

# BÖDELI *info*

---

16. JAHRGANG  
FEBRUAR 2013

Offizielles Mitteilungsblatt für Vereine, Institutionen und Gewerbe von Interlaken, Matten, Unterseen, Beatenberg, Bönigen, Därigen, Goldswil, Gsteigwiler, Habkern, Iseltwald, Leissigen, Niederried, Ringgenberg, Saxeten, Sundlauenen, Wilderswil. Axalp, Brienz, Brienzwiler, Ebligen, Hofstetten, Oberried, Planalp und Schwanden.

## INTERVIEW

**«Die Kunden sollen merken, dass es ihnen besser geht.»**

Gabriela Haug,  
Geschäftsführerin  
Aare-Praxis Interlaken



# Teamgeist, Fleiss, Freude und viele Fans: 10 Jahre Aare-Praxis

**Die Geschichte einer kleinen Praxis. Die Geschichte einer Vision, totalem Einsatz, Suchen nach neuen Wegen zu hochgesteckten Zielen.**

Die ersten Schritte und die folgenden 10 Jahre Entwicklung beobachten zu dürfen, war ein Beweis für mich, was eine Vision, uneingeschränkter Wille Ziele zu erreichen, in der Folge schwierige Entscheide zu fällen, grosse Hürden zu nehmen und Erfolge zu verbuchen für Energien, Fantasie, Ehrgeiz und Talent freisetzen kann. Ich bin stolz auf unser Land und unsere Gesetze, die solches ermöglichen und fördern. Genau da liegt das Geheimnis des Erfolges für die sichere Schweiz: Löhne sind doppelt so hoch wie im nahen Deutschland, die schwerste Krise in ganz Europa betrifft unser Land nur am Rand, Arbeitslosigkeit ist fast unbekannt und wir leisten uns den Sozialstaat, Umweltschutz und Menschenrechte, die wir anderswo vergeblich suchen. Ich fordere alle Schweizer auf, zur Situation und zum Erreichten Sorge zu tragen und das gute Umfeld zu erhalten und nie zu gefährden!

Die Geschichte einer kleinen Praxis. Die Geschichte einer Vision, totalem Einsatz, Suchen nach neuen Wegen zu hochge-

steckten Zielen. Die Geschichte des konsequent und intensiv zusammen arbeitenden Teams. Und als Dank nach 10 Jahren: unzähligen Fans, die ihre hohen Ziel mit Unterstützung des Teams erreichten. Fans oder heute wohl eher Freunde, die mit besserer Ernährung Gewicht abbauten, mit mehr Bewegung Neues und meist vorher nie Dagewesenes erleben durften, dadurch ein neues Leben fanden und neu aufgestellt in die Zukunft blicken. Eigentlich nur das Ebenbild einer Erfolgsgeschichte, wie sie tausendmal von Kleinunternehmern geschrieben wird. Ziele, Fleiss, unermüdliches Arbeiten daran. Der Unterschied zwischen Kunden und Team? Keiner: Beide Seiten haben hohe Ziele, arbeiteten zusammen daran und finden so eine gute Zukunft. Alle sind Gewinner! Nur das kann das Fundament des Erfolges einer Firma sein.

Alles Gute zum Geburtstag, Aare-Praxis Team. Die besten Wünsche für die 2. Dekade. Die Kunden brauchen Euch!

Niklaus Haug



Niklaus Haug  
Goldswil

## IMPRESSUM

**Herausgeber/Realisation/Datenannahme für alle Beiträge/Inserate/Vereine** Weber AG Verlag, Sibylle Dräyer, Nina Ruosch, Gwattstr. 125, 3645 Gwatt, Tel. 033 336 55 55, Fax 033 336 55 56, e-mail: boedeli-info@weberag.ch  
**Leitung Bödéliinfo, Inserate und Gewerbeseiten** Doris Wyss, Brunnengasse 20, 3852 Ringgenberg, Tel. 033 822 33 54, e-mail: boedeli-info@weberag.ch  
**Vertreter des Vereinskonzents** Peter Wenger, Präs. Vereinskonzent, Postfach 336, 3800 Interlaken, Mobile 077 430 17 35; Nöldy Baumann, Präs. IG Sport Bödéli, Mobile 079 632 76 70  
**Titelseite** Gabriela Haug **Foto** zvg **Druck** Ilg AG, Druck & Medien, 3752 Wimmis **ISSN** 1662-0984  
**Auflage** 18000 Expl. **Erscheinungsweise** 12 x jährlich, jeweils am 1. des Monats

Beiträge per Mail an: [boedeli-info@weberag.ch](mailto:boedeli-info@weberag.ch) Annahmeschluss: **Dienstag, 12. Februar 2013**  
Alle Beiträge erscheinen auch im BrienzInfo

Lesen Sie uns  
online – weltweit:  
[www.boedeli-info.ch](http://www.boedeli-info.ch)



Als Gratis-App für  
iPhone und iPad

## «Viele glückliche Menschen als Ziel»

**Gabriela Haug führt seit zehn Jahren ihre Aare-Praxis in Interlaken. Sie hat bei null angefangen und beschäftigt mittlerweile sieben Angestellte. Ans Aufhören denkt Haug noch lange nicht – im Gegenteil: «Ich will sogar einen Gang höher schalten», sagt sie überzeugt.**

### **Frau Haug, Sie sind mit Ihrer Aare-Praxis im Schönheitsbereich tätig – werden Sie ausschliesslich mit diesem Segment verknüpft?**

Nein, bestimmt nicht. Wir sind sehr stark im Gesundheitsbereich tätig mit Resultaten im Schönheitsbereich. Gesunde Menschen wirken schöner. Menschen mit gesundem Bindegewebe bestimmt ebenso. Wir haben viele Kundinnen und Kunden, die keine Medikamente mehr benötigen, seit sie bei uns in Behandlung sind. Wir haben mit einer unserer Kundinnen entschieden, dass sie das Magenband rausnehmen soll. Ihre Ärztin hat sich dagegen gewehrt. Aber es geht ihr heute blendend, sie fühlt sich entscheidend besser und wirkt jünger und schöner. Wir arbeiten mit dem Säuren-Basen-Haushalt. Sind die Menschen über viele Jahre hinweg übersäuert, belasten sie mit ihrer Lebensweise ihr Immunsystem. Das bringt oft Probleme mit Arthrose, Rheuma oder auch Gicht mit sich. Zudem sind diese Leute anfälliger für viele Krankheiten wie Grippe usw. Natürlich gibt es keine Regel ohne Ausnahmen. Wir können jedoch mit dem sogenannten Body Reset und gezielter Bewegung in der Natur dazu beitragen, dass diese Symptome verschwinden. Zudem stärkt die Endermologie das Bindegewebe.

**«DIE ENDERMOLOGIE MUSS MIT HERZBLUT ANGEWANDT WERDEN.»**

Die Resultate verbessern tatsächlich das Aussehen der Menschen, lassen Cellulite verschwinden und die Leute fühlen sich entscheidend besser.

### **Was bedeutet Body Reset?**

Das ist die Ernährung. Jacky Gehring hat vor rund 20 Jahren den Säuren-Basen-Haushalt aufgegriffen. Wir empfehlen zudem andere Bücher zum Säuren-Basen-Haushalt: Wir beweisen täglich, dass dies funktioniert. Die heutige Lebensweise hinterlässt oft Übergewicht mit allen gesundheitlich negativen Einflüssen.

### **Wie funktioniert die Endermologie-Lipomassage?**

Mit einem Gerät führen wir die Massage durch. Dieses funktioniert mittels intensiver Roll- und Vacuum-Technik. Ich bin überzeugt davon: Diese Technik ist der beste Weg zum Erfolg. Das Bindegewebe wird stärker und Dellen (Cellulite) verschwinden. Zusammen mit gesünderer Ernährung und mehr Bewegung ergibt dies ein neues Lebensgefühl. Bei der Endermologie ist die Technik top; die Anwendung oft ein Flop. Genau hier wollen wir die Besten sein, sind immer auf dem neuesten technischen Stand und das ganze Team wird regelmässig weitergebildet. Zudem muss die Endermologie



Gabriela Haug

**Zur Person:**  
Gabriela Haug

Jahrgang: 1963

Zivilstand/Kinder:  
verheiratet  
zwei erwachsene Kinder

**Beruflicher Werdegang:**  
Grundschule in Unterseen, Berufslehre im Detailhandel in Thun, Arbeit in Zermatt + Interlaken, Weiterbildung zum Fitnesstrainer in Luzern, Familie, Ausbildung für Endermologie und Body Reset in Zürich und Nizza, Eröffnung Aare-Praxis, Weiterbildung im Fach

**Hobbies:** Sport, Musik, Pflanzen (riesiger Garten usw.)

[www.aare-praxis.ch](http://www.aare-praxis.ch)



Das Team der Aare-Praxis: Monica Rieder, Carmen Dietler (hinten, v.l.n.r.), Sue Heister, Susanne Jaggi, Ulla Feldmann (mitte, v.l.n.r.), Gabriela Haug und Monika Jungen (vorne, v.l.n.r.).

mit Herzblut angewandt werden, sonst hat man keinen Erfolg. Mit dieser Philosophie setzt sich auch mein Team zusammen: Sie müssen Freude an den Erfolgen haben und den sinnvollen Einsatz in diesem Beruf schätzen. Wir erhalten sehr gutes Feedback unserer Kunden, was mich immer wieder ausserordentlich freut und zu Neuem motiviert.

### **Sie haben vor zehn Jahren bei null angefangen – wie kamen Sie überhaupt auf die Idee, die Aare-Praxis in Interlaken zu eröffnen?**

Ich habe mich zu Hause um meine Familie und Kinder gekümmert. Für mich war immer klar: Sind meine Kinder älter, werde ich wieder arbeiten. Durch einen Bekannten kam ich auf die Endermologie. Ich fuhr nach Zürich, später nach Frankreich und habe sie näher betrachtet und getestet: Ich war fasziniert. Da ich bereits vorher in diesem Segment gearbeitet habe, war die Grundlage da. Ich hatte stets ein Interesse für die mentale und körperliche Veränderung der Menschen.

### **Mittlerweile beschäftigen Sie sieben Angestellte...**

...Mein Kader besteht seit etlichen Jahren aus vier Personen und sie sind alle noch in der Aare-Praxis angestellt. Monika Rieder, meine rechte Hand, ist bereits neuneinhalb Jahre bei mir. Wechsel gab es nur bei Jüngeren im Team, die sich verändern wollten. Das verstehe ich.

### **Kommen Menschen in Ihre Praxis, die verzweifelt sind wegen Ihres Gewichts?**

Wir haben jeden Aspekt bei uns in der Praxis. Es gibt Kunden, die zu uns kommen, um die Endermologie anwenden zu lassen. Es gibt jedoch auch jene, die sehr verzweifelt sind und die gesamte Diätpalette ausprobiert haben. Meine älteste Kundin kam 84-jährig zu mir in die Aare-Praxis. Sie hatte den Wunsch, ihre Reiterhosen los zu werden. Sie wandte die Säuren-Basen-Ernährung an, hat fünf Kilos abgenommen – und ist sehr glücklich darüber.

### **Sie sind auch im Schönheitsbereich tätig. Ein Bereich, bei dem die Menschen während Krisen eher sparen. Spüren Sie das?**

Krise? Bisher spüre ich sie nicht. Unsere Kunden scheinen nicht an sich und ihrer Gesundheit zu sparen. Wenn es ihnen gut geht, geht es auch ihrem Umfeld gut. Und das ist viel wert.

### **Nehmen mehr Frauen oder Männer Ihre Dienstleistungen in Anspruch?**

Ganz klar mehr Frauen. Wir haben jedoch auch einige Männer als Kunden. Sehr oft sind die Männer unserer Kundinnen indirekte und begeisterte Kunden:

Sie machen die Umstellung der Ernährung und begleitend mehr Bewegung in der Natur unserer Kundinnen mit. Mit unglaublichen Erfolgen. Einerseits verlieren sie lästige Pfunde, fühlen sich besser und das gemeinsame Ziel, mit ebenso gemeinsamer Bewegung in der Natur, wirken in der Beziehung oft Wunder.

### **In der Gesellschaft wird die Schönheit immer wichtiger...**

...Sie steht bei uns nicht im Vordergrund, ist jedoch für die Kunden sehr wichtig. Weniger Gewicht, mehr Fitness und alles in allem das neue Lebensgefühl ergibt auch mehr Schönheit. Ich finde es schön, wenn sich die Menschen um sich selber kümmern.

### **Die Menschen, die zu Ihnen kommen, sollen nicht nur abnehmen?**

Nein. Die Kunden sollen merken, dass es ihnen besser geht. Für mich ist das ein wichtiger Faktor. Wir stellen die Leute allerdings auch auf die Waage – was für viele eine Motivationshilfe sein kann. Ich denke, dass wir bei den meisten Kunden das verändern, was das heutige Leben oft negativ beeinflusst: bewusster gesund essen und mehr Bewegung. Mit der Stärkung des Bindegewebes und insgesamt damit schöneres Aussehen. Man fühlt sich zudem entscheidend besser. Wir möchten den Leuten das geben, was sie wollen.

### **Sie führen Ihre Praxis nun seit zehn Jahren. Haben Sie nie daran gedacht, aufzuhören?**

Mein Ehemann hat mich gefragt, ob ich nicht weniger arbeiten möchte. Ich habe zehn so gute Jahre hinter mir, dass ich weiter machen werde. Ich habe das beste



*Gabriela Haug in ihrer Praxis, die sie seit zehn Jahren führt.*

Team, die Arbeit in der Praxis macht wirklich Spass. Und wir erleben zahlreiche schöne Geschichten in der Praxis.

### **Die Aare-Praxis gibt es noch in zehn Jahren?**

Wenn alles gut geht, dann führe ich die Praxis noch einmal zehn Jahre. Das bedingt, dass ich mich weiter fortbilde und am Ball bleibe. Die Entwicklung ist nicht aufzuhalten und das ganze Team wird mithalten.

### **Was haben Sie sich für Ziele gesetzt?**

Viele glückliche Menschen.

### **Wer zuletzt lacht...**

«Eine Neukundin besuchte unsere Praxis, um sich zu informieren», sagt Gabriela Haug. Sie äußerte sich, dass ihr Mann das Ganze total belächle. Nach einigen Monaten habe ihr Mann die Aare-Praxis besucht, um dem Team mit feuchten Augen und voller Freude im Gesicht zu erklären: Eine Freundin benötige er nun nicht, und er bedankte sich herzlich für seine «neue Frau».