# winbib

# **Bibliothek Oberi**



## LESEN BLEIBT – VORLESEN IST ETWAS FÜR ALLE ALTERSGRUPPEN

Die Erinnerung an den bevorstehenden Redaktionsschluss für diese Ausgabe der Quartierzeitung wird vom Wunsch begleitet, dass alle Beteiligten trotz reduzierter Aktivitäten etwas Interessantes zu berichten vermögen.

Sicher ist es Ihnen auch aufgefallen: Lesen geht immer! Ja mit ihren traditionellen unaufgeregten Angeboten hat die Bibliothek etwas Tröstliches. Manche kommen genau deswegen, dem Angebot an Geschichten, Dingen, die anderen passieren (aber ja nicht einem selbst) oder eben Geschichten, die genauso einem selbst schon passiert sind oder hoffentlich noch passieren werden.

Wer nicht reisen, ins Theater oder zu Einladungen gehen kann, sucht nach Abwechslung. Es wird zurzeit wieder mehr gelesen und es wird vermehrt vorgelesen. Als Liebhaberinnen von Büchern freut uns das. Vorlesen oder gemeinsam Lesen hilft sehr beim Lesen lernen bzw. beim leichter lesen lernen. Von Lehrpersonen, die uns mit ihren Klassen übers Jahr besuchen, erfahren wir immer wieder, dass sogar Jugendliche immer noch gerne Vorgelesen bekommen. Das mag daran liegen, dass sie rundum mit vielen Anforderungen konfrontiert sind und diese Form des Entspannens sehr geniessen. Es mag aber auch daran liegen, dass sie beim Zuhören Zugang zu anderen Kräften bekommen oder neue Kräfte freisetzen. Wir leben ja mit mindestens fünf Sinnen; mit Kopf, Herz und Bauch leben wir ganzheitlich; und Geschichten sprechen alle unsere Sinne an. Der Weg allerdings, wie sie uns anzusprechen vermögen, ist unterschiedlich und er kann geschult, erweitert bzw. geweckt werden. So haben wir gerade kürzlich Eltern immer wieder dazu ermutigt, ungeachtet des Alters, in der Familie das Vorlesen wieder mehr zu kultivieren. Es gibt Dauerbrenner, an denen alle Altersstufen Freude haben können. Und es ist nicht aus-

## Lesen geht immer!

geschlossen, dass ein bisher als Lesemuffel bekanntes Familienmitglied plötzlich wissen will, wie die Geschichte weitergeht und nicht auf das nächste Vorlesezeitfenster warten mag, sondern das aktuelle Vorlesebuch an sich reisst und damit in einer stillen Ecke verschwindet. Die Begeisterung oder Neugier der oder des Vorlesenden wirkt unbedingt ansteckend. Probieren Sie es doch einmal aus!?

Wir haben unser Vorleseangebot für Vorschule und Kinder ab 6 Jahren ausgebaut, aktualisiert und ein wenig umgestellt. Wie immer gilt: Fragen Sie nach! Machen Sie uns auf Bücher aufmerksam, die Ihnen bei uns fehlen!

Noch ein Tipp für das Erstlesealter: Abgesehen vom will-kommenen Vorlesen oder Hörbücher / Tonies hören, ist es sehr förderlich zu zweit laut oder halblaut zu lesen. Kinder die ihre Verknüpfungen im Hirn schwerpunktmässig mit den Ohren aufbauen, können besser lernen, wenn jemand halblaut mitliest während sie mit Eifer den Finger von Wort zu Wort ziehen lassen. Eine beruhigende Stimme hilft möglicherweise auch über die Aufregung und Schüchternheit hinweg, die sich hin und wieder ja auch ganz gewaltig ins Lernen einmischt. Tandemlesen funktioniert auch unter Kindern. Damit ist gemeint, ein lesestarkes kann ein noch «leseschwaches» beim gemeinsamen, halblauten Lesen unterstützen.

Die Winterthurer Bibliotheken bieten mit der Bibliothek am Kirchplatz und 6 Quartierbibliotheken ein vielfältiges Angebot für alle Interessierten. U.a. Kinderbücher, Tonies, Hörbücher, Romane, Sachbücher, Landkarten, Games, 3D-Drucken, Beratung im Umgang mit elektronischen Geräten (speziell natürlich e-Readern), Unterstützung bei administrativen Alltagsthemen (s.a. werkstadt). Sie haben die Möglichkeit zwischen vier verschiedenen Abos zu wählen. Die Benutzung für Kinder und Jugendliche ist bis zum 16. Lebensjahr gratis.

## **VERANSTALTUNGEN 2021** (mit Schutzkonzept)

Zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses ungewiss. Aktuelles unter www.winbib.ch oder via Tagespresse.

## **VORANKÜNDIGUNG:**

26. Mai Schweizer Vorlesetag

12. Juni Eröffnungsfest Lesesommer

Ihr Bibliotheks Tandem Oberwinterthur Hegi

# Standschützen Oberwinterthur

## News

(PR) Ein für uns Standschützen eher bescheidenes Jahr liegt hinter uns, Corona hat viele Einschränkungen, Absagen und Auflagen gebracht. Die Gesundheit stand zu Recht im Vordergrund, unser Hobby musste vielfach hintenanstehen. So bleibt uns ein zwiespältiges 2020 und viel düstere Stimmung in Erinnerung, wie man es zuletzt wohl in den Kriegsjahren vor rund einem Dreivierteljahrhundert hatte. Zwar sind nun Corona-Impfstoffe da, aber auch viele Zweifel in der Bevölkerung, ob diese wirklich wirken. Nun, man wird es sehen. Wir sollten es positiv betrachten und keinen Perfektionismus erwarten, sondern einen Weg, das Problem zu vermindern.

Mit der gleichen Einstellung wollen wir auch in die Schützen-Saison 2021 starten. Nicht zu viel erwarten, Geduld haben, und uns freuen, wenn die Aussichten besser werden. Das Gleiche rate ich auch Ihnen, liebe Leser, im Wissen, dass es nicht immer ganz einfach ist. Wir dürfen die Hoffnung nie aufgeben, nach em Rägä schient d'Sunnä wie ein berühmtes Lied weissmacht, am liebsten bald.

## SCHWEIZERISCHE SEKTIONSMEISTERSCHAFT – 2 TAGE VOR DEM FINAL PLATZT DER TRAUM

Es hätte das Highlight von 2020 werden können, der Final der Schweizerischen Sektionsmeisterschaft in Thun Ende Oktober. Mit hohen 98.928 Punkten Schnitt hatte wir uns als Dritte für den Final qualifiziert und somit berechtigte Hoffnungen, um Medaillen kämpfen zu können. 2 Tage vor dem Final kam dann leider die Absage wegen Corona, und rangiert wurde aufgrund der Summe beider Vorrunden. Pech für uns, denn in der 1. Runde waren wir «nur» 10. gewesen, was dann zusammen mit der 2. Runde zu Schlussrang 5 führte. Es hat nicht sollen sein, leider!

### **CORONA-KONFORMES JAHRESABSENDEN**

Ende Jahr treffen wir uns jeweils zum Jahresabsenden, einem immer feierlichen Anlass. In 2020 war dies leider nicht möglich. So wurden die Preise via WhatsApp verteilt, indem unser Präsi Marcel zuerst alle Gaben fotografierte und dann Rang für Rang die Gabenberechtigten anschrieb, die danach ihren Preis auswählen konnten. So herrschte doch ein bisschen Spannung, bis alles verteilt war. Tags darauf machte er dann die grosse Runde und brachte die Gaben den Gewinnern vorbei. Danke vielmals, Marcel, einmal mehr hast Du auch in diesem Falle eine gute Lösung gefunden.

#### TRAURIGE NACHRICHTEN

In der 2. Jahreshälfte mussten wir dann noch zwei traurige Nachrichten entgegennehmen, weil uns liebe Kameraden



für immer verlassen haben. Am 28. Juli verstarb Walter Meier, am 26. November Werner Zellweger, beide waren im 87. Altersjahr. Walter war seit 1972, Werner seit 1980 Standschützenmitglied, beide waren als liebe Kameraden sehr geschätzt. Walter war ein engagierter Matchschütze und fleissiger Oblihelfer, Werner war ebenfalls recht aktiv und als langjähriger Wirt im Restaurant Harmonie ein grosszügiger Gastgeber und treuer Standschütz-Supporter. Wir hoffen, die beiden haben es schön im Schützenhimmel, und bewahren ihnen ein ehrendes Andenken.

### 2021, wie weiter?

Die Hoffnung stirbt bekanntlich zuletzt. Zwar wurden schon alle Anlässe für Januar und Februar abgesagt, die wir auf unserem Jahres-Programm hatten. Vielleicht klappt es ja dann im März. Highlight des Jahres dürfte das Eidgenössische Schützenfest im Juni/Juli in Luzern werden, das schon in 2020 über die Bühne hätte gehen sollen, aber dann um 1 Jahr verschoben wurde. Am 29. Mai möchten wir zudem unsere neue Vereinsfahne einweihen, sicher auch etwas Besonderes, das auch in 2020 hätte stattfinden sollen. Nur wenige Insider wissen, wie sie ausschaut, die meisten von uns sind daher sehr gespannt auf den Moment, sie erstmals zu erblicken. Es ist ein bisschen wie mit Corona, wir alle warten auf das Wunder und hoffen, aber mit einem grossen Unterschied: bei Corona, dass es bald vorbei ist, bei der Fahne, dass sie uns lange erhalten bleibt.

Zum Schluss möchten wir uns bei allen bedanken, die unseren Verein auch in schwierigen Zeiten unterstützt haben, sei es als Helfer, Gönner, Sponsoren und Inserenten. Aber auch jenen, die uns ab und zu die Daumen drücken, die Berichte lesen und ein gutes Wort für uns einlegen. Wir wünschen allen ein gutes 2021. Bliebid gsund, und alles Gueti.

Auskünfte: Präsident Marcel Ochsner, Löwenstrasse 5, 8400 Winterthur; Telefon: 052/212 29 66; Mail: marcel.ochsner@bluewin.ch



# Frauenchor Oberi

## Ein Glück von kurzer Dauer!





Unser Proberaum während Corona im St.Arbogast

Die Freude war gross, als nach den Sommerferien unsere Chorproben wieder stattfinden konnten, natürlich mit den vorgeschriebenen Schutzvorkehrungen wie:

- Abstand von 1,5 m zwischen den Sängerinnen konsequent einhalten
- Hände vor und nach der Probe mit Seife waschen oder desinfizieren
- keine Umarmungen und keine Küsschen

Anfänglich war es etwas gewöhnungsbedürftig, mit diesem Abstand voneinander entfernt zu singen. Jede Sängerin hörte vor allem sich selbst und musste sich sehr konzentrieren, auch die anderen Stimmen wahrzunehmen. Da wir aber ausschliesslich uns wohlbekannte Lieder sangen, wo wir uns in den einzelnen Stimmen auch sicher fühlten, klappte das eigentlich ganz gut. Allmählich fühlten wir alle uns wieder recht wohl. Hauptsache war, dass wir wieder zusammen singen durften! Doch die Freude war von kurzer Dauer. Nach drei Wochen war leider wieder Schluss. Corona war erneut Spielverderber.

Der Vorstand hat sich Gedanken gemacht, wie das Zusammengehörigkeitsgefühl unter den Sängerinnen aufrechterhalten werden kann. Die Adventszeit schien uns der richtige Zeitpunkt, um den Sängerinnen eben dieses Gefühl zu verleihen. Für jede der 4 Adventswochen und für Weihnachten erwartete die Sängerinnen ein kleines Geschenk in ihren Briefkästen. Diese Überraschung ist gelungen und die Freude unter den Sängerinnen spürbar.

**Wann** und **Wie** es im neuen Jahr weitergehen wird, ist noch offen. Eines jedoch ist klar, wir wollen wieder singen! Hoffentlich schon bald, denn Singen tut uns gut!

#### Liebe Frauen

Besucht uns doch einmal bei einer unserer Proben, wenn diese dann wieder stattfinden können.

Jeweils Montagabend von 20.00 – 21.30 Uhr

im reformierten Kirchgemeindehaus St. Arbogast, Oberwinterthur.

Wir freuen uns auf euch.

Auskunft gibt gerne unsere Präsidentin Marianne Stutz, Tel. 052 233 65 18

## Ihre natürliche Musikalität entdecken und verfeinern

Einzel - und Gruppenstunden für

## KLARINETTE Stimme und andere Instrumente

für Berufs- und Amateur- MusikerInnen, Kinder, Jugendliche und Erwachsene

> Musik-Raum Für Kreatives Musizieren

> > Anita Walser

Tel. 052 232 51 63 wal.an@bluewin.ch 8400 Winterthur



# Keine Bühne? - Na dann eben im Park!

Bereits während des Lockdowns im März wurde klar, dass im Jahre 2020 wohl keine Aerobic Wettkämpfe stattfinden würden. Dadurch ergab sich mehr Zeit für anderes - wie diese Bilder zeigen.

Die Trainings von SAWIN im Corona-Jahr fanden so regelmässig und intensive statt, wie es die jeweiligen Schutzkonzepte gerade zuliessen. Man musste flexibel bleiben. Ohne Wettkämpfe fiel natürlich ein gewisser Druck weg und es entstand Platz für andere Aktivitäten. Wie zum Beispiel ein professionelles Fotoshooting unter freiem Himmel. Und was dabei entstanden ist und wie viel Spass die Athleten an diesem Samstagvormittag hatten, kann man auf diesen Fotos sehen





Figuren und Formen, wie sie sonst im Training nicht vorkommen.

Lebendige «Kunst im Park»



Nicht auf Parkett, sondern für einmal auf der freien Bühne der Natur.



So kann man sich natürlich auch am Kopf kratzen.





Ein Zusammenwirken, das Halt gibt.



jederzeit und überall.

## Ref. Kirche

## Die Kirche wird digital und bleibt doch analog!

Während diese Zeilen verfasst werden, steht ein neuer «Lockdown light» bevor. Alle kulturellen, sportlichen Anlässe und Ähnliches sind nicht mehr erlaubt. Von Zusammenkünften von mehr als 5 Personen wird abgeraten. Politische Versammlungen und Gottesdienste bis 50 Personen sind jedoch weiterhin erlaubt und auch sehr wichtig für uns alle. Bis zum Frühling wird hoffentlich wieder etwas Alltag einkehren und Lockerungen der Einschränkungen werden in Kraft sein.



Die Kirchgemeinde Oberwinterthur bleibt also für alle da, sei es persönlich oder per Telefon. Die

eingerichtete Corona-Hotline (052 242 28 67) gibt Auskunft über die Durchführung von Anlässen in der Kirchgemeinde. Auch können Seelsorgegespräche über diese Nummer vereinbart werden.

Damit die Beschränkung von 50 Personen bei Gottesdiensten eingehalten werden kann und niemand vergeblich in die Kirche kommt, kann man sich dazu anmelden: über die Homepage www.refkircheoberi.ch, Menüpunkt «Online-Anmeldung» oder telefonisch über die Corona-Hotline (an Werktagen, 8 bis 12 Uhr).

## Gottesdienste werden live übertragen

Zusätzlich werden die Sonntagsgottesdienste bis auf Weiteres auf der Webseite www.refkircheoberi.ch live übertragen

und können somit zu Hause mitverfolgt werden. Wenn Sie den nebenstehenden QR-Code mit Ihrem Gerät scannen, werden Sie direkt auf die entsprechende Seite geleitet. Auf dieser Seite können Sie die letzten drei vergangenen Gottesdienste auch im Nachhinein anschauen.



Wir filmen vom vordersten Kirchenbank aus. Besucherinnen und Besucher des Gottesdienstes sind auf den Aufnahmen also nicht zu sehen.

Wir freuen uns auf Sie, digital oder analog! Bleiben Sie gesund!



## DAS VIDEO-TEAM SUCHT VERSTÄRKUNG

Seit Ende November werden immer wieder Gottesdienste aus der Kirche St. Arbogast live übertragen. Es ist uns ein Anliegen, dabei die Perspektive der Besucherin bzw. des Besuchers zu vermitteln, weshalb wir direkt vom vordersten Kirchenbank aus filmen. Ausserdem legen wir Wert auf gute Bild- und Tonqualität.

Das bedeutet, dass die Übertragungen nicht automatisiert erfolgen, sondern jemand aus dem Video-Team vor Ort ist und sowohl die Kameras als auch das Video- und das Audiomischpult bedient. Zudem muss die Ausrüstung, unterstützt von den Sigristen, auf- und abgebaut werden.

### **Helfen Sie mit!**

Diese Aufgaben sind zwar sehr interessant und befriedigend, aber auch zeitintensiv (ca. 4 Stunden pro Übertragung). Deshalb freuen wir uns, wenn wir die Einsätze auf mehrere Köpfe verteilen können.

Haben Sie ein Flair für Technik und Gestaltung und möchten Sie mithelfen, die Gottesdienste auch denjenigen zugänglich zu machen, die derzeit die Kirche nicht besuchen können? Dann melden Sie sich bitte bei Pfr. Felix Gietenbruch (052 243 30 35, felix.gietenbruch@reformiert-winterthur.ch).

# Ref. Kirche

## Jerusalema - ein Lied geht um die Welt

«Jerusalema» ist ein Lied, das der südafrikanische Komponist und Produzent Master KG (mit bürgerlichem Namen Kgaogelo Moagi) im Jahr 2019 mit der Backgroundsängerin Nomcebo Zikode aufgenommen hat. Im Jahr 2020 wurde der Song durch selbstaufgenommene Tanzvideos von Menschen aller Altersgruppen zu einem weltweiten viralen

Nachdem einige junge Angolaner ein Tanzvideo dazu gedreht und online gestellt hatten, begann ein Video-Boom, der das Lied weltweit bekannt machte. Auf allen Kontinenten versetzt es Menschen in Tanzlaune - trotz oder auch gerade wegen der Corona-Pandemie. Die Videos zeigen Menschen aller Altersgruppen, darunter auch das Pflegepersonal eines Krankenhauses oder italienische Nonnen

und Mönche. «Jerusalema» kam in zehn Ländern auf Platz eins der Charts, darunter Südafrika, Frankreich, Rumänien, Portugal und Italien.

Der Text lautet übersetzt: «Jerusalem ist meine Heimat, schütze mich, begleite mich ...», und er hat eine durchaus religiöse Komponente. Das Lied zeigt das Bedürfnis aller Menschen nach Verbundenheit, Gemeinschaft, Schutz und Heimat.

Schauen Sie auf Youtube unter «Jerusalema Dance» der Polizei, dem Pflegepersonal, Mönchen und Nonnen, Kindern auf der ganzen Welt beim Tanzen zu und machen Sie mit - gemeinsam kommen wir durch die Pandemie! Bleiben Sie gesund!









## In guter Gesellschaft

## Exerzitien im Alltag (Meditationsübungen)

Hören, wer ich sein kann.

Informationstreffen für Interessierte: Mittwoch, 27. Januar, 19.30 Uhr in der Krypta St. Peter und Paul, Tellstr. 11a, Winterthur.



Impulstreffen in St. Peter und Paul:

Mittwochs, 19.30 Uhr: 24. Feb., 3./10./17. März 2021 Donnerstags, 14.00 Uhr: 25. Feb., 4./11./18. März 2021

Impulstreffen in St. Urban:

Donnerstags, 19.30 Uhr: 25. Feb., 4./11./18. März 2021

Begleitung: Barbara Amon, Maren Büchel, Astrid Knipping, Peter Koller, Brigitte Poggiolini, Anni Rickenbacher, Stefan Staubli, Michael Weisshar

Infos: barbara.amon@reformiert-winterthur.ch

Sie Spielzeug tauschen, das zu Hause nicht mehr benutzt wird, und dafür ein spannendes neues Spielzeug mitnehmen? Dann «herzlich willkommen» am Bring- und Holtag! Gebracht werden können gut erhaltene, gebrauchsfähige Artikel, sauber und in gutem Zustand für Kinder bis ca. 5 Jahre (Kleider bis Gr. 128, bitte keine Unterhosen/Unterhemden), Spielsachen, Kinderartikel wie Schoppenwärmer, Kleinmöbel wie Hochstühle, die man mit zwei Händen tragen kann.

Annahme: Montag, 15. März bis Freitag, 19. März, 9–11 Uhr. Bringen und holen – gratis. Die Durchführung erfolgt voraussichtlich mit Einlass in kleinen Gruppen. Rechnen Sie daher mit Wartezeiten.

## **HEKS Konversationskurs Deutsch (bis 12.7.21)**

Seit September läuft der Jahreskurs von HEKS im Zentrum am Buck: montags, 18.30–20.20 Uhr. Eine Lektion kostet 5 Franken (Jahreskurs ca. Fr. 400.–).

Niveau ab A2. Ein Einstieg ist bei freien Plätzen jederzeit möglich. Informationen und Anmeldung: HEKS Regionalstelle Zürich/Schaffhausen, Deutsch Konversation, Tel. 044 360 89 70, konversation@heks.ch

Zentrum am Buck, Am Buck 2a, 8404 Winterthur, 052 242 14 43, zentrumambuck@reformiert-winterthur.ch Bürozeiten: Mo.–Fr. 9–11 Uhr. www.refkircheoberi.ch

## Zentrum am Buck

## Kreativgruppe

Jeden Donnerstag, 14-16 Uhr

Hast du einen «Knopf» beim Stricken oder möchtest du dich über eine Häkelarbeit austauschen? Wir arbeiten an etwas Eigenem oder stellen etwas für die Verkaufsecke her. Lust auf ein Spiel? Nimm dein Spiel mit oder schau, welche es bei uns gibt! Oder möchtest du gemütlich einen Tee oder Kaffee geniessen? Alles ist möglich in der Kreativgruppe. Kostenbeitrag: Material, das für den Eigenbedarf benötigt wird. Eine Anmeldung nicht erforderlich.

## Bring-und Holtag für Baby- und Kleinkinderartikel

Samstag, 20. März, 9–12 Uhr

Möchten Sie weitergeben, was sie selbst nicht mehr gebrauchen können, weil die Kinder schon wieder gewachsen sind? Suchen Sie neue Lese- oder Bilderbücher? Möchten

## Quartierarbeit Hegi

#### Spaghetti-Essen Hegi

Provisorisch geplant: 3. März und 7. April, 11.45–13.00, Kaffee bis 13.30 Uhr, Mehrzweckraum Reismühleweg 48 Zusammen essen, sich austauschen, neue Kontakte knüpfen und pflegen, gemeinsam lachen und sich verbunden fühlen – das alles können Sie am Spaghetti-Essen.

Erwachsene Fr. 7.-, Kinder/Jugendliche Fr. 5.-, Kinder bis 6 Jahre gratis. Anmeldung jeweils bis Mo. vor dem Durchführungstag um 10 Uhr an: hegi@reformiert-winterthur.ch oder 052 242 14 43 (Sekretariat Zentrum am Buck).

Erlös fürs HEKS-Projekt «Bessere Erträge für Bauern in Nord-Kivu, DR Kongo»

In Anbetracht der aktuellen Situation bitten wir Sie, sich auf **www.refkircheoberi.ch**, unter 052 242 28 67 (Tonband) oder beim Aushang im Kirchgemeindehaus zu informieren, ob die Veranstaltungen durchgeführt werden können.

# Gesundheit

## Was hilft bei Hämorrhoiden

Wenn es nach dem Stuhlgang juckt oder brennt und ein harter Stuhl Schmerzen verursacht, ist oft eine Vergrösserung oder Entzündung der Blutgefässe am After die Ursache. Das Thema Hämorrhoiden wird ungern angesprochen, aber mit den richtigen Massnahmen kriegen Sie Beschwerden leichter Form gut in den Griff. Lassen Sie sich dazu in der Apotheke beraten.

#### **WORUM GEHT'S?**

Am Darmausgang befindet sich ein Gefässpolster, das für den Feinverschluss des Afters verantwortlich ist. Bei einer übermässigen Erweiterung dieser Gefässe spricht man von einem Hämorrhoidalleiden. Je nach Schweregrad der Vergrösserung der Hämorrhoiden werden vier Stadien unterschieden (Abbildung 1).

#### **SYMPTOME**

Bei vergrösserten Hämorrhoiden wird die Gefässwand fragiler und durchlässiger. Das früheste Erkennungszeichen sind kleine Blutungen, welche hellrote Spuren auf der Oberfläche des Stuhls oder dem Toilettenpapier hinterlassen. Bei weiterer Strapazierung der Gefässe durch harten Stuhl oder durch regelmässiges, starkes Pressen können Schmerzen beim Stuhlgang und Brennen oder Juckreiz am Anus hinzukommen. Die offenen Stellen können sich sogar entzünden. Möglicherweise können auch ein dumpfer Druck und Schmerzen im Enddarm auftreten. Im späteren Stadium lassen sich schmerzende Knoten im äusseren Analbereich ertasten.

#### **URSACHE**

Häufig kämpfen junge Frauen während der Schwangerschaft oder nach der Geburt aufgrund des gelockerten Bindegewebes mit vergrösserten Hämorrhoiden. Auch starkes Pressen beim Stuhlgang wegen hartem Stuhl kann Hämorrhoiden verursachen. Der gewählte Lebensstil hat ebenfalls einen grossen Einfluss.

## PRÄVENTION UND BEHANDLUNG

Bei leichten Fällen von Hämorrhoiden können folgende Tricks Linderung verschaffen: Verwenden Sie weiches Toilettenpapier und reinigen Sie den Analbereich nach jedem Stuhlgang gründlich von vorne nach hinten, um das Verschleppen von Keimen zu vermeiden. Erhöhen Sie Ihre Trinkmenge auf mindestens zwei Liter pro Tag und ergänzen Sie Ihre Ernährung mit vielen Ballaststoffen und Pflanzenfasern, dadurch wird der Stuhl weicher. Bauen Sie Bewegung in Ihren Alltag ein, um die Darmtätigkeit anzuregen. Vermeiden Sie langes Sitzen auf der Toilettenschüssel. Es kann helfen, dabei einen Schemel unter die Füsse zu stellen, um eine optimale Positionierung des Darms zu erreichen. Das machen Sie schon alles, ohne Erfolg? In gewissen Situationen ist eine medikamentöse Therapie nötig. Ein stuhlaufweichendes Medikament vereinfacht den Stuhlgang. Salben oder Sitzbäder auf Basis von Gerbstoffen wie Hamamelisoder Eichenrindenextrakt wirken gefässverengend und entzündungshemmend. Weiters sind auch Salben, Zäpfchen oder Feuchttücher mit gefässverengenden oder schmerzlindernden Stoffen aus der Schulmedizin erhältlich. Bei einer allgemeinen Gefässschwäche sind auch venenstärkende Mittel zum Einnehmen sinnvoll. Die aufgezählten Hämorr-



Kantonal anerkannte
Privatschule für Primarund Sekundarstufe

zentral, kl. Gruppen, familiär, individuell & werteorientiert

Einladung Infoabend Di. 19. Jan 21 – 19:30

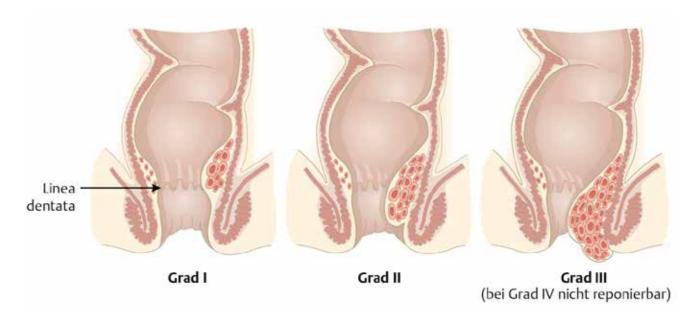
Anmeldung: office@itsmove.ch / www.itsmove.ch

Rudolf-Diesel-Strasse 24, 8404 Winterthur (vis-à-vis Grüzemarkt)

# Herren Coiffure

Doris Deragisch

Telefon 052 242 93 31 Römerstrasse 162 • 8404 Oberwinterthur Abbildung: Es werden vier Schweregrade von Hämorrhoidalleiden unterschieden. Grad I ist von aussen nicht sichtbar. Bei Grad II treten die vergrösserten Hämorrhoiden beim Pressen heraus, ziehen sich aber selbständig zurück. Bei Grad III lassen sich die Hämorrhoiden noch manuell zurückschieben, was bei Grad IV nicht mehr möglich ist.



hoidenmittel haben sich auch zur Anwendung während der Schwangerschaft und Stillzeit als sicher erwiesen. Sollten die Beschwerden so nicht abklingen, ist ein Arztbesuch angezeigt. Der Arzt kann dann bei starker Entzündung Kortison-haltige Salben oder Zäpfchen verschreiben, oder bei wiederkehrenden Beschwerden eine Verödung veranlassen.

## WANN ZUM ARZT?

Ein Arztbesuch ist angezeigt bei sehr starken Schmerzen, wenn nach zwei Wochen Behandlung keine Besserung eintritt, oder wenn die Schmerzen nicht nur am Enddarm auftreten, sondern auch in der Bauchgegend.



#### **FAZIT**

Viele Menschen fassen gute Vorsätze zu Beginn eines neuen Jahres. Gesunde Ernährung und viel Bewegung sind häufig mit dabei. Diese Verbesserungen des Lebensstils fördern nicht nur das allgemeine Wohlbefinden und stärken das Immunsystem, sondern verringern auch das Risiko für ein Hämorrhoidalleiden. Es lohnt sich also, wenn man sich die guten Vorsätze durchs Jahr hindurch wieder einmal in Erinnerung ruft. Sollte es trotzdem einmal jucken und brennen, zögern Sie nicht, sich in Ihrer Apotheke beraten zu lassen.

Simone Berger, Apothekerin

#### Ouellen

Allgemeinmedizin und Praxis, F. Mader, B. Riedl, 2013, https://www.toppharm.ch/krankheitsbild/hamorrhoiden Arzneiverordnung in Schwangerschaft und Stillzeit, Ch. Schäfer, H. Spielmann, 2001, Elsevier Duale Reihe Innere Medizin, Arastéh, Baenkler, Bieber et al., Thieme, 2012

# **Take-Away Angebote in Oberi**

## Eine Auswahl

**Restaurant Bahnhöfli** Montag bis Freitag 11.30 bis13.30 Uhr, Tel. 052 232 00 32, www.bahnhof-oberwinterthur.ch

**Café Spatz** Menue's zum mitnehmen, Salate, Pizza, Wähe und Sandwiches.

Bestellungen morgens unter 052 242 12 10.

Wirtschaft zur Eintracht Jeweils am Wochenende, Tel. 052 242 15 40, www.eintracht-reutlingen.ch

Gerry's Bar Dienstag bis Samstag, 11.00 bis 14.00, 17.00 bis 22:00, Sontag 17:00- 22:00

052 202 95 64, www.gerrysbar.ch

Habibi & Hörnli Restaurant 052 243 07 00, 052 242 42 84, oder, info@pizza-habibi.ch, www.pizza-habibi.ch

**Restaurant Schmiede** Pizza online unter www.schmiedepizza.ch

**Restaurant Sunegg** Montag bis Freitag, Menus zum selber abholen ab 11.30 bis 13.00 Uhr

vorbestellen bis 11.00 Uhr, 052 242 48 48, www.sunegg.ch





Montag bis Freitag, 11.00 bis 14.00, 17.00 bis 19.00 Uhr, 052 246 01 67

www.stadtrain-winterthur.ch

**Thai Garden** 11.00 bis 14.00 Uhr/17-00 bis 21.00 Uhr, Sa/So nur abends, Montag geschlossen

**Tom Yam Thai Restaurant** Montag bis Freitag 11.00 Uhr bis 14.00 Uhr und 17.00 Uhr bis 20.00 Uhr

Samstag 17.00 Uhr bis 20.00 Uhr, Tel. 052 202 83 58, www.tomyam.ch





Römerstrasse 190 • 8404 Winterthur Tel. 052 242 02 42 • Fax 052 335 31 32 info@farbpalette.ch • www.farbpalette.ch

- malen
- · spritzen
- tapezieren
- verputzen
- renovieren
- bodenbeläge
- gerüstungen

# Chor St. Marien

## Noten & Notizen



Auch unser Chor musste, wie so viele andere, eine lange und schmerzliche Pause einlegen, wegen Corona. Massenhaft ist über dieses Virus geschrieben worden. Zur Auflockerung hier eine kleine freche Glosse über ein harmloseres, aber ebenfalls aktuelles Thema:

Hallo liebe Veganer! Euer «Credo» klingt gut und edel. Ihr tötet keine Tiere, um sie zu essen, sogar ihre Produkte wie Milch und Eier rührt ihr nicht an. Ihr ernährt euch rein pflanzlich. Aber wie tönt das Lied der Pflanzen? Das hört sich zwar absurd an und ist nichts für Zartbesaitete,

1. Strophe: Nehmen wir mal einen Salat. Er möchte gerne lustig aufstängeln und eine Blüte entwickeln, auf der sich die Bienen niederlassen können. Doch man nimmt ein scharfes Messer und enthauptet ihn im knackigen Jugendalter.

- 2. Strophe: Manche Pflanzen schaffen es, erwachsen zu werden. Ganz scheinheilig hilft man ihnen dabei, giesst und hegt sie. Sie gedeihen, tragen Früchte und Samen. Und dann pflückt man ihre Babies und isst sie.
- 3. Strophe: Wiederum andere sammeln und lagern unterirdisch in ihren Wurzeln und Knollen wertvolle Nahrung für ihre nächste Generation. Mit martialischen Geräten gräbt man sie aus und raubt ihre Vorräte für eigenen Bedarf.

Ist da, so instrumentiert, ein wesentlicher Unterschied zur Barbarei der Fleischesser? Auch Pflanzen sind Lebewesen, die eventuell eine Art Schmerz empfinden können. Warum machen wir es nicht wie die Indianer mit ihren Ritualgesängen? - Stimmen wir ein, wenn wir unser Tischgebet singen! Entschuldigen und bedanken wir uns mit gebührendem Respekt bei allen Lebewesen, bevor sie uns als Speise dienen!

Stefanie Randon



## Seit über 50 Jahren Ihr Kundenmaler und Farbenverkäufer

Für sämtliche Malerarbeiten, Fassadenrenovationen, Farbenverkauf, Mischservice und vieles mehr....



www.malerfeusi.ch

VBK Vereinigung Begleitung Kranker Winterthur-Andelfingen

## ZUHÖREN – ENTLASTEN – DASEIN

Die Vereinigung Begleitung Kranker bietet kostenlose Hilfe für Langzeitkranke, Schwerkranke und Sterbende. Wir nehmen uns Zeit und entlasten Angehörige.

Wir freuen uns, wenn Sie die Vereinigung unterstützen: mit einer Spende, einer Mitgliedschaft oder mit Ihrer aktiven Mitarbeit.

www.begleitung-kranker.ch Tel. 079 776 17 12

## **Tennis**



## TC Oberí - herzlich willkommen!



Der Tennisclub AXA firmiert neu unter dem Namen Tennisclub Oberi. Wir freuen uns über neue Mitglieder, die wir gerne in unserem Club willkommen heissen. Wir bieten unseren Mitgliedern ein geselliges Vereinsleben mit zahlreichen Tennis- und Clubevents. Spieler jeder Spielstärke sind willkommen.

Du erreichst uns per Email an tennis@tcoberi.ch oder natürlich auch über unsere Homepage www.tcoberi.ch.

Wer nur ab und zu Lust auf eine Runde Tennis hat oder Tennis einfach mal ausprobieren möchte, kann bei uns auch ein 5er- oder 10er-Abonnement lösen. Nimm doch einfach Kontakt mit uns auf.

Bereits im April geht die Freiluftsaison los d. h. jetzt sich als Mitglied auf unserer Homepage www.tcoberi.ch anmelden!





# **Wohngruppe Enzian**

## Gemeinsam - nicht einsam!



Die Wohngruppen ENZIAN GmbH wurde im Jahr 2009 gegründet und am 1. März 2015 von Alexandra und Sarah Mebold übernommen. Als Familienbetrieb setzen wir alles daran, unseren Bewohnern ein schönes Zuhause zu bieten, sie zu unterstützen, ihnen abwechslungsreiche Aktivitäten zu ermöglichen und ihre Lebensqualität aufrecht zu halten, ohne die Selbstbestimmung einzuschränken. Als ausgebildete FAGES (Fachfrau Gesundheit) mit langjähriger Berufserfahrung in der Psychiatrie, Pflege und Betreuung von Menschen legen wir viel Wert auf die individuellen Wünsche und Bedürfnisse unserer Bewohner und nehmen uns gerne Zeit dafür.



Wir sind ein kleines motiviertes Team, welches sich zum Ziel setzt, betagten Menschen ein neues Zuhause zu geben. Wir sind 24 Stunden 7 Tage die Woche für unsere Bewohner da. Unser Motto: Gemeinsam - nicht einsam! Unsere Wohngruppe steht allen betagten Menschen offen, die das Leben zu Hause nicht mehr alleine verbringen möchten oder können, sondern zusammen mit anderen Menschen das Älterwerden erleben möchten! Ein Highlight ist das jeweilige Mittagessen, bei dem auch aussenstehende Gäste herzlich willkommen sind.

Unsere Aufgaben sehen wir darin, allen Bewohnerinnen und Bewohnern jene Dienstleistungen und Hilfestellungen anzubieten, die sie wünschen. Den individuellen Bedürfnissen sowie dem Interesse der Wohngemeinschaft soll gleichermassen Rechnung getragen werden. Das Konzept der «Betreuten Wohngruppe» lässt sich idealerweise in einem bewussten Zusammenspiel zwischen den Bewohnerinnen und Bewohnern, ihren Angehörigen und unseren Betreuungspersonen umsetzen.

In unserer Wohngruppe Enzian leben 5-6 Bewohnerinnen und Bewohner. Je nach Belegung stehen grössere und kleinere Zimmer zur Verfügung. Die schönen hellen Einzelzimmer beinhalten eine übliche Infrastruktur, wobei die Bewohner ihre eigenen Möbel mitbringen können. Wir leben momentan in einer schweren Zeit, wo sich einige Menschen einsam fühlen, dass muss aber nicht sein. Bei uns sind auch Feriengäste herzlich willkommen.

Wir stehen Ihnen bei weiteren Fragen gerne zur Verfügung. Sie erreichen uns unter der Nummer 079 471 26 77 oder unter s.mebold@windowslive.com.

Wir freuen uns von Ihnen zu hören.

Alexandra und Sarah Mebold



## Lust ein Instrument zu lernen?

Lerne die Instrumente sowie unsere Lehrpersonen auf www.jugendmusikschule.ch kennen:

- ✓ Video vom Instrumenten-Märli
- Lehrer\*innen-Portraits

Ob und in welcher Form die Instrumentenvorstellung am **17. April 2021** in Winterthur stattfinden kann, ist noch offen. Aktuelle Infos zur Durchführung findest du auf unserer Webseite.



Wir wissen was es heisst, wenn es juckt und beisst.

toppharm
Römer Apotheke

Ihr Gesundheits-Coach.

Annette Prohaska, Römerstrasse 232, 8404 Winterthur Telefon 052 242 36 60, roemer@ovan.ch

Bauspenglerei Blitzschutzanlagen Flachbedachungen Dachunterhalt



Römerstrasse 203 8404 Winterthur Telefon 052 242 05 48 suremann-spenglerei.ch





Rümikerstrasse 42 8409 Winterthur-Hegi Tel. 052 245 10 60 www.zehnder-holz.ch

Holzbau Innenausbau Umbau Reparaturservice



# **Quellenhof-Stiftung**

## Der lange Weg aus der Sucht



Symbolbild

Seit nunmehr 30 Jahren unterstützt die Quellenhof-Stiftung Menschen in herausfordernden Lebenssituationen. Die Geschichte von Patrik zeigt, wie die Quellenhof-Stiftung Frauen und Männer auf ihrem Weg in ein selbstständiges Leben begleitet.

Patrik\* hatte lange mit seiner Sucht zu kämpfen. 1990 hatte er in der Quellenhof-Stiftung bereits einen Versuch gestartet einen Entzug zu machen, doch erst 25 Jahre später war es ihm damit wirklich ernst. Im Dezember 2015 hatte er gerade Methadon verschrieben bekommen und konsumierte zusätzlich grosse Mengen Heroin. Er war stark depressiv und wollte sich eigentlich das Leben nehmen. Nur der Gedanke an seine beiden Söhne hielt ihn davon ab und motivierte ihn noch einen Entzugsversuch zu starten.

#### ERFOLGREICHER ENTZUG

Obwohl Patrik zu dieser Zeit nicht viel mit Gott am Hut hatte, beschloss er eine Bibel mit in die Klinik zu nehmen. Er erlebte während den Wochen in der Klinik Gottes Nähe und fühlte sich, obwohl er da niemanden kannte, nicht allein. Nach Abschluss seiner Therapie sollte Patrik in einer von der Krankenkasse unterstützten Institution untergebracht werden, hatte aber das Gefühl, dass er dort wieder rückfällig werden würde. Durch eine Patientin, die er in der Klinik kennengelernt hatte, kam er wieder auf die Quellenhof-Stiftung und tatsächlich wurde Patrik aufgenommen, obwohl das Sozialamt am Anfang die finanzielle Unterstützung verweigerte.

### **AUSBILDUNG ZUM VELOMECHANIKER**

Durch Spenden wurde ihm anfangs die Therapie in der Quellenhof-Stiftung finanziert und bei einem zweiten Anlauf willigte das Sozialamt ein, die Therapie finanziell zu unterstützen. Diese Entscheidung führte dazu, dass Patrik nicht nur von den Drogen wegkam, sondern auch eine Lehre als Velomechaniker in der Quellenhof-Stiftung absolvieren konnte. Es war nicht leicht, besonders der Entzug vom Methadon und die Berufsschule fielen ihm teilweise sehr schwer. Doch Patrik hat es geschafft und ist heute überglücklich endlich selbstständig zu sein und für seine Kinder sorgen zu dürfen. \*Name geändert

Die Quellenhof-Stiftung unterstützt Menschen aus allen Generationen in herausfordernden Lebenssituationen in ihren unterschiedlichen Bedürfnissen. Dazu betreibt die Stiftung verschiedene Wohn-, Arbeits-, Unterstützungs- und Bildungsangebote. Im Büchlein «Vom Schatten ins Licht» lesen Sie weitere Lebensgeschichten. Sie können das Büchlein gratis per Mail bei uns bestellen: pr@qhs.ch (mit Angabe Ihres Namens und Ihrer Adresse)

## WEITERE INFOS ÜBER DAS ANGEBOT DER QUELLEN-HOF-STIFTUNG FINDEN SIE AUF:

www.quellenhof-stiftung.ch

Sidonia Hämmig, Mitarbeiterin Kommunikation

# Kolumne

## Wofür ich dankbar bin

Es gibt so viele Dinge, die Sie und ich wegen Corona nicht tun können, und wir könnten jetzt alle aufzählen und uns dabei schlecht fühlen, weil wir in dieser herausfordernden Zeit auf so vieles verzichten müssen.

Das möchte ich aber nicht tun. Viel lieber möchte ich mir bewusst werden lassen, was ich durch Corona erfahre, wofür ich unendlich dankbar bin.

Ausserordentlich dankbar bin ich dafür, dass ich mich extrem freue, wenn ich mich auf einen langen Spaziergang durch unseren Wald begeben kann. Noch nie habe ich ihn so sehr geschätzt. Denn mit meinen zwei Jungs bin ich, wann immer wir Ferien hatten, in viele ferne Länder gereist. Jetzt habe ich plötzlich viel mehr Zeit für die Natur vor meiner Haustür. Jetzt sitze ich nicht mehr stundenlang vor meinem Computer, um uns ein Hotel oder einen Flug zu buchen.

Dankbarkeit empfinde ich auch, wenn mir meine Nachbarin eine liebe Nachricht per SMS schreibt. Vor Corona haben wir uns einfach zufällig in unserer Strasse getroffen. Jetzt spüre ich, wie es uns beiden wichtig ist, dass es uns gut geht und wie wir uns dessen immer wieder versichern wollen.

Dankbar bin ich ebenso, dass wir noch immer einkaufen können und dass wir die Regale in unseren Läden übervoll mit Waren antreffen; oft auch Waren aus fernen Ländern, die viele Menschen für uns geerntet haben.

Es sind die Kleinigkeiten, die in einem Bruchteil einer Sekunde passieren, die mich einfach dankbar stimmen: das kurze sympathische Lächeln vor dem Gemüsestand oder an der Kasse oder die schnurrende Katze, die auf meinem Schoss liegt, während ich diese Zeilen hier schreibe, oder unser Wohnzimmer voller Sonnenstrahlen...

Wofür sind Sie dankbar?



Esther Bürki, Schreibcoach, Autorin und Gründerin von www.swissmadestory.ch, lebt mit ihren zwei Kindern und drei Katzen in Hegi





www.schlafpunkt.ch Sulzerallee 65 8404 Winterthur / Neuhegi Tel. 052 214 30 90

## Ihre Schlafexperten in Winterthur

Umfangreiches Sortiment & Expertenberatung rund um das Thema Schlafen. Unser Angebot umfasst:

- Boxspring-Betten
- Betten, Matratzen u. Lattenroste (Top Marken)
- Kissen & Duvets auch für Allergiker & "Schwitzer"
- **Service-Angebote**: Nassreinigung, Heimberatung, Wasserbetten-Service, Rückenvermessung uvm.

## Schweizer Küche aus Überzeugung



Römerstrasse 71 | 8404 Winterthur | 052/246'01'67'

www.stadtrain-winterthur.ch



# Pfarrei St. Marien

## Brot teilen



## BROT TEILEN: SPENDEN SIE EIN LEBENSMITTELPAKET FÜR EINEN MENSCHEN AUF DER GASSE

Die Corona-Krise trifft die Schwächsten in unserer Gesellschaft mit voller Wucht. Die Folgen der Pandemie haben die Not randständiger Menschen noch verschärft. «Beten allein reicht nicht», sagt Schwester Ariane Stocklin. Schwester Ariane und der von ihr gegründete Verein «incontro» unterstützen Menschen auf der Gasse mit Zuwendung aber auch ganz praktisch mit Lebensmitteln. Unsere Hilfe ist gefragt: Spenden Sie ein Lebensmittelpaket für einen Menschen auf der Gasse!

## Lebensmittelpakete können in der Kirche St. Marien abgegeben werden

Sie können Lebensmittelpakete bei uns in der Kirche St. Marien, Römerstr. 105, vor dem Altar deponieren. Wir bringen die gespendeten Lebensmittel dann einmal pro Woche nach Zürich.

## Der Verein incontro gibt die Lebensmittel an bedürftige Menschen weiter

Der Verein incontro gibt die Lebensmittel dort an die Menschen weiter, die sie am dringendsten benötigen. Das kann bspw. ein obdachloser oder drogensüchtiger oder ein sexarbeitender Mensch oder eine Familie in Not sein. Weitere Informationen zum Verein incontro finden sie im Internet unter https://incontro-verein.ch.

#### Was packe ich in das Paket (Papiersack) ein?

Sie können ein Lebensmittelpaket (Papiersack) für einen Menschen mit Kochgelegenheit (Variante 1) oder für einen Menschen ohne Kochgelegenheit (Variante 2) spenden. Bitte schreiben Sie an, welche Variante Ihr Paket ist.

#### Variante 1: Paket für einen Menschen mit Kochgelegenheit

- 1 Pack Toastbrot
- 1 Brotaufstrich (Konfitüre, Honig oder Nutella)
- 2 Packungen/Schachteln Streichkäse/Sandwichkäse (ohne Kühlung haltbar)
- 2 Dosen Thon (ohne Dosenöffner zu öffnen)
- 1 kg Teigwaren
- 1 kg Reis
- 1 Dose Pastetenfüllung
- 1 Tomatensauce (ohne Dosenöffner zu öffnen)
- 1 Büchse Erbsli-Rüebli oder Bohnen (ohne Dosenöffner zu öffnen)

½ l Milch (ohne Kühlung haltbar)

Schokolade/Schoggi-Cake/Madeleines o.ä.

## Variante 2: Paket für einen Menschen ohne Kochgelegenheit

- 1 Pack Toastbrot
- 1 Brotaufstrich (Konfitüre, Honig oder Nutella)
- 2 Packungen/Schachteln Streichkäse/Sandwichkäse (ohne Kühlung haltbar)
- 2 Dosen Maiskörner (ohne Dosenöffner zu öffnen)
- 2 Dosen Thon (ohne Dosenöffner zu öffnen)
- 1 Pack Salami (ohne Kühlung haltbar)

Schokolade/Schoggi-Cake/Madeleines o.ä.

Apfelmus (Tetrapack oder Dose, die man ohne Dosenöffner öffnen kann)

- 1 l Orangensaft (ohne Kühlung haltbar)
- ½ l Milch (ohne Kühlung haltbar)
- 1 Plastikbesteck (Löffel und Messer)

Unsere Freundinnen und Freunde auf der Gasse freuen sich auch über eine Kinderzeichnung, eine Mut-Macher Botschaft oder einen schönen Gedanken!

Vielen Dank für Ihre Hilfe!

Ingrid Bolliger



## **GOS ARCHITEKTEN – KLEINES TEAM** Wir treffen uns Corona-konform mit **MIT GROSSEN IDEEN** viel Abstand und Maske im grossen Sit-

Jolanda Girsberger, Brigitte Oederlin und Matthias Schwarz sind die Köpfe hinter der GOS Architektur AG. Sie haben 2015 das traditionsreiche Architekturbüro oederlin zambrini architekturbüro oederlin zambrini architekten AG abgelöst und prägen seither die Firma mit ihren Persönlichkeiten. Die gemeinsame Berufserfahrung macht die drei Architekt/innen zu einem eingespielten und effizienten Team, das die Qualität in allen Bauphasen kontrolliert.

Wir treffen uns Corona-konform mit viel Abstand und Maske im grossen Sitzungszimmer an der Stegackerstrasse 6 in Hegi. Der Beamer ist aufgestellt und projiziert Erstaunliches und viel Bekanntes an die Wand, für das GOS verantwortlich war.

Das Spitalparkhaus wird gezeigt, ebenso die später erfolgte Aufstockung. Der gelungene Umbau der «Banana City» mit ihren Festsälen, Restaurant und Küche. Die beiden weithin sichtbaren Hochhäuser im Gutschick-Quartier wurden erfolgreich saniert, und last,

but not least zeichnete GOS für die Neugestaltung des Einkaufszentrum Neuwiesen verantwortlich. Das ist aber nur eine kleine Auswahl von Objekten, welche unter der Regie von GOS Architekten umgesetzt wurden.

Ich nutze die Gelegenheit und interviewe Matthias Schwarz und Brigitte Oederlin.

## Spürt man Corona auch in Ihrem Metier?

Ja natürlich. Es kommt zu Verzögerungen, die Kunden sind eher zurückhaltend, und durch die unsichere Lage, die sich in verschieden Bereichen immer wieder ergibt, ist alles ein wenig komplizierter.

## Gibt es ein spannendes aktuelles Projekt in Winterthur?

Wir werden in Kürze mit der Sanierung des Einkaufzentrums Seen beginnen und haben natürlich diverse aktuelle Planungsprojekte.

Das Einkaufszentrum Seen und die Neugestaltung Einkaufszentrum





Neuwiesen sind oder waren ja grosse Baustellen. Sind grosse Projekte Ihre Spezialität?

Natürlich sind solche Projekte eine Herausforderung und sehr spannend. Aber wir verwirklichen auch sogenannte «kleinere» Objekte. Wir sanieren Mehrfamilienhäuser oder gestalten einen Balkonanbau und entwickeln Lösungen im energetischen Bereich. Diese lassen sich im Eigenheim genauso anwenden wie im Mehrfamilienhaus.

Der Laie stellt sich ja den Architekten am Reissbrett bzw. am Computer zeichnend vor. Stimmt dieses Bild?

Zeichnen ist ein Teil unserer Arbeit. Aber die Leistungen, die wir erbringen, sind natürlich vielfältiger. Es beginnt mit der strategischen Planung und führt über Studien bis hin zur Projektentwicklung. Wir begleiten die ganze Ausführung und sind auch für das Kos-

tenmanagement verantwortlich. Etwas einfacher ausgedrückt begleiten wir unsere Kunden und ihre Projekte von der Planung bis zur Schlüsselübergabe.

Sie sind ja nicht nur in Winterthur tätig. Gibt es nennenswerte Objekte ausserhalh?

Wir arbeiten und beteiligen uns an Wettbewerben in der ganzen Schweiz. 2019 haben wir für die Gemeinde Regensdorf die Asylunterkunft neu und komplett mit Holzmodulelementen erstellt. Diese Bauweise ermöglicht einen schlüsselfertigen Neubau innert weniger Wochen. Mit der gleichen Bauweise erstellten wir im Frühjahr

2020 das Schulhaus Langacker in Wil. Beides sind sehr spannende und prestigeträchtige Projekte. Und wenn wir schon von Prestige sprechen, müssen wir natürlich auch den Umbau und die Erweiterung des Showrooms für die bekannte Sportwagenfirma Lamborghini in Kloten erwähnen.

Ein spannender Ausflug in die Welt der Architektur; herzlichen Dank für das interessante Gespräch.

Sämtliche Objekte sowie alle nötigen Kontaktangaben finden sich auf der gut dokumentierten Website www.gos.ch

Walter Hartmann

# SpielgruppeLEAD

## LEHRGANG TROTZ CORONA

Wie überall darf auch bei uns kein Präsenzunterricht stattfinden. Bis der Bundesrat anders entscheidet, findet daher
der Lehrgang zur Spielgruppenleiterin online statt. Da nicht
alle technikaffin sind, gab das in der ersten Zeit spannende
Situationen. Da kamen einzelne zuerst nicht rein und andere fielen wieder raus, weil die Verbindung nicht stark genug
war oder jemand erstarrte plötzlich im Bild, oder weil der
Hund einer Teilnehmerin im Hintergrund bellte, wurde der
Sprecherin das Wort entzogen etc. Kurz es brauchte in der
Anfangszeit viel Verständnis und Humor, bis alle soweit im
Umgang mit der Technik gewohnt waren, dass es kein Problem mehr darstellte. Nun klappt es bestens und einige sind
sogar froh, dass sie keinen langen Weg zurücklegen müssen

und alle haben etwas dazugelernt, das auch sonst genutzt werden kann.

Auch der Lehrgang mit Beginn Anfang März 21, wird mit ZOOM online starten, bis der Präsenzunterricht wieder möglich ist. Anmeldungen dazu sind möglich über www. spielgruppenLEAD.ch

Der Lehrgang ist vom Verband anerkannt und beinhaltet alles was man für das Führen einer Spielgruppe benötigt.



## **HOLZ AUF MASS**

www.zehnder-handel.ch



## Wir verkaufen Ihr Haus zum Bestpreis!



8



Von bodenständig bis gehoben

043 500 64 64 · winterthur@engelvoelkers.com www.engelvoelkers.com/winterthur



**ENGEL&VÖLKERS** 

Immobilien erfolgreich verkaufen

persönlich, individuell, engagiert

Von der Wertermittlung bis zum Vertrag. Wir entlasten Sie in allen Belangen des Verkaufs.

Nutzen Sie unsere langjährige **Erfahrung,** unsere umfassenden **Marktkenntnisse** und unser weitgespanntes **Beziehungsnetz.** 

Der Verkauf einer Immobilie erfordert viel Vertrauen und Professionalität. Rufen Sie uns an, wir sind gerne für Sie da.

Silvia Brunold Brunold Immobilien

Brunold Immobilien GmbH Kirchgasse 30 8472 Seuzach

Tel. +41 52 335 13 26 info@brunold-immobilien.ch www.brunold-immobilien.ch

Mitglied bei:





Ihr freier
SUBARUSpezalist

## Sanitär- und Spengler-Reparaturen

Reto Suremann 052 242 10 40

Sanär-Service/Resu-Tec Hauswiesenweg 23 8404 Winterthur Fax 052 242 85 31 resutec@bluewin.ch



Sanitär und Spenglerei

## FC Oberi

## Aus dem FC Oberí Corner Frühling 2021

#### WIE WEITER?

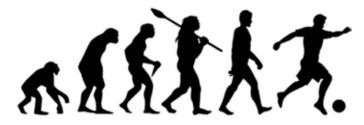
Dereinst, wenn wir alle im Jenseits zusammen mit Maradona die Fussballschuhe schnüren, werden die Übriggebliebenen auf der Erde vielleicht noch an uns denken.

An uns, die Generationen die den Riegel, das Pressing und Gegenpressing oder tikitaka im Fussball erfanden - und noch vieles, vieles mehr.

Aber auch an uns, welche Fussballspieler besser entlöhnten als CEO's, deren Saläre auch schon unerhört hoch waren.

Bis es aber soweit ist, haben wir beim FC Oberi noch einiges vor. Beispielsweise wollen wir unseren kürzlich erstellten Plan umsetzen. Es musste einiges auf Feld 1 zurückgesetzt werden. Anderes wurde und wird verbessert oder verfeinert. Transparenz bei den Trainerspesen, Förderung der Trainerausbildung, Integration verschiedenster Kulturen usw

Wir leiten sozusagen eine kleine Evolution beim FC Oberi ein. Wir müssen nicht 3 Millionen Jahre zu Lucie zurück.



Da reichen ein paar personelle und strukturelle Veränderungen oder Ergänzungen. **Die müssen aber sitzen!** Zum Beispiel Urs Gmür, unser Präsi im 10. Jahr, gibt Gas wie wenn er neu im Amt wäre.

Als Vorstand eines ziemlich grossen Vereins, sind wir unseren Mitgliedern gegenüber verpflichtet seriös zu arbeiten. Damit dies überhaupt möglich ist, braucht es genügend und vor allem fähiges und motiviertes Vorstandspersonal.

Speziell erwähnen möchte ich hier unsere beiden Vorstands Kolleginnen, Lise Frei und Miriam Paglialonga. Ohne euch beide ginge es nicht annähernd so gut, DANKE!

## AUS DEN ANFÄNGEN DES FUSSBALLS

Wusstet ihr, dass vor 100 Jahren fussballspielende Katholiken in der Innerschweiz keine Hostien erhielten im Gottesdienst? Ist es wohl möglich, dass die Kreationisten nirgends einen göttlichen Eintrag über die Erfindung des Fussballs fanden?

Teuflische Sportart dieser Fussball!



## DA WAR JA NOCH CORONA!

Vielen von uns geht oder ging es wahrscheinlich gleich. War doch das Virus im März 2020 noch eher fern, hat es uns im Dezember voll getroffen. Leid war damals weit weg. - Bald aber traf es auch Menschen aus dem näheren Umfeld.

Der FC Oberi wünscht allen, dass die Gegenmassnahmen Wirkung zeigen und wir endlich wieder freier leben können, ohne Angst unsere Liebsten zu gefährden oder gar zu verlieren.

Corona plagt aber auch den Breitensport, denn dieser lebt von Sponsoren.

Meistens sind das kleinere und mittlere Betriebe wie Bspw. Restaurants, und viele andere.

Darum, unterstützt sie wenn immer möglich!

#### WIE WEITER?

Keine Ahnung bis Dato 31.12.2020, 24.00h.

Roger auf jeden Fall, klappert schon ungeduldig mit der Grillzange, und alle anderen freuen sich, endlich wieder auf den Ball hauen zu können.



Lasst uns alles im Frühjahr 2021, hoffentlich mit Corona als Nebengeräusch, intensiv und ohne Unterbrechungen wieder tun.

Allen ein wunderschönes 2021

Tigi, FC Oberi

# Notholzungen

## in den Winterthurer Wäldern



Ob dem Weiler Grundhof bei Stadel war bis im Herbst auf dieser Wiese an der Mörsburgstrasse dieser gigantische Holzhaufen aufgeschichtet.

Was es damit für eine Bewandtnis hat erfragte die OZ bei Andres Trümpy, Leiter Bereich Wald & Landschaft der Stadt Winterthur.

**OZ:** Ist das alles Käferholz aus den Winterthurer Wäldern? **A. Trümpy:** Ja, aus dem Stadt- und Privatwald auf Stadtgebiet.

OZ: Wurde das Holz in diesem Jahr geschlagen?

A.T: Das Holz auf der Wiese wurde alles 2020 gefällt. An der Schönbühlstrasse im Wäldchen gleich nebenan, lagert weiteres Holz von 2020 und auch noch solches von 2019 und 2018. Insgesamt liegt da knapp 10'000 m3 Holz.\*

**OZ:** Wurden diese Bäume gefällt damit sich der Borkenkäfer nicht weiterverbreitet?

**A.T:** Ja richtig, es waren Notholzungen aufgrund des Buchdruckerbefalls.

OZ: Was geschieht nun mit all diesem Holz?

**A.T:** Das Stammholz wird Sägereien zugeführt, das Schnitzelholz wird in Winterthurer Heizungen verbrannt.

**OZ:** Ist diesen Schädlingen überhaupt je beizukommen, oder geht das jetzt immer so weiter?

**A.T:** Wir hoffen das sich die Käferpopulation verringert. Wie sich die Situation entwickelt, kann niemand genau voraussagen.

OZ: Vielen Dank Andres Trümpy für diese Auskünfte.

\* 10'000 m3 Holz (ca. 60 % Stammholz und 40 % Energieholz) ergeben rund 360 Lastwagen-Ladungen.

Remo Strehler

# Januatu ist ein Südseeparadies mit fantastischen Stränden

# Ökumenischer Weltgebetstag



## Vauatu - Weltgebetsland 2021

Vanuatu ist ein Inselstaat im Südpazifik, bestehend aus 83 grösstenteils vulkanischen Inseln und liegt etwa 1800 Kilometer östlich von Australien. Die Inselgruppe hat viele Schönheiten: weisse und schwarze Sandstrände, Korallenriffe, eine unberührte Natur mit einer reichen Tier- und Pflanzenwelt. Sie wird gerne von Touristen besucht.

Doch das Land kämpft mit vielen Problemen. Es ist ständig von Naturkatastrophen wie Vulkanausbrüchen, Erdbeben, Zyklonen und Sturmfluten bedroht und ist wie kein anderes vom Klimawandel betroffen. Die steigenden Wassertemperaturen lassen die Korallen absterben. Dadurch treffen die Wellen mit voller Wucht auf die Inseln und tragen sie Stück für Stück ab. Steigende Temperaturen bewirken ein Ansteigen des Meeresspiegels und veränderte Regenmuster, so dass Früchte nicht mehr so wachsen wie früher. Die tropischen Wirbelstürme werden immer stärker. So fegte am 6. April 2020 der Zyklon Harold über die nördlichen Inseln Vanuatus und verursachte grosse Zerstörungen; ungefähr 160'000 Menschen (mehr als 50 % der Bevölkerung) waren betroffen. Aufgrund der Sorge vor COVID-19-Infektionen lehnte die Regierung Angebote ausländischer Hilfsorganisationen ab, Helfer nach Vanuatu zu entsenden.

#### SITUATION DER FRAUEN

Die Menschen dieser Inseln pflegen ihre alten Sitten und Bräuche und sind stolz auf das Wissen, das ihnen ihre Vorfahren überliefert haben. Viele leben noch sehr im Einklang mit der Natur und ernähren sich von dem, was der Regenwald ihnen an Früchten schenkt und was sie im Meer fangen. Für Frauen ist das Leben in Vanuatu aber sehr schwer. Laut einer Umfrage des National Women's Center in Vanuatu haben zwei Drittel aller Frauen bereits Gewalterfahrungen in der Partnerschaft gemacht. Die patriarchalischen



Strukturen verlangen, dass sich die Frauen den Männern unterordnen. Ihre Aufgabe ist es, sich um das Essen, die Kinder und die Pflege der Alten zu kümmern. Der Zugang zur Gesundheitsversorgung ist ein grosses Problem. Es gibt nur auf zwei Inseln je ein grösseres Spital. Viele Menschen helfen sich mit altbewährten Naturheilmitteln.

#### WELTGEBETSTAG

Über Länder- und Konfessionsgrenzen hinweg engagieren sich Frauen seit über 100 Jahren für den Weltgebetstag und setzen sich für die Rechte von Frauen und Mädchen ein. Jeweils am ersten Freitag im März wird auf der ganzen Welt derselbe Gottesdienst gefeiert. Die Vorlage dazu schreiben jedes Jahr Frauen aus einem anderen Land, für 2021 kommen die Texte aus Vanuatu.

#### **AUF FESTEN GRUND BAUEN**

Die Frauen aus verschiedenen christlichen Kirchen Vanuatus haben als Thema «Auf festen Grund bauen» gewählt. Ins Zentrum des Gottesdienstes haben sie das Gleichnis vom «Haus auf dem Felsen» aus der Bergpredigt (Mt 7,24-27) gestellt. Sie stellen die Frage, was für uns der «feste Grund» ist und was es bedeutet, Jesu Worte nicht nur zu hören, sondern auch danach zu handeln.

#### **KOLLEKTE**

Das Handeln ist seit jeher ein wichtiger Bestandteil des Weltgebetstags. Frauen in Notlagen sollen erfahren, dass sie nicht alleingelassen sind. Mit der Kollekte werden Projekte im Herkunftsland der Liturgie sowie mehrjährige Projekte in verschiedenen Ländern unterstützt. Unter www.wgt.ch finden Sie Detailinformationen.

### GOTTESDIENST ZUM WELTGEBETSTAG

Sofern es die epidemiologische Lage zulässt, findet er am Freitag, 5. März 2021um 19.30 Uhr in der katholischen Kirche St. Marien statt.

Die Vorbereitungsgruppe überlegt sich auch alternative

Unter der Nummer **052 242 28 67** (Corona-Hotline der Ref. Kirche Oberi) können Sie sich «ab Band» über den aktuellen Stand betreffend der Durchführung informieren. Das ökumenische Vorbereitungsteam lädt Sie herzlich zum Mitfeiern ein.

Der «Dorflade Oberi – bio & fair» wird – sofern möglich -Produkte aus fairem Handel verkaufen.

Silvia Patscheider

# Gemeinnützige Gesellschaft

## Bezirk Winterthur



## WEIHNACHTSÜBERRASCHUNG FÜR ARMUTSBETROFFENE

Der Zufall wollte es, dass sich der Vorstand der Gemeinnützigen Gesellschaft Bezirk Winterthur (GG Winterthur) anfangs Dezember im Kirchgemeindehaus Wülflingen zur selben Zeit wie die Lebensmittelausgabe von Tischlein deck dich traf. Spontan bot die GG Winterthur Hilfe an in Form einer Weihnachtsüberraschung für die Armutsbetroffenen, die sich jeweils bei Tischlein deck dich einfinden. Zwischen dem 16. und 21. Dezember wurden an den drei Standorten von Tischlein deck dich deshalb nicht nur Lebensmittel ausgegeben, sondern auch je eine Tasche gefüllt mit nützlichen Alltagsgegenständen. Insgesamt sind 220 Familien

oder Einzelpersonen berechtigt, bei Tischlein deck dich Lebensmittel zu beziehen. Um die 220 Taschen rechtzeitig an Tischlein deck dich auszuliefern, befüllte der Vorstand am 14. Dezember die Taschen eigenhändig, wiederum im reformierten Kirchgemeindehaus Wülflingen. Zudem wurde iede Tasche mit einer festlichen Grusskarte versehen. Diese spontan entstandene Hilfsaktion erforderte innert kürzester Frist diverse Vorbereitungsarbeiten, in die sich nicht nur der Vorstand aktiv hineinkniete, sondern auch die Optimo Group mit Sitz in Winterthur. Sie bot der GG Winterthur nämlich an, die Ausführung und Material- und Druckkosten der Grussbotschaften zu sponsern. Die GG Winterthur macht meist keine Spontanaktionen, sondern leistet aufgrund sozialbehördlicher Gesuche finanzielle Hilfe für Armutsbetroffene wie bspw. Zahnbehandlungen, Hörgeräte, Weiterbildungen etc.

Weitere Informationen zur GG Winterthur: www.gg-winterthur.ch



Glas ist unsere Leidenschaft - seit Generationen.

T 052 234 30 10 kellerglas.ch

# Wettbewerb

## Texträtsel?

Ein Kind soll lernen einen Nagel einzuschlagen. M Note wird beurteilt wie der Nagel im Holz steckt. Is ade im Holz gibt es die Note 6, steckt er schräg di 3. Diese Beurteilung blendet aber alle Kompetenze lie sich das Kind im Vorfeld erarbeiten muss und di ilussendlich überhaupt befähigen einen Nagel einzu gen. Vielleicht hatte das Kind auch keinen Hammer zu gung und es hat den Nagel mit einem Stein eingeschla lit diesem kreativen Vorgehen würde ein Kind ein ho ass Problemlösungs-Kompetenz zeigen, welches abe in die Notengebung einfliessen würde, da die Note isc las Resultat bewertet.

Zu welchem Artikel gehören diese Zeilen?

## Antwort:

Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Einsendeschluss 23.4.2021

Name/Vorname:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

Telefon:

Mail:

#### Zu Gewinnen:

Gewinnen Sie einen Gutschein im Wert von Fr. 20.–

gestiftet von:

SUNNEGG Sunnegg,ch d'aume les litter ve oberi

Bitte senden Sie die Antwort

per Mail: redaktion-oz@oberwinterthur.ch per Post: Redaktion Oberi-Zytig, Yves Tobler Alte Römerstrasse 7, 8404 Winterthur





# Marktplatz

# Soziale Dienste

## Schwimmschule Winterthur 052 343 39 40

Kurse im Hallenbad Geiselweid+Michaelschule Ferien-Schwimmkurse /10 Lektionen Fr. 160. www.schwimmkurse.ch

**Leiden Sie unter:** Heuschnupfen, Allergieen, Gynäkologische Probleme, Erschöpfungszustände, dann kann TCM helfen. Seit 1999 dipl. TCM Therapeutin SBOTCM. Silvia Weder, Museumstrasse 74, **Tel. 076 528 28 53** 

## **HEB Coaching** in Oberi

für Paare, Familien und Einzelpersonen

- Lebensfragen klären
- Kommunikation verbessern
- Beziehungen stärken www.grünerfaden.ch / 052 508 53 34

## **Elternbildungskurse**, Esther Meier

Lehrgang Spielgruppenleiterin www.spielgruppen-winterthur.ch LEAD-Weiterbildung.ch, 052 232 09 54

**Medical-**Yogakurse im Bäumlisaal Montags 18.00 & 19.30 Uhr (je 75 min.) Tel. 079 914 24 94, www.yogamea.ch

**Altgold/Altsilber** kaufe ich während meinen Ladenöffnungszeiten immer zum aktuellen Tageskurs, unverbindliche Offerte. Goldschmied Müller, Römerstrasse 233 8404 Oberwinterthur, Tel. 052 242 37 36

## Nachhilfe Mathematik Andrea Gilomen,

Unterricht bei Ihnen zuhause und Online-Nachhilfe 076 341 49 95 www.nachhilfe-andrea-gilomen.ch

## Steiner Antik- und Bauernmöbel

Restauration und Verkauf Wiesendangerstrasse 108, 8404 Stadel Tel. 052 337 15 88, www.antik-stadel.ch

## Fusspflege bequem bei Ihnen zuhause

Fussbad, Nägel schneiden, Druckstellen, Fussmassage, 1 Std. Fr. 95.www.fusspflege-winterthur.ch Tel. 078 – 858 79 11

## Soziale Dienste - städtische Beratungsstellen

#### Persönliche Beratung und Hilfe

- Sozialhilfe und Sozialberatung der Stadt, Pionierstrasse 5, Tel. 052 267 56 34
- Fachstelle Integrationsförderung, Persönliche Beratung für Migrantinnen und Migranten in verschiedenen Sprachen, Tel. 052 267 36 91
- Sozialdienst der reformierten Kirchgemeinde, Hohlandstrasse 7
   Sozialdiakon Tel. 052 242 40 74 (Dienstag, Mittwochmorgen, Freitag)
- Sozialdienst der katholischen Pfarrei St. Marien, Römerstr. 105, Tel. 052 245 03 77
- Zusatzleistungen zur AHV/IV, Pionierstrasse 5, Tel. 052 267 64 84
- Wohnberatung/Anmeldung Alterszentren, Gärtnerstrasse 1, Tel. 052 267 55 23
- Pro Senectute Kanton Zürich, Tel. 058 451 51 00
- Pro Infirmis, Tel. 058 775 25 25
- Alltag- Budget- und Rechtsberatung, Metzgasse 2, Tel. 052 212 15 20
- Dargebotene Hand Tel. 143
- Frauen-Nottelefon Winterthur, Beratungsstelle für gewaltbetroffene Frauen, Tel. 052 213 61 61
- Selbsthilfe-Zentrum Region Winterthur, Tel. 052 213 80 60
- Aids-Infostelle Winterthur Technikumstr. 84, Tel. 052 212 81 41

#### Krankheit/Sucht

- Krankenmobilienmagazin, Obere Hohlgasse 1, Tel. 052 242 22 63, Öffnungszeiten: Montag bis Mittwoch und Freitags 17.30 - 19.00
- Spitex Stadt Winterthur, Stadlerstrasse 162, Tel. 052 267 66 77
- Katholische Krankenpflege Oberi, Römerstrasse 105, Tel. 052 242 37 31
- Vereinigung zur Begleitung Schwerkranker und Sterbender, Winterthur-Andelfingen, Tel. 079 776 17 12
- Kriseninterventionszentrum KIZ Winterthur, Bleichestr. 9, Tel. 052 264 37 00
- Integrierte Suchthilfe Winterthur ISW, Information, Abklärung, Beratung, Therapie, Tösstalstr. 19/53, Tel. 052 267 59 59

#### Kinder/Jugend/Familie

- kjz Winterthur, Kinder- und Jungendhilfezentrum, St. Gallerstrasse 42, Tel. 052 266 90 90
   Mütter- und Väterberatungen ohne Voranmeldung: Beraterin: Denise Solenthaler, Tel. 052 266 90 58
  - Kirchgemeindehaus Oberi, Eingang: Obere Hohlgasse / 1. und 3. Mo. des Monats 14.00-16.00 Uhr
  - Zentrum am Buck Oberi, am Buck 2a / 2. + 4. Di. des Monats 14.00-16.00 Uhr Beraterin: Barbara Portmann-Ott, Tel. 052 266 90 64
  - Kindergarten Hegi, Reismühleweg 48, 2. + 4. Mi. des Monats 14.00-16.00 Uhr
- Paar- und Familienberatung, Mediation, Merkurstrasse 23, Tel. 052 213 90 40
- Fachstelle OKey & KidsPunkt, Opferhilfeberatung und Kinderschutz, St. Gallerstrasse 42, 052 245 04 04

## Recht

- Evangelischer Frauenbund Zürich efz, Rechtsberatung Winterthur, Wartstrasse 5/2. Stock www.vefz.ch, frauenberatung@vefz.ch, 052 212 10 60 bzw. 044 405 73 35 (Sekretariat Zürich)
- Rechtsberatung der Frauenzentrale Winterthur, Metzgasse 2, Tel. 052 212 15 20, beratungspunkt@frauenzentrale-fzw.ch, www.frauenzentrale-fzw.ch

#### Solidaritätsabo

Wir freuen uns, wenn Sie als Einwohner von Oberwinterthur die Oberi-Zytig auch weiterhin mit einem Solidaritätsbeitrag unterstützen. Zu diesem Zweck können Sie den Bestelltalon verwenden, oder den Betrag auf nachfolgendes Konto überweisen (Konto IBAN CH40 0900 0000 8400 8655 0, Vermerk: Spende Oberi-Zytig). Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung und auf bald in Oberi. Ihr Oberi-Zytig Team

## Bestelltalon Solidaritätsabo der Oberi-Zytig 2021 für 25 CHF pro Jahr Nur für Ortskreis Oberwinterthur ohne adressierte Zustellung

name/vo	orname
Strasse_	
PLZ/Ort	
D M-21	

Einsenden an: Yves Tobler, Alte Römerstrasse 7, 8404 Winterthur

# **Impressum**

# In eigener Sache

## Oberi-Zytig

Informations-Magazin für den Stadtkreis Oberwinterthur Hegi/Stadel/Reutlingen/Ricketwil

#### **Auflage**

12'250 Exemplare, gedruckt auf FSC-Papier

## Redaktionsleitung

Yves Tobler, 052 214 29 06, Alte Römerstrasse 7, 8404 Winterthur, redaktion-oz@oberwinterthur.ch

#### Redaktion/Lektorat

Werni Müller, Remo Strehler, Lina Tobler Esther Bürki

#### Inserate

Dieter Müller, Tel. 052 242 37 36 Inserate-oz@oberwinterthur.ch

#### Layout

artevisual, Yves Tobler, artevisual@bluewin.ch

#### **Fotos**

Thorsten Summer

#### Druck

Mattenbach AG, Technoramastrasse 19 8404 Winterthur, www.mattenbach.ch

## Verteilung

Die Post

## Mitgliederbeitrag Ortsverein

Einzelmitglied/Familie Fr. 30.— / Vereine Fr. 50.— / Gewerbe Fr. 75.—

#### **Abonnement Oberi-Zytig**

Fr. 35.— (ausserhalb Ortskreis Óberi) Fr. 25.— (Nur für Ortskreis Oberi ohne adressierte Zustellung)

Marina Reichmuth, abo@oberwinterthur.ch

#### Spenden

(mit entsprechendem Vermerk) PC 84-8655-0, Ortsverein Oberi, 8404 Winterthur

#### Herausgeber

Ortsverein Oberi, Postfach 3149, 8404 Winterthur

Präsident: Andi Müller
Vize-Präsident: vakant
Kassier: Patrick Brunner
Oberi-Magazin: Dieter Müller, Yves Tobler
Homepage: Thorsten Summer
Aktuar: Marina Reichmuth

## www.oberwinterthur.ch

Die Oberi-Zytig wird durch die Fachstelle Quartierentwicklung unterstützt.



Erscheinungsdaten und Termine der Oberi-Zytig				
Nummer	Redaktionsschl	uss Erscheinungsdatum		
237	19.03.2021	29.04.2021		
238	21.05.2021	08.07.2021		
239	20.08.2021	30.09.2021		
240	01.10.2021	25.11.2021		
241	07.01.2022	10.02.2022		

Werden Sie Mitglied im Ortsverein Oberi als:				
☐ Einzelmitglied/Familie Fr. 30.—/Jahr	☐ Vereine Fr. 50.—/Jahr			
Gewerbe Fr. 75.–/Jahr	Abo Oberi-Zytig Fr. 35.—/Jahr ausserhalb Ortskreis Oberi			
Firma				
Name	Vorname			
Strasse	PLZ/Ort			
E-Mail				
☐ Mich kann man bei Anlässen um Mithilfe anfragen.				
Einsenden an: Ortsverein Oberi, Postfach 3149, 8404 Winterthur oder anmelden per Kontaktformular unter www.oberwinterthur.ch Wir danken Ihnen herzlich für ihre Unterstützung und freuen uns, Sie bei uns im Ortsverein willkommen zu heissen.  Ortsverein Oberwinterthur				

## Das ideale Geschenk, ein Abo der Oberi-Zytig!

Verlassen Sie den Stadtkreis Oberi oder ziehen Sie um in ein Altersheim und wollen trotzdem informiert sein, was in Oberi passiert und was die Oberianer beschäftigt?

Dann ist ein Abonnement der Oberi-Zytig genau das richtige.

Für Fr. 35 im Jahr werden Ihnen die 5 Ausgaben der Oberi-Zytig per Post zugestellt. Dies ist eine gute Möglichkeit den Liebsten den Umzug zu erleichtern und langjährigen OberwinterthurerInnen ein Stückchen Oberi zurückzubringen.

Abo Oberi-Zytig (ausserhalb Ortskreis Oberi)

Ortsverein Oberwinterthur, Marina Reichmuth

Postfach 3149, 8404 Winterthur, abo@oberwinterthur.ch

## Etwas zu verkaufen, oder ist ein Kurs anzubieten?

Mit einem Inserat ab Fr. 20.- ist dies auf unserem Marktplatz möglich.

1 Spalte, 4 Zeilen (160 Zeichen) Fr. 20.-

1 Spalte, 6 Zeilen (240 Zeichen) Fr. 30.-

jede weitere Zeile Fr. 5.-

Dieter Müller, Römerstrasse 233, 8404 Winterthur Tel. G: 052 242 37 36, Inserate-oz@oberwinterthur.ch

#### Lust und Zeit für Freiwilligenarbeit bei der Oberi-Zytig?

Die Oberi-Zytig sucht für die Inserate Akquise und Inserate Verwaltung, sowie das Rechnungswesen auf das 2021 Ersatz.

Der Arbeitsumfang benötigt Zeit während den Bürozeiten und einen eigenen PC. Gerne gebe ich dir über den Umfang der anfallenden Arbeiten Auskunft.

Dieter Müller, Ortsverein-Oberwinterthur, Resort, Oberi-Zytig, Tel. 052 242 37 36, inserate-oz@oberwinterthur

*freie schule* winterthur

Gemeinsam wachsen für eine starke Zukunft.



Wir fördern Ihr Kind in unserer

6. Klasse, im Übergangsjahr und in
der Sekundarstufe.

freieschulewinterthur.ch, 052 212 61 44, info@freischi.ch



# NEIN zum Eichwaldhof ohne direkten Anschluss

Kein Zusatzverkehr durch Wohnquartiere!

www.direkter-anschluss.ch

## Grüze Markt

Winterthur



## Montag-Freitag Samstag

8.30-20.00 Uhr 8.00-20.00 Uhr















## **PUNKTE-BON**

10x Superpunkte auf Ihren Einkaufsbetrag mit der Supercard.





Einlösbar in Ihrem Coop Supermarkt Winterthur Grüze Markt.

Nicht gültig für. Spirituosen/Aperitifs, Raucherwaren, Geschenkkarten, Erlebnisboxen, Reka-Checks, Vignetten, gebührenpflichtige Kehrichtsäcke, Gebührenmarken, Depotgebühren, Leergut, Telefonkarten, Gespirächsguthaben, Lose, Lotto/Toto, Ticketverkauf, Zeitungen/Zeitschriften, Baby Anfangsmilch, Tragtaschen, Internetshop, eingemietete Shops, Tchibo Sortiment, Weinmessen, Hauslieferdienste, Liefergebühren, Milderschäfter Erstafzleile Renardiuren Dienst-Schreidelstungen

