



# Umbauen -

# Reno

## peterkeramik

Keramik & Ofenbau

peterkeramik GmbH • Kärselen 108 • 3635 Uebeschi • T+41 (0)33 343 05 00 • info@peterkeramik.ch

Ein Ofen ganz nach Ihren Bedürfnissen angefertigt, ein Terrassenboden zum Verschönern Ihres Aussenbereiches oder ein wunderschönes Badezimmer. Ob für INNEN oder AUSSEN, wir finden für ALLES eine optimale Lösung. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.



www.peterkeramik.ch

INDERMÜHLE: MÖBEL, INNENAUSBAU.

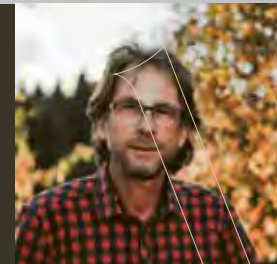


z. B. Türen, Schränke, Küchen, Umbauten, Reparaturen.

INDERMÜHLE INNENAUSBAU AG  
3633 AMSOLDINGEN  
Tel. 033 341 11 57  
info@indermuehle-innenausbau.ch

ANTONIETTI  
Bauplanung

033 345 33 05  
antonietti-bauplanung.ch  
Falkenweg 7, 3634 Thierachern



Von der sanften Renovation bis zu einer Komplettsanierung ihrer Liegenschaft begleite ich Sie gerne als erfahrener Fachmann für Umbauprojekte und Innenarchitektur.



Ferien zu Hause!

Kassettensmarkise TENDABOX BX3000

Buchen Sie jetzt Ihren persönlichen Beratungstermin bei Ihrem Sonnen- und Wetterschutzspezialisten!



RINGLER + STRAHM  
STORENBAU AG  
CH - 3634 Thierachern  
Tel 033 / 345 22 55  
www.ringler-strahm.ch

GOLD PARTNER

# vieren

# PRU

## Rufener Holzbau AG

Zimmerei · Innenausbau  
Planung · Treppen · Türen



Chumm 24 · 3635 Uebeschi  
079 390 79 35  
www.rufenerholzbau.ch



Danny Marks  
Plättli und mehr...

Keramische Wand- und Bodenbeläge  
Naturstein- und Mosaikverlegung  
Siliconarbeiten  
Gipser- und Maurerarbeiten

Stockentalstrasse 16  
3638 Blumenstein  
Telefon 078 899 08 97  
danny@plaettlidanny.ch  
www.plaettlidanny.ch

**f e u z**  
innenausbau  
Thunstrasse 9  
3638 Blumenstein  
Tel. 033 437 41 34

## Zmorge-Zmittag

Sonntag, 12. März 2023

9.00 bis 13.00 Uhr

im Mehrzweckgebäude Forst-Längenbühl

Wie gewohnt mit Hamme, Aufschnitt, Rösti, Eier,  
Käse, Joghurt, Brot und Züpfle

Unterhaltung mit den Edelweiss Örgeler

Preis:

Erwachsene Fr. 20.–  
schulpflichtige Kinder Fr. 10.–  
nicht schulpflichtige Kinder gratis



### Fusspflege (Frauenverein)

Do, 9. März und 11. Mai, Pavillon Badstrasse Blumenstein.  
Kosten: CHF 55.– (AHV/IV: CHF 50.–). Anmelden/Infos: Marianne Häusler, 033 356 24 91.

### Frauenarbeitskreis

Jeden Mo, 13.30–16.30 Uhr, Pfarrhaus. Alle sind herzlich dazu eingeladen, die gerne in Gesellschaft stricken. Ob für sich oder für ein Hilfswerk, das spielt keine Rolle.

### Krabbeltreff (Familienverein)

Wir treffen uns jeweils am zweiten Di im Monat um 9.30 Uhr auf dem Spielplatz beim Schulhaus zum Krabbeln. Im Winter und bei schlechtem Wetter wird der Ort per Whatsapp/Thema-Gruppe mitgeteilt. Auskunft/Aufnahme in die Gruppe: Bettina Zimmermann, 079 295 06 82.

### Fahrdienst Schweizerisches Rotes Kreuz Oberland

SRK Kanton Bern, Region Oberland, Länggasse 2, 3600 Thun, 033 225 00 82, fahrdienst-oberland@srk-bern.ch. Mo-Do, 8–11.30 und 13.30–15.30 Uhr; Fr, 8–11.30 Uhr.

## FORST-LÄNGENBÜHL

### Frauenverein Forst-Längenbühl

#### Fusspflege

13. April  
8. Juni  
7. September  
2. November

Anmeldung/Auskunft: Kathrin Hadorn, 033 356 31 56.

#### Zmorge-Zmittag

So, 12. März, MZG Forst-Längenbühl. Unterhaltung mit den Edelweiss Örgeler. Preis: Erwachsene CHF 20.–, schulpflichtige Kinder CHF 10.–.

#### 3. Floh- und Hobbymärit

Sa, 25. März, MZG Forst-Längenbühl. Neu mit Kaffi-Egge. Tische können reserviert werden über Sandra Heldner, 079 452 17 71, frauenverein.forst-laengenbuehl@bluewin.ch. Es hat noch wenige Tische frei.

## STOCKEN-HÖFEN

### Musikgesellschaft Höfen

#### Hauptversammlung

An der Hauptversammlung vom 26. Januar konnte die Präsidentin, Marianne Reber, die aktiven Bläser begrüßen. Das Protokoll der letzten Hauptversammlung und die detaillierte Jahresrechnung wurden einstimmig genehmigt. Marianne Reber blickte in ihrem Jahresbericht noch einmal auf das verflossene Vereinsjahr zurück, welches wieder in die Normalität zurück-

gefunden hat. Die musikalische Zukunft der MG Höfen ist mit den 10 in der Ausbildung stehenden Kids gesichert. Erfreut war sie über den Erfolg der kurzfristig geplanten und durchgeführten Veranstaltungen. Der Oberländische Veteranentag und der Unterhaltungsabend vom 11. Juni 2022 waren zwei erfolgreiche Anlässe. An der DV BKMV im Casino Bern wurden Franz Ruchti und Fritz Zybach für 50 Aktivjahre zu Kantonalen Ehrenveteranen ernannt. Am Abend waren wir zu einer vereinsinternen Feier eingeladen. Besten Dank!

Der Weihnachtsmarkt Stocken vom 26. November und das Adventskonzert vom 18. Dezember in der Kirche Amsoldingen zusammen mit dem Jodelklub Echo vom Rotbach-Hellbühl wurden ebenfalls verdankt.

Das Jahresprogramm wurde wie vorgeschlagen genehmigt. Die wichtigsten Daten: Sa, 11. März, Suppen-Tag der MG Höfen mit Suppenausschank ab 11 Uhr; Fr, 17./Sa, 18./So, 19. März, Konzert und Theater in der Mehrzweckhalle Höfen; Sa, 10./So, 11. Juni, Oberländische Musiktage in Zweisimmen; Sa 25. November, Suppen-Tag der MG Höfen mit Suppenausschank ab 11 Uhr; Sa, 2. Dezember, Weihnachtsmarkt in Oberstocken; So, 17. Dezember, Adventskonzert in der Kirche Amsoldingen.

Mit einem Dankeschön und den guten Wünschen für das 2023 schloss die Präsidentin die Hauptversammlung.

## «Freizeit-Leser sind dabei»

## Kirchenkonzerte

Samstag, 29. April, 20.15 Uhr  
Reformierte Kirche Amsoldingen

Sonntag, 30. April, 17.00 Uhr  
Reformierte Kirche Merligen

Jodlerchörli Bärgarve  
Flötengruppe Blumenstein



## 3. Turnhallen Floh- und Hobbymärit

Samstag, 25. März 2023  
9.00 bis 16.00 Uhr  
Turnhalle Forst-Längenbühl  
Neu: Kaffi-Egge mit Verpflegung

# Wirkshops

im Schulhaus Pohlern



**Edelsteinschmuck**  
Kreiere Dein persönliches Schmuckstück.

**Salbenrühren leicht gemacht**  
Stelle Salben aus natürlichen Zutaten selber her.

**Meditatives Malen**  
Eintauchen und fließen lassen.

**Frauenpower**  
Freies Tanzen. 5 Rhythmen @ Wave

**Herstellen von Parfüm oder Raumspray**  
Komponiere mit natürlichen Essenzen Deinen individuellen Duft.



079 335 93 19 • praxis@desireelang.ch • desireelang.ch

# www.heilpflanzenwerkstatt.ch



**Wildpflanzenspaziergänge**  
27.04.2023 19:00 in Thierachern  
02.05.2023 19:00 in Uebeschi  
08.05.2023 19:00 in Spiez  
01.06.2023 19:00 in Belp  
12.06.2023 19:00 in Zäziwil

**Wildpflanzenwanderungen**  
10.06.2023 9:00 Gasterntal  
18.06.2023 9:00 Iffigenalp  
24.06.2023 9:00 Stockhorn

**Wildpflanzenwochenende**  
30.06.- 02.07.2023 in Wengen

**Wildpflanzenkochkurs**  
23.4.2023 9:00 in Thierachern

**Infos und Anmeldung unter [www.heilpflanzenwerkstatt.ch](http://www.heilpflanzenwerkstatt.ch)**  
Sandra Breu-Oberli Thierachern 077 406 95 18

## THIERACHERN

**Frauenverein Thierachern**  
[www.frauenverein-thierachern.ch](http://www.frauenverein-thierachern.ch)  
Instagram: [frauenverein\\_thierachern](https://www.instagram.com/frauenverein_thierachern)

**Info**  
Aktuelle Anlässe, welche stattfinden, werden über unsere Kanäle kurzfristig publiziert: Instagram oder auf unserer Homepage, Freizeit, Glütschbachpost.

**Wir stehen für Dich Spalier...**  
Möchtest Du Dich gerne in einem Vorstand engagieren?  
Möchtest Du die Menschen im Dorf kennenlernen?  
Möchtest Du gemeinnützig tätig sein und mithelfen, das Dorf leben aktiv mitzugestalten?  
Dann suchen wir genau Dich!  
Wir würden uns sehr freuen, ab sofort ein bis zwei neue Vorstandsfrauen in unseren Reihen begrüssen zu dürfen. Melde Dich bei der Präsidentin oder einer anderen Vorstandsfrau und schnuppere ein bisschen moderne Frauenvereinsluft!  
Pascale Schaefer, 033 221 09 7, [pascale.schaefer@hispeed.ch](mailto:pascale.schaefer@hispeed.ch).

**Zmorge für Alle**  
Mi, 8. März, 9 Uhr, Pfruenschür Thierachern. **Vortrag:** Generationentandem. **Anmeldung/Infos** bis Mi, 1. März: Pascale Schaefer, 033 221 09 71, [pascale.schaefer@hispeed.ch](mailto:pascale.schaefer@hispeed.ch).

**Kinderkleider- und Spielsachenbörse**  
Do, 16. März, Pfruenschür Thierachern.  
**Annahme:** 9–10.30 Uhr. **Verkauf:** 15–18.30 Uhr. **Abrechnung/Rücknahme:** Fr, 17. März, 11.15–11.45 Uhr.  
Die Artikel müssen mit einer Etikette angeschrieben sein. **Auskunft/Kundennummer:** Romina Schneider, 079 269 14 42, [schneider.romina@gmx.ch](mailto:schneider.romina@gmx.ch).

**Kartengestaltung**  
Lass deiner Kreativität freien Lauf und gestalte bei Romina deine eigenen 5 Karten.  
Fr, 31. März, 19.30–21.30 Uhr, bei Romina Schneider, Blumensteinstrasse 18G, Thierachern. **Kurskosten:** CHF 40.– (Nichtmitglieder CHF 45.–). **Anmeldung:** Fabienne Weibel, 079 396 46 18, [fabi.weibel@gmx.ch](mailto:fabi.weibel@gmx.ch)

**Witfrauen und Witwer-Kaffee**  
Gemütliches Beisammen sein, Kaffee und Kuchen geniessen!  
Di, 11. April, 14–16 Uhr, Pfruenschür Thierachern. Ohne Anmeldung. Es werden keine Einladungen verschickt!  
**Infos:** Christine Haldimann, 033 345 33 80.

**Make-up Kurs**  
Sa, 29. April, 13 Uhr, Coiffeur Bianco & Nero, Schadaustr. 30, Thun. **Kurskosten:** CHF 70.– (Nichtmitglieder CHF 75.–) inkl. Schminkepinselset. **Anmeldung und Infos:** Fabienne Weibel, 079 396 46 18 oder [fabi.weibel@gmx.ch](mailto:fabi.weibel@gmx.ch)

**Vereinsreise**  
Der Frauenverein Uebeschi und der Frauenverein Thierachern gehen zusammen auf Reisen! Wir tauchen ein in die wunderbare Welt der Käseveredelung! Wir besuchen die Kaltbach-Höhlen (Käselager von Emmi). Führung ca. 1 Stunde. Am Nachmittag Halt in Dürrenroth: Gartenfenster Wohn- und Gartenboutique oder ein Zvieri im Bären Dürrenroth. Je nach Teilnehmerzahl sind auch Männer willkommen!  
Di, 2. Mai. **Abfahrt:** Uebeschi Gemeindehausplatz 7.30 Uhr, mit Halt an allen STI-Haltestellen bis Thierachern Brügg.  
**Kosten:** je nach Teilnehmerzahl alles inkl. ca. CHF 70.–.  
**Anmeldung** bis Mo, 24. April: Lineli Wenger, 033 345 23 73.  
Wir freuen uns auf eine gemütliche Vereinsreise.

**«Freizeit-Leser sind interessiert»**

### Dauerangebote

**Traditionelles Hatha-Yoga**  
Ein geschmeidiger Start in die Woche. Bewegung macht glücklich und in der Ruhe liegt die Kraft: Yoga vereint beides und verbindet Körper und Geist. Die Yoga-Lektionen für Frauen und Männer sind jeweils am Mo Morgen, 90 Minuten, 9–10.30 Uhr, Pfruenschür Thierachern. Einstieg jeder Zeit möglich! Der Unterricht berücksichtigt sorgfältig individuelle körperliche Möglichkeiten. **Anmeldung/Auskunft:** Verena Otz, 078 947 09 66. **Kosten:** 10er Abo CHF 220.– (drei Monate Gültigkeit); Einzellektion: CHF 25.–. Bis Ende März Reduktion auf eine Probelektion. **Mitbringen:** bequeme Kleidung, rutschfeste Yogamatte und Decke.

**Meine Zeit – Achtsamkeitstraining**  
Durch gezielte Atemübungen, diverse Entspannungstechniken, Meditationen, Mobilisation, Stretching wie auch Bewegung erweiterst du deine eigene Körperwahrnehmung. Mit Hilfe dieser vielen «Werkzeuge» lernst du wieder den bewussteren Umgang mit dir selbst. Bei stressigen Situationen und lästigen Endlosschleifen im Kopf, bei Schlaflosigkeit oder Schmerz findest du schneller wieder zurück in deine innere Mitte, zu dir selbst.  
**Daten:** Di Abend, 19.30–20.45 Uhr, Pfruenschür (ausgenommen Schulfest). **Auskunft und Anmeldung:** Janine Fahrni, 079 620 81 20, [j.fahrni@gmx.ch](mailto:j.fahrni@gmx.ch), [www.ichbinbilder.ch](http://www.ichbinbilder.ch).

**Fusspflege**  
**Daten:** Mi, 5. April; Do, 6. April; Mi, 3. Mai; Fr, 5. Mai; Mi, 31. Mai; Fr, 2. Juni; Pfruenschür.  
**Anmeldung:** Mind. zwei Tage im Voraus, Margrit Küng, 033 657 25 74. **Kosten:** CHF 62.–/Behandlung.

**Hatha Yoga in Thierachern**  
Yoga ist Bewegung und Kräftigung des Körpers (Asana), ist kraftvolles Atmen und Fluss der Lebensenergie (Pranayama), ist Innehalten in der Entspannung (Shavasana) und Meditation

(Dhyana). Yoga ist Eins sein mit sich und streichelt die Seele. Schöpfe neue Kraft für deinen Alltag und steigere deine Lebensqualität. Yoga ist Zeit für dich.  
**Kursbeginn:** Der Kurs ist fortlaufend. Zurzeit besteht eine Warteliste. Probestunde auf Anfrage möglich. Dieser Yoga-Kurs richtet sich an alle, die sich gerne und bewusst bewegen möchten. Für Anfänger und Fortgeschrittene. Kein Unterricht während den Schulferien.

**Daten:** Do, 8.30–9.45 Uhr, Pfruenschür Thierachern, Raum im Dachgeschoss. **Mitbringen:** Eigene Yogamatte, bequeme Kleidung, Socken. **Kosten:** CHF 250.– (10er Abo, vier Monate gültig), CHF 280.– (10er Abo, sechs Monate gültig), CHF 22.–/Lektion im Quartalsabo, CHF 21.–/Lektion im Semesterabo, CHF 20.–/Lektion im Jahresabo.  
**Anmeldung/Auskunft:** Nathalie Studer, Yogatrainerin Lotos, 079 357 12 84, [nathalie.studer@bluemail.ch](mailto:nathalie.studer@bluemail.ch).

**Spieltreff, 0–4 Jahre**  
Wir suchen neue TeilnehmerInnen. Alle interessierten Mütter und Väter, welche neue Bekanntschaften im Dorf machen möchten, sind mit ihren Kindern herzlich willkommen.  
**Daten:** Jeden Mo (ausgenommen Schulfest), 9.30–11 Uhr, Pfruenschür. **Auskunft:** Angela Beyeler, 078 676 68 98.



# Marco Maurer

**Keramische Wand- und Bodenbeläge**  
Niesenstrasse 2, 3634 Thierachern  
079 292 15 36 [maurermarco@gmx.ch](mailto:maurermarco@gmx.ch)  
[www.marcos-plattenboeden.weebly.com](http://www.marcos-plattenboeden.weebly.com)

# «Büecher us dr Region»

**700 Jahre Eriz – die östlichste Gemeinde im Zulgtal als Bindeglied zwischen Emmental und Berner Oberland**  
Christian Aeschlimann, Eriz  
208 Seiten, farbig  
Format 297 x 210 mm

**Das «Glockenthal» – vom Armenasyl zum Alterswohnen**  
Therese Kohli, Steffisburg  
176 Seiten, farbig  
Format 148 x 210 mm

**Ludwig Adam Kelterborn – ein Künstlerleben**  
Hans Kelterborn, Thun  
248 Seiten, farbig  
Format 225 x 270 mm

Obenstehende drei Bücher wurden bei uns in jüngster Zeit von A–Z produziert und im Eigenverlag herausgegeben – **100% Swiss made in Steffisburg!**  
Die drei Werke können bei uns am Empfang bezogen werden.



Bahnhofstrasse 25 · 3612 Steffisburg  
Telefon 033 439 30 40 · [info@gerberdruck.ch](mailto:info@gerberdruck.ch) · [www.gerberdruck.ch](http://www.gerberdruck.ch)

### KITA Glütschbach

[www.kita-gluetschbach.ch](http://www.kita-gluetschbach.ch)

**Unsere Kita – so einzigartig wie Ihr Kind**  
Die individuellen Bedürfnisse und das persönliche Wohlbefinden jedes einzelnen Kindes stehen für uns im Vordergrund. Da Jedes einzigartig ist, legen wir grossen Wert auf eine warme, herzhafte Spiel- und Lernumgebung zur optimalen Weiterentwicklung seiner Persönlichkeit. Wir bieten einen Ort, an dem sich alle Kinder geborgen und sicher fühlen können. In zwei altersdurchmischten Gruppen – «Fisch und Frosch» – und durch eine liebevolle und professionelle Betreuung schaffen wir eine familiäre Atmosphäre. Dank der optimalen Lage im Grünen vermitteln wir den Bezug zur Natur und den respektvollen Umgang damit. Regelmässig verbringen wir Zeit mit den Kindern im Wald und am Glütschbach. Der offene Austausch mit den Eltern und im Team bildet die Grundlage für tragende Beziehungen und ermöglicht uns, stetig besser zu werden.



**MALEREI HUBACHER**  
[MALEREIHUBACHER.CH](http://MALEREIHUBACHER.CH)  
THIERACHERN 079 432 70 22

**Professionelle Kinderbetreuung**  
Ein aufgestelltes, erfahrenes und gut ausgebildetes Kita-Team betreut die Kinder individuell in einem den Bedürfnissen angepassten Umfeld. Dieses gestaltet den Tagesablauf mit Ritualen, Projekten und Freispielsequenzen abwechslungsreich und altersgerecht. Des Weiteren bilden die verantwortlichen Berufsbildner junge Menschen zu Fachfrauen/-männern Betreuung Kind aus.

**Kontaktieren Sie uns!**  
Gerne geben wir Ihnen über die Kita und den Trägerverein Auskunft. Wir stehen beratend und bei Fragen gerne zur Verfügung. Besuchen Sie uns unverbindlich in der Kita Glütschbach und vereinbaren Sie einen Besichtigungstermin.  
**Kontakt:** 033 345 02 29, [info@kita-gluetschbach.ch](mailto:info@kita-gluetschbach.ch)



