ein Bestseller, der das ganze Jahr hindurch läuft, ist beispielsweise die Haselnuss-Milchschokolade. In der Adventszeit überrascht Läderach zudem

1 Melanie Iseli (Mitte), Linda Wegmüller (links) und Tabea Ouali sorgen für ein unvergessliches Einkaufserlebnis

2 Chantal Rosser und das Team von Läderach präsentieren saisonale Köstlichkeiten, die die Adventszeit zusätzlich versüssen.

mit saisonalen Kreationen, die perfekt als Weihnachtsgeschenke geeignet sind. Dazu gehören etwa kunstvoll gestaltete «Samichläuse», edle Adventskalender in verschiedenen Varianten sowie das Rentier Finn oder exklusive Holzboxen, gefüllt mit Pralinen oder frischer Schokolade. Etwas ganz Spezielles sind auch die Limited Editions, bei denen besondere Gewürze und Aromen zum Einsatz kommen - ein Genuss. der die Weihnachtszeit versüsst. Bei der enormen Auswahl dürfen wir uns glücklich schätzen, dass seit drei Jahren auch in Thun eine der über 50 Filialen von Läderach anzutreffen ist. Ein kleines, eingespieltes Team rund um Filialleiterin Chantal Rosser sorgt im Bälliz 19 dafür, dass jeder Einkauf zu einem persönlichen Erlebnis wird. «Es ist ein sprichwörtlicher Schoggi-Job», sagt Chantal

«Mir gefällt es, die Kundschaft individuell beraten zu dürfen.»

Chantal Rosser

ThunMagazin | 6/24 6/24 | ThunMagazin





«Mich hat das Durcheinander in der Tasche schon immer gestört.»

Esther Christinat

Rosser lachend, «wir sind den ganzen Tag umgeben von Schokolade, dürfen immer wieder etwas probieren und uns viel Zeit für individuelle Beratung nehmen - was gibt es Schöneres?» In der Läderach-Filiale in Thun wird das Einkaufen zu einem kleinen Genussmoment, der den Zauber der Weihnachtszeit einfängt. Wer auf der Suche nach einem edlen Geschenk ist, das Freude macht, ist bei Läderach genau richtig.

Praktische Helfer

Sind Sie noch auf der Suche nach einem Weihnachtsgeschenk und schätzen Sie gute Organisation und Stil? Dann besuchen Sie an der Oberen Hauptgasse 9 den INBAG STORE von Esther Christinat. Hier empfängt sie ihre Kundschaft in einer freundlichen und stilvollen Atmosphäre und präsentiert ihr Hauptprodukt: den selbst entwickelten und patentierten INBAG Organizer. Vor zwölf Jahren begann Esther Christinats

Reise mit der Entwicklung des ersten Prototyps. Ziel war es, einen Organizer zu entwickeln mit offenen, stabilen Unterteilungen, damit die persönlichen Gegenstände wie Handy, Schlüssel etc. gut ersichtlich und schnell griffbereit sind und um das schnelle Wechseln zwischen verschiedenen Taschen zu ermöglichen. Über die Jahre hat sie das Produkt laufend optimiert und nun die perfekte Version gefunden, die es in verschiedenen Materialien, beispielsweise aus italienischem Leder oder Ostschweizer Filz, zu erstehen gibt. Eine weitere Kollektion besteht aus abwaschbarem Silikon, die man für die gute Organisation im Eingangsbereich, Büro oder Badezimmer verwenden kann. Esther Christinat stellt ihr Produkt in Thun selbst zusammen. In ihrem INBAG STORE lassen sich aber auch noch viele weitere praktische und stilvolle Produkte entdecken, die das organisierte Unterwegssein einfacher machen. Die

3 Im INBAG STORE von Esther Christinat findet man garantiert das perfekte Weihnachtsgeschenk.

Auswahl ist vielseitig, von den verschiedensten Organizern und Beutelchen zum Organisieren über ultraleichte und stabile Taschenschirme, Taschenlichter mit Powerbank, verschiedene Parfumfüller und viele tolle Schlüsselanhänger bis hin zu den praktischen und stylischen Schweizer Taschen von BATTA-GLIA. Neu im Sortiment ist zudem der clevere Einkaufswagen von Folybag, ein top Schweizer Produkt. Im INBAG STORE in Thun finden Sie also sicher das perfekte Weihnachtsgeschenk - liebevoll von Esther Christinat verpackt. Ein Besuch lohnt sich allemal: für eine gute Organisation, ein tolles Einkaufserlebnis und Inspiration für die Festtage.

> Text: David Heinen Bilder: Luca Däppen



Ein grüner Wohnort für alle

Das Siegenthalergut, das im Hohmadguartier entstehen soll, ist das Ergebnis einer umfassenden Planung und Zusammenarbeit vieler Parteien. Entstehen soll ein neuer, grüner Quartierteil mit viel Wohnraum für alle und einer hohen Lebensqualität.

0,09% - so viel beträgt die Leerwohnungsziffer in Thun laut der Statistik der Schweizer Städte 2024. Sie ist damit im schweizweiten Vergleich sehr tief und der Bedarf an neuem Wohnraum dementsprechend hoch. Neue Wohnprojekte müssen sicherstellen können, dass Thun eine lebenswerte Stadt bleibt und sich langfristig und zukunftsgerichtet entwickelt. Aktuell in Planung ist das Siegenthalergut. «In diesem Projekt wurden viele Konzepte der modernen Planung und Stadtentwicklung angewendet», sagt Florian Kühne, Stadtarchitekt und Co-Leiter des Planungsamts der Stadt Thun (siehe auch Artikel Thun Magazin 5/2023).

Neuer Wohnraum für alle

Die Stadt Thun und die Frutiger AG entwickeln im Siegenthalergut ein neues, nachhaltiges Stadtguartier. Auf fünf Hektaren entsteht etappenweise Wohnraum für bis zu 1500 Menschen. Neben Wohnungen in unterschiedlichsten Preisklassen sind Flächen für Gewerbe und Dienstleistung sowie öffentliche Nutzungen geplant. Als prägende Elemente sind ein grosser, öffentlich zugänglicher Park (ca. 7100 m²) und weitere attraktive Aussenräume als Orte der Begegnung für alle vorgesehen. Durch Zusammenarbeit mit der Stadt, der Bevölkerung, Genossenschaften und inklusiven Institutionen soll dieses Ziel erreicht werden. Wie in der Vergangenheit sollen Thunerinnen und Thuner regelmässig die Möglichkeit haben, sich einzubringen, insbesondere bei der Gestaltung der Aussenräume oder der Planung eines Quartierzentrums.

Florian Kühne erklärt: «Der neue Stadtteil soll zeigen, wie Wohnen und Arbeiten zukunftsfähig funktioniert - mit biodiversen Freiräumen, Begegnungsorten, ressourcenschonender Bauweise und nachhaltiger Energieversorgung. Konzepte wie Schwammstadt, durchmischte Wohnformen und zeitlose

Im Siegenthalergut sind möglichst durchlässige und lebendige Böden geplant.

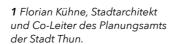
Architektur sollen im Siegenthalergut beispielhaft umgesetzt werden und für hohe Lebensqualität sorgen.»

Konzept Schwammstadt

Wer beim Begriff Schwammstadt an Bikini Bottom, die Heimatstadt des Cartoon-Charakters Spongebob Schwammkopf denkt, hat nicht ganz unrecht. Die Fähigkeit des Schwamms, viel Wasser aufzunehmen, hat der Idee ihren Namen gegeben. Schwammstadt ist ein Konzept der Stadtplanung, um möglichst viel des anfallenden Regen- beziehungsweise Oberflächenwassers vor Ort aufzunehmen und zu speichern. Das wertvolle Wasser soll nicht mehr schnell abgeleitet werden und in der Kanalisation verschwinden, sondern als Ressource für eine kühlere, grünere und gesündere Stadt gespeichert werden.

Kühleffekt

Das Konzept findet auch im Siegenthalergut Anwendung. Es sollen möglichst wenig Flächen versiegelt und stattdes-



2 Bei der Gestaltung des öffentlichen Parks sollen sich die Thunerinnen und Thuner einbringen können.

3 Hier im Hohmadquartier entsteht



Plusenergiequartier

Das Siegenthalergut wird als Plusenergieguartier geplant. Diese Art von Quartier weist eine positive Jahresbilanz zur Energie auf. Das bedeutet, dass die erneuerbare Energieproduktion in dem Gebiet den Energiebedarf aufs Jahr gesehen übersteigt, beispielweise durch Strom aus Solaranlagen oder durch Energie aus Wärmepumpen.

Durchmischte Wohnformen

Das Wohnen ist die vom Kanton vorgegebene Hauptnutzung auf dem Siegenthalergut. Zusätzlich zu einem Anteil von über 30% genossenschaftlichem, preisgünstigem Wohnungsraum entstehen Miet- und Eigentumswohnungen in allen Preisklassen und Grössen. «So schaffen wir einen sehr diversen Wohnraum für unterschiedliche Bedürfnisse», sagt Kühne.

So geht es weiter

Die Planung wurde im Sommer im

zur Genehmigung beim Kanton ein-

gereicht. Basierend auf einer Master-

planung, werden alle Baufelder des

Siegenthalerguts in mehreren quali-

turwettbewerbe) entwickelt. Dabei

eine unabhängige Jury ein Sieger-

projekt auswählt.

werden mehrere Teams unterschied-

liche Vorschläge erarbeiten, aus denen

tätssichernden Verfahren (z. B. Architek-

Thuner Stadtrat behandelt und danach

STADTENTWICKLUNG

Das Thema Nachhaltigkeit zieht sich durch die gesamte Planung des Stadtteils. So soll das Siegenthalergut weiter auch eine zeitlose Architektur mit langlebigen Materialien aufweisen, damit zukünftige Thunerinnen und Thuner sich in dem Quartier genauso wohl fühlen.

Text: Lea Hodler Bilder: Patrick Liechti, Visualisierung: Team Skala





deckungen gewählt werden - also beispielsweise Kies statt Asphalt. Zudem werden die Flachdächer begrünt. Das gespeicherte Regenwasser, das aufgesaugt wird, soll während Hitze- und Trockenperioden zu Verfügung stehen. So soll es beispielsweise an heissen Tagen durch Verdunstung für eine kühlere Umgebung sorgen. Auch Bäume, die zusätzlichen Schatten spenden, können dieses Wasser nutzen. Bei starken Regenfällen kann die Schwammstadt die Risiken durch Oberflächenabfluss und Hochwasser eindämmen und helfen,

schwere Schäden zu vermeiden.

sen durchlässige und lebendige Boden-

ThunMagazin | 6/24 6/24 | ThunMagazin



GRAND HOTEL & SPA

INTERLAKEN





Geniessen Sie Ihr Abendessen wir sorgen für die Unterhaltung

Während Ihres Besuchs in einem unserer Restaurants können sich Ihre Kinder in unserem Kids Club «Bienehuus» nach Herzenslust austoben.



WEITERE INFORMATIONEN

Höheweg 41 · CH-3800 Interlaken · T +41 (0)33 828 26 02 · gastronomie@victoria-jungfrau.ch www.victoria-jungfrau.ch · www.michelreybier.com

Fokus auf die Kleinsten

Thun ist bereits eine kinderfreundliche Gemeinde mit gleichnamigem Unicef-Zertifikat. Einen weiteren Schritt in der Familienpolitik macht die Stadt jetzt mit der Strategie Frühe Kindheit. Diese legt Handlungsfelder und Ziele fest, die das Familiensystem stärken sollen.

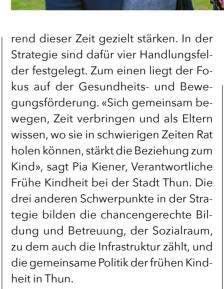
Die ersten Jahre eines Menschen bilden die Basis für sein Leben. Gelingen die Monate vor der Geburt und erlebt das Kind einen positiven Start, ist das eine gute Ausgangslage für die weitere Entwicklung. Das Umfeld prägt in dieser wichtigen Zeit und hat Einfluss darauf, ob sich das Kind wohl und sicher fühlt und ob es entdecken, lernen, sich entwickeln kann. Für die Eltern bringt diese Zeit Herausforderungen mit sich: Die Schwangerschaft kann Stress verursachen, oder Schlafmangel führt zu weniger Geduld als sonst. In solchen Situationen ist es hilfreich, als Elternteil oder Bezugsperson auf einen Rückhalt zurückgreifen zu können, zum Beispiel in Form von Gesprächen mit einer Fachperson oder eines tragenden Netzwerks. «Der Stadt Thun ist es wichtig, Familien in diesem Bereich zu unterstützen. So hat sie sich mit den aktuellen Legislaturzielen vorgenommen, ein attraktiver Lebensort für junge Menschen und Familien zu sein», sagt Gemeinderätin Katharina Ali-Oesch, Vorsteherin der Direktion Bildung Sport Kultur. Eine Bewegung in diese Richtung macht die Stadt mit der neuen Strategie Frühe Kindheit. Denn die Kleinsten und ihre Familien sind ein wichtiger Teil für unsere Gesellschaft und verdienen entsprechende Aufmerksamkeit.

Vier Ziele der Strategie

Die frühe Kindheit definiert das Leben eines Kindes ab der Schwangerschaft bis nach dem Übertritt in den Kindergarten. Weil für die gesunde Entwicklung eines Kindes starke, vertrauensvolle Beziehungen zu Eltern oder anderen Bezugspersonen zentral sind, will Thun das Familiengefüge gerade wäh-

Informationen

Mehr Informationen zur frühen Kindheit und zur Aktionswoche finden Sie auf: www.thun.ch/fruehekindheit



Aktionswoche im November

Um die lokalen Angebote für alle Interessierten greifbar zu machen, organisiert die Stadt Thun eine Aktionswoche zur frühen Kindheit. Vom 21. bis zum 27. November haben Eltern und an-



dere Bezugspersonen mit ihren Kindern die Möglichkeit, in Gruppen reinzuschnuppern, Betreuungsangebote kennenzulernen oder mit Fachpersonen zu sprechen. «So können sich Familien ein Bild der einzelnen Angebote machen und bei Bedarf darauf zurückgreifen», sagt Pia Kiener. Einerseits können Kontakte geknüpft und Berührungsängste gegenüber den Hilfsangeboten abgebaut werden, andererseits wird eine Übersicht geschaffen. Denn alle Kinder und Jugendlichen haben ein Recht auf Bildung, individuelle Förderung, Mitsprache und Schutz vor Gewalt. Daher unterstützt die Stadt sie und ihre Familien, um Herausforderungen zu bewältigen.

> Text: Tanja Beutler Bild: Noah Oetterli





6/24 | ThunMagazin

«Das Eis lebt»

Eismeister René Friedli ist der Mann fürs Eis in der Thuner Curlinghalle. Seit 1996 sorgt er dafür, dass die Curlingsteine richtig gleiten. Vom Aufbau der Eisfläche bis zur Überwachung von Luftfeuchtigkeit und Temperatur: Sein Herzblut für das Eis zeigt sich in den Details.

Vom Badmeister im Strandbad zum Eismeister in der Curlinghalle - René Friedli hat seit seinem Wechsel eine spannende Entwicklung hinter sich. Von 1996 bis 2015 präparierte er im Winter das Eis in der Halle und pflegte im Sommer die Schwimmanlage im Strandbad. Seit 2016 steht für ihn beruflich aber nur noch ein Aggregatszustand im Mittelpunkt. In der Halle des Curling Clubs Thun Regio im Grabengut arbeitet er täglich am perfekten Eis und sorgt dafür, dass die Steine richtig «curlen». Dank seiner Erfahrung an nationalen und internationalen Turnieren ist er eine feste Grösse im Grabengut und in der Schweizer Eismeisterszene.

Beginn der Karriere

René Friedli musste gleich zu Beginn seiner Karriere als Eismeister liefern: Nach dem plötzlichen Tod seines Vorgängers war er früh auf sich allein gestellt. Doch mit der Unterstützung seiner Berufskollegen aus Bern und Biel lernte er das Handwerk der Eispräparation für die Curlingsteine. Mit der wachsenden Erfahrung stieg auch die Bekanntheit des Namens René Friedli. Er wurde als Eismeister für Grossanlässe verpflichtet und durfte 2019 und 2020 die Elite-Schweizer-Meisterschaften in den eigenen vier Wänden durchführen. «Es waren lange Tage - oft war ich mit dem Team bis zu 18 Stunden auf dem Eis», erzählt René Friedli.

Auch in dieser Saison stehen solche Grossanlässe wieder an, darunter die European Juniors Curling Tour (EJCT) vom 21. bis zum 24. November und die A-Schweizermeisterschaft der Juniorinnen und Junioren im März. «Diese Events sind für mich die Highlights der gesamten Saison», fügt Friedli stolz hinzu.

Das perfekte Eis

Der erste Schritt auf dem Weg zum perfekten Eis ist es, den Betonboden der Curlinghalle zu kühlen. Nachdem die ersten Unebenheiten mit Wasser ausgeglichen sind, folgt das «Einschwemmen». In diesem Schritt werden zehn bis







15 Wasserschichten zu einer etwa drei Zentimeter dicken Eisschicht aufgebaut. Dieser gesamte Prozess dauert rund zehn Tage. Danach folgt ein täglicher Prozess des Aufbaus des Eises. Dazu gehört auch das «Pebeln», bei dem kleine Wassertropfen auf dem Eis verteilt werden und einfrieren. Auf diesen gefrorenen Tropfen gleiten die Curlingsteine.

Hinter dem perfekten Eis steckt aber auch viel Technik. Mit einer grossen Entfeuchtungsanlage und etlichen Sensoren werden verschiedene Werte in der Halle überwacht. Sie zeigen die Luftfeuchtigkeit, den Taupunkt sowie die Temperatur des Eises und der Luft an.

Curling Club Thun Regio

In der Curlinghalle Thun setzt sich der CC Thun Regio für den Curlingsport ein. Gäste (ab sechs Personen) können die Sportart in der Curlinghalle ab CHF 120 für 90 Minuten ausprobieren.

Weitere Infos unter: www.curling-thun.ch

- 1 Eismeister René Friedli vor den vier Rinks in der Curlinghalle Thun.
- 2-4 Ob beim «Pebeln» oder der Überwachung von Messwerten: René Friedli überlässt bei seiner Arbeit nichts dem Zufall.

«Beobachtet man die Werte über den Tag, so kann man fast sagen, dass das Eis lebt», erklärt der Eismeister.

Viel Herzblut bei der Arbeit

Jeden Morgen beginnt René Friedlis Arbeitstag mit einem besonderen Ritual: Er saugt den Eingangsbereich der Curlinghalle. «Meine Kollegen machen sich darüber lustig, aber für mich gehört ein sauberer Eingang einfach dazu», erzählt er schmunzelnd. Für René sind es die kleinen Details, die den Unterschied machen. Denn nur ein einziges Haar auf dem Eis reicht aus, um die Bahn eines Curlingsteins zu verändern. Deshalb arbeitet René jeden Tag mit viel Herzblut daran, den Curlerinnen und Curlern mit einem perfekten Rink ein gutes Spiel zu ermöglichen.

Text und Bilder: Noah Oetterli



Winteröffnungszeiten Kunsteisbahn

Das Eis spielt in Thun nicht nur in der Curlinghalle eine Hauptrolle, sondern auch auf der Kunsteisbahn im Grabengut. Ausrüstung wie Schlittschuhe kann bei Bedarf vor Ort ausgeliehen werden. Spezielle Events wie der Samichlous auf dem Eisfeld am 6. Dezember oder die Eis-Disco am 30. Dezember sorgen für winterlichen Spass.

Winterbetrieb im Strandbad Thun

Seit einem Monat ist das Strandbad Thun im Winterbetrieb. Die Schwimmbecken sind gesperrt, aber der Kinderspielplatz bleibt in den Wintermonaten offen. Im historischen Holzpavillon bietet die Buvette heisse Getränke an. Ideal, um die letzten Sonnenstrahlen des Jahres zu geniessen, während die Kinder spielen.



STADT THUN

ThunMagazin | 6/24 6/24 | ThunMagazin

kunstmarkt-beo.ch

Bereits über 900 Werke eingeliefert, 500 davon verkauft – über 200 verschiedene Künstler.









Viele neue Bilder online!

Ein Bild, das längst nicht mehr gefällt. Ein Gemälde, das anderen Freude machen könnte, aber im Estrich verstaubt. Oder eine Sammlung an Originalbildern, die im Keller auf die Wiederentdeckung wartet. Aktuelle Kunst von Berner Oberländer Kunstschaffenden. Oder einfach mal eine Veränderung an den eigenen vier Wänden.

Bereits haben 500 von über 900 eingelieferten Bilder von über 200 Künstlerinnen und Künstlern neue Besitzer finden können.

Informieren Sie sich über das ständig wachsende Angebot: kunstmarkt-beo.ch

Infos für Verkäufer/Einlieferer

- · Angenommen und verkauft werden Kunstwerke von Kunstschaffenden.
- Es muss sich um Originalbilder oder Grafiken in gutem Zustand handeln. Kunstdrucke werden nicht angenommen.
- Die Objekte können nur nach telefonischer Anmeldung eingeliefert werden.
- Der Galerist entscheidet über die Annahme und legt zusammen mit dem Verkäufer/der Verkäuferin den Verkaufspreis fest.
- Die Angebote werden auf kunstmarkt-beo.ch (Weber Verlag) veröffentlicht. Sie verbleiben bis zu einem Jahr auf der Internetplattform und können laufend erworben werden.
- Für jedes angenommene Werk ist eine Grundgebühr von Fr. 30.– in bar zu bezahlen. Die Provision bei einem Verkauf beträgt 30%: dem Einlieferer verbleiben 70%.
- · Nicht verkaufte Objekte müssen nach einem Jahr abgeholt werden.



Weitere

In Partnerschaft:

Atelier & Kunstgalerie Hodler GmbH Frutigenstrasse 46A, 3600 Thun +41 33 223 15 41, atelier@hodler-thun.ch www.hodler-thun.ch Weber Verlag AG Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt +41 33 336 55 55, mail@weberverlag.ch www.weberverlag.ch

Ein Spielfeld zieht durch die Region

Bis zum Start der Women's EURO 2025 tourt ein mobiles Fussballfeld durch Thun und begeistert Nachwuchstalente und Fussballfans. Warum die Stadt Thun damit mehr als nur die Vorfreude auf den Fussballsommer wecken will.





In etwas mehr als einem halben Jahr ist der Anpfiff der UEFA Women's EURO 2025. In der Stockhorn Arena finden am 2., 7. und 10. Juli 2025 drei Gruppenspiele des Turniers statt - die Vorbereitungen in Thun laufen auf Hochtouren. Nebst den organisatorischen Aufgaben gibt es in der Stadt schon jetzt ein Highlight, das besonders bei den jungen Thunerinnen und Thunern für Freude sorgt: das mobile Fussballfeld. Seit Mitte Oktober steht es beim Seefeld Gymnasium und wird fleissig genutzt. Das Spielfeld ist 10×15 Meter gross, eingezäunt und steht allen zur Verfügung - egal ob Verein, Schulklasse oder Fussballbegeisterte. «Wir wollen die Vorfreude auf die Women's EURO 2025 schon jetzt spürbar machen», sagt Deborah Schranz, städtische Projektleiterin für den Grossanlass im Sommer.

Das Spielfeld wandert

Das Kleinfeld ist mobil und wird bis zum Turnier an verschiedenen Orten in und um Thun aufgestellt. Geplant sind Stationen auf der Esplanade in Thun-Süd, bei der Primarschule Lerchenfeld sowie in den Gemeinden Steffisburg und Hilterfingen. Mit dem Kleinfeld will die Stadt Thun nicht nur für die Fussball-Europameisterschaft der Frauen werben, sondern Fussballvereinen in der Region einen zusätzlichen Trainingsplatz zur Verfügung stellen. Auch Thuner Schulklassen steht es frei, das Feld im Sportunterricht zu nutzen und im Vorfeld zu reservieren.

120 Volunteers gesucht

Während der Spiele in der Stockhorn Arena ist nicht nur auf dem Spielfeld Engagement gefragt. Für den Anlass werden in Thun rund 120 Freiwillige benötigt, die den reibungslosen Ablauf der Spiele unterstützen. «Die Women's EURO ist eine grossartige Gelegenheit, neue Leute kennenzulernen und Teil eines internationalen Events zu sein», sagt Deborah Schranz. Die Organisation der Volunteers übernimmt die UEFA. Wer sich rund um die drei Spiele engagieren möchte, kann sich jetzt anmelden.

Ticketvorverkauf läuft

Auch der Ticketverkauf für die Spiele in der Stockhorn Arena hat bereits begonnen. «Wir hoffen, dass viele Menschen 1 Mit dem Kleinfussballfeld haben Fussballbegeisterte, Vereine und Schulen einen zusätzlichen Platz, um an ihren Fussballfähigkeiten zu feilen. 2 Deborah Schranz setzt sich als städtische Projektleiterin für alle Massnahmen rund um die Women's EURO 2025 in Thun ein.

die Gelegenheit nutzen, die internationalen Spiele live zu erleben», so Deborah Schranz. Die Stadt Thun ist bereit für die Women's EURO 2025 und die Erfahrungen, die das Turnier mit sich bringt. Das mobile Spielfeld ist nur der Anfang einer Reihe von Aktionen, die rund um Thun die Begeisterung für den Frauenfussball entfachen sollen. Das Spielfeld ist eines der Beispiele dafür, dass die Stadt Thun mit der Women's EURO 2025 eine nachhaltige Förderung des Frauenfussballs anstrebt.

Text: Patrick Liechti Bilder: Noah Oetterli

UEFA Women's EURO 2025

Alle Informationen zu den Tickets und zur Anmeldung als Volunteer unter www.thun.ch/weuro25



Die Cantonale ist eine Exotin

Wie entsteht eigentlich eine Kunstausstellung? Cornelius Krell, Kurator im Kunstmuseum Thun und im Thun-Panorama, gibt Einblick in Routineabläufe und besondere Herausforderungen.

Gewisse Dinge laufen immer gleich: Rund zwei Jahre vor einer Ausstellung wird entschieden, welcher Name auf dem Programm stehen soll. Die Kuration konzipiert Inhalte und Finanzierung, die Kommunikation plant, die Kunstvermittlung sammelt Ideen für das Rahmenprogramm. Die Cantonale Berne Jura ist im Jahresprogramm des Kunstmuseums Thun eine Exotin. Die Gruppenausstellung findet vom 19. Dezember 2024 bis zum 16. März 2025 statt und basiert auf einer Ausschreibung. Die Teilnehmenden werden verhältnismässig kurzfristig informiert. Das sei eine sehr unkomplizierte Art, eine Ausstellung auf die Beine zu stellen, so Kurator Cornelius Krell. «Weil die ausgewählten Künstlerinnen und Künstler ihre Werke selbst vorbeibringen, entsteht für uns ein vergleichsweise geringer administrativer Aufwand.» Ausserdem mache der Austausch, der entstehe, viel Freude. Noch enger sei der Kontakt zwischen Museum und Kunstschaffenden nur, wenn eine Ausstellung über Monate in Zusammenarbeit kreiert wird.

Anders und um einiges komplexer gestaltet sich der Planungsprozess, wenn die Künstlerinnen und Künstler



Im Thun-Panorama ist etwas los

Seit die Backstein-Rotunde im Schadaupark vor rund zehn Jahren mit einem modernen, transparenten Erweiterungsbau ergänzt worden ist, ist das Thun-Panorama mehr als das älteste Panorama der Welt. Es ist eine Erweiterung des Kunstmuseums. Ausserdem soll es noch stärker zum Veranstaltungsort werden: Die beliebten Spezialführungen mit der Kunsthistorikerin Gabi Moshammer und dem Thuner Slam Poeten Marco Gurtner werden 2025 weitergeführt. Ausserdem sind kleine Konzerte und Lesungen mit bekannten Autoren wie Matto Kämpf oder Rolf Hermann geplant. Und im Rahmen der Ausstellung des Zürcher Künstlers Patrick Graf wird es im nächsten Sommer Rundgänge mit Schauspieler und Kunstkenner Beat Schlatter geben.

Die Agenda auf www.thun-panorama.ch wird laufend aktualisiert.

1 Kurator Cornelius Krell gibt Einblick in die Entstehung einer Kunstausstellung.

2 An der Cantonale ausgestellt: Stadtbild I - Visage du caire I (2022) Baumwolle, Seide, 70 × 100 cm, von Stéphanie Baechler.

3 Auch 2025 geplant: Spezialführungen im Thun-Panorama mit Marco Gurtner und Gabi Moshammer





Cantonale 2024/2025

Die Kunstwerke dieser Künstlerinnen und Künstler sind vom 19. Dezember 2024 bis zum 16. März 2025 an der Cantonale Berne Jura im Kunstmuseum Thun ausgestellt:

- Thomas Annaheim Lambert (*1990), Montenol
- Stéphanie Baechler (*1983), Bern
- Louisa Berger (*1999), Bern
- Elisa Daubner (*1981), Sigriswil
- Victor David Garcés (*1978), Bern
- Mathia Gremaud (*1998), Broc
- Stefan Guggisberg (*1980), Leipzig - Irene Maria Habegger (*1989),
- Bremgarten bei Bern
- Nicole Hametner (*1981), Bern
- Ruben Hollinger (*1987), Bern
- Silvia Hugi Lory (*1978), Oberdiessbach
- Thomas Hunziker (*1972), Tavannes
- Anna Jaun (*1992), Ins
- Simon Krebs (*1984), Basel
- Noah Krummenacher (*1997), Bern
- Celia Längle (*1980), Zürich
- Gilles Lepore (*1972), Boécourt
- Karen Moser (*1988),
- Bremgarten bei Bern
- Anna Irina Moser (*2002), Bern
- Ernestyna Orlowska (*1987), Bern
- Myriam Perrot (*1988), Berlin
- Rittiner & Gomez (*1960), Einigen
- Sina Noemi Schöpf (*1994), Bern
- Anouk Sebald (*1971), Gümligen
- Flurina Sokoll (*1986), Liebefeld
- Elena Stauffer (*1980), Thun
- Eva Streit (*1988), Bern - PAL (*1991/1992/1994), Biel
- Vera Trachsel (*1988), Biel
- Babette Walder (*1999), Basel
- Flavio Witschi (*1999), Zürich
- Aline Witschi (*1995), Biel

sehr bekannt oder bereits verstorben sind. In solchen Fällen werden viele Leihgesuche gestellt - bei Privatpersonen, Museen oder Stiftungen. Und zwar möglichst früh im Organisationsprozess. Denn um ein gewünschtes Werk auch zeigen zu dürfen, sind neben kuratorischen auch sicherheitstechnische, konservatorische und finanzielle Kriterien zu erfüllen.

Und selbst nach einer Zusage bleibt es herausfordernd. Ein Beispiel aus der Ausstellung «Gunta Stölzl und Johannes Itten. Textile Universen»: «Wir durften

einen Überwurf zeigen, der eigentlich nicht mehr ausgeliehen wird», sagt der Kurator. Weil das hundertjährige Textilwerk so lange wie möglich weiterleben soll, war höchste Vorsicht geboten. Der Stoff wurde mit einem hochgiftigen Mittel gegen Schädlinge imprägniert, unter strengsten Sicherheitsvorkehrungen transportiert, unter Aufsicht ausgepackt und dezent beleuchtet in einer Vitrine ausgestellt. Krell betont: «Es ist ein Unikat. Wenn das Werk von Gunta Stölzl erst einmal abgenutzt und ausgeblichen ist, dann ist es verloren.»

Im Vergleich zu solchen Ausstellungen sind Sammlungsausstellungen tendenziell etwas weniger komplex - auch wenn der mit ihnen verbundene organisatorische Aufwand nicht geringer ist. Denn die Werke müssen vorgängig kontrolliert, restauriert und teilweise auch neu gerahmt werden, bevor sie gezeigt werden können. Dafür sind Sammlungsausstellungen deutlich nachhaltiger und ökologischer, weil lange Transportwege wegfallen.

> Text: Miriam Margani Bilder: Carolina Piasecki (1 und 3), zvg (2)



ThunMagazin | 6/24 6/24 | ThunMagazin



10 Gründe, um bei uns zu feiern, heiraten oder kreativ zu werden.

- Feiern bis tief in die Nacht, ganz ohne Lärmeinschränkungen.
- 2. Individuelle Event- und Menuplanung nach deinen Wünschen.
- 3. Bewirtung von Anfang bis Schluss inklusive Auf- und Abbau, Reinigung.
- 4. Geschultes Personal für reibungslose Abläufe.
- 5. Dein Wunschmenu wird von unserem Kulinarikpartner frisch vor Ort zubereitet.
- **6.** Technische Ausstattung für Präsentationen bis hin zur Discoeinrichtung.
- **7.** Effiziente Seminarplanung für kleine und grosse Gruppen.

- 100 % Gemütlichkeit zwischen viel Holz, einem flackernden Cheminée und Kerzenschein.
- Dich erwartet ein familiäres und passioniertes Team.
- **10.** Sei Gast an deinem Anlass, geniesse und lass dich von uns verwöhnen.



Besuche uns an einem unserer öffentlichen Events!

Loube Spiez | Industriestrasse 30 | 3700 Spiez | www.loube.ch | info@loube.ch | 033 522 15 77



So kommt der Bus ins Rollen

Zwischen Thun und Steffisburg soll eine neue Buslinie entstehen. Die Prüfung und Erweiterung des Angebots des öffentlichen Verkehrs ist ein Zusammenspiel von Kanton, Regionaler Verkehrskonferenz, Stadt, Gemeinden und Transportunternehmen.

33 Buslinien deckt die STI Bus AG auf einem Netz von 511 Kilometern ab. Befahren werden die Strecken von aktuell 104 Bussen. Dieses Angebot wird stetig geprüft, verändert und auch erweitert. Seit 2023 verkehrt daher die Buslinie 21 am rechten Thunerseeufer während der Stosszeiten im 10-Minuten-Takt zwischen Thun und Oberhofen. Nun ist eine neue Buslinie zwischen Thun und Steffisburg geplant.

Wer plant das Busangebot?

Für die Planung des Angebots im öffentlichen Regionalverkehr sind die regionalen Verkehrskonferenzen zuständig. In der Region Thun ist das die Regionale Verkehrskonferenz Oberland-West (RVK 5). Sie besteht aus Vertreterinnen und Vertretern der Gemeinden aus der Region, untersucht deren Bedürfnisse im öffentlichen Verkehr und stellt beim Kanton entsprechende Anträge. Für die Ausführung, also den effektiven Betrieb des öffentlichen Verkehrs, sind Transportunternehmen wie die STI Bus AG zuständig.

Mehr Busse, weniger Verkehr?

Beim letzten Fahrplanwechsel gab es auch im Busnetz der Region Thun eine Änderung: Die Buslinie 21, welche von Thun entlang dem Thunerseeufer nach Interlaken führt, verkehrt auf dem Abschnitt zwischen Thun und Oberhofen (und umgekehrt) während der Stosszeiten im 10-Minuten-Takt, statt wie vorher im 15-Minuten-Takt. Grund für diese Erhöhung war einerseits das hohe Fahrgastaufkommen. Andererseits führt die Strecke vom Bahnhof via Freienhof und Lauitor in die Hofstettenstrasse Richtung Oberhofen und ist damit auch vom verkehrlich schwierigen und staubelasteten Gebiet zwischen Berntor und Lauitor in Thun betroffen. Durch den erhöhten Takt erhoffen sich die beteiligten Gemeinden ein besser genutztes Angebot, was zu weniger Verkehr und im Endeffekt weniger Stau führen soll. Der Kanton Bern führt zurzeit eine Studie durch, welche Faktoren wie die Nachfrageentwicklung und Verspätungen untersucht, um festzustellen, ob sich die Takterhöhung bewährt.

Neue Tangentiallinie geplant

Neu geplant ist zudem eine Buslinie zwischen Steffisburg und dem Zentrum Oberland in Thun. Diese sogenannte Tangentiallinie (eine Buslinie, die nicht ins Stadtzentrum führt) soll eine direkte

Bild: Die Buslinie 21 zwischen Thun und Oberhofen fährt seit Dezember 2023 während der Stosszeiten im 10-Minuten-

Verbindung zwischen dem Siegenthalergut, dem Freizeit- und Sportcluster Thun Süd und den beiden kantonalen Entwicklungsschwerpunkten Thun Nord und Bahnhof Steffisburg ermöglichen. Bevor die Buslinie ins Grundangebot aufgenommen werden kann, muss sie vorerst als dreijähriger Versuchsbetrieb eingeführt werden, um festzustellen, ob sie die Anforderungen erfüllt. Dieser Versuchsbetrieb soll per 15. Dezember 2025 auf den Fahrplanwechsel 2026 eingeführt werden. Bei erfolgreicher Durchführung kann sie per 2029 als Linie 7 ins kantonale Grundangebot übernommen werden. Der Stadtrat von Thun und der Grosse Gemeinderat von Steffisburg stimmen im November über den Kredit für den Versuchsbetrieb und die provisorische Haltestelleninfrastruktur ab. Wird alles angenommen, wird die STI Bus AG auch diese Linie bedienen und für die neuen Kilometer auch neue Fahrzeuge beschaffen.

> Text: Lea Hodler Bild: zvg



6/24 | ThunMagazin



«Die Sensibilisierung ist ein zentraler Punkt»

Die Energie Thun AG hat die Aufgabe, die Energieversorgungssicherheit für die gesamte Region Thun zu gewährleisten. Angesichts der Ereignisse der letzten Jahre stellt sich die Frage, wie die Energie Thun AG diese Aufgabe wahrnimmt und sich für die Zukunft wappnet.

Am 24. Februar 2022 führte der Ukraine-Krieg zu erheblichen Verwerfungen auf den Energiemärkten, die auch die Schweiz trafen. In der Schweiz und in Thun stiegen die Preise für Strom und Gas spürbar an. Zur Vorbereitung auf mögliche Engpässe im Winter entwickelte man diverse Notfallpläne und diskutierte entlastende Energiesparmassnahmen.

Investition in Innovation

Um die Energieversorgungssicherheit zu erhöhen, hat die Energie Thun AG in den letzten Jahren diverse technologische Innovationen wie eine «Powerto-Heat-Anlage» zur Stromnetzstabilisierung realisiert. Zudem wurde viel in die Überwachung des Stromnetzes investiert. Mithilfe von intelligenten Netztechnologien wie Smart Metern kann der Energiefluss zeitnah überwacht und gesteuert werden. Das hilft, um bei Versorgungsengpässen rechtzeitig entgegenzuwirken.

Erneuerbare und «smarte» Energie

Auch die erneuerbare Energie spielt in der Strategie der Energie Thun AG eine zentrale Rolle. «Diese Energiequellen sind ein wesentlicher Baustein unserer heutigen und zukünftigen Energieversorgung», betont Toni Kropf, Leiter Asset Management. Beim Strom sind dies insbesondere die Aarewerke und Photovoltaikanlagen. Zusätzliche Beteiligungen an Windparks, Wasserkraftwerken und Photovoltaikanlagen tragen zu einer nachhaltigen Stromproduktion bei, die sowohl der Energieversorgungs-

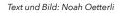
Bild: Toni Kropf vor den Aarewerken, dem Herzstück der Thuner Energieversorgung, das rund 20% des Thuner Stromverbrauchs produziert.

sicherheit als auch der Erreichung der Klimaziele dient.

Langfristig werden Technologien wie Smart Grids und Energiespeicher eine zentrale Rolle spielen, um den zukünftigen Energiebedarf zu decken. Diese Technologien ermöglichen eine effizientere Nutzung und Speicherung von Energie, was insbesondere im Winter von grosser Bedeutung sein wird.



Nebst den Investitionen und Vorkehrungen der Energie Thun AG spielt auch das Bewusstsein in der Bevölkerung eine wichtige Rolle. «Die Sensibilisierung ist ein zentraler Punkt im bewussten Umgang mit diesem wertvollen Gut», betont Toni Kropf. Energiesparmassnahmen können oft ohne Komforteinbussen umgesetzt werden. Energiesparendes Verhalten wird daher nicht nur aus finanzieller Sicht ein zentrales Thema bleiben.





Energiedashboard und Spartipps

Weitere Informationen zur Energieversorgungssicherheit mit einem Energiedashboard und Spartipps im Alltag gibt es unter www.energiethun.ch/energieversorgungssicherheit.







«Vieles wäre leicht zu reparieren»

Dank des neuen Pilotprojekts «Reuse & Repair» können funktionstüchtige oder leicht defekte Alltagsgegenstände auf dem Abfallsammelhof abgeben werden, statt diese zu entsorgen. Zusammen mit dem Start-up Pretty Good will die Stadt Thun die Kreislaufwirtschaft fördern.

Auto um Auto fährt vor, Kofferräume werden entleert und die Mulden des Thuner Entsorgungshofs füllen sich langsam. In diesen Mulden landen aber längst nicht nur Gegenstände, die entsorgt werden müssen, weil sie kaputt sind. «Im Gegenteil», sagt Daniel Rychener, der stellvertretende Leiter des Tiefbauamts der Stadt Thun. «Produkte wie Lampen, Spielzeuge, Musikinstrumente, Koffer oder Haushaltsgeräte werden oftmals entsorgt, selbst wenn sie noch funktionstüchtig oder leicht zu reparieren sind.»

Nutzen statt entsorgen

Genau das ist auch den Bernern Jonas Beer und Jonas Morgenthaler aufgefallen. Deshalb haben sie 2023 Pretty Good gegründet. Das Start-up hat zum Ziel, noch funktionstüchtige oder leicht defekte Alltagsgegenstände zu retten

Weitere Informationen www.prettygood.repair

und deren Lebensdauer zu verlängern. Ab sofort können solche Gegenstände im Abfallsammelhof an der Militärstrasse vorbeigebracht werden. Die Mitarbeitenden des Tiefbauamts begutachten die Ware und den Zustand und entscheiden dann, ob sie in den Secondhandkreislauf gelangen.

Entdecken von Schätzen

Kennengelernt haben sich die beiden Gründer auf dem Fussballplatz beim FC Zollbrück, später sind sie sich in einer Ausbildung wieder begegnet und lancierten eine gemeinsame Firma, aus welcher Pretty Good hervorging. «Es ist die Kombination zwischen Nachhaltigkeit und Wirtschaftlichkeit, die uns reizt. In der Kreislaufwirtschaft schlummert ein riesiges Potenzial», erklärt Jonas Beer ihre Motivation. Und er erzählt von Schätzen, die sie schon übernehmen durften: Lautsprecher und Scheinwerfer eines Theaters, das aufgelöst wurde, ein ausgestopfter Fuchs und eine goldene Standuhr für mehrere tausend Bild: Jonas Beer und Jonas Morgenthaler.

Franken. Die Gegenstände geben die Unternehmer an Brockenstuben weiter, verkaufen sie online oder in Popup-Läden.

Beitrag an die Nachhaltigkeit

Durch die Produktion von Konsumgütern entstehen in der Schweiz mehrere Tonnen CO₂ pro Jahr. Zudem entsorgt die Schweizer Bevölkerung gemäss Bundesamt für Umwelt jährlich pro Kopf 700 kg Abfall und über 23 kg Elektroschrott. Mit dem Pilotprojekt «Reuse & Repair» leistet die Stadt Thun einen Beitrag für nachhaltigen Konsum. «Uns ist es ein Anliegen, dass die Thunerinnen und Thuner unkompliziert eine Möglichkeit haben, gebrauchte Gegenstände wiederzuverwerten, und wir so als Stadt gleichzeitig einen weiteren Beitrag an die Nachhaltigkeit leisten», sagt Daniel Rychener.



Kunst auf Türen. Exklusive Motive live im Heft erleben!

Artondoors.ch

kreiert Kunstdrucke für Türen. Wir erschaffen faszinierende Illustrationen und einzigartige Bildwelten, die Ihr Zuhause, das Büro oder den Hobbyraum in einen magischen Ort verwandeln.

Befestigung leicht gemacht

Die stabile, selbsthaftend, statische Folie kann leicht montiert und rückstandslos wieder entfernt werden.

Ihr neues Raumgefühl

Bestellbar im Online-Shop für gängige Türen in der Standardgrösse 59.4 x 168.2 cm oder auch perfekt passend als Massanfertigung.





Kleine Genies, grosse Pläne

Regelmässig kommen im eduLAB Thun junge Kreativköpfe zusammen, um mit dem Ansatz des Design Thinkings eigene Projekte zu entwickeln. Die Themen und Ideen im offenen Workshop sind vielfältig, von der Website bis zum Lego-Roboter.





Am Mittwochnachmittag herrscht im eduLAB Thun reger Betrieb. Im grossen, bunt gestalteten Raum mit industriellem Charme an der Bernstrasse kommen bis zu zehn Kinder und Jugendliche zusammen, um ihre kreativen Ideen in die Tat umzusetzen. Sie gestalten Websites, erstellen Animationsfilme oder erarbeiten grafische Designs. Die Ideenwerkstatt so der Name des Angebots - bietet Raum für Kreativität und technische Weiterentwicklung. «Im eduLAB treffen Kinder aufeinander, die sich oft nicht kennen. Sie arbeiten gemeinsam an Projekten und entwickeln dabei wichtige Sozialkompetenzen», erklärt Delia Imboden, Geschäftsführerin des eduLAB.

Eigene Projekte umsetzen

In der Ideenwerkstatt werden die teilnehmenden Kinder motiviert, ihre eigenen Projekte zu gestalten. Jeder Nachmittag hat einen thematischen Schwerpunkt. Erfahrene Coaches aus den ent-

eduLAB Thun

Ideenwerkstatt jeweils am Mittwochnachmittag. Anmeldung erforderlich. Das Angebot ist kostenlos. www.thun.edulab.net sprechenden Themenbereichen stehen ihnen dabei zur Seite und unterstützen sie bei der Umsetzung. «Es ist immer wieder beeindruckend, wie schnell die Kids eigenständig mit den Tools arbeiten», sagt Delia Imboden. An diesem Nachmittag steht die Realisierung einer eigenen Website im Zentrum. Nach einer Einführung durch den Coach geht es an die Ideenfindung. Erstelle ich eine Website zu meinem Hobby - oder doch eine zu meinem Lieblingstier? Diese Fragen stellen sich die Teilnehmenden. In Gruppen arbeiten sie motiviert an der Struktur der Website. An einem Whiteboard zeichnen sie die Seitennavigation und Platzierung der Elemente auf. Im Verlauf des Nachmittags entsteht die Website anhand der Aufzeichnungen. Am Ende präsentieren die Kinder ihre Ergebnisse.

Design Thinking als Grundlage

Die Methode, die im eduLAB angewendet wird, heisst Design Thinking. Dabei handelt es sich um einen simplen Prozess, der auf jedes erdenkliche Thema angewendet werden kann. Das Projekt wird in jedem Schritt verfeinert. So lernen die Kinder und Jugendlichen, ein Problem zu verstehen, kreative Lösungen zu finden, diese greifbar zu machen, auszutesten, Feedback dazu ein-

1 Als Einstieg ins Programmieren bietet das eduLAB Ideenwerkstatt-Nachmittage mit Lego-Robotern an. 2 Die Köpfe hinter dem eduLAB Thun: Sophie Bürgin, Delia Imboden und Jonas Studer (v. l. n. r.).

zuholen und umzusetzen. Auch das Präsentieren am Ende gehört dazu.

Das Erlernen von Design Thinking soll Kindern wertvolle Werkzeuge in die Hand geben, die weit über die Schulzeit hinaus nützlich sind. «Was die Kinder bei uns im eduLAB lernen, hilft ihnen zukünftig in der Berufswelt - Design Thinking fördert die Kreativität, Teamarbeit und Problemlösungsfähigkeiten und wird in vielen Branchen angewendet», fasst Delia Imboden zusammen.

Ein engagiertes Team

Das eduLAB, 2021 als Verein gegründet, wird von einem kleinen Team geführt. Das Trio mit pädagogischem, künstlerischem Innovations-, Kommunikations- und Partizipationshintergrund organisiert die Ideenwerkstatt zusammen mit den jeweiligen Fachcoaches. Für Schulen bietet das Team des eduLAB auch Projektwochen unter dem Design-Thinking-Aspekt und zu verschiedenen Themen an.

Text: Patrick Liechti Bilder: zvg / Patrick Liechti







Yvonne Wiedmer, Mirjam Gygax

MIRJA - HERZKLANG

Stell dir vor, dein Antrieb ist die Musik und du bringst alles mit, was eine Sängerin braucht. Deine Stimme ist einzigartig, du komponierst, spielst Instrumente und die Textideen fliegen dir buchstäblich um die Ohren. Die Zeichen für eine erfolgreiche Karriere stehen gut. Genau so geht es Mirja. Doch was, wenn der Körper deine Träume nicht unterstützen will? Wenn Krankheit und Schmerz in die Quere kommen? Alles beginnt mit einer gelähmten Gesichtshälfte. Mirja spürt: Irgendetwas stimmt nicht. Doch am selben Abend ist ein Konzert geplant und das Lokal füllt sich. Nach diesem einschneidenden Erlebnis jagt eine Diagnose die nächste. Obwohl ihre Gesundheit weder lange Studiozeiten noch eine Konzerttournee zulässt, realisiert sie ihr siebtes Album. Denn Musik machen ist ihr grosser Traum geblieben und zur Medizin geworden. Herzklang ist eine Hommage an die Musik und eine Aufforderung, dein Leben selbst in die Hand zu nehmen. Wenn du dem Klang deines Herzens folgst, wird alles möglich. Auch abseits vom Rampenlicht.

© 2024, 164 Seiten, 16 × 23 cm, gebunden, Hardcover inkl. Musik-Album (per QR-Codes Downloadbar) mit 80 Abbildungen. ISBN 978-3-03818-586-4 CHF 39.-

> 20% RABATT IM WEBSHOP MIT DEM CODE: «HERBST2024».



Mirjam Andrea Gygax-Strässle (*1979) ist Primarlehrerin, Musikerin und Sängerin sowie Gesundheitscoach. Sie arbeitet als Lehrerin, ist Autorin (Phips und die Zauberlinse), Musikerin und Sängerin in diversen Projekten. Sie hat vier erwachsene Stiefkinder und lebt zusammen mit ihrem Mann und zwei Katzen am Tor zum Emmental.



Jetzt bestellen

WEBERVERLAG.CH

BESTELLUNG MIT 20% RABATT

Bitte senden Sie mir

____ Ex. «Mirja – Herzklang» zum Preis von je CHF 39.– abzgl. 20% Rabatt ISBN 978-3-03818-586-4 (Preis inkl. Versandkosten)

Talon einsenden an:

Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online oder per Mail: www.weberverlag.ch, mail@weberverlag.ch

Name/ voman	#	
Adresse		
PLZ/Ort		
E-Mail		
Datum	Unterschrift	

Mit WhatsApp und Co. auf dem neuesten Stand

Die Stadt Thun informiert auf verschiedenen digitalen Kanälen über Ereignisse, Politik, Veranstaltungen und zu Servicethemen. Interessierte haben so die Möglichkeit, die Informationen auf dem Weg zu erhalten, der ihnen am meisten zusagt - egal ob WhatsApp oder TikTok.

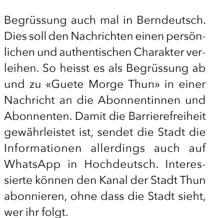
Die Stadt Thun hat ihre Social-Media-Präsenz in den letzten Jahren kontinuierlich ausgebaut, um die Bevölkerung in der Region Thun mit aktuellen Informationen und Inhalten zu versorgen. «Aufgrund des Medienwandels spielen digitale Kanäle eine immer zentralere Rolle in der Kommunikation». sagt Silvan Gertsch, Leiter Stadtmarketing und Kommunikation. Auf den Hauptplattformen WhatsApp, Facebook, Instagram und TikTok bereitet die Stadt Thun ihre Inhalte daher passend für die entsprechenden Formate auf. Was läuft in der Stadtbibliothek? Welche Neuigkeiten gibt es aus der Politik? All dies erfahren die Abonnentinnen und Abonnenten auf Social Media.

Von der Mitteilung zum lustigen Reel

Die Informationsvermittlung der Stadt Thun nimmt auf den einzelnen Kanälen verschiedenste Formen an, um die unterschiedlichen Zielgruppen anzusprechen. So wird aus einer Vorschau auf den Weihnachtsmarkt für die Plattformen TikTok und Instagram Reels (Videos) kurzerhand ein humorvolles Kurzvideo mit zwei miauenden Katzen. Die eine ist der Meinung, dass Thun in der Weihnachtszeit doch viel schöner sei als Bern. «Es ist eine Herausforderung, Informationen plattform- und formatgerecht aufzubereiten - um die Botschaften erfolgreich zur Zielgruppe zu bringen», sagt Silvan Gertsch.

«Guete Morge Thun»

Seit Herbst 2023 bietet Thun als erste Stadt der Schweiz einen offiziellen WhatsApp-Kanal an. «Wir erachten einen Auftritt auf dem meistgenutzten Messenger-Dienst der Schweiz als sehr sinnvoll», sagt Gertsch. In erster Linie wird WhatsApp zum Austausch unter Freunden und in der Familie genutzt, daher kommuniziert die Stadt Thun zur



Innovativ und nahbar

Die Social-Media-Strategie der Stadt Thun zeigt, wie wichtig eine kreative und flexible Herangehensweise ist, um verschiedene Zielgruppen zu erreichen. Mit dem WhatsApp-Kanal wurde ein neuer Kommunikationsweg eröffnet, der schnelle und direkte Informationen ermöglicht. Über WhatsApp erreicht die Stadt Thun auch viele Personen, die auf klassischen Social-Media-Plattformen nicht anzutreffen sind, und bedient so eine neue Zielgruppe. Auf Instagram



Bild: «Thun macht alles richtig.» So lautete das Fazit im Tages-Anzeiger zum Social-Media-Auftritt der Stadt Thun.

und TikTok sorgen informative Stories und eindrückliche Bilder, gepaart mit humorvollen Memes und Kurzvideos, für Aufmerksamkeit, während Facebook als Plattform für umfassende Nachrichten dient. LinkedIn wird gezielt zur Positionierung als attraktiver Wirtschaftsstandort genutzt. Diese vielseitige Präsenz zeigt, dass Thun digital eine Vorreiterrolle einnehmen und auf allen Kanälen innovativ und nahbar bleiben will.

Text und Bild: Patrick Liechti

Die Stadt Thun auf Social Media

Alle Kanäle auf einen Blick unter www.thun.ch/socialmedia





Farbige Neuheiten und umfassender Service

Die Bijouterie Bläuer bietet seit 60 Jahren eine vielseitige Auswahl an exklusiven Uhren an. Im Gespräch gibt Patrick Aeschbacher preis, was die Neuheiten sind und was bei einem Service passiert.

Patrick Aeschbacher welche Neuheiten gibt es? Einige spannende Neuheiten kommen nun endlich in die Schaufenster. Als Highlights würde ich dieses Jahr die neue Portugieser von IWC bezeichnen. Konsequent wurde die sehr schlichte, unaufdringliche Designsprache weiterverfolgt und mit dem neuen gewölbten Glas und dem «Dune»-Zifferblatt verfeinert. Auch der absolute Klassiker von Omega, die legendäre «Monduhr» Speedmaster, erscheint neu mit einem aufwändig hergestellten lackweissen Zifferblatt. RADO hat die legendäre «Anatom» wiederentdeckt und neu etwas grösser in Hightech-Keramik und mit einem robusten Automatikwerk lanciert.

Was sind aktuelle Trends? Farbe ist nicht nur in der Mode und der Schmuckgestaltung ein Thema, sondern auch in der Vielfalt an bunten Zifferblättern. Hellblau, rosa, mintfarben und viele andere Varianten lassen die Herzen höherschlagen.

Warum sollten sich Kunden für ein farbiges Zifferblatt entscheiden? Farbe erzeugt immer eine gute Stimmung, bringt Abwechslung und zeugt von Individualität. Immer öfter haben Kunden mehrere Uhren, die sie regelmässig wechseln und mit der Kleidung abstimmen.

Welche Aspekte spielen bei der Auswahl einer Zifferblattfarbe eine Rolle? Meist tragen Kunden ihre Lieblingsfarben. Somit werden Uhren mit farbigen Zifferblättern oft zur Abrundung des gesamten Looks getragen. Manchmal sind auch die Lesbarkeit und der bessere Kontrast ein Thema. Einige Farben lassen sich sehr gut mit anderen kombinieren, was dem Outfit stets einen persön-

lichen Charakter verleiht.

Sie bieten einen umfassenden Uhrenservice an, was braucht es dafür? Seit der Gründung vor 60 Jahren ist die Uhrmacherei ein entscheidender Mehrwert für unsere Kunden. So arbeiten heute immer noch drei ausgebildete Uhrmacher-Rhabilleure im Bälliz. Über die Jahre hinweg hat sich auch ein Schatz an Werkzeugen, Apparaten und Ersatzteilen im Atelier aufgebaut. Der Zugriff, vor allem bei alten Uhren, auf Ersatz- und Verbrauchsteile wird immer schwieriger. Zudem besuchen unsere Uhrmacher regelmässig Weiterbildungskurse und erhalten so laufend die neuesten technischen Unterlagen zugestellt. In den letzten Jahren wurde laufend in die neuesten Maschinen. Prüfgeräte und Infrastruktur investiert. Zentralstes Element sind aber gut ausgebildete Uhrmacher mit Berufserfahrung, analytischem Denken und vor allem mit einem guten Auge und einer ruhigen Hand!

Wie läuft dieser ab? Es gibt verschiedene Formen des Uhrenservices. Wir empfehlen unseren Kunden, ihre Armbanduhr einmal im Jahr auf Ganggenauigkeit, Wasserdichtigkeit wie auch auf Funktionen und auf Bandstifte überprüfen zu lassen. Diese Inspektion ist für unsere



- 1 Omega Speedmaster Moonwatch Professional mit Stahlband 2 Rado Anatom Automatic mit schwarzem Kautschukarmband
- 3 IWC Portugieser Automatic mit schwarzem Alligatorlederband 4 Als zertifizierter Fachmann von
- mehreren Uhrenmarken kümmert sich Andreas Bilsing um jede Uhr.
- 5 Für den Uhrenservice ist neben einem guten Auge auch eine ruhige Hand sehr wichtig.
- 6 Die Uhrenwerkstätte ist mit den modernsten technischen Hilfsmitteln und Maschinen ausgestattet.







«Mit Farbe am Handgelenk lässt sich Abwechslung und Individualität in den Alltag bringen.»

Patrick Aeschbacher

Kunden für die bei uns erworbenen Uhren kostenlos. Nur weitergehende Arbeiten werden nach einem Kostenvoranschlag verrechnet.

Der aufwändigste Service ist die komplette Revision. Diese ist alle fünf bis sechs Jahre empfehlenswert. Hierbei werden die Uhr und das Gehäuse in Einzelteile zerlegt und in Spezialbädern mehrfach gereinigt. Alle Verschleissteile werden visuell geprüft und falls notwendig ersetzt oder poliert. Erst dann wird das Uhrwerk montiert, geölt, gefettet und auf die Funktionen geprüft, in mehreren Schritten kontrolliert und vorreguliert. Gehäuse und Band werden soweit möglich dem Originalzustand entsprechend wieder instand gestellt. Nicht sel-

ten müssen Verschlüsse, Stifte oder Verbindungsteile ersetzt werden. Danach wird das Gehäuse wieder zusammengebaut und auf die Funktionalität geprüft. Dann werden das Zifferblatt und die Zeiger montiert und das Uhrwerk wieder mit dem Uhrengehäuse «vermählt». Erst wenn das Werk endgültig staubfrei und ohne Fingerabdrücke eingebaut ist, wird es einreguliert und in mindestens sechs Lagen geprüft. Ganz zum Schluss wird der Boden montiert und die Wasserdichtigkeit geprüft. Danach wird die Uhr einer visuellen Kontrolle zugeführt und während sechs bis sieben Tagen einer praxisnahen Gangkontrolle unterzogen. Nach zirka drei bis fünf Wochen ist die Uhr wieder ab-

Uhren sind immer ein beliebtes Geschenk. Wie läuft eine Beratung bei Ihnen ab? Die perfekte Uhr ist ein sehr individuelles Bedürfnis. Umso entscheidender ist eine persönliche Beratung, damit die Kundschaft auch langfristig glücklich ist. Bedarfsanalyse, Tragegewohnheiten, aber auch zu wissen, was für Uhren der Kunde bereits besitzt, helfen dabei, die richtige Auswahl zu treffen: Wo und wann wird die Uhr getragen? Welche Hobbys werden gepflegt?

Uhren sollten stets am Handgelenk probiert und miteinander verglichen werden. Nicht jede Uhr liegt gleich auf dem Handgelenk. Schon wenige Millimeter können einen enormen Unterschied bewirken. Nicht zuletzt ist auch immer die Budgetfrage ein zentrales Element.

> Text: Laura Spielmann Bilder: Luca Däppen, zvg

Geschäftszeiten Bläuer

Montag: 13.30 bis 18.30 Uhr Dienstag bis Freitag: 9 bis 12.15 Uhr und 13 bis 18.30 Uhr Samstag: 9 bis 17 Uhr



Bälliz 40, 3600 Thun Tel. 033 223 21 66 www.blaeuer-uhren.ch

Obere Hauptgasse 37, 3600 Thun Tel. 033 222 28 77 www.frieden.ch

ThunMagazin | 6/24 6/24 | ThunMagazin Publireportage

Aarezentrum Thun: Der Ort für Ihre Anliegen

Ob einfach nur ein bisschen bummeln oder auf der Suche nach einer spezifischen Dienstleistung - im Aarezentrum findet sich für alle etwas. Bei Schönheitsanliegen sind der Coiffeur Ambiente 2 und die Nail Lounge & Estetica die richtige Adresse.





Wer ganz entspannt mitten in Thun einkaufen will, wählt das Shoppingcenter Aarezentrum Thun. Es steht ein eigenes Parkhaus zur Verfügung und während der ersten 15 Minuten kann man gratis parkieren. Direkt vor dem Haupteingang an der Aarestrasse 30 halten zudem diverse Buslinien.

Professionelle Haircare: Coiffeur Ambiente 2

Seit 2,5 Jahren befindet sich der Coiffeursalon Ambiente 2 im Aarezentrum. Beim Eintreten fällt sogleich auf, dass der Name auch bei der Einrichtung Programm ist: Bei orientalischer Atmosphäre können sowohl grundlegende Bedürfnisse wie Haare waschen, schneiden und föhnen sowie auch ausgefalle nere Wünsche erfüllt werden. Durch seine Angebote - Färben, Tönen, Dauerwelle, Augenbrauen zupfen und Bart schneiden - ist Saleh Seyfeddin bestrebt, alle Schönheitsbedürfnisse abzudecken. Die professionellen Haircare-Pflegeprodukte der Marken Goldwell, Schwarzkopf und Wella runden den Service ab. Die Kundenzufriedenheit liegt Saleh und seinem Team am Herzen - für überzeugte Kunden gibt es deshalb eine Stempel karte. So wird die Kundentreue belohnt -

wenn nämlich die Karte nach 10 Besuchen voll ist, ist der nächste Haarschnitt gratis. Einen Termin beim Ambiente 2 zu vereinbaren ist sowohl per Telefon unter 033 221 91 23 wie auch per Mail an ambiente.coiffeur.s@gmail.com möglich. Man kann aber auch ohne Voranmeldung vorbeigehen. Wenn man sich vor dem Termin gerne noch ein bisschen Inspiration für neue Frisuren holen möchte, kann man das gerne auf dem Instagramoder Facebook-Kanal mit dem Namen «Ambiente-Coiffeur» tun.

Wo Schönheit im Fokus steht: Nail Lounge & Estetica

Das von Eszter Ferrigno geführte Nagelstudio befindet sich seit 7 Jahren im Erdgeschoss des Aarezentrums und umfasst ein breites Spektrum an Dienstleistungen: Hand- und Fusspflege, Gelnägel und Permanent-Nagellack sowie Wimpernverlängerungen und kosmetische Behandlungen. Seit dem ersten Tag legen Eszter und ihr Team sehr viel Wert auf Qualität. Um einen langhaltenden Nagellack zu garantieren, arbeiten sie mit hochwertigen europäischen Materialien, die sich seit Jahren bewährt haben. Jegliche neuen Produkte testet Eszter zuerst aus und überprüft, ob sie ihren

1 Orientalisch angehauchte Haarpflege. 2 Grosse Auswahl in der Nail Lounge.

Anforderungen entsprechen - nur dann werden die Produkte bei der Kundschaft eingesetzt. Die Terminvereinbarung kann direkt auf der eigenen Website nailloungethun.ch gemacht werden. Inspiration findet sich auf ihrem Instagram @naillounge.estetica.thun oder direkt im Team, das gerne über neuste Trends und Looks informiert - zurzeit ist der natürlich aussehende Babv-Boomer-Look sehr beliebt. Mit dem Treueprogramm kann man beim 10. Termin mithilfe eines Glückrads einen Rabatt von bis zu 50 Prozent auf die nächste Behandlung gewinnen. Und wer noch nach einem passenden Weihnachtsgeschenk sucht - auch Gutscheine sind in der Nail Lounge erhältlich.

Text: Alexandra Widmer, Bilder: Luca Däppen



Aarezentrum Thun

Aarestrasse 30A, 3600 Thun www.aarezentrum-thun.ch info@aarezentrum-thun.ch

Der schönste Weihnachtsbaum

Die majestätische Tanne auf dem Thuner Rathausplatz beeindruckt in diesem Jahr mit neuem Schmuck. Sie ist im klassisch-edlen Stil dekoriert.

In der Thuner Innenstadt steht in diesem Jahr der wohl schönste Weihnachtsbaum der Schweiz. Die rund 13 Meter hohe Tanne wurde grosszügig von der Burgergemeinde Thun gesponsert und aus einem umliegenden Burgerwald auf den Rathausplatz transportiert. Die Dekoration der Tanne erfolgte in mehrtägiger Arbeit vom Team der Schlossgarten kreative Floristik. Das diesjährige Motto ist der Santa-Claus mit dem legendären Christmas Song «Wonderful Dream». Entsprechend erstrahlt der Baum in Rot und Grün mit weihnachtlichen Dekoelementen. Jeden Abend wird der Baum im warmen Licht erstrahlen und Menschen jeden Alters verzaubern. Alle Besucherinnen und Besucher Thuns sind herzlich eingeladen, den beeindruckenden Weihnachtsbaum bis zum 6. Januar zu bewundern.

Sonntagsverkauf

Am 15. und 22. Dezember findet von 11 bis 17 Uhr der Sonntagsverkauf statt. Diverse Innenstadt-Geschäfte, Restaurants, Glühwein- und Verpflegungsstände sowie der Weihnachtsmarkt sind geöffnet. Am Sonntag, 15. Dezember werden rund 30 Mitglieder der Edelweiss-Riders mit ihren Harley Davidsons um 12.30 und 14.30 Uhr in einem Corso durch die Strassen der Thuner Innenstadt fahren.

Geschenke mit einem Bezug zu Thun

In der Thuner Innenstadt gibt es Geschenkideen für jedes Alter und jeden Geschmack. Besonders begehrt sind Geschenke und Spezialitäten mit einem Bezug zu Thun. Seien es Thuner «Schoggiköpfe», ein Thuner Mutschli, ein Thuner Gin oder vieles mehr. Lassen Sie sich auf thuncity.ch/spezialitaeten inspirieren.



Text und Bilder: zvg

Werden auch Sie Mitglied bei THUNcity! **THUNcity**

Obere Hauptgasse 3, 3600 Thun Tel. 033 222 14 14 info@thuncity.ch, www.thuncity.ch



THUNcity-Neumitglied

Die Physiotherapie HEnDs in der Thuner Altstadt ist bestrebt, eine ganzheitliche Physiotherapie anzubieten. Die Leidenschaft des Teams rund um Inhaberin Lydia Wiedmer ist es, Menschen auf ihrem Genesungsweg mit Herz, Hand und Verstand zu begleiten. Die Physiotherapie HEnDs an der Unteren Hauptgasse 14 ist eine persönliche Praxis mit einem breiten Angebot. www.hends.ch

THUNcity-Neumitglied

Die Pusteblume GmbH eröffnete am 1. November eine neue Blumenladen-Filiale in den Räumlichkeiten der Berner Kantonalbank an der Bahnhofstrasse 1. Der Name «Pusteblume» steht symbolisch für die vielen kleinen zarten Blüten, die mit dem Wind in die Welt hinausgetragen werden. www.pusteblume-thun.ch



Hochzeits- und Eventplanung spezialisiert. Charlotte und Adrienne Cao stellen sicher, dass der grosse Tag von der Beratung über die Planung bis zur Betreuung unvergesslich wird. Darüber hinaus organisiert sie jeden Januar die Hochzeitsmesse «Hochzytsinspiratione» auf dem Thuner Schlossberg www.hochzytsinspiratione.ch









ThunMagazin | 6/24 Publireportage

Von Baustellen, sorgfältiger Büez und Blitzen im Kopf

Wer bei TRANSfair den Mitarbeitenden in der Montage und Fertigung über die Schulter schaut, erlebt Präzision, Handwerk und Begeisterung. Bohren, schrauben, sägen – so vielfältig wie die Aufgaben sind die Charaktere. Die Freude an der Arbeit verbindet sie.

Sachte wischt Samuel Bähler mit der Hand die Späne von einer Fichtenholz-Latte. Akribisch prüft er, ob er das Loch am richtigen Ort gebohrt hat. «Perfekt», sagt er. «Ich bin einer, der es genau nimmt. Deshalb kontrolliere ich lieber zweimal, ob meine Büez in Ordnung ist.» Mit seinen Kollegen aus der Abteilung Montage und Fertigung bei TRANSfair baut «Sam» Holzroste zusammen. Diese schützen später im Skigebiet Adelboden-Lenk die Wiese, die zum Parkplatz umfunktioniert wird - und sorgen für Trittsicherheit, damit die Wintergäste nicht straucheln.

Straucheln und wieder aufstehen - das kennt Sam im übertragenen Sinne bestens. Schon als Kind kämpfte der heute 60-Jährige mit gesundheitlichen Problemen. Häufige epileptische Anfälle prägten ihn und den Familienalltag. «Ich fehlte oft in der Schule, musste

ständig zum Arzt und länger in die Klinik. Dort stellten sie meine Medikamente ein.» Nach einer Anlehre als Schreiner arbeitete der Wattenwiler im Storenbau, in einer Sägerei und bei einem Fensterhersteller. Die Anfälle blieben. Erst das Einpflanzen eines Vagusnervstimulators half. Das Implantat sendet, ähnlich wie ein Herzschrittmacher, elektrische Impulse. Das minimiert die epileptischen Anfälle.

Eine Frohnatur und viel Draht

Etwa alle drei Monate kommt der «Schlotteri» mit den Blitzen im Kopf noch, der Sam kurz aus der Bahn wirft, vergesslich macht und die Ursache dafür ist, dass er länger braucht, einen Auftrag zu verstehen. «Die Zange findest du wie immer in der obersten Schublade», ruft Abteilungsleiter Sascha Weidner, als er sieht, wie Sam ein Werkzeug

sucht. Er schätzt dessen Genauigkeit und seine ruhige Art: «Er ist eine Frohnatur und tut der Abteilung gut.»

Weidners rund 20-köpfiges Team fertigt auch Lawinenschutznetze an. Sam schneidet an einer Werkbank 3,4 Meter lange Maschendrahtbahnen zu. An Stahlseile befestigt und im Gelände montiert, bremsen diese Schneemassen. Das Portfolio der Abteilung Montage und Fertigung ist so vielseitig wie die Charaktere, die miteinander wirken. «Wir verschrauben, montieren vor und demontieren individuell nach Auftrag», sagt Sascha Weidner, «und hantieren mit Metall, Holz, Kunststoff, Kabeln und Steckdosen, manuell oder teilautomatisiert.»

TRANSfair-Mitarbeitende absolvieren auch Ausseneinsätze in Equipen, als Einzelperson, begleitet von Gruppenleitenden oder selbständig. Wie



Das ist TRANSfair

Rund 300 Menschen arbeiten bei der Sozialunternehmung TRANSfair in Versandlogistik, Lebensmittelproduktion, Fertigung und Montage, Konfektion, Gastronomie und Administration. Viele sind aus psychischen Gründen besonders herausgefordert.



Impressionen
von unseren









1 Sam Bähler liebt die Arbeit mit Holz und das Gefühl, «öpis Sinnvolls z wärche». 2 Mit guter Feinmotorik und viel Fachwissen montiert Kamlesh Patel kleinste Teilchen. 3-5 Die Fertigung von Lawinenschutznetzen erfordert Teamwork und Präzision.

Kamlesh Patel. Der 54-Jährige baut bei einem Kunden Kaffeemaschinen zusammen. Winzige Schrauben, Dutzende Kabel und Anschlüsse montiert er anhand der Beschreibung, die einem Lego-Bauplan ähnelt. «Der Einblick in andere Firmen ist spannend», sagt der Polymechaniker. Seine berufliche Karriere erlitt wegen Epilepsie einen Bruch, «und weil ich für alle anderen, aber nie für mich schaute». Seit einer Hirnoperation sind die Anfälle Geschichte, sein Kurzzeitgedächtnis ist jedoch beeinträchtigt und Kamlesh braucht wegen einer Nierenerkrankung Medikamente. Um möglichst gesund zu bleiben, sollte er frei von Druck arbeiten können: «Bei TRANSfair geht das, da steht nicht ständig einer hinter mir und fordert noch mehr, als ich leiste.»

Sam und Kamlesh werden von der Invalidenversicherung unterstützt und arbeiten halbtags. «Es ist wichtig, dass die Gesellschaft versteht, wie wertvoll auch ihre Arbeit ist», betont Sascha Weidner. Gerade bei externen Einsätzen tanken seine Mitarbeitenden Selbstvertrauen – bei einfachen Tätigkeiten in der Kiesgrube, beim Bauern, bei Umzugsarbeiten oder bei der komplexen Montage von Kaffeemaschinen.

«Wir erledigen sinnvolle Büez, das gibt ein gutes Gefühl», sind sich Kamlesh und Sam einig. Letzterer erzählt, dass in allen Unternehmen, in denen er tätig war, Verständnis für seine Leistungseinschränkung da war. Bei TRANSfair ganz besonders: «Es ist familiär, wir schätzen einander. Ob Hörgerät, Brille, seelische Sorgen oder Epilepsie – irgendwie haben doch alle eine Baustelle in sich. Hier kann jeder sein, wie er ist.»

Text: Melanie Gamma Bilder: Melanie Gamma (1, 2, 5), Tino Zurbrügg (3+4)

Berufliche Integration

Bei TRANSfair führen Menschen mit IV-Rente oder in einer IV-Abklärung vielseitige Arbeiten aus. Sie werden bei ihrer fachlichen und persönlichen Entwicklung von Arbeitsagog:innen, Fachpersonal, Berufs- und Praxisbildner:innen und Job Coaches begleitet.





Stiftung TRANSfair Im Schoren 23, Postfach 3604 Thun

3604 Thun Tel. 033 334 04 44 mail@trans-fair.ch www.trans-fair.ch

36 ThunMagazin | 6/24 Publireportage 6/24 | ThunMagazin 3

WAG Konzert MUSIC!

Die WAGmusic! lädt ein, an ihrem jährlichen Konzert dabei zu sein!

Wann: Samstag, 30. November 2024

Beginn: 19.30 Uhr

(Türöffnung um 19.00 Uhr)

Wo: Hotelfachschule Thun, Mönchstrasse 37, 3600 Thun

Eintritt: Frei. Kollekte





WAG-Weihnachtsmärit

Donnerstag, 5., und Freitag, 6. Dezember 2024, 14 bis 20 Uhr Samstag, 7. Dezember 2024, 10 bis 16 Uhr

im WAG-Aufenthaltsraum im Untergeschoss am Hännisweg 10, Gwatt



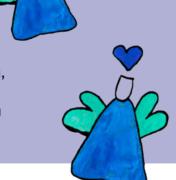
Lassen Sie sich überraschen und bezaubern von den wunderschönen Produkten aus dem WAG-Atelier.

Es erwartet Sie eine grosse Auswahl an Kerzen, Tonfiguren, Karten, Geschenkverpackungen, Alltagshelfern, modische Accessoires, Dekoobjekten und vielem mehr... Ausserdem werden kleine kulinarische Köstlichkeiten angeboten.

WAG

Wohnen und Arbeiten für Körperbehinderte Gwatt Hännisweg 5 · 3645 Gwatt Telefon 033 334 40 80 info@wag-gwatt.ch · www.wag-gwatt.ch









Wohnen mit Seeblick - Auszug aus unserem aktuellen Angebot

Die einzigartige Kombination aus alpiner Landschaft und See schafft eine besondere Wohnqualität, die ihresgleichen sucht. Ob stilvolle Eigentumswohnungen oder elegante Einfamilienhäuser - bei uns finden Sie Ihr persönliches Refugium an bester Lage.

Suchen Sie nach einem einzigartigen Zuhause an privilegierter Lage? Das Wohnen am Thunersee bedeutet nicht nur eine traumhafte Aussicht, sondern auch ein Leben in einer der reizvollsten Regionen der Schweiz - umgeben von einer Naturkulisse, die Ruhe, Entspannung und Erholung bietet.

Nachfolgend werden fünf Immobilien mit unvergleichlichem Blick auf den Thunersee präsentiert. Thun, Gunten bilien.

Ob an der rechten Thunerseeseite (1) oder lieber an der linken (2) - bei der CASA Immobilien haben Sie die Wahl.

oder doch lieber Spiez? Wie viele Quadratmeter Nettowohnfläche soll die Immobilie haben? Wünschen Sie einen oder mehrere Parkplätze? Ob klein oder gross, hochpreisig oder preiswert: Bei uns finden Sie die schönsten Immobilien.

Text und Bilder: CASA Immobilien AG



Angebote

Aktuell bietet die CASA Immobilien fünf Immobilien mit Seeblick an. Melden Sie sich für nähere Informationen.

- 4½-Zimmer-Maisonette-Wohnung, Oertli 40c, 3654 Gunten/Oberhofen
- Doppeleinfamilienhaus, Untere Wart 36, 3600 Thun
- 31/2-Zimmer-Wohnung, Seestrasse 35, 3654 Gunten
- Liegenschaft & Baulandreserve, Spychertenstrasse 16, 3652 Hilterfingen
- 31/2-Zimmer-Wohnung, Tannenweg 15, 3700 Spiez

CASAIMMOBILIEN

Kontakt, Beratung und Verkauf CASA Immobilien AG Obere Hauptgasse 74, 3600 Thun Tel. 033 222 66 55 www.casa-immo.ch

Bücher für gemittliche Jage





Marco Odermatt Laurent Morel

160 Seiten, 16 × 24 cm gebunden, Hardcover ISBN 978-3-03818-646-5 Auch auf Französisch erhältlich. CHF 39.-





Jahrbuch 2024 und Offizieller Schwinger Kalender 2025

Herausgeber: Eidg. Schwingerverband ISBN 978-3-03818-574-1 ISBN 978-3-03818-588-8









Mühlsteine am Niesen Robert Allenbach 80 Seiten, 30 × 20 cm

gebunden, Hardcover ISBN 978-3-03818-583-3 CHF 29.-











Optimismus im Alter Ueli Tobler

232 Seiten, 14 × 21 cm gebunden, Hardcover ISBN 978-3-03818-590-1







Mirja - Herzklang Yvonne Wiedmer, Mirjam A. Gygax

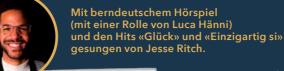
164 Seiten, 16 × 23 cm gebunden, Hardcover Mit Musik-Album (per QR-Codes downloadbar) ISBN 978-3-03818-586-4





Kalender 2025 14 Blätter, 43 × 34,5 cm Spiralbindung ISBN 978-3-03818-576-5 CHF 25.-







Marlo findet sein einzigartiges Glück

36 Seiten, 21,5 × 28,7 cm gebunden, Hardcover mit berndeutschem Hörspiel (per QR-Codes downloadbar) ISBN 978-3-03818-541-3 CHF 29.-

Jesse Ritch, Alexandra Rutz



Blind druflos Margret Baumann, Eva Klaus, Yvonn Scherrer 36 Seiten, 21,5 × 28,7 cm gebunden, Hardcove ISBN 978-3-03818-614-4 CHF 29.











Ours & Ursina Samuel Krähenbühl. Karin Widmer 32 Seiten, 21,5 × 28,7 cm gebunden, Hardcover ISBN 978-3-03818-613-7









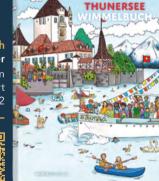
Mein Wimmelbuch SAC-Hütte Tobias Sturm, Nina Bieri 16 Seiten, 24 × 32 cm geklebt, kartoniert ISBN 978-3-85902-499-1



16 Seiten, 24 × 32 cm geklebt, kartoniert ISBN 978-3-03818-337-2 CHF 29.







Bu	_ _	L .			н.		_
RII	cn	n	2 C I	ГΩ		ın	$\boldsymbol{\cap}$
$\mathbf{p}_{\mathbf{q}}$	CI I	\sim			110	4	ч

Bitte senden Sie mir

Ex.	
Ex.	
_	
Ex.	

eise inkl. MwSt., inkl. Versandkosten (ausgenommen
ostkartenboxen und Kalender; zzgl. CHF 11 Versandkoster

Name/Vorname			
Adresse			
PLZ/Ort			
E-Mail			

Unterschrift

WEBERVERLAG.CH

Datum

Talon einsenden an: Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt oder bestellen Sie online oder per E-Mail: www.weberverlag.ch, mail@weberverlag.ch









Thuns Vorhangparadies STOLLER Innendekorationen AG Stockhornstrasse 8+12 in 3600 Thun

Stockhornstrasse 8+12 in 3600 Thun Tel. 033 227 33 88, info@vorhangparadies.ch www.vorhangparadies.ch

Riesige Auswahl an Vorhang- und Möbelstoffen. Neuanfertigung, Abänderung, Vorhangreinigung. 1. Heimberatung gratis, Stoffverkauf mit Gratiszuschnitt.

- Vorhänge jeglicher Art, Raffrollos, Jalousien
- · Streifenvorhänge, Flächenvorhänge, Stangengarnituren
- Bettwaren, Polsterei









Die Weichen für die Zukunft rechtzeitig stellen

Haben Sie sich schon einmal mit Ihrem Leben nach der Pensionierung auseinandergesetzt? Vielleicht haben Sie konkrete Pläne, wie Sie Ihre neue Freizeit gestalten wollen. Wissen Sie aber auch, welche finanziellen Veränderungen auf Sie zukommen?

1. Säule

Alle fünf Jahre kann ein Auszug des eigenen Kontos bei einer Ausgleichskasse bestellt werden. Auf dem Dokument kann geprüft werden, ob der Arbeitgeber/die Arbeitgeberin auch die Lohnabzüge an die AHV weitergeleitet hat. Sind Lücken vorhanden, können diese nur innert der darauffolgenden fünf Jahre geschlossen werden.

2. Säule

Sind Sie in einer Pensionskasse versichert, erhalten Sie jährlich einen Vorsorgeausweis mit den Angaben zu den Leistungen, welche Sie im Pensionsalter erhalten werden. Planen Sie eine Erwerbsaufgabe vor dem Erreichen des ordentlichen Referenzalters, finden Sie die Angaben zu den Leistungshöhen ebenfalls auf dem jährlichen Vorsorgeausweis. Bei den Altersleistungen können Sie wählen, in welcher Form Sie diese erhalten möchten. Sie haben die Wahl zwischen einem reinen Renten-

bezug, einem Kapitalbezug oder einer Mischform. Die Angaben über die Höhe eines möglichen Kapitalbezugs und die Kündigungsfrist sind im Reglement der jeweiligen Pensionskasse festgelegt.

Wenn Sie von den steuerlichen Vortei-

Säule 3a

len von 3a-Einzahlungen Gebrauch gemacht haben und über Guthaben in der Säule 3a verfügen, lohnt es sich, den Bezug dieser Guthaben zu staffeln. Die Bezüge dürfen mit Erreichen des 60. Altersjahres bezogen werden. Wird die Erwerbstätigkeit im Alter von 65 Jahren aufgegeben, müssen sämtliche Guthaben bis zu diesem Zeitpunkt aufgelöst sein. Bei Ehepaaren werden die Bezüge im gleichen Jahr steuerlich zusammengezählt. Im Jahr der Erwerbsaufgabe kann der Maximalbetrag in vollem Umfang einbezahlt werden, auch wenn die Erwerbstätigkeit nicht 12 Monate dauert. Wie hoch der Betrag ist, der durch Einzahlungen in die 3. Säule

bei den Steuern eingespart werden kann, zeigt der 3a-Steuersparrechner: aekbank.ch/3a-steuersparrechner

AEK Pensionierungsplanung

Mit unserer Dienstleistung AEK Pensionierungsplanung können wir Ihnen einen Überblick über die zu erwartenden Leistungen im Rentenalter geben und Sie bei der Umsetzung Ihrer Wünsche und Ziele unterstützen. Mit unseren Empfehlungen erhalten Sie die optimale Voraussetzung, um die steuerlichen und terminlichen Unsicherheiten zu meistern, kontaktieren Sie uns.

Text: Monika Krebs Bilder: AEK BANK 1826



AEK BANK 1826

Hofstettenstrasse 2, 3602 Thun Tel. 033 227 31 00 www.aekbank.ch. info@aekbank.ch







Nicht kumulierbar. Die Gutscheine können bei Bläuer oder Frieden eingelöst werden Gültia bis 31.01.2025.

BIJOUTERIE BLÄUER | BÄLLIZ 40 | 3600 THUN 033 223 21 66 | info@blaeuerag.ch | www.blaeuer-uhren.ch Gutschein



Einkaufsgutschein CHF 10.-

EINKAUFSGUTSCHEIN

CHF 10.-



Mindesteinkauf Fr. 25.-Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



ZIMMERMANN AG · Oberlandstrasse 3 · 3700 Spiez Telefon 033 654 41 41 · www.zimmermann-spiez.ch

Gutschein 10%



Sichern Sie sich jetzt 10% Rabatt auf Ihre massgeschneiderte **HCK®** Mikronährstoffmischung!

Geniessen Sie die Vorteile von Schweizer Qualität, die speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt ist und Ihre körperliche und geistige Gesundheit unterstützt.



(siehe Bericht auf Seite 53)

Solange Vorrat, gültig bis 31.12.2024



Bälliz Apotheke + Drogerie AG Bälliz 42, 3600 Thun, Tel. 033 225 14 25 info@baelliz.ch, www. baelliz.ch

Einkaufsgutschein CHF 5.-/CHF 10.- THUN



Feine biologische Lebensmittel, Naturkosmetik und schöne Weihnachtsgeschenke



Obere Hauptgasse 20, 3600 Thun Tel. 033 223 15 51, Fax. 033 223 15 61 mail@oekoladenthun.ch, www.oekoladenthun.ch

12.00 — 18.30 Uhr durchgehend Di - Fr 09.00 - 18.30 Uhr durchgehend

Gutschein ist gültig bis 31. Januar 2025 5.— einlösbar ab Einkaufswert Fr. 50.— 10.— einlösbar ab Einkaufswert Fr. 100.— 08.30 - 16.00 Uhr durchgehend

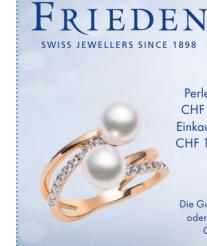
Gutschein 20% 1× Frühstück



DEIN FRÜHSTÜCKS-MOMENT IN THUN

Im habibi beginnt dein Tag voller Geschmack! Auf dich wartet ein reichhaltiges orientalisches Frühstück aus frischen, regionalen Zutaten. Perfekt für den Start in den Tag – mit Freunden, Familie oder





Gutschein

Perlen und Perlenschmuck CHF 50.- Rabatt ab einem Einkauf von CHF 500.- oder CHF 100.- ab einem Einkauf von CHF 1000.-

Weihnachts-

aktion 2024

Nicht kumulierbar. Die Gutscheine können bei Bläuer oder Frieden eingelöst werden Gültig bis 31.01.2025.

Frieden AG Creative Design · Hauptgasse 37 · 3600 Thun 033 222 28 77 · info@frieden.ch · www.frieden.ch





Rabatt auf dem ganzen Sortiment mit Ausnahme von einigen ausgewählten Artikeln. Gültig bis 31.12.2024 Gutschein nicht kumulierbar.



claro Weltladen Thun Obere Hauptgasse 43 Telefon 033 222 22 04 www.claro-thun.ch

13.30 - 18.30 Uhr Öffnungszeiten: Mo

9.00 - 18.30 Uhr 9.00 - 16.00 Uhr

Die Berner Mineralien- und Fossilienbörse kommt nach Thun





Samstag, 23. November 2024, 10 bis 17 Uhr Sonntag, 24. November 2024, 10 bis 16 Uhr

Die Berner Mineralien- und Fossilienbörse zügelt neu nach Thun in die Halle 1 der Thun-Expo. Das Gelände befindet sich in der Nähe der Kasernen, ist per Bus, Auto und zu Fuss (ca.10 Min. ab Bahnhof) sehr gut zu erreichen. Wir sind bestrebt, auch in Thun zukünftig eine spannende Börse anbieten zu können, und wagen den Schritt eines Neuanfangs.

Die Vielfalt und Schönheit von Mineralien, Kristallen, Fossilien, Edelsteinen und Schmucksteinen aus aller Welt wird in unzähligen Formen und Farben präsentiert. Vor allem wollen wir auch den Schätzen der Schweizer Strahler und Sammler wieder vermehrt eine interessante und ansprechende Plattform bieten.

Sonderschau:

«Das Urnerland - eine mineralogische Schatzkammer»

Verschiedene Strahler aus dem Urnerland präsentieren die besten Fundstücke aus ihren Privatsammlungen. So werden aussergewöhnliche Exponate der Öffentlichkeit zugänglich, die nur selten zu bestaunen sind.

Mit Goldwaschen und Kinderwettbewerb

Vorausschau Börse 2025:

Samstag, 14., und Sonntag, 15. November 2025



Mineralien- und Fossilienfreunde Bern

www.mfbe.ch



Gemeinsam stark dank Selbsthilfe







Selbsthilfe BE bietet Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen, nach Schicksalsschlägen oder bei langwierigen Erkrankungen. Viele Menschen fühlen sich in solchen Momenten überfordert und allein. In einer Selbsthilfegruppe finden Betroffene sowie deren Angehörige Verständnis, Akzeptanz und einen Ort zum Austausch. Im Beratungszentrum Thun von Selbsthilfe BE erhalten Sie kostenlose Beratung zur Selbsthilfe und Unterstützung bei der Suche nach einer passenden Selbsthilfegruppe oder beim Aufbau einer neuen.

Aktuell werden im Berner Oberland neue Selbsthilfegruppen aufgebaut, unter anderem zu folgenden Themen:

- Austritt aus einer religiösen Gemeinschaft
- Bipolar leben
- Brustkrebs
- **Darmkrebs**
- Einsamkeit
- Malignes Melanom Hautkrebs
- Osteoporose
- Post Covid
- Prostatakrebs
- Psychische Erkrankungen
- Wochenbettdepression

Fühlen Sie sich angesprochen? Nehmen Sie Kontakt mit uns auf!



Selbsthilfe BE Beratungszentrum

Marktgasse 17 3600 Thun

Information und Beratung:

0848 33 99 00 www.selbsthilfe-be.ch

Im Auftrag von



Neue Kurse ab Januar 2025



Für aktive Menschen, die persönlich und beruflich weiterkommen wollen.

Die Kurse stehen allen Interessierten offen.

- Französisch, Englisch, Italienisch, Spanisch, Griechisch, Chinesisch, Deutsch als Zweitsprache, Berndeutsch
- Malen, Flamenco, Fotographie-Workshop
- Qi Gong, Antara®, Hatha Yoga, Rückentraining, Bodytoning, Aktiv Ü60, Selbstverteidigung
- Book-Club, Englisch-Poetry

volkshochschule

Marktgasse 17 3600 Thun www.vhs-thun.ch

Christmas Gospel Nights 2024



Samstag, 30. November 2024, 19.30 Uhr, Burgsaal Thun

Lebendig, bewegend und berührend!

So beschreiben die Besucher die «Christmas Gospel Nights». Dieses Jahr sind Elaine & Roger Downey (UK) aus London als Special Guests dabei, sowie ein Streich-Quartett aus der Schweiz.

Die NEW GOSPEL COMPANY mit ihrer vierköpfigen Band unter Leitung von Timo Schuster interpretiert neu arrangierte Gospelsongs auf eine besondere Art. Zwischen den Liedern werden persönliche Erlebnisse und Texte eingeflochten. Das Konzertprogramm dauert gut 90 Minuten plus Pause. In der Weihnachtszeit hat der Chor auch einige Lieder zum Mitsingen im Programm. Ein unvergessliches Erlebnis zum Advent!

Tickets



www.eventfrog.ch



Art & Act Kulturverein Seidenwea 2

3612 Steffisburg Tel. 033 534 30 33 www.artandact.ch

Chorkonzert - Gjeilo, Rutter, Kodály, Pärt u. a.



Der Kammerchor Seftigen lädt zu zwei stimmungsvollen Adventskonzerten ein. Begleitet von Cello und Klavier werden bekannte und neuartige Chorarrangements aufgeführt.

Kirche Amsoldingen, Samstag, 14. Dezember 2024, 19.30 Uhr Kirche Hilterfingen, Sonntag, 15. Dezember 2024, 17 Uhr

Kammerchor Seftigen, Dirigent: Patrick Secchiari. Klavier: Annika Guy, Cello: Beat Sieber

Vorverkauf und weitere Infos: www.kammerchorseftigen.ch



«Tango, Tanz und die Liebe» zum Start ins neue Jahr



Der Singkreis Bethlehem und Thun lädt am 1. Januar zu einem emotionalen und wildromantischen Konzert ins KKThun. Die musikalische Reise führt von Südamerika nach Thun zu Brahms.

Seit 1958 existiert der Singkreis Bethlehem; 1980 wurde er ergänzt durch den Singkreis Thun. Heute ist der Singkreis Bethlehem und Thun mit seinen rund 90 Mitgliedern unter der Leitung von Lucius Weber einer der führenden Konzertchöre der Region. An Neujahr tritt der Chor im KKThun unter anderem mit dem Ensemble Tango Salón (Bild) auf. Tickets für die Vorstellung um 15 oder 19 Uhr sind erhältlich unter www.eventfrog.ch, bei allen BLS-Reisezentren oder an der Tageskasse.

Neujahrskonzerte 1. Januar 2025 15 und 19 Uhr KKThun

www.neujahrskonzerte-thun.ch www.facebook.com/ NeuiahrskonzerteThun www.instagram.com/ neujahrskonzerte_thun

ThunMagazin | 6/24 6/24 | ThunMagazin

BSC YOUNG BOYS FOREVER





Monat für Monat gibt es eine packende Fussball-Szene aus der aktuellen Saison. Auf den 12 Kalenderblättern findest du die wichtigsten Spieler:innen mit Unterschrift und den jeweiligen Infos.

Ein absolutes Muss für alle YB-Fans!

je 14 Blätter, 43 × 34,5 cm, Spiralbindung





BESTELLUNG

Bitte senden Sie mir _____ Ex. «BSC Young Boys Forever – Kalender 2025» zum Preis von je CHF 19.90, ISBN 978-3-03818-641-0 (Preis exkl. Versandkosten) Bitte senden Sie mir ____ Ex. «YB-Frauen – Kalender 2025» zum Preis von je CHF 19.90, ISBN 978-3-03818-578-9 (Preis exkl. Versandkosten) Bitte senden Sie mir ____ Ex. «YB und das «Wunder von Bern»»

zum Preis von je CHF 29.–, ISBN 978-3-03818-611-3 (Preis inkl. Versandkosten)

Hier gleich online bestellen:





Kalender

Kalender

Kinderbuch

Name	Vorname	
Strasse	PLZ/Ort	
E-Mail		
Datum	Unterschrift	

Talon einsenden/faxen an

Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online oder per Mail: www.weberverlag.ch, mail@weberverlag.ch

WEBERVERLAG.CH

Neu in der Region: Beckenbodentraining mit PelviPower

Das PhysioFit Schönberg in Gunten bietet exklusiv in der Region Thun innovatives Beckenbodentraining mit PelviPower an. Dank eines pulsierenden Magnetfelds ist das Training eine schmerzfreie Methode, um die Muskulatur des Beckenbodens zu stärken.



optimale Ergebnisse zu erzielen. Unsere zertifizierten Therapeutinnen und Therapeuten erstellen gemeinsam mit Ihnen Ihr persönliches Trainingsprofil. Vereinbaren Sie ein kostenloses Probetraining in Gunten.

Wissenswertes rund um Ihren Beckenboden

Beim Publikumsvortrag zum Thema «Beckenboden» erfahren Sie, wie wichtig der Beckenboden für Ihre Gesundheit ist, wie gezielte Übungen und Physiotherapie Inkontinenz vorbeugen, Schmerzen lindern und Ihre Lebensqualität steigern können. Gewinnen Sie wertvolle Einblicke in eine oft unterschätzte, aber zentrale Körperregion für mehr Stabilität und Wohlbefinden.

Text und Bilder: zvg

«Das PelviPower-Training bietet eine stärkere Wirkung als herkömmliches Eigentraining», so Daniel Schoonbroodt, Leiter des ambulanten Therapiezentrums PhysioFit Schönberg in Gunten. «Dieses innovative Training ist einfach und schmerzfrei: Sie sitzen bequem auf dem Stuhl und trainieren in Ihrer normalen Kleidung. Sofort spüren Sie die stimulierende Wirkung des Magnetfeldtrainings.»

Für wen ist PelviPower geeignet?

PelviPower bietet Lösungen für Frauen und Männer zur Stärkung des Beckenbodens, Linderung von Inkontinenz und Verbesserung der Sexualfunktion sowie

Publikumsvortrag Beckenboden

Samstag, 23. November 2024
14.30 bis 16 Uhr
Informationen und Anmeldung:
www.physiofit-schoenberg.ch

der Libido. Bei jungen Müttern unterstützt PelviPower die Rückbildung und Kräftigung des Beckenbodens. Auch nach Operationen, zur Förderung der Rückengesundheit oder zur allgemeinen Leistungssteigerung im Sport ist PelviPower eine effektive Unterstützung. Das Training eignet sich besonders für Personen, die klassisches Eigentraining nicht durchführen können oder eine unkomplizierte Methode bevorzugen.

PelviPower-Training einfacher geht es kaum

PelviPower stärkt die Beckenbodenmuskulatur durch ein pulsierendes Magnetfeld, das bis zu 25 000 Kontraktionen auslöst. Die Intensität des Trainings wird durch die Art der Beschwerden bestimmt und setzt sich aus aufeinander abgestimmten Einheiten zusammen. Eine Einheit dauert 15 – 25 Minuten und kann bis dreimal wöchentlich durchgeführt werden. Insgesamt werden 10 – 20 Einheiten empfohlen, um





PhysioFit Schönberg
Sigriswilstrasse 3
3654 Gunten

Tel. 033 251 30 07

physiofit@schoenberg.ch

Das Universum der ätherischen Öle

Ätherische Öle betören, erwecken, entspannen, muntern auf. Sie sind Natur pur. Und hoch wirksam. Sie sind duftendes Leben und ein Geschenk. Sie sind das Konzentrat der fettlöslichen Bestandteile einer Pflanze, sie sind ihre Essenz, ihre Seele. Und sie nützen Ihrer Gesundheit.

Ätherische Öle sind das Ergebnis des Sekundärstoffwechsels einer Pflanze und übernehmen wichtige Aufgaben. Sie dienen der Abwehr von Feinden, sie locken Insekten zum Bestäuben an, sie schützen vor schädlichen Umwelteinflüssen und sie dienen der Kommunikation zwischen den Pflanzen. Pflanzen bilden ätherische Öle in unterschiedlichen Organen und diese werden im Pflanzengewebe gespeichert. Sie finden sich in Blüten, Blättern, Wurzeln, Zweigen, Schalen, Gräsern, Nadeln, Früchten, Holz, Rinden. Die Natur gibt uns alles, was wir für ein gesundes Leben brauchen.

Kein Hokuspokus sondern reine Biochemie

Die Wirkstoffe ätherischer Öle erreichen über unser Riechsystem in nur 22 Sekunden das Hirn. Innerhalb von 2 Minuten sind sie im Blutkreislauf nachweisbar. Nach 22 Minuten haben die Wirkstoffe der Öle jede Zelle des Körpers erreicht.

Beim Einatmen ätherischer Öle gelangen die Duftmoleküle über die Nase zu den Riechrezeptoren. Diese sind direkt mit dem limbischen System im Gehirn verbunden, das für Emotionen, Erinnerungen und Verhaltensweisen zuständig ist. So können ätherische Öle schnell die Stimmung beeinflussen, Stress abbauen oder das Wohlbefinden steigern. Über die Atemwege gelangen die Moleküle in die Lunge und von dort in den Blutkreislauf. Je nach Art des Öls können sie beruhigend, anregend oder klärend auf das Nervensystem wirken. Zum Beispiel kann Lavendel beruhi-

Ätherische Öle können schnell die Stimmung beeinflussen, Stress abbauen oder das Wohlbefinden steigern.









Marlens Lieblinge: Schlafwohl Balsam Bio und Advents-Balm für die kalte Jahreszeit.

gend und angstlösend wirken, während Pfefferminzöl belebend und konzentrationsfördernd ist.

Ätherische Öle werden auch von der Haut aufgenommen. Sie durchdringen die Hautschichten und gelangen so in den Blutkreislauf. Die Wirkung kann dabei lokal (zum Beispiel wohltuend bei Muskelschmerzen) oder systemisch (wie allgemein entspannend) sein. Ätherische Öle wie Teebaumöl haben ausserdem antibakterielle, antifungale und entzündungshemmende Eigenschaften, die bei Hautproblemen wie Akne, Wunden oder Hautirritationen helfen können. Sie fördern die Durchblutung und unterstützen die Regeneration der Haut.

Mit Vorsicht und genügend Wissen kann man ätherische Öle auch einnehmen. Und ja: auch im Haushalt gibt es unzählige Anwendungsmöglichkeiten für die Reinigung.

Alles für Ihre Aromapflege

Die Aromapflege ist ein wohltuender und natürlicher Weg, um Körper, Geist und Seele mithilfe ätherischer Öle in Einklang zu bringen - in allen Phasen und für alle Bereiche des Lebens, von Geburt an. Für die sinnliche Erfahrung bieten wir im Oekoladen Thun eine grosse Auswahl an ätherischen Ölen von Primavera und der Herboristerie Ariès aus der Westschweiz. Um Ihnen den Alltag zu erleichtern, finden Sie viele «Ready to use»-Produkte: Fertigmischungen für das Frauenwohl, Schlafwohl, Muskel- & Gelenkwohl, für die Immunabwehr, für das Reinigen von Räumen und spezielle Mischungen rund um Schwangerschaft und das Baby. Sie finden auch Einzelöle und spezielle Trägeröle für das Mischen von eigenen Anwendungen. Kommen Sie vorbei, wir bringen Ihnen das wunderbare Universum der ätherischen Öle gerne näher.

Text: Relinda Juhasz



Oekoladen Thun Obere Hauptgasse 20

3600 Thun Tel. 033 223 15 51 www.oekoladenthun.ch

ThunMagazin | 6/24 Publireportage 6/24 | ThunMagazin



Hochzeitsmesse Hochzytsinspiratione 12. Januar 2025 | Schlossberg Thun

Lasst euch am 12. Januar 2025 auf dem Schlossberg Thun inspirieren! Trefft an der Hochzeitsmesse Hochzytsinspiratione Ausstellende aus der Hochzeits- und Festbranche, die euch bei allen Entscheidunger zu eurer Traumhochzeit zur Seite stehen. Erlebt zauberhafte Modeschauen mit den neusten Trends der Hochzeitsmode, probiert kulinarische Köstlichkeiten und sammelt Ideen für euer perfektes Fest.

Weitere Informationen unter www.hochzytsinspiratione.ch

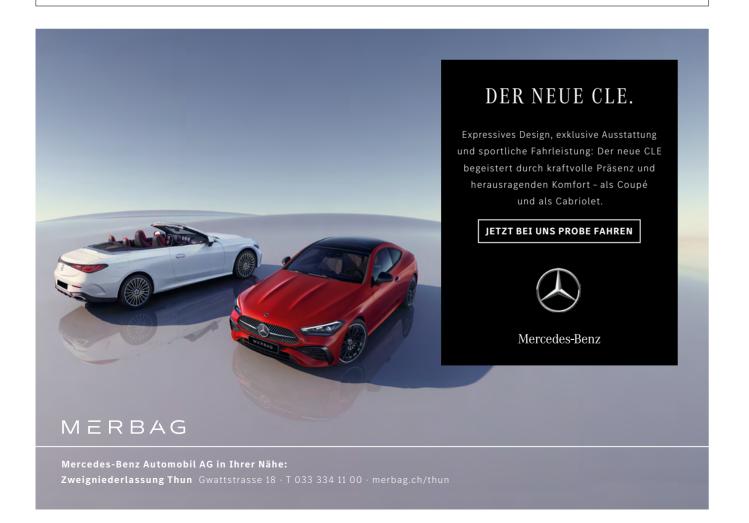




ST. Beatus-Höhlen



STAHLI



Fit und gesund im Alter - mit Bewegung und Mikronährstoffen

Eine ausgewogene Ernährung, Bewegung und die ausreichende Zufuhr von Mikronährstoffen sind entscheidend für die Gesundheit und Lebensqualität im Alter. Die körperliche Fitness steigert nicht nur die Lebensqualität, sondern beugt auch chronischen Krankheiten vor.

Vorteile von Bewegung

Tägliche moderate Bewegung von etwa 30 Minuten verlangsamt den altersbedingten Muskelabbau und hilft, die Muskelkraft zu erhalten, die für die tägliche Mobilität und Unabhängigkeit unerlässlich ist. Gewichtstragende Aktivitäten wie Gehen und leichtes Krafttraining stärken die Knochen und können Osteoporose vorbeugen. Aerobe Übungen wie Radfahren, Schwimmen oder Tanzen verbessern die Herz-Kreislauf-Gesundheit und senken das Risiko für Herzerkrankungen. Darüber hinaus hat regelmässige Bewegung positive Effekte auf die kognitiven Funktionen und kann das Risiko von Demenzerkrankungen verringern. Zudem fördert sie das allgemeine Wohlbefinden, hebt die Stimmung und reduziert Stress.



Mit dem Alter verändert sich der Körper, was auch die Ernährungsbedürfnisse beeinflusst. Folgende Nährstoffe sind besonders wichtig:

- Proteine: Sie sind entscheidend für den Erhalt der Muskelmasse. Zu den besten Quellen zählen mageres Fleisch, Fisch, Eier, Hülsenfrüchte, Nüsse und Milchprodukte.
- Kalzium und Vitamin D: Diese Nährstoffe fördern die Knochengesundheit und beugen Osteoporose vor. Sie sind in Milchprodukten, grünem Blattgemüse und fettem Fisch enthalten.
- Ballaststoffe: Diese unterstützen die Verdauung und sind in Vollkornprodukten, Obst, Gemüse und Hülsenfrüchten zu finden.
- Omega-3-Fettsäuren: Sie fördern die Herzgesundheit und sind in fettem Fisch und Leinsamen enthalten.
- Antioxidantien: Wie zum Bsp. Vitamin C und E, die in Obst, Gemüse und Nüssen vorkommen, schützen die Zellen vor oxidativem Stress.



Bild: Olivia Riedel und das Bälliz-Team beraten Sie gerne zu Thema HCK® Mikronährstoffe.

Die Rolle der Mikronährstoffe

Mikronährstoffe sind für einen optimalen Stoffwechsel unerlässlich, werden jedoch häufig nicht in ausreichenden Mengen über die Nahrung aufgenommen. Um Nährstoffmängeln vorzubeugen, sind die individuell zusammengestellten HCK® Mikronährstoffmischungen, die auf die speziellen Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt sind, eine ausgezeichnete Wahl. HCK® steht für HydroCellKey, was so viel wie «Schlüssel zur Zelle» bedeutet. Dieser Name spiegelt wider, wie die speziellen Mikronährstoffe wirken.

Jeder Nährstoff wird in eine pflanzliche Matrix eingearbeitet und getrocknet. Bei Kontakt mit Flüssigkeit quillt dieses Granulat und bildet eine gelartige Substanz. Dieser gelartige Film hilft dem Körper, die Nährstoffe besser aufzunehmen – ähnlich, wie wenn wir frisches Obst und Gemüse essen.



Die Mikronährstoffe werden über einen Zeitraum von 4 bis 6 Stunden gleichmässig an den Körper abgegeben. So wird sichergestellt, dass der Organismus nachhaltig versorgt wird.

HCK® Mikronährstoffprodukte stehen für Schweizer Qualität und unterliegen strengen Standards. In der Region Thun und Umgebung sind wir Ihr kompetenter Ansprechpartner für massgeschneiderte Mikronährstoffmischungen, die speziell darauf ausgelegt sind, Ihre körperliche und geistige Gesundheit im Alter zu fördern.

Text und Bild: Bälliz Apotheke + Drogerie AG und Hepart AG



Bälliz Apotheke + Drogerie AG Bälliz 42, 3600 Thun Tel. 033 225 14 25 info@baelliz.ch, www.baelliz.ch

Nähcenter Iseli - frischer Wind, bewährte Werte

Das Familienunternehmen Nähcenter Iseli steht seit über 100 Jahren für fachkundige Beratung und hochwertigen Kundenservice. Nun übergibt Hans Iseli die Firma an Christian und Eveline Gander, die das Unternehmen ab Januar als neue Inhaber führen werden.

Hans Iseli leitet das Nähcenter Iseli in dritter Generation - sein Grossvater hat das Unternehmen bereits 1907 gegründet. Ganze 117 Jahre ist die Traditionsfirma also schon in Familienbesitz. «Die Vielseitigkeit meiner Tätigkeit als Unternehmer war mir stets eine grosse Freude», erzählt Hans Iseli. «Während mehr als drei Jahrzehnten durfte ich die gesunde Weiterentwicklung der Firma prägen, enorm viel erleben und gemeinsam mit dem Team tolle Erfolge feiern.» So darf und soll es weitergehen! Gemäss dem Motto «Agieren statt reagieren» wollte Hans Iseli rechtzeitig die Übergabe angehen. Nun ist der richtige Zeitpunkt gekommen, und mit Christian und Eveline Gander stehen die idealen Nachfolger in den Startlöchern. Christian Gander kennt das Unternehmen inund auswendig, schliesslich ist er schon seit über 20 Jahren Teil des Nähcenters Iseli. Kontinuität ist ihnen ein wichtiges Anliegen, und so bleibt Hans Iseli der Firma erhalten und auch die Teams der

beiden Geschäftsstellen in Spiez und Thun bleiben praktisch unverändert.

Bleiben wir beim Stichwort Kontinuität: Ein Unternehmen besteht nicht über 100 Jahre, wenn die starken Werte nicht täglich gelebt werden und so zu einer unverwechselbaren Marke wachsen können. Beim Nähcenter Iseli steht Qualität an erster Stelle - das betrifft die Produkte und Dienstleistungen genauso wie die zuvorkommende Kundenberatung. Nähmaschinen von BERNINA garantieren höchste Präzision, Bedienerfreundlichkeit und Nachhaltigkeit. Schon seit der Gründung der weltbekannten Herstellerin für Nähmaschinen ist das Nähcenter Iseli deren zertifizierter Vertreter im Berner Oberland. Bei solch langlebigen Produkten entsteht natürlich eine langjährige Kundenbeziehung, denn eine solche Maschine begleitet einen mehr als 20 Jahre. Zur Kundenbetreuung gehören nicht nur technische Leistungen wie Servicearbeiten und Reparaturen, sondern auch eine umfassende Produktschulung.

«Ich bin seit 22 Jahren Teil des Teams und habe die Werte des Unternehmens aufgesogen.»

Christian Gander

Wer beim Nähcenter Iseli eine Maschine kauft, wird detailliert in das Produkt eingeführt. Diese Unternehmensphilosophie hat das Unternehmen zu dem gemacht, was es heute ist.

Beim Nähcenter Iseli werden aber nicht nur Nähmaschinen verkauft, hier findet man von Stoffen über Fäden bis hin zu Knöpfen alles rund ums Thema Nähen. Und es werden ganz unterschiedliche Zielgruppen bedient. So gehören beispielsweise mehr als 80 Prozent aller Schulen im Berner Oberland und verschiedene Ateliers zum Kundenstamm. Ein wichtiger Wachstumsmarkt ist sicher der Freizeitbereich. Wurde früher zu Hause noch vermehrt aus wirtschaftlichen Gründen genäht, ist es heute für viele zu einem Hobby geworden. In den letzten Jahren haben immer mehr junge Menschen das Nähen als Leidenschaft entdeckt. Diese Entwicklung entspricht einem allgemeinen gesellschaftlichen Trend zur Nachhaltigkeit: Hans Iseli und Christian Gander sind überzeugt: «Die eigene Garderobe selber zu nähen macht richtig Spass. Jedes einzelne Kleidungs-

- Hans Iseli freut sich, die Führung an Christian Gander zu übergeben.
- **2** Die neuen Inhaber: Christian und Eveline Gander.
- **3** Eigenkreationen nähen mithilfe der BERNINA Black Edition.





Sonderangebot

Zu diesem speziellen Anlass gibt es beim Nähcenter Iseli ein limitiertes Sonderangebot: die BERNINA Black Edition mit Deluxe-Ausstattung und vielen Extras im Wert von 2444 Franken für nur 1907 Franken. Der Sonderpreis entspricht somit exakt dem Gründungsjahr der Traditionsfirma.

Alle Infos finden Sie hier:



stück ist ein persönliches Unikat und wird mit Stolz getragen. Solche Lieblingsstücke werden deutlich mehr wertgeschätzt und somit wesentlich länger genutzt. Damit leistet die junge Kundschaft einen wertvollen Beitrag und setzt ein Zeichen gegen die Wegwerfmentalität in der Textilproduktion.» Sind Kleidungsstücke nicht mehr ganz im Trend, werden sie nicht einfach weggeworfen, sondern geflickt oder aufgewertet. Mit den neuen BERNINA-Nähmaschinen bestehen heutzutage ganz neue, faszinierende Möglichkeiten. Dafür steht der Slogan «Made to create» von BERNINA - mit diesen Maschinen kann die Kreativität voll ausgelebt werden. Auch immer mehr Männer greifen zur Nähmaschine. Häufig nähen diese dann eher technisch: Von der Schutzhülle für einen Laptop oder ein Telefon über eine Hängematte bis zur Pla-

che für das Schiff sind hier keine Grenzen gesetzt. Dafür sind die BERNINA-Produkte ideal geeignet, da sie einen extrem starken Motor haben, äusserst robust sind und exakte Nähresultate ermöglichen. Ein Start-up aus Interlaken verwendet sie sogar für Gleitschirme – in einem Bereich also, in dem höchste Präzision gefragt ist.

Auch beim zukünftigen Inhaber und Geschäftsführer Christian Gander hat alles mit dem Hobby Nähen begonnen. Als gelernter Maschinentechniker meldete er sich vor über 20 Jahren beim Nähcenter Iseli auf ein Inserat als Servicetechniker. Seit er das erste Mal eine BERNINA-Maschine geöffnet hat, brennt er für diese Produkte: «Mich treibt es an, immer das Optimale aus der Maschine herauszuholen und die Kundschaft zu unterstützen.» Und man kann sich sicher sein, dass auch mit Christian Gander am

Ruder im Nähcenter Iseli stets die Kundschaft im Zentrum bleiben wird: «Ich bin seit 22 Jahren Teil des Teams und habe die Werte des Unternehmens aufgesogen. Deshalb ist es mir wichtig, dass dieser Weg fortgeführt wird.»

Text: David Heinen Bilder: Luca Däppen





Nähcenter Iseli AG

Schwäbisgasse 4, 3600 Thun Tel. 033 222 51 33 Oberlandstrasse 17, 3700 Spiez Tel. 033 654 34 84 www.naehcenter-iseli.ch

54 ThunMagazin | 6/24 Publireportage 6/24 | ThunMagazin





Michel Marsiglia

DIE 100 BESTEN ITALIENISCHEN RESTAURANTS DER SCHWEIZ 2024/25

Es gibt auf Erden keinen entspannenderen und zugleich reizvolleren Ort als eine wahrhaft echte italienische Restaurantküche. Das weiss niemand besser als Michel Marsiglia mit seinen 20 Jahren Erfahrung in der italienischen Gastronomie. Die Guida Gastronomica Marsiglia trennt die Spreu vom Weizen und zeigt Ihnen, wo Sie gut und authentisch italienisch essen können. Die Guida Gastronomica Marsiglia: Ihr treuer Consigliere für italienische Küche.

Buon Appetito!

© 2024 272 Seiten, 13,5 × 21 cm, broschiert, Softcover Mit zahlreichen Abbildungen. ISBN 978-3-03818-145-3 CHF 39.–



20% RABATT IM WEBSHOP MIT DEM CODE: «HERBST2024».



Jetzt bestellen.

WEBERVERLAG.CH

BESTELLUNG MIT 20% RABATT

Bitte senden Sie mir

Ex. «Die 100 besten italienischen Restaurants der Schweiz 2024/25» zum Preis von je CHF 39.– abzgl. 20% Rabatt ISBN 978-3-03818-145-3 (Preis inkl. Versandkosten)

Talon einsenden an:

Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online oder per Mail: www.weberverlag.ch, mail@weberverlag.ch

Name/Vorname	
Adresse	
PLZ/Ort	
E-Mail	
Datum	Unterschrift



Besuchen Sie uns im Herzen von Thun und geniessen Sie das Herumstöbern und Einkaufen in einem einzigartigen Ambiente. Unsere erfahrenen BuchhändlerInnen und PapeteristInnen beraten Sie gerne. Margrit Wenger präsentiert Ihnen hier ihre persönlichen Buchtipps:

Kochbuch



Das Wesentliche

Autor Rainer Schillings Titel Das Wesentliche Verlag Christian Preis ca. CHF 85.80

Dieses Buch ist mehr als nur eine Sammlung von Rezepten - es ist ein unverzichtbarer Begleiter für alle, die sich für Essen und die 100 wichtigsten Lebensmittel aus der Natur interessieren. Mit einer perfekten Mischung aus Information. Emotion und Funktionalität bietet unser Autorenteam zusammen mit renommierten Köchen und Fachleuten detaillierte Pflanzenporträts, ernährungswissenschaftliche Hintergründe, unbekannte Geschichten und Anekdoten sowie 350 Grundrezepte. Tauchen Sie ein in dieses unterhaltsame, lehrreiche und vor allem bildschön illustrierte Buch. Entdecken Sie die Vielfalt der natürlichen Zutaten und ihre kulinarischen Möglichkeiten. Ein Muss für alle, die ihre Kochkünste auf ein neues Level heben wollen!

Erzählung



Zouberei, Alpwirtschaft und Chlätterschtange

Autor Rudolf Lüscher Titel Zouberei, Alpwirtschaft und Chlätterschtange Verlag Weber Verlag AG Preis ca. CHF 29.-

Rudolf Lüscher, in Bern aufgewachsen und zum Lehrer ausgebildet, findet seine erste Anstellung 1969 in einem kleinen Bergdorf im Diemtigtal, wo er 30 Kinder aller Schulstufen unterrichtet. Als Städter ohne Erfahrung mit dem Leben auf dem Land lernt er viel von seinen Schülern und der Dorfbevölkerung. Das Buch beschreibt die Begegnungen mit originellen Charakteren und skurrilen Situationen. Der Autor schildert die besonderen Lebensbedingungen in den Bergen und die Mentalität der Menschen im Diemtigtal, erzählt von seinen Erlebnissen und lässt die Lesenden in die Welt des damaligen Dorflebens eintauchen. Die warmherzigen Begegnungen machen dieses Buch zu einem unterhaltsamen Zeitzeugnis.

Top 4 Sachbuch

- 1. Altern
- Elke Heidenreich, Verlag Hanser
- 2. Mitte des Lebens
- Barbara Bleisch, Verlag Hanser
- 3. Nexus
- Yuval Noah Harari, Verlag Penguin
- 4. Kindheit
- Oskar Jenni, Verlag Kein & Aber

Top 4 Belletristik

- 1. **Dunkles Wasser**Charlotte Link, Verlag Blanvalet
- 2. Lindt & Sprüngli (Saga 1) Lisa Graf, Verlag Penguin
- 3. Intermezzo
- Sally Rooney, Verlag Claassen
- 4. Powerless Die Flucht

Lauren Roberts, Verlag Penhaligon



Auto Glaus lädt ein: Unvergessliche Autoausstellung mit Rock'n'Roll-Atmosphäre

Unter dem Motto «Einer für alle Fälle» präsentierte das Team eine beeindruckende Auswahl an Fahrzeugen für jeden Bedarf. Die Atmosphäre war ausgelassen, unterstützt von der energiegeladenen Rock'n'Roll-Coverband Mr. & Mrs. Baby, die für beste Unterhaltung sorgte. Besucher konnten nicht nur die neuesten Modelle bestaunen, sondern auch von kompetenter Beratung profitieren. Die Kombination aus Musik, Fahrzeugen und fachkundiger Unterstützung machte die Veranstaltung zu einem unvergesslichen Erlebnis für alle Autoenthusiasten. Text und Bilder: zvg

































Auto Glaus Seftigenstrasse 51, 3662 Seftigen, Tel. 033 356 23 23 info@autoglaus.ch, www.autoglaus.ch

58 ThunMagazin | 6/24



Das raffinierte Geschenk für jeden Geschmack!

Das Team der Rugen «Gnuss-Wält» berät Sie persönlich und stellt Ihren individuellen Geschenkkorb mit Bieren, Whisky, Gin und feinsten Delikatessen zusammen.

Rugenbräu AG, Wagnerenstrasse 40, 3800 Interlaken, Tel. +41 (0)33 826 46 61, rugenbraeu.ch



Als sich das Gehör von Maria zu verändern begann, hatte sie das Gefühl, in Gesprächen nicht mehr sie selbst sein zu können. Da wusste sie, dass es an der Zeit war, ihr Gehör überprüfen zu lassen. Hören bedeutet für jeden etwas anderes. Wenn man wie Maria immer eine gute Zuhörerin war, kann eine Veränderung des Gehörs mehr verändern als nur die Klarheit, mit der man einen Satz hört. Es kann Beziehungen verändern. Unauffällige Mini-Hörgeräte können dafür sorgen, dass Sie all die Dinge, die Sie ausmachen, auch weiterhin tun und geniessen können.

Audika Hörcenter Bälliz 40

Ihren Ohren zuliebe.

Bälliz 40 3600 Thun 033 223 00 31 Audika Hörcenter Ärztezentrum Krankenhausstrasse 14 3672 Oberdiessbach

033 222 67 27

Audika Hörcenter Oberlandstrasse 9 3700 Spiez

033 655 01 33

Audika Hörcenter Aarmühlestrasse 1 3800 Interlaken 033 823 19 56





Neue Geschäftsinhaber beim Beau-Rivage

2022 hat Domenico Zaccaria sein Restaurant Beau-Rivage an Donatello Semeraro und Natale Fava übergeben. Die beiden sind hochmotiviert, das Restaurant im Sinne Domenicos weiterzuführen und weiterhin authentische italienische Küche und Hospitalität zu bieten.

Die Seele erhalten

Seit dem Herbst 2022 ist das Restaurant Beau-Rivage da Domenico an der Aare unter neuer Führung: Donatello Semeraro und Natale Fava sind die neuen Geschäftsinhaber, die den Vorbesitzer Domenico Zaccaria ablösten. Beide haben über 20 Jahre mit Domenico zusammengearbeitet – Donatello als Küchenchef und Natale als Chef de Service – und erfüllen sich nun den Traum des eigenen Restaurants. In einer schwierigen Branche wie der Gastronomie nicht bei null anfangen zu müssen, bedeutet ihnen sehr viel.

Das Hauptanliegen der beiden bei der Übernahme war und bleibt: Das Beau-Rivage im Sinne Domenicos weiterzuführen. «Die Seele des Restaurants soll erhalten bleiben», meint Donatello, der weiterhin als Küchenchef arbeitet. Reibungslos und lückenlos weitermachen, ohne dass die Gäste überhaupt etwas davon merken – das war das Ziel der beiden. Neu ist nur. dass Dienstag

Ruhetag ist. Ansonsten aber wird ‹die ursprüngliche Seele› erhalten.

Authentisches italienisches Ambiente in Thun

Die Seele des Beau-Rivage beschreibt Donatello wie folgt: «Italienische Küche kann man überall haben, aber die Authentizität ist wichtig. Wir wollen voll dahinterstehen können und den Gästen das echte Italien in Thun bieten.» Ob auf der Sonnenterrasse mit Blick auf die Aare oder im Innenbereich des Restaurants - das Mediterrane und die Wärme von Italien sind überall spürbar und geben den Gästen so ein Gefühl wie in den Ferien. Die Authentizität des Restaurants ist in allen Details fassbar - und macht sich auch bezahlt: Der Restaurantführer GaultMillau hat dem Beau-Rivage 2023 13 Punkte vergeben - und diese 2024 und auch bereits für das Jahr 2025 bestätigt. Nicht nur ausgezeichnete Küche, sondern auch hervorragender Service ist den beiden aber

wichtig. Jeder Gast ist einzigartig und soll sich mit all seinen individuellen Wünschen willkommen fühlen. «Wenn die Leute sich dann nach dem Restaurantbesuch für den schönen Abend bedanken, ist das die grösste Motivation und Belohnung», meint Natale. Abschliessend möchten die beiden sich noch bei der Familie Bischoff bedanken, welche sich auf den Wunsch von Domenico, ihnen das Restaurant zu übergeben, eingelassen hat.

Text: Alexandra Widmer Bild: Luca Däppen



Beau-Rivage da Domenico

Hofstettenstrasse 6, 3600 Thun
Tel. 033 221 41 10
ristorante@beau-rivage-thun.ch
www.beau-rivage-thun.ch



Am Silvesterabend heissen wir Sie alle, mit Freunden oder Familie, zum Silvesterball in unserem Panoramasaal willkomme Hier erwartet Sie ein rauschendes Eest mit Live-Tanzmusik des Duos "Sammy & Joe" und einem vier Gänge Menu mit

Freuen Sie sich auf

- Champagnerempfang an Ihrem Tisch 19.15 Uhr Start des Menus mit Vorspeise und Suppe

Tanzen Sie mit uns ins neue Jahr!

– Saalöffnung um 18.30 Uhr

- Grosse Tanzpause mit Tanzmusik der Eden Silvesterband "Sammy & Joe"
- Hauptgang des Menus von Küchenchef Martin Strehle - Grosse Tanzpause mit Tanzmusik der Eden Silvesterband "Sammy & Joe"
- Mitternachtscüpli Stossen Sie mit uns auf das neue Jahr an!

CHF 190 pro Person | Reservation erforderlich

Reservierungen und Informationen

www.eden-spiez.ch | +41 33 655 99 00 | empfang@eden-spiez.ch

Infoveranstaltungen

im Noss Schulzentrum

19:30 Uhr

21. Januar 2025

Donnerstag

□ 13. März 2025

24. April 2025

Mittwoch

□ 21. Mai 2025

Donnerstag

□ 12. Juni 2025



Einladendes Bistro nach umfangreichem Umbau eröffnet

In Uetendorf öffnet die Metzgerei Wölfli nach einem umfangreichen Ausbau die Türen zu einem neuen Bistro und grossem Take-Away-Angebot, mit einem Mittagsangebot, regionalen Produkten und einem einladenden Ambiente - ein Treffpunkt für alle Feinschmecker!



In Uetendorf hat die Metzgerei Wölfli nach einem umfassenden Ausbau neu eröffnet und lädt alle Interessierten herzlich in ihr neu gestaltetes Bistro ein. Seit 13 Jahren steht der Name Wölfli für höchste Qualität und regionalen Genuss - und das spiegelt sich im neuen Angebot wider.

Das Bistro bietet Platz für 20 Gäste drinnen und 20 im Freien, ideal für gesellige Stunden. Jeden Mittag können die Besucher zwischen einem herzhaften Tagesgericht und einem köstlichen vegetarischen Menü wählen. Besonders hervorzuheben ist die vielfältige Auswahl an frisch zubereiteten Suppen und eine breite Palette an Sandwiches,

die mit lokalen Fleisch- und Käsesorten gefüllt sind.

Die Metzgerei legt grossen Wert auf Regionalität: Das Gemüse stammt direkt aus der Umgebung und die Milch- und Käseprodukte kommen von ansässigen Herstellern. Diese Philosophie macht das Essen nicht nur frisch, sondern auch geschmacklich

Die Metzgerei Wölfli ist mehr als nur ein Verkaufsort - sie ist ein Treffpunkt für Geniesser, die die Liebe zur regionalen Küche erleben wollen. Ein Besuch lohnt sich, um sich von der Vielfalt und Qualität überzeugen zu lassen!

Text und Bilder: zva

Bild: In der vielfältigen Auslage mit regionalen Produkten ist für jeden Geschmack etwas dabei.



Dorfmetzgerei Wölfli Dorfstrasse 44 3661 Uetendorf

Tel. 033 345 15 23 michael.woelfli@dorfmetzg-uetendorf.ch www.dorfmetzg-uetendorf.ch

6/24 | ThunMagazin Publireportage





Weniger Online-Shopping, mehr Charme in Thun

Seit mehr als einem halben Jahrhundert hat sich Elektro Grossmann als Fachgeschäft in der Stadt Thun positioniert. Im Unterschied zum Online-Shopping kann man sich im Traditionsbetrieb über die Qualität der Produkte persönlich beraten lassen.

Was 1969 mit den Eltern von Ruth Grossmann an der Marktgasse 17 in Thun begann, hat sich zu einem Thuner Stadtbild etabliert. Wer in der Innenstadt gerne flanieren geht, kennt Elektro Grossmann. Bereits in der zweiten Generation und mit viel Erfahrung bildet das Geschäft die erste Anlaufstelle für Anliegen rund um den Haushalt und Beleuchtung.

Was das Sortiment angehe, habe sich dies seit den letzten Jahren sehr stark verändert, so Ruth Grossmann. Als sie das Geschäft 2002 übernommen habe, wurde die Abteilung für die Installation verkauft und vermehrt auf ein breiteres Sortiment gesetzt. Die wenigen Haushaltsapparate und Leuchtgeräte wurden durch eine Produktauswahl erweitert, wodurch das Unternehmen zu einem Qualitätsgeschäft für Haushalt umgewandelt wurde. Egal, ob man nun Haushaltsartikel im gehobenen Standard sucht oder hochqualitative Messer. Dekorationsartikel oder massive Schneidbretter: Elektro Grossmann steht längst nicht mehr nur für schöne Produkte, die eine Steckdose brauchen.

Es ist ein Geschäft im hochwertigen Bereich und hebt sich von konventionellen Haushaltsgeschäften deutlich ab. Natürlich können auch weiterhin für alle Lampen die verschiedensten Leuchtmittel und Ersatzlampen gekauft werden. Die Nischen werden nun einfach besser abgedeckt, so die Inhaberin. Eine solche Nische sei z.B. das Sortiment der «Le Creuset»-Kochtöpfe oder die «Peugeot»-Pfeffermühlen, die allesamt Qualität im gehobenen Stil verkörpern. Bei der Auswahl der Lampen werde stets auf eine schweizerische oder europäische Produktion geachtet.

Dass die Touristen neben der langjährigen geschätzten Kundschaft einen wichtigen Anteil einnehmen, macht Ruth Grossmann deutlich: «Seit Corona gibt es nun auch wieder vermehrt Schweizer Touristen, die unsere schöne Stadt und unser Geschäft besuchen. Das ist sehr wichtig. Weil wenn man auch weiterhin eine lebendige Innenstadt haben möchte, dann muss man wieder vermehrt in den Geschäften einkaufen gehen und sich vor Ort über die Produkte beraten lassen.»

Text und Bilder: zvg



elektro Grossmann Ihr Fachgeschäft

Elektro Grossmann AG

Marktgasse 17 3600 Thun Tel. 033 222 25 08 info@elektro-grossmann.ch www.elektro-grossmann.ch

Weihnachtsbaum im Topf Vermietung mit Bring-/und Abholdienst



Haben Sie sich schon mal überlegt, wie viele Weihnachtsbäume nach den Festtagen entsorgt werden, in unserer Region und in der ganzen Schweiz? Schade, um all die liebevoll gross gezogenen, grünen Freudenspender. Es gibt jetzt eine wunderbare und ökologisch sinnvolle Alternative: das Mieten eines Weihnachtsbaumes im Topf!

Die Firma Gartenräume Haefeli GmbH liefert Ihnen den von Ihnen gewünschten Baum zu Ihnen nach Hause und holt ihn dort auch wieder ab. Die restliche Zeit des Jahres werden die Bäume fachgerecht gepflegt und wenn Sie dies wünschen, erhalten Sie im folgenden Jahr wieder denselben Baum, er wird sozusagen zum "Familienbaum". Sie können wählen zwischen verschiedenen Grössen und Baumarten, geliefert werden sie mit einem Untersetzer und einer Pflegeanleitung.



Fellerstrasse 4 3604 Thun Tel. 033 557 83 39 www.gartenraeume.ch

Tragen wir Sorge zu unserer Umwelt, setzen wir ein Zeichen!



Raum für Abschied

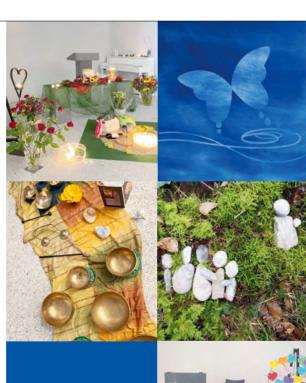
begegnungsquelle.ch
Burgstrasse 14 3600 Thun 033 222 07 07

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

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

Abschied, Trauer, Weiterleben

Thomas Rubin AG Bestattungsdienst bietet umfassende Dienstleistungen für Familien und Angehörige



«Trauer ist die Lösung, nicht das Problem.»





Ein langjähriger Familienbetrieb erhält einen neuen Namen

Mit einem neuen Firmennamen übernimmt Renato Rubi den bekannten Familienbetrieb in der Region Gwatt, der auch weiterhin für persönliche Serviceleistung steht.

Die Garage Rubi in Gwatt hat sich in Garage Rubi Gwatt GmbH umbenannt, um den Übergang zur nächsten Generation zu feiern. Renato Rubi betont, dass Qualität und Flexibilität weiterhin im Fokus stehen. Seit 1982 ist die Garage Rubi ein vertrauenswürdiger Partner für sämtliche Fahrzeugservices. Mit der Umbenennung zur Garage Rubi Gwatt GmbH wird der Generationswechsel eingeleitet. Die bekannten Gesichter des Teams bleiben erhalten,

Unser Angebot

- Reparaturen und Service aller Marken
- Toyota- und Lexus-Spezialist
- «4×4»-Spezialist
- Hillride- & Offroad-Umbauten
- Nutzfahrzeugreparaturen
- Anhänger: Reparaturen, Verkauf, Vermietung
- E-Mobilität

und Renato Rubi, der Sohn von Bruno Rubi, bringt 13 Jahre Erfahrung mit, was das Vertrauen der Kunden stärkt.

Renato Rubi betont die Transparenz der Werkstatt: Kunden können jederzeit einen Blick unter ihr Auto werfen. Das Unternehmen ist gut ausgestattet, um Nutzfahrzeuge bis zu vier Tonnen zu reparieren, und bietet auch Dienstleistungen wie Reifenwechsel, Klimaservice und Wartungsarbeiten für PKWs an.

Besonders bekannt ist die Garage für Wartungen und Umbauten von Toyota-Landcruisern, einen Bereich, für den Renato eine Leidenschaft hat. Er freut sich, sein Hobby zum Beruf gemacht zu haben. Die Garage verfolgt eine persönliche Philosophie und verzichtet auf externe Vertretungen, um den Kunden weiterhin die geschätzte Flexibilität und den persönlichen Service zu bieten.

Text und Bilder: zvg





Garage Rubi Gwatt GmbH

Moosweg 30 3645 Thun/Gwatt Tel. 033 336 69 90 bruno.rubi@bluewin.ch www.garage-rubi.ch







Gasthof Schneehas, Innereriz

Seit dem 01. Dezember 2018 führen Monika Egli und Rolf Kühni den Gasthof Schneehas erfolgreich mit ihrer freundlichen, herzlichen und schon fast familiären Art, die schon weit über das Oberland hinaus bekannt ist.

Spezialitäten sind die Pferde Entrecôte an Zwiebelsauce, das Rinds Entrecôte an Preiselbeersauce, und die Cordon bleu, Schweinsrahmschnitzel, die Panierten Schnitzel, die Schweinsbratwurst nach altem Störmetzger Rezept, sowie die Käseschnitte und die Rösti. Aber auch Vegetarier*Innen finden hier viele Köstlichkeiten. Für alle, die auf Ihrer Wander- oder Velotour eine Unterkunft suchen, finden hier im Gasthof Zimmer und Massenlager.

Der Gasthof Schneehas lädt einige male im Jahr zu Jass Nachmittagen mit Mittagessen, volkstümliche Unterhaltungsabende sowie dem Buurezmorge ein. Am 31. Dezember 2024 lädt der Schneehas mit Voranmeldung zu einer Silvester-Party ein und verwöhnt seine Gäste mit einem Vorspeisebuffet, Salatbuffet, Hauptgangbuffet und Dessertbuffet. Die Gruppe «Mir vom Waldrand» begleitet Sie musikalisch durch den Abend. Das Schneehas Team freut sich auf Sie!



Unterhaltungsabende 2025

So. 26. Jan: Stubete Fr. 23. Febr: Stubete Fr. 25. April: SQ Flexibell

Fr. 30. Mai: Original BEO Ländlers

Fr. 27 Jun: Örgeligiele Fr. 25 Jul: SQ Roteflue Fr. 29. Aug: Familienkape

Fr. 29. Aug: Familienkapelle Gyger
Fr. 26. Sep: SQ Rinderbach
Fr. 31. Okt: SQ Schwandwald
Fr. 28. Nov: Trio Bärglistock
Mi 31. Dez: Grosse Silverster Party

Stubete am Sonntag jeweils von 11:00 bis 16:00 Uhr Beginn Freitag jeweils ab 20:00 Uhr

Schwändli 135 A, 3619 Innereriz 033 453 06 05 info@schneehas-eriz.ch www.schneehas-eriz.ch



Kulinarische Entdeckungsreise im Beluga Beach Pub

Willkommen im Beluga Beach Pub in Reutigen. Seit seiner Eröffnung im Jahr 2003 ist dieses Restaurant ein beliebter Treffpunkt für alle, die gutes Essen und eine einladende Atmosphäre schätzen.

Im Jahr 2022 übernahmen Chalita und Alessio Ciardo das Ruder im Beluga Beach Pub und brachten frischen Wind in die Küche. Hier erwartet die Gäste eine köstliche Vielfalt, die keine Wünsche offen lässt: von italienischen Holzofenpizzas über handgemachte Pastagerichte bis hin zu zarten Fleischspezialitäten. Auch Schweizer Spezialitäten finden ihren Platz auf der Karte, sodass jeder Geschmack auf seine Kosten kommt. Ein besonderes Highlight ist das unwiderstehliche Thai-Buffet, das jeden zweiten Samstag im Monat die Gäste mit asiatischen Aromen verzaubert und ein einmaliges Geschmackserlebnis bietet.

Doch das Beluga Beach Pub bietet nicht nur kulinarische Genüsse, sondern auch musikalische Höhepunkte. Alle zwei Monate verwandelt sich der Raum mit einem Live-Act in eine Bühne voller Energie und Emotionen. Diese Veranstaltungen sind ein absolutes Muss für Musikliebhaber und sorgen für unver-

gessliche Abende. Die Termine für die Live-Acts finden sich bequem auf der Website, wo man auch weitere Informationen zu den Künstlern und dem Programm erhält.

Mit 100 Innenplätzen und einer grosszügigen Gartenterrasse für 100 Gäste ist das Beluga Beach Pub der perfekte Ort für gesellige Abende mit Freunden oder der Familie. Die einladende Atmosphäre und die freundliche Bedienung tragen dazu bei, dass jeder Besuch zu einem besonderen Erlebnis wird. Zudem stehen Parkplätze direkt vor dem Haus zur Verfügung, was den Besuch noch angenehmer macht und für einen stressfreien Abend sorgt.

Besuchen Sie das Beluga Beach Pub und erleben Sie unvergessliche Momente voller Genuss, Musik und guter Laune! Lassen Sie sich von der vielfältigen Speisekarte und den aufregenden Events begeistern – das Beluga-Team freut sich auf Ihren Besuch!

Text und Bilder: zvg





Beluga Thai Restaurant

Simmentalstrasse 106 3645 Gwatt/Zwieselberg Tel. 033 657 01 01 info@beluga-beach-pub.ch www.beluga-beach-pub.ch



BESTELLUNG

Bitte senden Sie mir ____ Ex. «OFFIZIELLES JAHRBUCH SCHWINGEN 2024» zum Preis von je CHF 29.–, ISBN 978-3-03818-588-8 (Preis inkl. Versandkosten)

Bitte senden Sie mir ____ Ex. «OFFIZIELLER SCHWINGERKALENDER 2025» zum Preis von je CHF 25.–, ISBN 978-3-03818-574-1 (Preis exkl. Versandkosten)

Bitte senden Sie mir ____ Ex. «**KOMBIANGEBOT: JAHRBUCH UND KALENDER**» zum Spezialpreis CHF 49.– anstelle von CHF 54.– (Preis exkl. Versandkosten)



Jetzt

Name	Vorname
Strasse	PLZ/Ort
E-Mail	
Datum	Unterschrift

Talon einsenden/faxen an:

Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 3365556 oder bestellen Sie online oder per Mail: www.weberverlag.ch, mail@weberverlag.ch

WEBERVERLAG.CH

Ihr Partner für perfekten Kaffeegenuss

Die Humbel AG bietet ganzjährig Beratung, Verkauf und Service von Kaffeemaschinen in Ihrer Region, inklusive hochwertige Produkte von Thermoplan, Egro Suisse/Rancilio und Kialoa sowie ein breites Sortiment an Haushaltskaffeemaschinen und Zubehör.



Kaffeemaschinen – von Beratung über Verkauf bis hin zum Service in Ihrer Region – wir sind 365 Tage im Jahr für zufriedene Kunden im Einsatz! Unser geringer administrativer Aufwand und die unkomplizierte Auftragsabwicklung machen das Preis-Leistungs-Verhältnis besonders attraktiv. Als unabhängiger Anbieter von Gastro-Maschinen stehen wir zu 100% hinter unseren Produkten.

Die Humbel AG Kaffeemaschinen ist als Werksvertretung von Thermoplan im Kanton Bern tätig. Unsere Partnerschaft mit dem Schweizer Hersteller garantiert, dass 100 % der Maschinen in der

Weihnachtsaktion

Profitieren Sie bis am 24.12.2024 von 20% Rabatt auf Haushaltskaffeemaschinen aller Marken. Innerschweiz entwickelt und 80% der Teile in der Schweiz gefertigt werden. Besonders stolz sind wir auf unsere Kaffeemühlen aus Frutigen – echte Schweizer Produkte.

Zusätzlich sind wir Servicepartner für Egro Suisse/Rancilio und Kialoa mit hochwertigen Rocket- und La-Marzocco-Maschinen. Für den Kaffeegenuss zuhause bieten wir ein breites Sortiment an Haushaltskaffeemaschinen von Siemens sowie Siebträgermaschinen von ECM, Bezerra, Rancilio, Gilda und Rocket.

Regelmässige Weiterbildung ist für uns selbstverständlich und auch bei Baristafragen helfen wir Ihnen weiter. Zu unserem Sortiment gehören ausserdem Heisswassergeräte, Rahmmaschinen, Filterkaffeemaschinen, Wasserfiltersysteme sowie nützliches Zubehör und Reinigungsutensilien.

Text und Bilder: zvg





Humbel AG Kaffeemaschinen

Erlenstrasse 14B 3665 Wattenwil Tel. 033 356 25 85 Fax 033 356 25 75 info@humbel-kaffemaschinen.ch

www.humbel-kaffeemaschinen.ch



Steffisburg, Astrastrasse 20/20 a Uetendorf, Dorfstrasse 27 A, 33 A/B

Seniorenwohnungen mit Dienstleistungen



Wir vermieten an zentraler Lage, Nähe ÖV und Einkauf, seniorengerechte, rollstuhlgängige Wohnungen:

- 2½- bis 3½-Zimmer-Wohnunger
- legeleichte Bodenbeläge in modernem Design
- loderne, offene Küche mit Glaskeramik und Geschirrspüler
- Bad mit begehbarer Dusche und WC
- Grosszügige/r Balkon, Terrasse oder Loggia
- Dienstleistungen durch Prosenia GmbH
- Mittagstisch/Cafeteria an der Dorfstrasse, Uetendorf
- Einkaufs- und Wäscheservice
- Einstellplätze anmietbar
- 24-h-Notruf sowie Vollbrandschutz

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

Wincasa AG. 3011 Bern www.wincasa.ch



Besichtigungen: Tel. 033 345 22 11





www.jenniag.ch

Das Fenster im Oberland

Grienweg 6 / CH-3608 Thun / Telefon: 033 336 22 40 Mail: info@schoenthal-ag.ch / www.schoenthal-ag.ch







Andreas Schwarz Ursina Neuhaus Telefon 033 222 31 02

Hinter der Burg 2 3600 Thun allgemeine-bestattung.ch

Allgemeine Bestattungs AG





60 Jahre Oswald Schriften

Was einst vor 60 Jahren am Aarequai in Thun begann, wird heute in dritter Generation an der Länggasse weitergeführt. In all diesen Jahren konnten wir uns in den Bereichen Werbetechnik, Leuchtwerbung und Metallschriften spezialisieren und stehts weiterentwickeln.

Alles begann mit dem Wunsch von Alfred Oswald Senior sich in die Selbstständigkeit zu wagen. Dieser Schritt entpuppte sich als voller Erfolg. Als sein Sohn Alfred Oswald Junior 1978 in die Firma eintrat, wurde schnell klar, dass ihn die gleiche Motivation antreibt wie sein Vater. Somit war die zweite Generation des Unternehmens gesichert. In der Zwischenzeit wurde der Standort am Aarequai auf Grund von Platzmangel aufgegeben und an die Länggasse 44 verlegt. Schon als kleiner Junge verbrachte Marc Oswald, der Sohn von Alfred Oswald Junior, viel Zeit im Familienunternehmen. Er entschied sich nach seiner Lehre zum Gestalter Werbetechnik EFZ in die Fussstapfen seines Vaters zu treten und die Firma in dritter Generation weiterzuführen. Marc Oswald macht deutlich, wie wertvoll es für ihn sei, ein langjähriges Team im Rücken zu haben, das ihn unterstützt und mit ihm die Wünsche der Kunden optimal umsetzt. Ein gutes Team ist in der heutigen Zeit essenziell.

Uns zeichnet aus, dass wir praktisch alle Kundenwünsche, auch aussergewöhnliche, dank unserer fachlichen Kompetenz umsetzen können. Sei es Fahrzeugbeschriftungen, Möbelstücke folieren, eine moderne Aussenleuchtwerbung oder ein mittels UV-Druck veredeltes Schild. Unser wichtigstes Gut ist die Kommunikation mit unseren Kunden, bei der wir viel Wert auf Qualität und Freundlichkeit legen. Jeder Kunde erhält eine individuelle Beratung zugeschnitten auf seine Wünsche und Visionen. Betritt man unser Unternehmen wird man von Fachpersonen in Empfang genommen, die ihren Beruf leben und sich um Sie und Ihren Auftrag kümmern, so Marc Oswald. Trotz der Modernisierung unserer Branche, findet man bei uns immer noch altbewährte Arbeitsprozesse, die der heutigen Qualität gerecht werden und somit auch ein einzigartiges Knowhow für die Zukunft bieten.

Text und Bilder: zva

1 Firmenfahrzeug, VW Transporter aus dem Jahr 1970. 2 Firmenfahrzeug, VW Crafter heute.





Oswald Schriften AG Länggasse 44 3600 Thun Tel. 033 222 41 12 mail@oswald-schriften.ch www.oswald-schriften.ch

6/24 | ThunMagazin Publireportage

In tiefer Entspannung Belastungen lösen

Ängste, Mobbing, Verletzungen, Wut, Scham, körperliche wie seelische traumatische Erlebnisse sind längst vorbei, doch immer noch tief im Innern in uns abgelegt, und hemmen unsere weitere Entwicklung, Selbstsicherheit und Lebensfreude.

Hypnose kann helfen. Sie behalten immer die Kontrolle.

In angenehmer Entspannung und leichtem hypnotischem Zustand fühlen und erleben Sie den positiv angestrebten Zustand. Bereits nach einer ersten Sitzung sind Veränderungen spürbar. Weitere Sitzungen dienen dazu, das neu Erlebte und Erlernte zu vertiefen und aanz natürlich in den Alltag einzubinden und anzuwenden.

Leichter leben durch Hypnose

Hypnose ist ein entspannter, fokussierter Zustand, eintauchen in eine Reise mit Geschichten voller Metaphern, um so einen inneren Frieden und neue Lebensfreude erfahren zu dürfen.

Text: zvg, Bild: Andrea Abegglen





Doris Aver

Motivationscoach & Hypnosetherapeutin Neuenackerstrasse 19, 3653 Oberhofen Tel. 079 209 32 06

doris.ayer@bluewin.ch, www.doris-ayer.ch

Anzeigen







DANCE! im Museum für Kommunikation

Die Ausstellung DANCE! ist ein Muntermacher für alle - selbst für Tanzmuffel. Warum unser Hirn tanzen will und wie uns das jung hält, das finden Sie in dieser Ausstellung heraus. Ein lustvoller Rundgang mit Wohlfühleffekt.

Bei den einen ist es der Hochzeitstanz. Bei anderen eine lange Nacht im Club oder eine WG-Party, bei der am Schluss alle in der Küche getanzt haben. Ich persönlich erinnere mich sofort an eine Museumsnacht, an der uns ein Rollstuhlfahrer alle schwindlig getanzt hat. Prägende Erinnerungen zum Tanzen haben wir jedenfalls alle!

Umso erstaunlicher ist es, dass wir die positive Energie der rhythmischen Bewegungen nicht öfters nutzen. Diese Erkenntnis stellt sich unweigerlich nach dem Besuch der Ausstellung DANCE! im Museum für Kommunikation in Bern ein. Denn eigentlich ist Tanzen ein idealer Muntermacher - für alle kostenlos und jederzeit zu haben. Gerade wenn wie jetzt gerade - die Welt wieder ein-

Ausstellung DANCE!

bis am 20. Juli 2025 im Museum für Kommunikation Dienstag bis Sonntag, 10 bis 17 Uhr www.mfk.ch

mal Kopf steht und die schlechten Nachrichten kein Ende nehmen. Dann ist diese Ausstellung ein wunderbarer Aufsteller. Die gute Stimmung liegt oft nur ein paar Takte entfernt.

Beschwingt unterwegs

Warum Tanzen so viel positive Energie verbreiten kann, dem geht die Ausstellung DANCE! im Museum für Kommunikation in Bern nach. Der Zugang zum Thema ist spielerisch und unverkrampft. Statt um Bühnentanz geht es um alltägliche Tanzsituationen, die wir alle kennen. Gleich zu Beginn werden selbst Tanzmuffel abgeholt, denn im ersten Raum gilt: Tanzen verboten!

Gar nicht so einfach, muss man feststellen, denn unser Hirn will tanzen! Warum das so ist, welche Songs mich in Bewegung bringen und wie die künstliche Intelligenz tanzt - all das finden Sie auf dem Rundgang heraus. Mit viel Musik, wenig Text und zahlreichen interaktiven Stationen lädt diese Ausstellung dazu ein, die Bewegungsfreude unseres Körpers und die Energie des Tanzens beschwingt zu erkunden.

Einen Besuch empfehlen wir unbedingt, denn Tanzen sorgt nicht nur für gute Stimmung. Die komplexe Koordination zwischen Körper, Hirn und anderen Tanzenden hat sogar einen verjüngenden Effekt. So gehen beim Tanzen schnell Müdiakeit und Stress veraessen ein Wohlfühleffekt stellt sich ein! Tanzen ist wie eine Massage für Gehirn und Körper. Also: DANCE!

Text und Bild: zvg

Museum für Kommunikation Musée de la communication

•••

Museum für Kommunikation Helvetiastrasse 16, 3000 Bern 6 Tel. 031 357 55 55

www.mfk.ch

communication@mfk.ch

ThunMagazin | 6/24 6/24 | ThunMagazin Publireportage

CYCLEPIT VELOSERVICE

BURGSTRASSE 43 3600 THUN +41 76 700 79 39

ERSTE MARKEN UNABHÄNGIGE VELOWERKSTATT IN THUN

JETZT SERVICE BUCHEN



Genuss pur...

Winterwandern Schneeschuhlaufen Schlittschuhlaufen **Panoramarestaurant** Täglich Zmorge/Brunch











Stockhornbahn AG | 3762 Erlenbach i.S. | Tel. 033 681 21 81 | info@stockhorn.ch | stockhorn.ch



Im Lichte der Wahrheit - Gralsbotschaft info@buchvertrieb-gralsbotschaft.ch

Tel.: 041 468 03 80 www.gralsbotschaft.org







Wärme aus Abfall ergibt Fernwärme

Die umweltfreundliche Wärme aus der KVA Thun wird für die Raumheizung und zur Warmwasseraufbereitung genutzt.

Nicht sämtliche Baustellen in Thun sind auf den Bau des Fernwärmenetzes zurückzuführen. Dennoch ist es fast unmöglich, dessen Ausbau in Thun und Uetendorf nicht zu bemerken. Vor nunmehr dreieinhalb Jahren starteten die Bauarbeiten. Die Energie Thun AG und ihre Kund:innen leisten damit einen wichtigen Beitrag zur Umsetzung der Energie- und Klimastrategie der Stadt Thun. Diese und weitere Massnahmen haben dazu beigetragen, dass Thun das Label «Energiestadt Gold» erhalten hat.

Aktueller Stand - Die Hauptleitungen nach Uetendorf, ins Thuner Westquartier und Richtung Neufeld sowie zum Spital Thun sind fast fertiggestellt. Im Gebiet rund um diese Hauptleitungsstränge laufen zugleich Verdichtungsprojekte. Was sinnvoll ist, denn wo die Leitungen verlegt werden, ist der gleichzeitige Aufwand für weitere Beteiligte relativ klein. Potenzielle Kund:innen werden jeweils entsprechend kontaktiert.

Erweiterungsprojekte - Solche werden beispielsweise in der Pestalozzistrasse in Richtung Friedhofweg und Länggasse sowie im Lerchenfeld in der Langestrasse realisiert. Für Anfang 2025 ist die Erweiterung beim Spital Thun im Bereich der Steffisburgstrasse geplant. Auch in Teilen von Strättligen soll ab 2026 mit Fernwärme geheizt werden. Entsprechende Planungen für den Ausbau bis in die Schulstrasse sind gestartet. In Uetendorf sind einige Erweiterungen bereits abgeschlossen. Aktuell erfolgt der Ausbau am Fliederweg.

Machbarkeitsstudien - Weitere Gebiete sollen erschlossen werden. Manche Orte sind für die Fernwärme ab KVA geeignet, beispielsweise Quartiere stadteinwärts in Richtung Frutigenstrasse. In anderen werden Lösungen auf Grundwasserbasis gesucht, wie im Gebiet Schoren.

Zahlen - Der Ausbau lässt sich auch in

Zahlen sehen. Vor einigen Wochen konnten 20 Gigawattstunden (GWh) jährlicher Verbrauch überschritten werden. Heisst, in Uetendorf werden über 50 Liegenschaften oder Überbauungen mit Fernwärme versorgt, in Thun über 40. In 10 bis 15 Jahren soll ein jährlicher Fernwärmeabsatz von rund 36 GWh in diesen Erschliessungsgebieten erreicht werden. Bis heute sind über 12500 Trassenmeter Fernwärmeleitungen verbaut.

Fernwärme ersetzt fossile Heizungen und reduziert damit klimaschädliche CO₂-Emissionen. Im Endausbau werden ungefähr 10000 Tonnen CO₂ pro Jahr eingespart. Herzlichen Dank an die Bevölkerung für ihre Geduld und ihr Verständnis angesichts der notwendigen Bauarbeiten, die erforderlich sind, um diese Einsparungen zu realisieren und gemeinsam einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten.

> Bild: Oculus Video GmbH Text: Energie Thun AG

Infos

Weitere Informationen sowie Bauphasen, Zeitplan und Ausbaugebiete sind unter www.energiethun.ch/fernwaerme



Energie Thun AG Industriestrasse 6

Postfach 733, 3607 Thun Tel. 033 225 22 22 www.energiethun.ch

6/24 | ThunMagazin Publireportage



Kurt Erni

VOM NICHTS ZUM ICH

Mit seiner Geschichte enttabuisiert Kurt Erni das Thema «weibliche Gewalt» und zeigt als Betroffener auf, dass sich Gewalterfahrungen in der Kindheit überwinden lassen können. Seine Mutter misshandelte ihn seit frühstem Alter im Rahmen von sadistischen Bestrafungsaktionen. Die Prophezeiung, aus ihm könne nichts anderes als ein Verbrecher werden, hörte Kurt Erni tausendmal. Als kleiner Junge flüchtete er sich schweigend in eine Traumwelt. Als Jugendlicher fasste er den Entschluss, seinem Schicksal mit eiserner Disziplin zu entkommen. Erfolgreich und gesellschaftlich bestens integriert, erfuhr niemand in seinem Umfeld vom erlittenen Martyrium. Erst nach einem schweren Nervenzusammenbruch konnte er das Unsägliche zum ersten Mal formulieren und aus der Sicht des Erwachsenen analysieren.

> 160 Seiten, 14 × 21 cm, gebunden, Hardcover ISBN 978-3-03818-592-5 CHF 29.-



20% RABATT IM WEBSHOP MIT DEM CODE: «HERBST2024».



Jetzt bestellen.

WEBERVERLAG.CH

BESTELLUNG MIT 20% RABATT

Bitte senden Sie mir

___ Ex. «Vom Nichts zum Ich» zum Preis von je CHF 29.- abzgl. 20% Rabatt ISBN 978-3-03818-592-5 (Preis inkl. Versandkosten)

Talon einsenden an:

Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun/Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online oder per Mail: www.weberverlag.ch, mail@weberverlag.ch

Name/ vorname	
Adresse	
DI 7 (O)	
PLZ/Ort	
E 84 1	
E-Mail	
D .	11 . 1 . 6
Datum	Unterschrift

Kalte Jahreszeit? Clever heizen!

Ob Eigentümer:in oder Mieter:in: Alle können aufs Heizen und somit auf den Energieverbrauch und die Kosten Einfluss nehmen.



Die Heizsaison hat begonnen und es empfiehlt sich, die Thermostatventile der Heizkörper auf deren Einstellung und Funktion zu überprüfen, wenn dies nicht bereits geschehen ist.

Im Schlafzimmer sollte das generelle Herunterdrehen des Thermostats -Stufe 2 bedeutet 17 Grad - dem nächtlich gekippten Fenster vorgezogen werden. Warum? Bei dauernder Kippfensterstellung entweicht ständig Wärme und die Heizung muss viel

unter www.bfe.admin.ch/publikationen

- www.energieschweiz.ch/heizungssysteme

(Suchbegriffe z.B. Heizkurve oder Thermostatventil)

- Merkblätter zur Ventilüberprüfung, Entlüftung und Heizkurven

Mehr Informationen

mehr Energie verbrauchen, um die eingestellte Temperatur zu erreichen. Generell eignet sich kurzes Stosslüften deutlich besser. Weitere einfach umzusetzende Massnahmen sind das Schliessen von Türen zu kühleren Räumen, das Herunterlassen der Storen oder die Heizkörper nicht mit Möbeln oder Vorhängen zu verdecken. Nicht zu vergessen ist das «Hausmittel» namens Pullover - man muss nicht ganzjährig T-Shirts tragen...

Hauseigentümer haben weitere Möglichkeiten. Sie sollten ein Auge auf die Dämmung sämtlicher Heiz- und Warmwasserleitungen sowie auf den raschen Ersatz von beschädigter Dämmung haben. Ansonsten verpufft wertvolle Energie ohne Nutzen.

Zudem lassen sich die Heizungseinstellungen optimieren. Zum einen mittels Heizgrenze, die definiert, ab welcher Aussentemperatur sich die Heizung ein- beziehungsweise ausschalten soll. Zum andern mittels Heizkurve, welche den Zusammenhang zwischen Aussentemperatur und Heizungs-Vorlauftemperatur beschreibt. Die Vorlauftemperatur ist die Temperatur des den Heizkörpern oder der Fussbodenheizung zugeführten Wassers. Heizungssystem, Gebäudeart und Alter sowie die Gebäudedämmung haben Einfluss auf die Einstellungen der Heizarenze und der Heizkurve. Periodisches Prüfen und Einstellen Johnt sich.

→ Erste Hilfe sowie zahlreiche weitere Informationen und Tipps bietet unter anderem EnergieSchweiz mit diversen Merkblättern. Auch die Regionale Energieberatung steht für Auskünfte gerne zur Verfügung.

> Text: Regionale Energieberatung Rild: Zweiwea





Regionale Energieberatung

Industriestrasse 6, 3607 Thun Tel. 033 225 22 90

info@regionale-energieberatung.ch www.regionale-energieberatung.ch

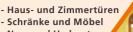


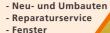












- Küchen











Garage Rubi Gwatt GmbH

schreinerei

GARAGE RUBI GWATT

3645 Thun-Gwatt Telefon 033 336 69 90

Moosweg 30 www.garage-rubi.ch



3645 Thun-Gwatt Moosweg 30 Telefon 033 336 69 90 www.garage-rubi.ch







Rettungsorganisation des SRK +

Menschen und Hunde

Auf der Suche nach Verschütteten

redog/spenden.ch IBAN CH52 0079 0016 5943 6490 1



Die Stimme der **Naturheilkunde**

Alles über Gesundheit, Ernährung, Naturheilkunde und Pflanzenheilkunde

www.natuerlich-online.ch



Jetzt abonnieren und attraktive Abogeschenke erhalten



natürlich

Bewusst gesund leben

Abk.:	T											Flüssig-			
Refor- mierte				Res	such	an Si	e iine	auf	dem A	dve	nte	kristall- anzeige	-		
									Novem			(Abk.)	nur, aus-		p.c. 1
-		$\binom{5}{5}$							Imend			wert- volle Holzart	schliess- lich, speziell		nach innen gewölbt
eunte onstufe		ugs. ab- wertend: Lang- samkeit		Page 1		Ho	scl	hi				•	V		V
Abk.: limited	>	Y	<u></u>		-			Bec	k /		П	Welt- hilfs- sprache	-		
ounter Papagei	>				1	P	Y	1	05			Erb- faktor	-		
Anrede ital. Geist- licher	>							Für Ihre tä				P			
>				ľ								Gemein- de im Simmen- tal (BE)		Ziererei	
Teil des Gartens	Näh- mittel		Hautfalte am Auge	е					Insera 23.12		4	Abk.: Schweiz. Gewerbe- verband	-	\	3
Styling- produkt für Haare	-		•			Leb	kuch	en gr				zweiter griech. Buch- stabe	Berg der Albula- Alpen: Piz d'		frz.: Freund
ab. ärchen- gur Baba)									Thun ck.ch			•	•	6	V
Vortrag	-			•	span. Artikel	•	Zeichen für Ru- thenium	•	Abk.: Verhand- lungs- basis	•	Autokenn- zeichen Kt. Neu- enburg	Zucker- rohr- schnaps	-		
leichen ür Nickel	-		dummer Streich	-						4					s1617-4
															51017-4
as Lö	sungs\	wort la	6							Ausg	jabe. Talo	on einser			
Wert			schein m Hoschi	Beck	Esther	Künzi, Th	ler letzter nun wer, Faul		oe sind:	Gwat per E	ttstrasse -Mail an	144, 364 wettbew	uzworträ 15 Gwatt verb@we . Januar 2	oder berverlag	g.ch.
ırausza	ıhlung de	es Gewini	nes ist nic ausgeschl		(je eine	Geschei	nkkarte ir on Swissb	n Wert			/Vorname		. 34.7441		
o Haus die Ve	halt kom rlosung. I	mt nur ei	ne Antwo Wettbev	rt			herzlich! AG, Thun/			Adres	se				
	ngswort		90.0							PLZ, C	Ort				
SIIAL	IAGE												6/24	ThunMaga	zin

Initialen d. Schau-spielerin Monroe †

Nordost-

wind im Mittellan

Abk.: Mittel-

alter

KREUZWORTRÄTSEI

engl. Bier-sorte

Schilf, Röhrich

Verlust,

Defekt

D

Pass zwi-schen Was-sen u. In-Oktober

ärmel-loses,

knappe: Oberteil

Ausdruck

Addition

Walliser Weiss-

Zelt nord-amerik Völker

Atomart

eines chem. Elements

Abk.: Par-

lam. Unter-suchungs-

dung

Fleisch-

vogel

Auto-kenn-zeichen Polen

Auto Sport Schweiz

Ziga-retten-

HoschiBeck

Tel. 033 336 36 80

Laut

der Kuh

Werk-

zeug

1	2	3	4	5	6

Da







Veranstaltungen November bis März

Veranstaltungen

Herbstlese

Sa, 23.11., Frachtraum Der Herbstevent der Literaare. www.literaare.ch

Öffentliche Stadtführung Thun Adventsbummel

Mi, 27.11., Welcome-Center am Bahnhof, 19.30 Uhr www.thunersee.ch

Thun preist die Kultur

Do, 28.11., KKThun, 20 Uhr Verleihung der Kulturpreise mit Darbietungen der Gewinnerinnen und Gewinner, www.kkthun.ch

Zauberlaterne

Sa, 30.11., Kino Rex, 10.30 Uhr Der Filmklub für 6- bis 12-Jährige. www.lanterne-magique.org

Cantonale Berne Jura 2024/2025

Ab 19.12. bis 16.3., Kunstmuseum www.kunstmuseumthun.ch

Honky Tonk Festival

Sa, 7.12., verschiedene Orte ab 19.30 Uhr Das Kneipenfestival. www.honkytonkthun.ch

Chlouse-Schwümme

So, 8.12. > Mühleplatz www.thun.ch/advent

It's Christmas Time

Fr, 13.12., KKThun, 19.30 Uhr Christoph Walter Orchestra und Luca Hänni. www.kkthun.ch

Lichtnacht auf dem Schlossberg Sa. 14.12.

www.thun.ch/advent

Timmermahn & Oberholzer

Mi, 18.12., Café Bar Mokka, 19 Uhr Bärnerplatte - das feierliche Weihnachtsspecial. www.mokka.ch

The Sparklettes

Di, 31.12., Theater Alte Oele, 20 Uhr Mir Froue heis luschtig. www.alteoele.ch

Mokka Silvester Gala

Di, 31.12., Café Bar Mokka Die legendäre Party auf vier Stockwerken. www.mokka.ch

Neujahrskonzert 2025

Mi, 1.1., KKThun, 15 und 19 Uhr www.neujahrskonzerte-thun.ch

Romeo und Julia auf dem Dorfe

Do, 13.2., KKThun, 19.30 Uhr www.theaterinthun.ch

Märkte

Wochenmarkt

Jeden Mittwoch und Samstag, Bälliz

Frischproduktemarkt

Jeden Samstag, Rathausplatz

Monatsmarkt

Mi, 11.12., 8.1. und 12.2., Bälliz

Handwerkermarkt

Sa, 23.11. und 22.2., Mühlebrücke

Adventsmarkt

Sa, 30.11., Bälliz und Altstadt

Weihnachtsmarkt

Fr. 6.12. bis Mo. 23.12. www.thuner-weihnachtsmarkt.ch

Sport

Schlittschuhlaufen im Mondschein

Kunsteisbahn, jeden zweiten Freitag im Monat, 19.30 Uhr www.thun.ch

KBJV Judo & Ju-Jitsu Day

So. 24.11., 12 Uhr, Sporthalle Gotthelf www.kbjv.ch

Rollhockey Berner Cup mit Finalspielen

Sa, 11.1. und So, 12.1. mit dem SC Thunerstern, MUR-Halle www.thunerstern.ch

UBS Kids Cup

So, 19.1., UBS Kids Cup Team Thun Lachenstadion www.fun-and-run.ch

Thunerseecup 2025

Sa, 25.1., Schulhandball-Turnier, Sporthalle Gotthelf und Lachen www.handball.ch

Politik

Stadtratssitzung

Do, 21.11. und 20.12., Rathaus 17.15 Uhr www.thun.ch/sitzung

Stand: 4. November 2024





Der Weihnachtsmarkt-Geheimtipp mit Wow-Effekt!

«WINTERHEART-INTERLAKEN» ist der brandneue Hotspot der Adventszeit! Nebst dem grossen erlesenen Aussteller-Angebot, heissem Glühwein und leckeren Köstlichkeiten erwartet dich ein unschlagbares Rahmenprogramm. Freu dich auf Comedy-Shows, ein zauberhaftes Märchentheater für die ganze Familie und bestaune täglich The Real Flying Santa, der für leuchtende Augen sorgt. Inmitten der verschneiten Bergkulisse erlebst du hier eine Weihnachtswelt, die überraschend und unvergesslich ist!

29.11.2024 bis 22.12.2024

Mo - Mi: 16H00 - 21H00 Do - So: 11H00 - 22H00

Winterheart-Interlaken Light Art Exhibition Interlaken 29.11.2024 bis 02.03.2025

winterheart-interlaken.ch

do-it-yourself Spots Santa Fun Run Santa's Post Office

The Real Flying Santa

Mix aus bis zu 50 Ausstellern aus der ganzen Schweiz

Erlebe echtes Schweizer Flair in aemütlichem Ambiente



Book your table @Lunchgate

Light Art Exhibition





14.02. - 17.02.2025

Hier kommt jeder auf seine Lachkosten! Egal ob Comedy-Profi oder Gelegenheitslacher, ob jung oder alt, wir sorgen dafür, dass für jeden Geschmack der richtige Knaller mit dabei ist.

www.interlachen.ch



FRIEDEN



Wir bringen die Uhren- und Schmucktrends nach Thun























QLOCKTW0°

FRIEDEN

M MEISTER

GELLNER