



Die Seele baumeln lassen

Der Sommer bietet zahlreiche Möglichkeiten für Freizeitaktivitäten und Ferien. Gerade recht kommt da eine Einkaufstour durch die Thuner Innenstadt. Und erst noch mit Überraschungseffekt.

Die warmen Sonnenstrahlen, das Zwitschern der Vögel und die blühenden Blumen machen den Sommer zu einer besonderen Jahreszeit. Am Strand liegen, durch den Wald wandern oder einfach nur auf dem Balkon entspannen geht mit dem richtigen Equipment. In der Thuner Innenstadt fehlt es an nichts, um die warmen Tage in vollen Zügen zu geniessen.

Stadt wird zum Konzertlokal

«Musik für alle», so lautet im Juni das Motto der Schlosskonzerte Thun. Mit der Konzertreihe On-Tour verlassen Künstlerinnen und Künstler für einmal den viel zitierten Konzertsaal und begehen sich auf die Strassen der Thuner Innenstadt. «Die Stadt wird dabei zum Konzertlokal», sagt Anja Christina Loosli, Co-Geschäftsführerin der

«Wir freuen uns, die Leute auf ihrer Einkaufstour mit Strassenmusik zu überraschen.»

Anja Christina Loosli, Schlosskonzerte Thun

Schlosskonzerte Thun. Gespielt wird dabei etwa im Bälliz, auf dem Rathausplatz oder im Strämu, aber auch ganz spontan in vereinzelt Geschäften mitten im Herzen der Stadt. Auftreten werden vorab junge Nachwuchskünstlerinnen und Künstler. Den Start zur Konzertreihe On-Tour macht am 11. Juni, Dannong Wu aus China mit seinem Akkordeon. Der in der chinesischen

1 Mit der Konzertreihe On-Tour der Schlosskonzerte Thun wird die Stadt zum Konzertlokal.

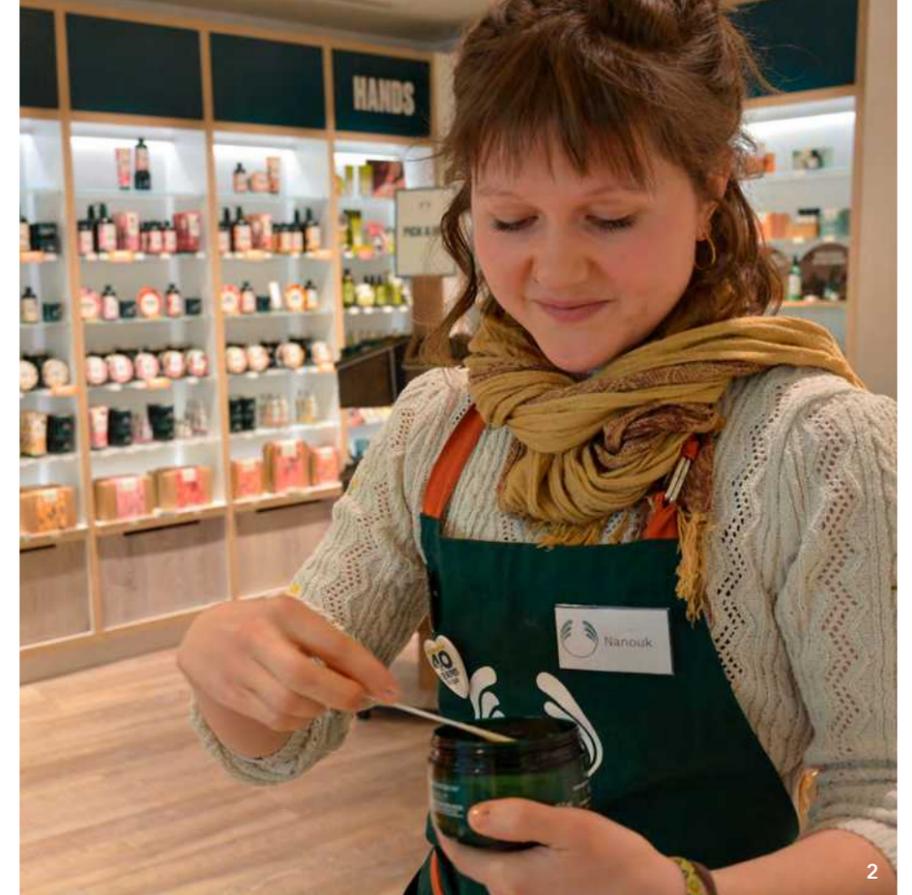
2 Natürliche und nachhaltige Produkte für die Körperpflege finden Kundinnen und Kunden im Geschäft The Body Shop bei Verkaufsberaterin Nanouk Gafner.

Akkordeonszene etablierte Künstler bildet sich aktuell an der Hochschule der Künste Bern weiter. Ein weiterer Leckerbissen wartet am 21. Juni mit dem Duo Canzonetta aus Genf auf Innenstadtbesucherinnen und -besucher. Bevor am 26. Juni die Vokalistin Damaris Brendle und der Posaunist Florian Weiss auftreten und improvisierend, mal leicht schwebend, mal erdig groovend und mal verspielt, Geschichten erzählen. «Wir freuen uns, wenn es uns gelingt die Leute auf ihrer Einkaufstour ganz spontan an unerwarteten Orten mit Strassenmusik zu überraschen», betont Anja Christina Loosli. Dies mit dem Ziel, nicht ganz alltägliche Musik einem breiten Publikum näherzubringen.

Überhaupt haben die Verantwortlichen der Schlosskonzerte Thun den ganzen Juni über abwechslungsreiche Konzerte zusammengestellt. So etwa ein Picknickdecken-Konzert am 13. Juni im Park der Villa Séquin oder einen Tag später das Orchesterkonzert in der Stadtkirche. Weiter Informationen zur Konzertreihe sind unter www.schlosskonzerte-thun.ch zu finden.

Von der Natur inspiriert

Der Sommer ist bekannt für seine warmen Temperaturen und die längeren Sonnenstunden. Es ist die Zeit, in der Jung und Alt gerne in der Thuner Innenstadt flaniert und Ausschau halten nach Produkten um die Sonne in vollen Zügen zu geniessen. Diesbezüglich gut aufgehoben sind Damen und Herren im Geschäft [The Body Shop](#) am [Bälliz 29](#). Dort finden Kundinnen und Kunden nicht nur die passende Sonnencreme mit hohem Schutzfaktor und Mehrfachfiltersystem. Zu finden sind natürliche



und nachhaltige Produkte für Körper- und Gesichtspflege, Kosmetik wie auch Parfüme. «Jedermann kann hier seinen Wünschen und Bedürfnissen nachgehen», erklärt Verkaufsberaterin Nanouk Gafner. The Body Shop setzt dabei auf Fair Trade-Partner. Zum Beispiel im westafrikanischen Staat Ghana. Dort stellen einheimische Frauen mit traditionellen Handwerkstechniken aus den Nusskernen der Früchte des Shea baums die sogenannte Sheabutter für Kosmetikprodukte her und generieren damit ein eigenes Einkommen. «Unsere Mission ist es, für eine gerechtere Welt zu kämpfen», ergänzt Nanouk Gafner. So kommen die im Geschäft erhältlichen Produkte gänzlich ohne Tierversuche aus.

Die Geschichte von The Body Shop hat 1976 mit Anita Roddicks Glauben an

etwas Revolutionäres begonnen. Business hat die Kraft Gutes zu tun, lautet das Credo. Oder anders gesagt: Zu geben statt zu nehmen. Für The Body Shop bedeutet dies, das Leben der Menschen und des Planeten zu bereichern. Die Produkte jedenfalls pflegen, begeistern und beleben. Sie sind ethisch produziert, vollständig vegan und von der Vielfalt der Natur inspiriert.

Ohne Reisefieber

Endlich mal raus, das ist Sommer. Für viele Leute verbunden mit Ferien, Ruhe, Entspannung, Reisen und Aktivitäten im Freien und mit Sonne tanken. Doch aufgepasst, die Haut verträgt nicht uneingeschränktes Sonnenbaden. «Sie vergisst nicht», weiss Erich Gubler, Inhaber der [Schlossapotheke](#) an der [Oberen Hauptgasse 33](#) in Thun. Und ergänzt: «Zuviel Sonne kann langfristige Schäden verursachen.» Wer sich draussen aufhält, sorgt also vor. Etwa mit adäquatem Sonnenschutz. Mit dem Ziel Sonnenbrand, Hitzschlag und Hautausschläge zu vermeiden. Erich Gubler empfiehlt Sonnenschutzmittel mit einem hohen Lichtschutzfaktor und rät empfindliche Bereiche wie Lippen,

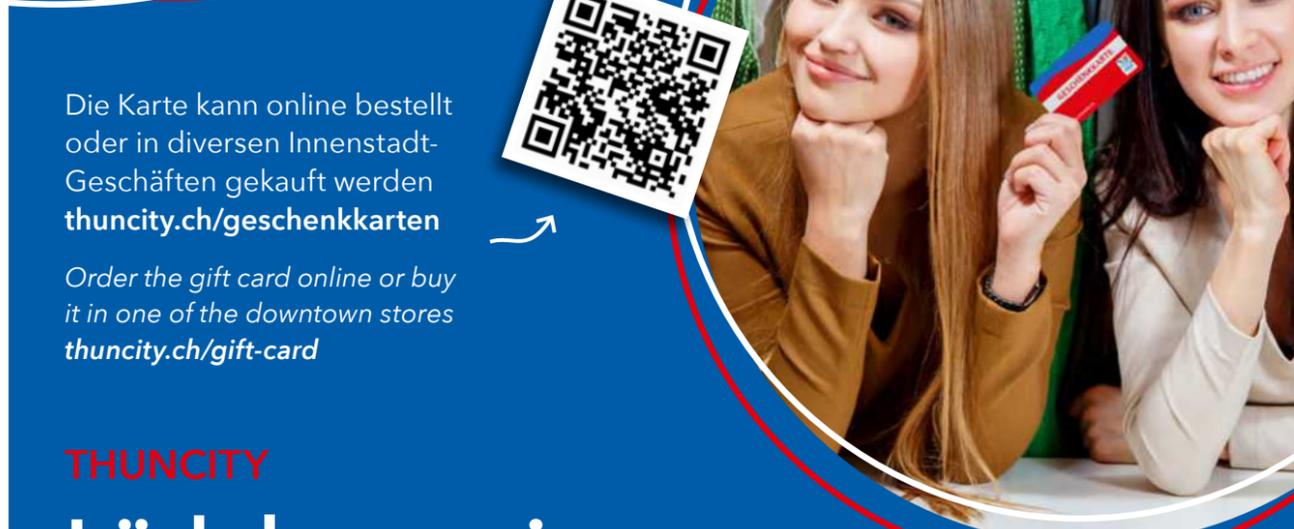
«Jedermann kann hier seinen Wünschen und Bedürfnissen nachgehen.»

Nanouk Gafner, Verkaufsberaterin The Body Shop



Inspirierende Geschenkideen und Souvenirs mit regionalem Bezug finden Sie in der Thuner Innenstadt thuncity.ch/spezialitaeten

Find inspiring gift ideas and souvenirs with a high reference to Thun at thuncity.ch/souvenirs



Die Karte kann online bestellt oder in diversen Innenstadt-Geschäften gekauft werden thuncity.ch/geschenkkarten

Order the gift card online or buy it in one of the downtown stores thuncity.ch/gift-card

THUNCITY

Lädele u gniesse ir Thuner Innestadt



Im Herzen der Stadt Thun laden über 300 Geschäfte und Restaurants zu einem attraktiven Shopping- und Genuss-Erlebnis ein!

In the heart of the city of Thun, over 300 stores and restaurants invite you to an attractive shopping and pleasure experience!



«Die Zecken-Impfung ist ein wirksamer Schutz.»

Erich Gubler, Inhaber der Schlossapotheke

Nase und Ohren besonders zu schützen. In der Schlossapotheke wird denn auch die individuelle Beratung gross geschrieben. Zumal der persönliche Hauttyp eine Rolle spielt.

Rat weiss das zwölfköpfige Team ebenso, wenn es um die Gesundheit auf Reisen geht. Häufig kommt es dabei zu Verdauungsproblemen. Das Risiko lässt sich einschränken, wenn nur gut gekochte, durchgebratene und heiss servierte Speisen gegessen werden. Dennoch lohnt es sich in der Reiseapotheke ein entsprechendes Präparat mitzuführen. Weiter gehören zum Beispiel Desinfektions- und Verbandsmaterial sowie entzündungshemmende Präparate ins Gepäck. Zudem warten die Fachleute der Schlossapotheke in Sachen Insektenschutz gleich mit länderspezifischen Tipps auf. Erich Gubler hat indes noch einen weiteren Tipp. Er spricht die Zecken-Impfung an. Meningoenzephalitis, bekannt als Gehirnhautentzündung, hat im vergangenen Jahr stark zugenommen. Ausgelöst wird die Infektionskrankheit durch den Biss einer infektiösen Zecke. «Die Impfung ist ein wirksamer Schutz», erklärt der Fachmann.

Bezahlen im Ausland einfach gemacht Sommer bedeutet auch Reisezeit und wer auf Reisen geht, benötigt ebenso Feringeld. «Wenn in der Reisedestination zugelassen, empfehlen wir, immer auch einen Teil des Reisegeldes in Bargeld der Landeswährung mitzunehmen», sagt Milena Antenen, Kundenbetreuerin bei der AEK Bank an der Hofstettenstrasse 2. Euro können dabei direkt am Schalter oder Bancomaten bezogen werden, andere Währungen lassen sich ganz einfach online via E-Banking oder an einem der Schalter der AEK Bank bestellen. Das bestellte Geld trifft jeweils zwei Arbeitstage nach dem Kauf per Post bei den Kundinnen und Kunden ein.

Nebst Bargeld empfehlen die Fachleute, mindestens zwei Kartenprodukte in die Ferien mitzunehmen. Beispielsweise die Debit Mastercard sowie eine Kreditkarte oder eine Travelkarte. Die Karten sind rechtzeitig zu bestellen und mit einem persönlichen Pin-Code einzurichten. Weiter sind die Karten für die zu bereisende Region freizuschalten. Dies kann über die entsprechende Karten-App, teilweise auch via E-Banking oder per Telefon gemacht werden.

3 «Die Haut vergisst nicht», sagt Erich Gubler, Inhaber der Schlossapotheke.
4 Wenn es um Feringeld geht, weiss Kundenbetreuerin Milena Antenen am Schalter der AEK Bank Bescheid.

In jedem Fall sei empfehlenswert, die debiX+-App für die Debit Mastercard, die Viseca one-App für die Kreditkarte und die Swiss Bankers-App für die Travelkarte zu installieren. In diesen Apps können die Transaktionen eingesehen, Benachrichtigungen aktiviert und Freigaben oder Sperrungen erfasst werden. Wichtig ist: Für das Nutzen der Apps werden mobile Daten (Datenroaming) benötigt.

Bargeldbezüge sind mit der Debit Mastercard meist kostengünstiger, als mit der Kreditkarte. Bei der Frage am Automaten, ob die Währung umgerechnet werden soll, ist es oft günstiger, in der Landeswährung zu bezahlen und die Umrechnung nicht direkt vorzunehmen. Auf der Hilfe- und Support-Website der AEK Bank finden sich alle wichtigen Telefonnummern für die Sperrung einer abhanden gekommenen Karte oder für Hilfe bei technischen Problemen.

Text und Bilder: Stefan Kammermann

