

# OKTOBER 2022

65. Jahrgang – Auflage: 9550 Ex.

Erscheint monatlich in allen Haushaltungen der Gemeinden Amsoldingen, Blumenstein, Burgstein, Forst-Längenbühl, Gurzelen, Pohlen, Stocken-Höfen, Thierachern, Uebeschi, Uetendorf, Uttigen, Wattenwil

# FREIZEIT

## VERANSTALTUNGSINFORMATION FÜR DAS THUNER WESTAMT

Redaktionsschluss: Donnerstag, 27. Oktober 2022

Erscheinung: Dienstag, 8. November 2022

Druck & Verlag: Gerber Druck AG, 3612 Steffisburg, 033 439 30 40, freizeit@gerberdruck.ch, www.gerberdruck.ch/freizeit

### AMSOLDINGEN

#### Frauenverein Amsoldingen

##### Geburtstage – herzliche Gratulation

24.10. Fritz Bürki, Seegässli 4	71-jährig
28.10. Therese Roth, Altersheim Turmhuus Uetendorf	82-jährig
29.10. Walter Liechti, Waldegweg 12	71-jährig
1.11. Kurt Zwahlen, Bossmatt 9	75-jährig
7.11. Rösi Neuenschwander, Wohnen im Alter Sonnmatt Thun	84-jährig
9.11. Elsa Reber, Solina Steffisburg	91-jährig

**Fusspflege**  
Nächstes Datum: Fr, 2. Dezember.

**Anmeldung:** Ursula Winkler, 079 432 89 33.

##### Lismi Träff

Strickbegeisterte Frauen treffen sich ab 13. Oktober jeden Do, 13.30–16 Uhr, im Turmhuus.

**Kontakt:** Ursula Bolliger, 033 341 14 56.

##### Bowling Abend im PlayOff in Gwatt

Do, 3. November. **Treffpunkt:** 19.30 Uhr, MZH Amsoldingen. Fahrgemeinschaften. **Anmeldung** bis 2. November: Monika Steiner, 079 421 09 17 oder mo.steiner@outlook.com.

##### Adventsbasteln

Mi, 16. November, 14 Uhr bei Barbara Moser, Seegässli 10, Amsoldingen. Dieser Anlass findet draussen statt. Es ist keine Anmeldung nötig, alle bringen Material selber mit. Wir freuen uns auf einen fröhlichen und kreativen Bastelnachmittag!

##### Chlausentag

Wir besuchen am Di, 6. Dezember alle Seniorinnen und Senioren ab 75 Jahren.

### BLUMENSTEIN

#### Frauenverein/Familienverein Blumenstein-Pohlen

[www.frauenverein-blumenstein-pohlen.ch](http://www.frauenverein-blumenstein-pohlen.ch)

##### Geburtstage – herzliche Gratulation

17.10. Rothacher Gertrud, Wohlfühl-Heim Blumenstein	90-jährig
20.10. Stucki Hans, Hauliweg 1	76-jährig
21.10. Rothenbühler Verena, Stockentalstrasse 17	77-jährig
25.10. Gehrig Hans, Rossweidstrasse 10	77-jährig
26.10. Bütikofer Christian, Badstrasse 29	76-jährig
26.10. Rufener Verena, Reckenbühlweg 2	80-jährig
26.10. Messerli Therese, New York Weg 2	81-jährig
29.10. Wenger Erich, Bodenzingenstrasse 2	78-jährig
30.10. Moser Helene, Graben 19, Pohlen	80-jährig
1.11. Winkler Zäzilia, Hintereschlistrasse 2	89-jährig
9.11. Winkler-Berger Verena, Stockentalstrasse 12	88-jährig
14.11. Rothenbühler Willy, Stockentalstrasse 17	81-jährig
14.11. Schafroth-Erismann Annemarie, Gurnigelstrasse 3	76-jährig
14.11. Helmle Bernhard, Solina Spiez	75-jährig

##### Seniorenmittagstisch (Frauenverein)

Do, 27. Oktober, Pfrundscheune Blumenstein. **Information:** Sonja Rufener, 033 356 32 28 oder Maja Reber, 033 356 28 05.

##### Fusspflege (Frauenverein)

Do, 10. November, im Pavillon Badstrasse Blumenstein. **Kosten:** CHF 45.– (AHV/IV: CHF 40.–)

**Anmeldung/Infos:** Marianne Häusler, 033 356 24 91.

##### Einführung ins Aquarellmalen (Frauenverein)

Sie werden ins Aquarellmalen eingeführt und können dabei Weihnachtskarten herstellen.

Mo, 14. November, 14–16 Uhr, Schulhaus Blumenstein, Theorieraum. **Leiterin:** Marianne Hostettler. **Kosten:** CHF 15.–. **Anmelden** bis 10. November: Esther Schläppi, 033 356 34 28, info@frauenverein-blumenstein-pohlen.ch.

##### Kaffeestube / Kerzenziehen

Sa, 19. November, 14–19 Uhr und So, 20. November, 11–16.30 Uhr; Pfrundscheune bei der Kirche.

Wir servieren Kürbissuppe, Würstli, belegte Brötli, Torten, Desserts, Kaffee und Getränke. Auch Take-away möglich! Reinerlös zu Gunsten der Jugendarbeit und der Jungschar Blumenstein-Pohlen.

##### Laternenumzug (Familienverein)

Fr, 11. November, 18.00 Uhr. Start bei der alten Kapelle auf dem Campingplatz Blumenstein mit kleinem Rundgang durchs Dorf: Badstrasse, Allmendeggen, Gurnigelstrasse. Wer möchte, kann anschliessend bei der Kapelle etwas grillieren, die Feuerstelle ist ab ca. 18.30 Uhr bereit. **Mitbringen:** Laterne irgendwelcher Art, Grillgut, Getränk und Grillstecken (kleiner Rost vorhanden). Der Anlass findet nur bei trockenem Wetter statt.

##### Familienverein

Der Familienverein Blumenstein-Pohlen freut sich jederzeit über neue Mitglieder.

Interessierte melden sich gerne unverbindlich bei Bettina Zimmermann, 079 295 06 82, be-zimmermann@bluewin.ch.

##### Krabbeltreff (Familienverein)

Jeweils am 2. Di im Monat, in der Kapelle beim Camping Blumenstein. **Kosten:** CHF 5.–. **Infos:** Bettina Zimmermann, 079 295 06 82, be-zimmermann@bluewin.ch.

##### Frauenarbeitskreis

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

Bei Fragen kontaktieren Sie bitte Käthi Wenger, 079 523 62 67.

##### 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

3. November. **Anmeldung:** Kathrin Hadorn, 033 356 31 56.

##### Herbstversammlung

Fr, 21. Oktober, 20 Uhr, MZG Forst-Längenbühl. Neue Gesichter sind herzlich willkommen.

##### Suppentag

Sa, 5. November, ab 11 Uhr, MZG Forst-Längenbühl. Take Away. Verkauf von feiner Erbsensuppe, Gnagi oder Würstli und div. Backwaren. Reingewinn wird regional gespendet. Spenden und Backwaren werden gerne bis 11 Uhr beim MZG entgegengenommen. Besten Dank zum Voraus.

### «Freizeit-Leser sind interessiert»

### KOMMENDE ANLÄSSE

<b>Kulturverein Heimberg</b> <b>Konzert Nils Althaus «Aussetzer»</b>	<b>Fr, 21. Oktober</b> , 20 Uhr, Aula Heimberg, Schulstrasse 14. Kabarettist, Musiker, Schauspieler, diplomierter Biochemiker – Nils Althaus ist nicht zu beschreiben. Online-Ticketbestellung: <a href="http://www.kulturverein-heimberg.ch">www.kulturverein-heimberg.ch</a> . Abendkasse ab 19.15 Uhr. Eintritt: Erwachsene CHF 35.–, Mitglieder KVH und Jugendliche CHF 30.–. (Siehe Inserat.)
<b>Kirchenchor Amsoldingen</b> <b>Vokal-sakral aus Klassik und Romantik</b>	<b>Sa, 29. Oktober</b> , 19.30 Uhr, Kirche Amsoldingen; <b>Sa, 5. November</b> , 17 Uhr, Kirche Lerchenfeld. Ensemble ad hoc: Ursula Krummen, Mezzosopran; Raphaël Gogniat, Orgel; Thomas Rüeegsegger, Leitung. Eintritt frei, Kollekte (siehe Inserat).
<b>Musikgesellschaft Amsoldingen</b> <b>Musig-Zmorge</b>	<b>So, 30. Oktober</b> , ab 9 Uhr, Mehrzweckhalle Amsoldingen. Reichhaltiges, schönes Buffet mit Rösti, Spiegelei, Fleisch- und Käseplatten, diversen Joghurts, Müesli und selbstgebackenem Brot und Popf. Musikalische Unterhaltung mit der Schwyzerörgelformation Spontan. Eintritt: Erwachsene CHF 24.–, Kinder 6–16 Jahre CHF 1.– pro Altersjahr. Geburtstagskinder (mit Ausweis) gratis!



**W. Müller Transporte GmbH Blumenstein**

E-Mail: [info@wmtransporte.ch](mailto:info@wmtransporte.ch)  
[www.wmtransporte.ch](http://www.wmtransporte.ch)

Bestellen Sie Ihre Mulde unter: **033 356 12 06**

**Sie haben Abfall?**

*Wir kümmern uns gerne darum!  
Profitieren Sie von unserem  
prompten und freundlichen Service.*



### STOCKEN-HÖFEN

#### Frauenverein Höfen

##### Säubermachts vom Froueverein

Sa, 22. Oktober, im Thuner Bälliz, in Zusammenarbeit mit dem Frauenverein Reutigen-Stocken. Zugunsten Verein für Familienschutz Region Thun.

Wir freuen uns über Spenden in Form von selbstgemachten Backwaren, Nidletäfel, Gebrannte Mandeln, Dörrfrüchte, Konfitüre, Eingemachtes, Apérogebäck, ...

**Warenannahme:** Fr, 21. Oktober, 18–20 Uhr bei Marianne Reber, Gländstrasse 3, Höfen und 18–18.30 Uhr in Reutigen bei Rösli Burger. Für Frischgebackenes: Sa, 6 Uhr bei Marianne Reber.

**Auskunft / Information:** Silvia Brügger, 033 341 11 20. [www.stocken-hoefen.ch](http://www.stocken-hoefen.ch) > Aktuelles > Veranstaltungen

Wir danken bereits jetzt allen für die Unterstützung und freuen uns darauf, wieder einen schönen Stand mit vielfältigem Angebot aufbauen zu dürfen.

#### Frauenverein Reutigen-Stocken

[www.frauenverein-reutigen-stocken.ch](http://www.frauenverein-reutigen-stocken.ch)

##### Brockenstube

Beim Viehschauplatz Reutigen (Zivilschutzanlage) Die Brockenstube ist jeweils am Do, 14–16 Uhr, offen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

**Auskunft:** Esther Oesch, 033 657 24 87 oder Monika van Dommelen, 079 706 47 64.

Bitte bringen Sie nur gut erhaltene und saubere Ware in die Brockenstube. Deponieren Sie kein Material vor der Türe. Das Entsorgen von unbrauchbarem Material ist für uns sehr teuer!

### THIERACHERN

#### Frauenverein/Familie 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!

##### Kinderkleider- und Skibörse

Do, 20. Oktober, Pfruendschüür Thierachern.

**Annahme:** Do, 20. Oktober, 9–10.30 Uhr. **Verkauf:** Do, 20. Oktober, 15–18.30 Uhr. **Abrechnung/Rücknahme:** Fr, 21. Oktober, 11.15–11.45 Uhr. Die Artikel müssen mit einer Etikette angeschrieben sein. **Kundennummer/Auskunft:** Romina Schneider, [schneider.romina@gmx.ch](mailto:schneider.romina@gmx.ch), 079 269 14 42.

##### Advents-Fenster

Advent, Advent ein Lichtlein brennt! Wer möchte mitmachen (Datum frei wählbar) ein Fenster bei sich Zuhause zu dekorieren? Wer Lust und Zeit hat, darf seine Besucher gerne draussen mit Glühwein etc. verwöhnen. Ist aber kein Muss! Interessiert? **Anmeldung/Auskunft** bis Fr, 28. Oktober: Christine Haldimann, 033 345 33 80, [daniel.haldimann5@bluewin.ch](mailto:daniel.haldimann5@bluewin.ch) oder Monika Stucki, 033 345 59 85, [fremo.stucki@bluewin.ch](mailto:fremo.stucki@bluewin.ch). Wir freuen uns auf viele Anmeldungen.

##### Immunsystem stärken

oder wie bleibe ich für Krankheitserreger ungeniessbar?

In einem Vortrag von ca. 60 Minuten: Informationen, Ideen, Tipps sammeln, wie wir uns während des ganzen Jahres und speziell während der kühlen, dunklen Jahreszeit vor Krankheitserregern generell und Grippe- oder Erkältungserregern im speziellen wehren können.

Mi, 2. November, 19.30 Uhr, Pfruendschüür Thierachern.

**Kosten:** Erwachsene CHF 15.–/Kinder, Lehrlinge, Studenten, Pensionierte CHF 10.–. Mein Name ist Susanne Frei, ich bin Naturheilpraktikerin TEN mit eigener Praxis in Pohlen und freue mich, an diesem Abend viele interessierte Menschen zu treffen! **Anmeldung** ist nicht erforderlich, wer es dennoch gerne tun möchte: 079 352 14 86, [susanne.frei-hofstetter@gmx.ch](mailto:susanne.frei-hofstetter@gmx.ch) oder über [www.naturheilpraxis-viriditas.ch](http://www.naturheilpraxis-viriditas.ch). Alle sind herzlich Willkommen!

##### Kaffeestube Weihnachtsmärkt

Mi, 23. November, 16–21 Uhr, Pfruendschüür.

##### Adventsziele

Di, 29. November, 14–16 Uhr, Pfruendschüür.

**Auskunft:** Pascale Schaefer, 033 221 09 71.

##### Dauerangebote

##### Traditionelles Hatha-Yoga mit Verena Otz

Jeweils am Mo Morgen, 90 Minuten, 9–10.30 Uhr, Pfruendschüür Thierachern. **Daten:** 24. Oktober, 14. November. Einstieg jeder Zeit möglich! Männer sind auch willkommen. **Anmeldung/Auskunft:** Verena Otz, 078 947 09 66. **Kosten:** 10er Abo CHF 220.– (drei Monate Gültigkeit); Einzellektion: CHF 25.–. **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, Pfruendschüür (ausgenommen Schulfestferien). **Auskunft/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, 16. November; Fr, 18. November, Pfruendschüür. Im Dezember nach Absprache mit Frau Küng.

**Anmeldung:** Mind. zwei Tage im Voraus, Margrit Küng, 033 657 25 74. **Kosten:** CHF 62.–/Behandlung.

##### Hatha Yoga in Thierachern mit Nathalie Studer

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

## Kirchenchor Amsoldingen

Vokal-sakral aus Klassik und Romantik

Ensemble ad hoc

Ursula Krummen, Mezzosopran  
Raphaël Gogniat, Orgel  
Thomas Rüeegsegger, Leitung

Kirche Amsoldingen Samstag, 29.10.2022, 19:30 Uhr  
Kirche Lerchenfeld Samstag, 05.11.2022, 17:00 Uhr  
Parkmöglichkeit beschränkt, STI Linie 4



Eintritt frei  
Kollekte

[www.kirche-amsoldingen.ch/kirchenchor](http://www.kirche-amsoldingen.ch/kirchenchor)





Ihr Partner für raffinierte Medien.

Tel. 033 439 30 40, [www.gerberdruck.ch](http://www.gerberdruck.ch)



# Schönheit und Wohlbefinden



**Coiffleur Haarboutique**  
**MONIKA STUCKI**

Blumensteinstrasse 41  
3634 Thierachern  
033 345 59 85 | 078 618 15 06  
www.monika-stucki.ch




Gönnen Sie sich eine Auszeit im  
**Fusspflegestübli**

Rosmarie Schranz  
Dipl. Fusspflegerin SFPV  
Halten 2 | 3632 Oberstocken  
033 341 17 48 | 079 711 49 71

Ich biete auch Hausbesuche an.



**Viriditas**  
Praxis für Naturheilkunde und Massage



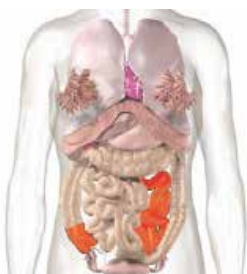
Susanne Frei  
Naturheilpraktikerin TEN  
Kant. appr.; EMR anerkannt  
Tel.: 079 352 14 86  
www.naturheilpraxis-viriditas.ch  
Schulhaus, 3638 Pohlern

## Naturheilpraxis Ursula Kyburz

Hölzliweg 5, 3665 Wattenwil, Tel. 033 356 32 10  
kontakt@naturheilpraxis-kyburz.ch  
www.naturheilpraxis-kyburz.ch  
Krankenkassenanerkannt

**Unser Angebot ist breit gefächert und wird wieder von einem med. Massagetherapeut ergänzt:** Energetische Medizin, verschiedene Massagetechniken, z.B. Statik des Körpers ausrichten, Schröpfen, Moxen, Testen von Bachblüten, Spagyrik und Schüssler Salzen und vieles mehr das zur Naturheilkunde selbstverständlich dazu gehört.

Bei der Energetischen-Messung werden verschiedene Messobjekte und Systeme des Körpers kontrolliert und ergeben anschliessend ein elektromagnetisches Abbild der körperlichen Situation. Alle Messergebnisse (Systeme, Funktionen, Organe usw.) werden sofort bildlich auf dem Computer dreidimensional dargestellt.



Folgende Erkrankungen sind mit der Energetischen-Medizin besonders gut zu behandeln: Akute und chronische allergische Erkrankungen wie Hautausschläge, Asthma und Heuschnupfen. Neurodermitis. Akute und chronische Entzündungen, wie z.B. der Magenschleimhaut, des Dün- und Dickdarms usw.



**BLEIB-IN-BEWEGUNG.CH**

**RückenGym** Dienstag 17:50 Uhr  
**Krafttraining** Dienstag 19:00 Uhr

Besuche ein gratis Probetraining in Wattenwil 078 744 01 85



Antonella Inäbnit

Lindenweg 3 | 3633 Amsoldingen | 033 345 72 23  
www.coiffure-soleil.ch | coiffure\_soleil@bluewin.ch



# den

## Schönheit

ist eine als positiv bewertete Empfindung. Das dazugehörige Adjektiv ist «schön», das begrifflich als Merkmal von Objekten behandelt wird, die einem Menschen gefallen. Die Art der Objekte kann dabei sehr unterschiedlich sein. «Schön» können Landschaften sein, Sonnenuntergänge, Menschen, Gebrauchsgegenstände oder Kunstwerke. In einem weiteren Sinn werden oft auch abstrakte Objekte wie Ideen, Erkenntnisse, Handlungen, Beziehungen, Situationen oder Erinnerungen als schön bezeichnet, was auch der umgangssprachlichen Verwendung des Begriffs «schön» entspricht. Schönheit ist Untersuchungsgegenstand sowohl der Philosophie als auch der Psychologie und der Künste und Kunstwissenschaften. Zusammen mit dem Wahren und dem Guten gehört das Schöne seit den Anfängen der Philosophie in der griechischen Antike zu den obersten Werten.

Ein weiteres Merkmal von Schönheit ist, dass es sich um ein bewusst getroffenes Werturteil handelt. Das grenzt das Schönheitserleben von anderen positiven Empfindungen wie dem einfachen Wohlfühlen oder Lustempfinden ab. Schönheit ist neben Kunst und Geschmack Hauptgegenstand der Ästhetik. Sie wird üblicherweise, neben anderen Eigenschaften, wie Anmut, Eleganz oder Erhabenheit, als ästhetische Eigenschaft kategorisiert.

Schönheit hat sowohl objektbezogene als auch subjektive Aspekte: Sie hängt einerseits von Eigenschaften der jeweiligen Objekte ab, andererseits von der ästhetischen Disposition (dem individuellen Geschmack) der urteilenden Person. Der subjektiven Seite entspricht die Redewendung, Schönheit liege «im Auge des Betrachters». Was in einem alltäglichen Sinne als «schön» bezeichnet wird, ist zudem grossteils von sich wandelnden Schönheitsidealen abhängig, die sich zwischen verschiedenen Kulturen und Epochen teils stark voneinander unterscheiden. In diesem Sinne haben auch Moden (z.B. bei Kleidung, Körpergestaltung) und stilistische Veränderungen (z.B. in Kunst, Literatur und Musik) Einfluss auf das ästhetische Empfinden.

## Wohlbefinden

(englisch well-being), auch Wohlergehen genannt, ist im allgemeinen Sprachgebrauch ein gutes körperliches und/oder seelisches Befinden, also ein Zustand, «in dem es jemandem gut geht» (Duden). Das Wohlbefinden hängt eng mit der Lebensqualität zusammen.

Manchmal werden verschiedene Aspekte des Wohlbefindens unterschieden, wie körperliches Wohlbefinden, emotionales Wohlbefinden und wirtschaftliches Wohlbefinden. Diese Aspekte sind eng miteinander verknüpft. So ist ein verbessertes körperliches Wohlbefinden, zum Beispiel nach der Überwindung eines Suchtverhaltens, mit einem verbesserten emotionalen Wohlbefinden verbunden. Ein besseres wirtschaftliches Wohlbefinden geht ebenfalls mit einem besseren emotionalen Wohlbefinden einher. Der Begriff «subjektives Wohlbefinden» bezieht sich im Gegensatz zum objektiven Wohlbefinden darauf, wie Menschen ihr Leben selbst erleben und bewerten.

Die Begriffe Wohlbefinden, Lust und Glück werden im alltäglichen Sprachgebrauch oft gleichgesetzt, in der Philosophie und der Psychologie jedoch voneinander abgegrenzt. Lust entsteht bei Erfahrungen, die sich gut anfühlen, und wird normalerweise als ein Bestandteil des Wohlbefindens angesehen – neben anderen Faktoren wie Gesundheit, Befriedigung von Bedürfnissen, Wissen und Tugend. Glück wird zum Beispiel als «das Überwiegen von angenehmen gegenüber unangenehmen Erfahrungen» oder als Zustand der Zufriedenheit mit dem eigenen Leben beschrieben. Glück wird ebenfalls häufig als Bestandteil des Wohlbefindens betrachtet.

Quelle: Wikipedia

Lebensqualität. Yoga ist Zeit für dich. Dieser Kurs ist für ALLE. Eine Serie, die sich für EinsteigerInnen wie auch für Fortgeschrittene eignet. Mindestens 4, maximal 15 TeilnehmerInnen.

**Daten:** Do, 8.30–9.45 Uhr, Pfruendschüür Thierachern, Raum im Dachgeschoss. **Mitbringen:** Eigene Yogamatte, bequeme Kleidung, Socken. **Kosten:** CHF 150.– pro Person (4–6 Pers.); CHF 132.– pro Person (7–15 Pers.); 6x 75 Minuten.

**Anmeldung/Auskunft:** Nathalie Studer, Yogatrainerin Lotos, 079 357 12 84, nathalie.studer@bluewin.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 Schulferien), 9.30–11 Uhr, Pfruendschüür. **Auskunft:** Angela Beyeler, 078 676 68 98.

## GERBER DRUCK



Wir haben es faustdick hinter den Ohren!

Auf August 2023 bieten wir folgende Lehrstelle an:  
**Druckausrüster/-in EFZ**  
Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Endverarbeitung von Drucksachen und Logistikarbeiten inklusive Versand geben dieser Ausbildung ein breites Spektrum mit guten Weiterbildungsmöglichkeiten. Interesse an technischen Anlagen, genaues Arbeiten und angenehme Umgangsformen runden dein Profil ab.

Deine schriftliche Bewerbung sendest du an:  
**Gerber Druck AG, Jürg Gerber**  
Bahnhofstrasse 25, Postfach 166, 3612 Steffisburg  
info@gerberdruck.ch, www.gerberdruck.ch

## KITA Glütschbach

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, herzige 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.

### 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/-männer Betreuung Kind aus.

### Weitere nützliche Informationen

Detaillierte Informationen über das Angebot, die Philosophie, die Aktivitäten und über das ganze KITA-Team finden Sie auf [www.kita-gluetschbach.ch](http://www.kita-gluetschbach.ch). Entdecken Sie immer wieder neue Ideen für den Alltag mit Kindern in unserem KITA-Blog. Bei Interesse folgen Sie uns auf Facebook sowie Instagram und erleben Sie mit, was uns alles im KITA-Alltag bewegt.

### 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



## Marco Maurer

Keramische Wand- und Bodenbeläge

Niesenstrasse 2, 3634 Thierachern  
079 292 15 36 maurermarco@gmx.ch  
www.marcos-plattenboeden.weebly.com

## Schul- und Gemeindebibliothek Thierachern

www.bibliothierachern.wordpress.com  
bibliothek.thierachern@bluewin.ch, www.beobiblio.ch  
Blog: www.bibliothierachern.wordpress.com  
Instagram: bibliothierachern  
Schulhaus Kandermatte, Bachweg 9

**Auskunft:** 079 303 31 40, während der Ausleihe

Herbstzeit ist Wanderzeit. Wir bieten ein tolles Sortiment an Wanderbüchern für Gross und Klein.

## Öffnungszeiten

Mo, 15–17 Uhr und 19–20 Uhr; Mi, 19–20.30 Uhr; Fr, 10.15–11.15 Uhr.

## Ihr Bibliotheks-Team

Renate Cotarelo, Martina Hunger, Nicole Reber, Marlène Siegenthaler, Sandra Willen.

## UEBESCHI

### Frauenverein Uebeschi

#### Chüechlitag

Am Sa, 29. Oktober, findet wieder unser beliebter Chüechlitag statt. Wir verwöhnen unsere Gäste von 14–21 Uhr mit feinen Torten, belegten Brötchen, Sandwiches und Gebäck. Ab 17.30 Uhr gibt's zusätzlich Bündner Gerstensuppe (vegetarisch) und Wurst.

Susann Ruchti, Therese und Fritz Messerli überraschen uns mit dem Kasperltheater «D Prinzessin u dr Drache», um 14 und 15 Uhr in der Archestube.

Die Kinder dürfen sich auch wieder schminken lassen und aus dem tiefen Meer viele Fischerpäckli fischen.

#### Höck

Am Do, 3. November, um 20 Uhr treffen wir uns unter dem Motto «Einstimmung auf die Adventszeit» zum gemütlichen Höck in der Archestube.

#### Mittagstisch im Schulhaus für Primarschüler/Kindergarten (FV/Mittagstischgruppe)

Do, 11.50–13.30 Uhr.

**Auskunft/Anmeldung:** Sonja Rufener Bähler, 079 486 99 66.

### Männerchor Uebeschi

www.maennerchor-uebeschi.ch

Instagram: maennerchoruebeschi

### Chorproben unter neuer Chorleitung

Renata Waelti verliess nach 16 Jahren den Männerchor Uebeschi als Chorleiterin. Ein Ersatz wurde zum Glück schnell gefunden: Seit Mitte August wird der Männerchor neu von Herrn Thomas Hügli aus Interlaken geleitet. Herr Hügli befindet sich aktuell in der Ausbildung zum Chorleiter mit Abschluss-Zertifikat CH I + II und wird mit dem Männerchor Uebeschi erste Praxiserfahrungen machen. Möchten auch Sie bei uns mitsingen und im nächsten Jahr selber auf der Bühne stehen? Dann schnuppern Sie doch mal bei uns – ohne jegliche Verpflichtung. Wir freuen uns über jeden neuen Sänger. Um im Männerchor Uebeschi mitzusingen, werden keine Notenkenntnisse oder Chorerfahrungen benötigt. Ein regelmässiger Probebesuch ist erwünscht.

### Proben

Probe jeden Di Abend, 20.15–22 Uhr, Archestube Uebeschi (im Primarschulhaus). **Auskunft:** Präsident Hans Scheidegger, 079 434 47 01, kontakt@maennerchor-uebeschi.ch

### Tätigkeitsprogramm

30. Oktober: Auftritt am Sonntags-Brunch im Gasthof Weyersbühl in Uebeschi

13. November: Predigtsingen, Archestube Uebeschi

19. November: Racletteabend, Mehrzweckhalle Uebeschi

## UETENDORF

### Bibliothek Uetendorf

www.uetendorf.ch/leben/Bibliothek  
Riedernstrasse 21, 3661 Uetendorf, 033 346 01 27

### Willkommen in der Schul- und Gemeindebibliothek

Rund 16 000 Medien stehen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene zur Verfügung. **Bücher:** Belletristik für alle Altersstufen (Romane, Krimis, Erzählungen, Mundartliteratur, fremdsprachige Literatur, Comics, Bilderbücher), Sachbücher für alle Altersstufen. **Nonbooks:** Kassetten/CD (gesprochenes Wort), Hörbücher, Tonies, DVDs.

### Öffnungszeiten

Di, 15–18 Uhr; Mi, 14–16 Uhr; Do, 15–18 Uhr; Fr, 17–19 Uhr; Sa, 10–12 Uhr.

## bleibgesund GmbH, Uetendorf

www.bleibgesund.ch

### Bewegungskurse für Erwachsene

Indoor- und Outdoor-Kurse in Uetendorf: Krafttraining, M.A.X.® & Kraft, RückenGym, Spinning, FitGym, Cardio & Kraft, Cardio & Kraft für SeniorInnen

### Wasserkurse in den Hallenbädern der Region

AquaGym, AquaFit und Schwimmen

### Anmeldung/Auskunft

bleibgesund GmbH, Postgässli 24, 3661 Uetendorf  
033 356 42 27, admin@bleibgesund.ch

## Elternverein Uetendorf

www.elternverein-uetendorf.ch

### Krabbelgruppen

Mo in der Riedernburg (Familienzentrum, oberhalb Bibliothek Uetendorf); Mi im Bachschlössli (Vereinslokal Elternverein, Bachschulhaus Uetendorf), jeweils 9–11 Uhr. Nicht während den Schulferien. **Kosten** pro Treffen CHF 5.–. **Auskunft/Leitung:** Sonja Beyeler, 079 744 30 03.

### Nachhilfeunterricht

Mehrere Personen erteilen interessierten Kindern bei sich zu Hause oder im Vereinslokal Bachschulhaus Nachhilfeunterricht. Nähere Auskünfte und Liste der Lehrpersonen: nachhilfe@elternverein-uetendorf.ch (Barbara Girgis).

Möchten Sie gerne selbst Nachhilfeunterricht anbieten? Wir suchen laufend interessierte Leute, die in einem oder mehreren Fächern (Mathematik, Deutsch, Französisch, Englisch, Physik, Chemie, Geometrie) Nachhilfe anbieten können. Bei Interesse bitte E-Mail an: nachhilfe@elternverein-uetendorf.ch.

### Spiugruppe Windredli

Kinder ab 3 Jahren haben die Gelegenheit, in einer kleinen Gruppe in einem geschützten Rahmen erste Kontakte zu Gleichaltrigen zu knüpfen. Wir spielen, werkeln, singen, malen, kneten, hören Geschichten, backen, gehen nach draussen, schliessen erste Freundschaften, lösen Konflikte oder sind einfach nur dabei und beobachten.

Die Spielgruppe findet am Di und Do, jeweils von 9–11 Uhr, statt. **Anmeldungen:** www.spiugruppe-windredli.ch.

Ich freue mich sehr auf euch, Regula Spring.

### Mindset Coach

#### für Kinder, Jugendliche, Frauen und Familien

Das Leben mit all seinen Facetten. Ich unterstütze dich oder deine Liebsten bei euren Themen. Wiederkehrende Konflikte, Sorgen und Belastungen können zur Herausforderung werden. In Gruppen und Einzelcoachings biete ich Unterstützung für mehr Freude, Ruhe und Gelassenheit im Alltag an.

Laufende Kurse, Angebote und Informationen gibt es unter: [www.nathalietehrani.ch](http://www.nathalietehrani.ch).

Mindset Coach, Nathalie Tehrani, Dorfstrasse 14 in Uetendorf, Baurfritzhäus, 078 668 01 06, hello@nathalietehrani.ch.

### Bastelwerkstatt

Das traditionelle Weihnachtsbasteln wird zur Bastelwerkstatt. Im Familienzentrum können bis zu fünf verschiedene Bastelprojekte unter fachkundiger Anleitung in Angriff genommen werden. Den Flyer für die verbindliche Anmeldung mit Bestellschein und weitere Infos finden Sie auf [www.elternverein-uetendorf.ch](http://www.elternverein-uetendorf.ch). **Anmeldung** sofort per Mail an [sandra.spaeth@gmx.ch](mailto:sandra.spaeth@gmx.ch)

Sa, 29. Oktober, 10–13 Uhr. Ist dieser Kurs ausgebucht, wird ein zweiter von 14 bis 17 Uhr angeboten. **Kosten:** CHF 10.– für Mitglieder/CHF 15.– für Nichtmitglieder, zuzüglich Materialkosten (diese sind nach der Anmeldung geschuldet).

### Kinderbackstube bei der Bäckerei Pfister, Uetendorf

Wolltest du schon immer schauen, wie eine Bäckerei aussieht und wie die grossen Teigknetmaschinen funktionieren? Hast du Lust, selber ein Zöpfli zu backen, einen Lebkuchen zu verzieren und dazu die Tipps und Tricks vom Bäckermeister zu erfahren? Dann ist unsere Kinderbackstube mit Daniel Pfister, Inhaber der Bäckerei Pfister, genau das Richtige für dich.

Mi, 2. November; Mi, 9. November; jeweils 15–ca. 17 Uhr.

**Kosten:** CHF 15.– für Mitglieder/CHF 18.– für Nichtmitglieder. Das Angebot ist geeignet für Kinder ab 6 Jahren (Mindestgrösse idealerweise ab 115 cm). **Anmeldung** bis 22. Oktober: [sandra.spaeth@gmx.ch](mailto:sandra.spaeth@gmx.ch).



## Hegen & pflegen.

# 03.–06.11.2022 NEULAND

www.neuland-beo.ch  
Do-Sa 13.30-21 Uhr, So 10-18 Uhr

Veranstalter **thun expo**

Partner  
THUNER TAGBLATT **radio beo** **BSC** **BSC** **BSC**



Das Familienunternehmen in Ihrer Region






**Werren Bestattungen GmbH**  
 Telefon 033 345 18 40  
 bestattungenwerren@bluewin.ch  
 www.werren-bestattungen.ch

bestehend seit 1980  
**24 h für Sie da**  
**Individuelle Beratung**

**MFM-Projekt:**  
**Das Jungenprojekt «Agenten auf dem Weg»**  
 Fr, 4. November, 19.30–21 Uhr: Elternvortrag «Wenn Jungen Männer werden»  
 Sa, 5. November, 9–16 Uhr: Workshop «Agenten auf dem Weg»  
**Leitung:** Marcel Spycher, Uetendorf.  
 Das MFM-Projekt ist ein sexualpädagogisches Projekt mit einem Workshop für 10- bis 12-jährige Mädchen oder Jungen und einem Vortrag für die Eltern. Weitere Informationen unter [mfm@elternverein-uetendorf.ch](mailto:mfm@elternverein-uetendorf.ch) oder auf unserer homepage.

**Frauenverein Uetendorf**  
[www.frauenverein-uetendorf.ch](http://www.frauenverein-uetendorf.ch)

**Brockenstube**  
**Daten:** Fr, 28. Oktober, 14–19.30 Uhr (Ausverkauf); Sa, 12. November, 9–11.30 Uhr; Fr, 25. November, 14–19.30 Uhr; sowie jeden Mi, 17.30–19.30 Uhr; Untergeschoss der Bibliothek Riedern. **Auskunft:** 077 497 65 19.

**Seniorenachmittag**  
 Di, 15. November, 14 Uhr, Kirchgemeindehaus Allmend.

**Seniorenmittagessen**  
 Di, 29. November, 12 Uhr, Restaurant Alpenblick, Stiftung Uetendorfberg.  
**Anmeldeschluss:** Fr, 25. November. Telefonische Anmeldung nehmen entgegen: Heidi Christen, 033 345 67 55 und Elisabeth Burkhalter, 033 345 48 83.

**Adventsmärit auf dem Dorfplatz**  
 Fr, 18. November, 8–17 Uhr.

**Yoga**  
 Jeweils Mo, 8.30–9.45 Uhr; 10–11.15 Uhr; 14–15.15 Uhr; Zehntenhaus Uetendorf. **Auskunft:** Gabriela Stauffer, 033 345 64 05, [gabriela-stauffer@bluewin.ch](mailto:gabriela-stauffer@bluewin.ch).




Bei uns sticht alles ins Auge!

Auf August 2023 bieten wir folgende Lehrstelle an:  
**Medientechnologe/-in EFZ**  
 Ausbildungsdauer: 4 Jahre

Abwechslungsreiche, technisch orientierte Ausbildung auf topmodernen, computergesteuerten Offsetdruckmaschinen – für farbsichere, zuverlässige und aufgestellte Jugendliche.

Deine Bewerbung sendest du an:  
**Gerber Druck AG, Jürg Gerber**  
 Bahnhofstrasse 25, Postfach 166, 3612 Steffisburg  
[info@gerberdruck.ch](mailto:info@gerberdruck.ch), [www.gerberdruck.ch](http://www.gerberdruck.ch)

**Gym Berner Oberland**  
[www.gymbeo.ch](http://www.gymbeo.ch)

Gymbeo bietet im Turnsportzentrum Berner Oberland an der Zelgstrasse 95 (ehemalige Halle der Immer AG) ein breites Sportangebot vor allem für Kinder an.

**Gym'n'Fun for Kids** (ab ca. 1,5-jährig bis max. Schuleintritt)  
 Mo und Mi, 9.30–11.30 Uhr (ohne Schulerienzeit).  
 Nach Lust und Laune darf das attraktive Umfeld der Kunstturnhalle mit Schaumstoffschnitzelgrube als Spiel- und Tummelplatz mit kleinen und grösseren Herausforderungen genutzt werden. Keine Anmeldung erforderlich. CHF 5.– pro Kind.

**«Family Sundays»**  
 Speziell für Familien mit Kids in derselben Altersspanne mit ähnlichem Angebot. Termine jeweils aktuell auf [gymbeo.ch](http://gymbeo.ch). Werner Gottier, 079 378 43 70.

**Kunstturnen** (ab 5/6 Jahren, div Trainingsangebote)  
 Schnuppertrainings mit qualifizierten Kunstturntrainerinnen und -trainern auf Anfrage und Anmeldung hin.  
 Pascal Buholzer (Cheftrainer Mädchen), 079 102 64 91  
 Christoph Läderach (Cheftrainer Knaben), 079 754 73 72  
[info@gymbeo.ch](mailto:info@gymbeo.ch)

**Hip Hop Kids** (ab 6 Jahren)  
 Mi, 17–18 Uhr. 10er-Abo: CHF 190.–

**Hip Hop Teens**  
 Mi, 18–19 Uhr. 10er-Abo: CHF 190.–

**Hip Hop Adults** (Fortgeschrittene)  
 Do, 19–20 Uhr. 10er-Abo: CHF 200.–

**Schnupperlektion gratis**  
 Alle Angebote in der #Dancebox im Turnsportzentrum.  
 Gajan Gatu Kailasanathan, [g.gajan@gymbeo.ch](mailto:g.gajan@gymbeo.ch).

**Regionaler Sozialdienst Uetendorf**

**Eltern-Kind-Musik-Kurs**  
 für Kinder im Alter von 1,5–4 Jahren in Begleitung einer vertrauten Begleitperson.  
 Ab Do, 27. Oktober, 9.30–10.15 Uhr (12x), Familienzentrum, Riedernstrasse 21, 3661 Uetendorf. **Kosten:** CHF 240.– (am 27. Oktober Schnupperlektion). **Anmeldung** bis 20. Oktober: Helena Krötzi, 062 871 02 10, [kroetzi@bluewin.ch](mailto:kroetzi@bluewin.ch).



**Möbel Ryter**  
 Möbel nach Mass

Profitieren Sie von unserer Matratzenaktion

roviva 1748

Attraktive Preisvorteile inkl. gratis Lieferung und Entsorgung.

3662 Seftigen, Bhf. Burgstein  
 033 359 31 00 | [moebel-ryter.ch](http://moebel-ryter.ch)

**Schwimmclub Delphin Uetendorf**

**www.uet.ch, info@uet.ch**  
 Co-Präsidium: Roger Arm und Simon Heusler, [praesident@uet.ch](mailto:praesident@uet.ch)  
 Wegen Umbau des Hallenbades Riedern können von Oktober 2022 bis April 2023 keine Schwimmkurse und kein Aqua-Gym angeboten werden. Wir freuen uns, Sie im Oktober 2023 im renovierten Hallenbad wieder begrüßen zu können.

**Muki + Vaki-Schwimmen** (erst wieder ab Oktober 2023)  
 Dieses Angebot richtet sich an Mütter und Väter mit Kindern (ab 3 Jahren). Das Kind lernt das Element Wasser kennen. Jeweils im Winterhalbjahr im Hallenbad Riedern.

**Kinderschwimmkurse** (erst wieder ab Oktober 2023)  
 Für Kinder (ab 4 Jahren) werden Wassergewöhnungs- und Schwimmkurse angeboten. Neue Kurse werden auf der Homepage aufgeschaltet und können dort direkt gebucht werden.

**Erwachsenenschwimmkurse** (erst wieder ab Oktober 2023)  
 Von Oktober bis März finden im Hallenbad Riedern Uetendorf Schwimmkurse für Erwachsene statt.

**Grundlagentraining**  
 Im Grundlagentraining wird den Kindern eine solide Grundausbildung im Schwimmen vermittelt.

**Training für Erwachsene**  
 Die Mannschaften pflegen die Freude am Schwimmsport und verbessern ihre Technik.

**Aqua-Gym**  
 Die Aqua-Gym Kurse finden von Oktober bis April (erst wieder ab Oktober 2023) im Hallenbad Riedern und im Sommer im Freibad Uetendorf statt.

**Auskünfte:**  
**Kurswesen:** Chantal Jenni, [schwimmkurse@uet.ch](mailto:schwimmkurse@uet.ch)  
**Schwimmsporttraining:** Pascal Däpp, [trainer@uet.ch](mailto:trainer@uet.ch)  
**Aqua-Gym:** Anette Merz Studer, 033 345 51 03, [aquagym@uet.ch](mailto:aquagym@uet.ch)

**Turnverein Uetendorf**

**Abt. Jugend und Sport**  
 Der Westamt-Turntag 2022 stand ganz fest als Jubiläumswettkampf auf dem Programm. Zum ersten war die 125-Jahr-Feier des durchführenden Vereins Turnverein Uetendorf und zum andern das 75-jährige Bestehen des Westamt-Turnverbandes. Alles wurde am 10. September in einen echten Jubiläumsanlass verschmolzen. Bravo!!  
 Auch die J+S-Riege des Turnverein Uetendorf nahm sehr erfolgreich daran teil. Von den 21 Teilnehmenden standen 14 auf dem Podest und ein Weiteres holte sich noch eine Auszeichnung. Nun die Ränge der einzelnen TeilnehmerInnen in ihren Kategorien: 1. M11; Loana Güngerich, 1376 Punkte; M13; Noemi Althaus, 1499 P.; M14; Yvonne Christinat, 1297 P.; M15; Mia Stanic, 1295 P.; M16; Elaja Jaussi, 1388 P. 2. M10; Leonie Maurer, 826 P.; M11; Vanessa Christinat, 1140 P.; M13; Nina Schmid, 1484 P.; M15; Noemi Berger, 1255 P.; M16; Leonie Jaggi, 1157 P.; K13; Michael Bieri, 1119 P. 3. M13; Ilara Güngerich, 1414 P.; K12; Timon Josi, 850 P.; K14; Colin Stecher, 1043 P. 4. M13; Jäggi Alisha, 1385 P., Auszeichnung; K14; Louis Sigrist, 1043 P. 6. K12; Jaosch Gafner, 795 P. 9. M12; Jaggi Fabienne, 906 P.;

K12; Ben Sigrist, 670 P. 11. M13; Lia Straubhaar, 963 P. 12. M13; Anea Stettler, 943 P. Wir gratulieren allen zu ihren sehr guten Leistungen und wünschen weiterhin viel Erfolg!  
 Einmal mehr gelang der 11-jährigen Loana Güngerich von der J+S-Riege eine super Leistung anlässlich des Schweizer Finals am 24. September in Genf. Mit einer Zeit von 3 Min.17,62 holte sie den dritten Platz (Bonzemedaille). Die für den Turnverein Uetendorf startende Loana wurde einzig von Fanni Ruffieux (Stade Genève) mit 3 Min. 14,69 (Platz 1) und Eva Kladoubaye (CA Moutier) mit 3 Min. 14,75 (Platz 2) geschlagen. Loana, ganz herzliche Gratulation zu dieser Spitzenleistung im 1000-m-Lauf! Bravo, mache weiter so! Für alle drei war dieser Lauf eine persönliche Bestzeit.

**UTTIGEN**

**Frauenverein Uttigen**  
[www.frauenverein-uttigen.ch](http://www.frauenverein-uttigen.ch)

**Brockenstube**  
 Bei uns finden Sie so vieles, was die Herzen von Brockifans höher schlagen lassen: Kleider, Möbel, Geschirr, Bücher, Haushaltgeräte, Spielsachen, Accessoires und vieles mehr. Immer wieder stösst man bei uns in der Brocki auf Trouvaillen, die für wenig Geld viel Freude bereiten.  
**Öffnungszeiten:** jeweils 1. Sa im Monat, 9–11 Uhr; 3. Fr im Monat, 9–11 Uhr; 4. Fr im Monat, 18.30–20 Uhr; Zivilschutzanlage Bühl, Uttigen. **Kontakt:** Ursula Boss, 033 345 57 54.

**Chrabuträff**  
 Der Chrabu-Träff fägt...- jeweils am Do, 9–11 Uhr treffen sich Mütter und Väter mit ihren Kindern zum Spielen und «Laferè». Die Kinder freut's – freies Spielen mit Gleichartigen macht Spass. Erwachsene und Kinder bis ins Kindergartenalter genießen zwei Stunden gemütliches Zusammensein bei einem kleinen Znüni. Für die Unkosten steht ein Kässeli bereit. Unter dem Motto: Ohne Anmeldung unverbindlich vorbeischaun – freuen sich die verantwortlichen Mütter jeweils auf viele bekannte und neue Gesichter und «Gsichtli». Der Chrabuträff findet im Lokal des Frauenvereins im alten Schulhaus am Bühlweg 1 statt. **Kontakt:** Melanie Maurer, 079 200 38 14.

**WATTENWIL**

**Frauenverein Wattenwil**  
[www.frauenverein-wattenwil.ch](http://www.frauenverein-wattenwil.ch)

**Brockenstube**  
**Auskunft:** Margreth Hadzikalymnios, 033 356 10 94.  
**Öffnungszeiten:** Mi, 2. November, 13.30–16 Uhr; Sa, 5. November, 9–11.30 Uhr; Sa, 19. November, 9.00–16 Uhr.

**Benefiztanznachmittage**  
 Jeweils Mi, 13.30–17 Uhr, Feuerwehrgebäude, Gewerbestrasse 2, Wattenwil. Auch Nichttänzer sind bei uns willkommen.  
**Daten:** Mi, 19. Oktober, mit Amoros; Mi, 16. November, mit Nachmittagsörgeler; **Eintritt:** CHF 10.– inkl. kleinem Zvieri.  
**Auskunft:** Christine Krebs, Wattenwil, 079 219 30 01

**DIVERSES**

**Fantastisch-Elastisch**  
[www.fantastisch-elastisch.ch](http://www.fantastisch-elastisch.ch)

**Uetendorf: Pilateskurse/Faszientraining**  
 Di, 17–18; 18.30–19.30 Uhr, Postgässli 9  
 Do, 8.30–9.30; 9.45–10.45; 17.45–18.45; 19–20 Uhr, Gymnastikraum Bach.

**Thierachern: Pilateskurse/Faszientraining**  
 Di, 8.20–9.20; 9.45–10.45 Uhr, Pfruenschür vis-à-vis Kirche.

**Thun: Pilateskurs/Faszientraining**  
 Di, 12.10–13.10 Uhr, im Dachstock vom Hängemattenparadies, Hofstettenstrasse 7, Thun.

**Einsteiger-Workshop Pilates**  
 Jeweils Sa, 9.30–12 Uhr (auf Anfrage). **Kosten:** CHF 55.–.

**Auskunft/Anmeldung:** Jacqueline Gosch, 079 648 55 28.

**Pilates für Ihre starke Mitte**  
[www.pilates-in-thun.ch](http://www.pilates-in-thun.ch)

Alle Kurse finden im Studio statt.

**Online Live-Pilates-Kurs, Anfänger & Fortgeschrittene**  
 Mo, 18.45–19.55 Uhr

**Blumenstein: Pilateskurs, Anfänger & Fortgeschrittene**  
 Mi, 19–20 Uhr, Pfrundscheune Blumenstein.

**Seftigen: Pilateskurs, Anfänger & Fortgeschrittene**  
 Mo, 8.15–9.15 Uhr, Allmendweg 3, Seftigen.

**Thun: Pilateskurs, Anfänger & Fortgeschrittene**  
 Di, 9–10 und 18.45–19.45 Uhr; Mi, 12.15–13.15 Uhr, Im Baumgarten 10, Thun.

**Thun: Pilates, Rückbildungskurs nach Schwangerschaft**  
 Mi, 10–11 Uhr; Do, 9.30–10.30 Uhr; Gewerbestrasse 15, Thun.

**Auskunft/Anmeldung:** Petra Reiter, 076 213 05 85

**SPITEX oberes Gürbetal**

**www.spitex-og.ch**  
 Burgsteinstrasse 34, 3665 Wattenwil, 033 356 12 81  
[info@spitex-og.ch](mailto:info@spitex-og.ch)

Wir setzen uns ein, dass kranke, verunfallte und pflegebedürftige Menschen aller Altersgruppen in ihrer gewohnten Umgebung leben können. Unser Versorgungsgebiet umfasst Blumenstein, Burgstein, Forst-Längenbühl, Gurzelen, Pohlern, Seftigen, Uebeschi und Wattenwil.

**SPITEX Region Stockhorn**

**www.spitex-region-stockhorn.ch**  
 Uttigenstrasse 30, 3661 Uetendorf, 033 364 62 00  
[info@spitex-region-stockhorn.ch](mailto:info@spitex-region-stockhorn.ch)

Ihre Partnerin für Haus- und Krankenpflege in den Gemeinden Uetendorf, Amsoldingen, Höfen, Oberstocken, Niederstocken, Reutigen, Thierachern, Uttigen, Zwieselberg.



**Schnyder Elektro AG Wattenwil**

3665 Wattenwil  
 3634 Thierachern  
 3632 Oberstocken

Telefon 033 356 11 62

**Verein leolea Kanton Bern**

Leben, lernen, sich entfalten: leolea bietet familienergänzende Kinderbetreuung mit einem klaren pädagogischen Profil an. Die individuelle, auf die Bedürfnisse und den Entwicklungsstand der einzelnen Kinder ausgerichtete Betreuung steht bei leolea im Zentrum. Die Kita Seftigen und Tageseltern Thuner Westamt sind ein weiteres Engagement von leolea in der Region.

**Kita Seftigen**  
 Auf zwei Stockwerken stehen der Kita lichtdurchflutete und freundliche Räume zur Verfügung. Es gibt viel Platz für Bewegung, ein Bau- und ein Konstruktionszimmer, ein Malatelier und einen geschützten Kleinstkinderbereich. Im eigenen Garten mit Rasenfläche können die Kinder säen und selber ernten.

**Anmeldung/Informationen:**  
 Kita Seftigen, Kappelen 4, 3662 Seftigen, 033 345 31 86  
[seftigen@leolea.ch](mailto:seftigen@leolea.ch), [www.seftigen.leolea.ch](http://www.seftigen.leolea.ch)

**Tageseltern Thuner Westamt**  
 Die pädagogisch ausgebildeten Koordinatorinnen bringen Eltern, Kinder und Tageseltern zusammen. Unsere Tagesfamilien stehen für Ihre Kinder im Einsatz und bieten eine individuelle Betreuung. Die Betreuungspersonen lassen die Kinder an ihrem persönlichen Familienalltag teilhaben, gehen mit ihnen täglich nach draussen und sorgen für Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten.

**Anmeldung/Informationen:**  
 Tageseltern+, Gasstrasse 4, 3005 Bern, 031 311 77 16  
[tageseltern@leolea.ch](mailto:tageseltern@leolea.ch), [www.tageselternbern.ch](http://www.tageselternbern.ch)



**KULTUR VEREIN HEIMBERG kyh**

Fr., 21. Oktober 2022, 20.00  
**Aula Heimberg, Schulstrasse 14**  
[www.kulturverein-heimberg.ch](http://www.kulturverein-heimberg.ch)

**Konzert Nils Althaus**

Kabarettist, Musiker, Schauspieler, diplomierter Biochemiker – Nils Althaus ist nicht zu beschreiben. Nils Althaus, geboren 1981. Ist nicht in Konolfingen, aber in Gümligen aufgewachsen. Der Satiriker, Schauspieler, Liedermacher und studierter Biochemiker ging in Bern zur Schule, studierte in Paris und Zürich Biochemie, ist heute Vater von zwei kleinen Kindern und lebt mit seiner Familie in Bern. Seit 2007 ist Nils Althaus auf Bühnen und Leinwänden zuhause. Als wortgewandter Kabarettist, als mitreissender Musiker oder als wandlungsfähiger Schauspieler. Sein Markenzeichen ist seine Vielseitigkeit, sein grösster Feind der Stillstand.

Eintritt: Erwachsene Fr. 35.– / Mitglieder KVH und Jugendliche Fr. 30.–

Online-Ticketbestellung ab 05. Sept. 2022 siehe Homepage:  
[www.kulturverein-heimberg.ch](http://www.kulturverein-heimberg.ch)

Sponsoring: AEK, Bruno Sohm, Heimberg, KAGA KIES AG AARETAL, HTH Hoch-Tiefbau Heimberg, Thuner Amtsanzeiger

Nächster KVH-Anlass: Freitag, 25. November 2022, Heimberger Adventsmärit