Der Sprintwettkampf wurde dieses Jahr auf der Römerstrasse durchgeführt, da der Bereich ab der Ludothek in Richtung Talackerstrasse nicht durch Festwirtschaften belegt war.
Dies ermöglichte eine noch besser Integrierunng ins Oberi-Fest.

Bei idealem Wetter nahmen 48 Mädchen und 66 Knaben teil. Die jüngste Teilnehmerin war Jahrgang 2020 und die Älteste Jahrgang 2007

Etwa 60 Mädchen und Knaben meldeten sich noch am Wettkampf selber an.
Die Siegerehrung fand um 15.00 Uhr bei Schulhaus Dorf statt.

Mit besten Grüssen

Harry von Mengden
Leiter Jugendriege

Ihre natürliche Musikalität entdecken und verfeinern

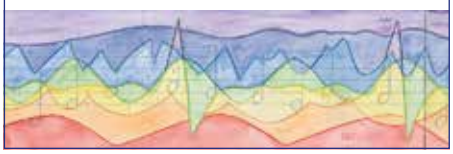
Einzel - und Gruppenstunden
für
KLARINETTE
Stimme und andere Instrumente

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



de schnällscht Oberianer
am Oberi Fäscht

Kühlen, Waschen, Trocknen, Kochen, Backen, Geschirrspülen, Gefrieren

Electrolux, V-Zug
Miele, Bosch
Schulthess usw.

guter Service
gute Preise

Telefon **052 212 99 25**
Elektrogeräte GmbH
TAWA
Technikumstrasse 16, 8400 Winterthur
tawa-elektrogeraete.ch

Meier
Immobilien-Verwaltung GmbH

- Verwaltung von Mietliegenschaften
- Verwaltung von Stockwerkeigentum
- Vermittlung und Verkauf

Tösstalstrasse 234 • 8405 Winterthur • Tel. 052 246 08 46
www.meier-immobilien.ch • info@meier-immobilien.ch

Ihr kompetenter
Haustechnik-Profi
aus der Nachbarschaft

STÄHLI • HAUSTECHNIK • AG
SANITÄR + HEIZUNG + LÜFTUNG + SOLARANLAGEN
Gewerbestrasse 6 Tel 052/242 82 00
8404 Winterthur Fax 052/242 03 73
www.staehli-haustechnik.ch

teppich+resten shop oberi
Familie Ritsch

Abgepasste Teppiche • Vorlagen • Läufer • Fleckerlteppiche
Schmutzfangmatten • Antirutschunterlagen • Teppich-/
Novilon-Resten + ab Kollektion ...und vieles mehr!

Römerstrasse 172
8404 Winterthur
Tel.: 052 222 02 94
P direkt vor dem Geschäft

Di, Mi 13.30-17.30 Uhr
Do, Fr 10.00-11.45 + 13.30-17.30 Uhr
Sa 10.00-11.45 + 13.30-16.00 Uhr

Geissberger's culinarium

Treffpunkt für Geniesser Käse – Spezialitäten – Café Bar
Römerstrasse 232 – 8404 Winterthur – Tel - 052 242 15 85 – Fax- 052 242 16 53

In kleinen Mengen eingekocht

werden alle hausgemachten Confitüren und Gelées nach urtümlichen Rezepten,
was jedoch fantasievolle Neukreationen nicht ausschliesst.
Vor allem Nachts und bei Vollmond
– entstehen die eigenwilligsten Kreationen.

Wir bauen auch für Sie!

Seit 1974. Unser Name verpflichtet uns, mit Qualität und Zuverlässigkeit zu überzeugen. Als traditionelle Familienunternehmung sind wir in den Bereichen Baumeister und Holzbau Ihr Ansprechpartner, wenn es ums Bauen geht. Wir erstellen nicht nur Hochhäuser, sondern wir erledigen auch für Sie kleinere Kundenarbeiten wie Umbauten, Anbauten, Sanierungen oder Einbauten von Dachfenster, Lukarnen, Gauben sowie allgemeine Zimmereiarbeiten und vieles mehr. Besuchen Sie unsere Homepage oder rufen Sie uns an, wenn wir für Sie bauen dürfen.

HOCHBAU TIEFBAU HOLZBAU
BALTENSPERGER
BALTENSPERGER AG WINTERTHUR

Baltensperger AG
Hochbau Tiefbau Holzbau
Albert-Einstein-Strasse 17
8404 Winterthur
052 320 22 20
www.baltenspergerbau.ch

HEV Region Winterthur

Hausratgeber

Ladestation im Stockwerkeigentum

Der Anteil von Elektroautos nimmt stetig zu und damit auch das Bedürfnis einer eigenen Ladestation zu Hause. Während der Einbau einer Ladestation für Einfamilienhausbesitzer einfach ist, müssen Stockwerkeigentümer einige Aspekte beachten.

Beschluss Eigentümerversammlung
Die Autoeinstellhalle steht im Miteigentum der Eigentümergemeinschaft, dem Eigentümer steht in der Regel ein ausschliessliches Nutzungsrecht an seinem Parkplatz zu. Der Eigentümer darf keine baulichen Massnahmen in der Autoeinstellhalle vornehmen.
Der Einbau einer Ladestation ist aus Sicht des Hauseigentümerverbands eine nützliche bauliche Massnahme und erfordert deshalb die Zustimmung mittels qualifiziertem Mehr. Die Mehrheit der anwesenden oder vertretenen Stockwerkeigentümer, welche zugleich die Mehrheit der Wertquoten besitzen, muss dem Einbau zustimmen. Wird eine Ladestation ohne Zustimmung eingebaut, kann die Eigentümergemeinschaft jederzeit deren Beseitigung auf Kosten des Eigentümers verlangen.

Einzel- oder Gemeinschaftslösung
Soll nur eine Ladestation erstellt werden, kann dies mit einer direkten Zuleitung ab der Hausverteilung zum entsprechenden Parkplatz erfolgen. Die Gemeinschaft kann verlangen, dass der entsprechende Eigentümer sämtliche Kosten übernimmt, der Stromverbrauch individuell erfasst wird oder über den entsprechenden Stromzähler läuft. Für mehrere Ladestationen ist ein intelligentes System empfehlenswert, damit es keine Überlastungen gibt und ein Schnellladen weiterhin möglich bleibt.
Entscheidet sich die Eigentümergemeinschaft für ein intelligentes System, wird die Grundinfrastruktur durch die Gemeinschaft erstellt, finanziert und unterhalten. Die interessierten Eigentümer können eine eigene Ladestation kaufen und an die Grundinfrastruktur anschliessen. Möglich ist zudem die Variante, dass die Gemeinschaft zusätzlich zur Grundinfrastruktur auch gleich die Erstellung, den Unterhalt und den Betrieb der Ladestationen auf den Parkfeldern der antragstellenden Eigentümer besorgt. Dies hat für die Gemeinschaft den Vorteil, dass sie die fachkundige Erstellung, Wartung, Unterhalt etc. der Ladestationen sicherstellen und auch bei allfälligen Problemen selbst agieren kann. In diesem Fall sollte im Beschluss der Eigentümerversammlung klar festgehalten sein, dass jeder antragstellende Eigentümer sämtliche Kosten im Zusammenhang mit der Errichtung der Ladestation auf seinem Parkfeld, deren Erneuerung, Unterhalt und Betrieb (Wartung, Stromverbrauch, allfällige Versicherungsprämien, etc.) übernehmen muss.
Weitere Ratgeber für Hauseigentümer und Stockwerkeigentümer finden Sie auf **www.hev-ratgeber.ch**

QR-Code platzieren
Ralph Bauert, Geschäftsführer Hauseigentümerverband Region Winterthur

SAWIN

Wachablösung bei Aerobic Gymnastics in Winterthur

Nach langer Corona-bedingter Wettkampfpause zeigt sich am Winti Cup vom 11. Juni 2022 in der Turnhalle Neuhegi, dass jüngere Athleten nach vorne drängen und die langjährige Lokalmatadorin Tonja Kammerlander Konkurrenz bekommen hat.

Viele Jahre dominierte Tonja Kammerlander zusammen mit ihren Geschwistern Darja Stukalina und Nikolaj Stukalin die Aerobic-Szene in der Schweiz. Dann übernahm sie zusammen mit ihrem Bruder die sportliche Leitung von SAWIN und trainierte gleichzeitig weiter als Athletin. Und im Juni, am diesjährigen Winti Cup, stand dann verdient Pia Bächi von SAWIN ganz oben auf dem Podest. Athletinnen, welche seit vielen Jahren bei SAWIN trainieren, drängen nun langsam, aber sicher an die Spitze.

Nikolaj Stukalin trat zum letzten Mal als Athlet im Einzel auf und begeisterte das Publikum mit seiner athletischen Kür. Er wird sich in Zukunft auf sein Traineramt konzentrieren, bleibt aber dem Aerobic-Sport als Duo-Partner erhalten. Wir sind gespannt auf seine nächsten Auftritte im Doppel!

Vielleicht etwas nervöser, aber keinesfalls stehen gebliebene Athleten von SAWIN aus Winterthur, von Satus Uster sowie Athletinnen aus den befreundeten Vereinen aus Deutschland kamen nach Winterthur, um zu zeigen, dass sie nicht stehengeblieben sind. Zwei Jahre ohne nennenswerte Wettkämpfe sind in einem jungen Sportlerleben eine lange Zeit. So ist es umso erfreulicher zu sehen, dass viele Athletinnen ihre Leistungen auch unter erschwerten Bedingungen sichtbar gesteigert haben.

Die Wettkampfteilnehmerinnen in den unteren Kategorien waren, wie in der Vergangenheit zahlenmässig stark vertreten. Die Freude und Begeisterung, sich endlich wieder einmal in einem Wettkampf messen zu können, war ihnen deutlich ins Gesicht geschrieben.

Für weitere Infos über Aerobic Gymnastics und SAWIN: Daniela Stukalina, Tel: 078/748 47 45, eMail: sawin@bluewin.ch oder schauen Sie auf www.sawin.ch vorbei.

Frauenchor Oberi

«I wünsch dir e Rose, wo nur für dich blüeht»

Mit diesem Lied eröffneten wir unser Ständchen am Donnerstag, 4. August 2022 im Seniorenzentrum Vivale in Neuhegi. Damit wollten wir einer ehemaligen Mitsängerin und Bewohnerin des Zentrums eine kleine Freude bereiten. Fast vollzählig sangen wir vor einem ansehnlichen Publikum. Manch einer/einem kamen die Mundartlieder bekannt vor und sang leise mit. Bei den hochsommerlichen Temperaturen standen uns die Schweissperlen im Gesicht, und alle waren wir froh, dass unser Auftritt nicht allzu lange dauerte. Nach dem letzten Applaus und einigen kurzen Gesprächen mit Zuhörerinnen und Zuhörern setzten wir uns gerne in die Cafeteria nebenan und genossen kühlende Getränke, zusammen mit unserer ehemaligen Mitsängerin und ihrem Ehemann.
Bereits 4 Tage später, am Montag 8. August, trafen wir Sängerinnen uns wieder. Diesmal zum alljährlichen Sommerhöck im Restaurant Kafi Burehus in Seen. Bei herrlichem Wetter versammelten wir uns um den grossen Tisch und genossen das feine Nachtessen, eine jede das Menu, für welches sie sich zuvor angemeldet hatte. Wie immer bei diesen Treffen, geht der Gesprächsstoff nicht aus! Es gibt so viel zu erzählen!
Wir alle freuen uns, dass es nach den Sommerferien wieder losgeht mit den Chorproben, auf das gemeinsame Singen.

Liebe Frauen, ihr seht es macht Freude bei uns mitzusingen. Probiert es doch einfach einmal selber aus und schaut bei einer unserer Proben vorbei.
Die Proben finden statt:
Wann: Montagabend von 20.00 – 21.30 Uhr
Wo: Singsaal Schulhaus Guggenbühl, Stadlerstr. 56
Während der Schulferien finden keine Proben statt.
Weitere Auskünfte erteilt dir gerne unsere Präsidentin Marianne Stutz Tel. 052 233 65 18

Vreni Hegglin

Chor St.Marien

John Leavitt «Missa Festiva»

John Leavitt geboren 1956 ist ein Komponist, Dirigent, Pianist, Kirchenmusiker und Lehrer, dessen Musik nach wie vor Zuhörer und Musiker jeden Alters fasziniert.

Als aussergewöhnlicher Komponist und Arrangeur für Kirchen- und Schulmusikliteratur unterrichtet, lehrt und leitet John Leavitt zahlreiche Workshops, Festivals und Symposien.

«Missa Festiva» für gemischten Chor und Klavier ist ein Werk von John Leavitt welches wir am 20. November 2022 in der Kirche St. Marien aufführen werden.

Es singt der Chor St. Marien
Am Klavier spielt Maria Gerter
Dirigent ist lgor Retnev

Für dieses Projekt suchen wir noch Sängerinnen und Sänger in allen Stimmlagen um den Chor zu verstärken. Alle die Freude an Musik und am Singen haben sind herzlich eingeladen und willkommen mit uns dieses Werk einzustudieren.

Die Proben beginnen am Mittwoch, 21 September, für alle die jetzt die Oberi-Zytig lesen am 12. Oktober!

Wir proben immer am Mittwoch im Saal des Kirchenzentrums der Kath. Kirche St. Marien in Oberwinterthur, von 19.30 - 21.30 Uhr

Gerne geben wir weitere Auskünfte:

Dirigent lgor Retnev: retnev@bluewin.ch
Tel. 076 325 34 74

Präsidentin Erika Selinger: erika selinger@bluewin.ch
Tel. 052 242 80 31

Reformierte Kirche

Kirchgemeindehaus: Sichtbar frischer

Bauarbeiten im Foyer. Nach den staubigen Ausbrüchen im Frühling entstand eine grosszügige Leere im Kirchgemeindehaus. Es entstanden grosse und kleine Löcher, Holzlatten ersetzten Türen. Gut sichtbar wurde das Haus im Frühsommer eingerüstet und bald darauf das Dach erneuert. Im Saal wurde die gewölbte Holzdecke wieder sichtbar – aber bald darauf mit einem Arbeitsgerüst wieder verdeckt. Bild: Röbi Rahm

Das 70-jährige Kirchgemeindehaus der reformierten Kirchgemeinde Oberi wird momentan rundum erneuert, sodass es für die Zukunft wieder gerüstet ist. Der Lift wird ersetzt und die Küche modernisiert. Das Kirchgemeindehaus erhält neue Eingänge, ein neues Foyer, wärmedämmende Fenster und ein neues Dach. Auch das Sekretariat im Nebengebäude wird saniert und neu eingerichtet. Die Eröffnung findet vom 12. bis 14. Mai 2023 statt.

EINLADENDE, NEUE RÄUME

Noch ist alles im Bau, doch bereits läuft die Planung für den Betrieb. Wie die erneuerten Räume ab dem Frühling durch verschiedenen Gruppen der Kirchgemeinde, durch die Vereine und Bevölkerung von Oberi und andere externe Nutzer/innen mit Veranstaltungen, Kursen und anderen Aktivitäten belebt werden, ist aktuell in Diskussion. Die Mitarbeitenden planen auch ihre neuen Arbeitsräume, die in der ehemaligen Sigristenwohnung entstehen. Der Einzug im Frühling 2023 stellt das Team vor eine logistische Herausforderung, welche ebenfalls viel vorausschauendes Denken erfordert. Auf jeden Fall freuen wir uns auf das Eröffnungswochenende vom 12. bis 14. Mai 2023!

Röbi Rahm, Liegenschaftenverwalter reformierte Kirchenpflege Oberwinterthur

Zentrum an Buck
Angebote

Kafitreff Hegi
Montag und Freitag 9 – 11 Uhr
Mehrzweckraum Reismühleweg 48
Wir freuen uns auf viele Besucher und begrüssen Sie gerne zu einem Tee oder Kaffee. Anregende Gespräche, Austausch, ein offenes Ohr. Schauen Sie einfach bei uns herein.
Während den Schulferien bleibt der Kaffitreff geschlossen.

reformierte
kirche oberwinterthur

Zentrum am Buck

Angebote

Spaghetti - Essen Hegi
Mehrzweckraum Reismühleweg 48
Mittwoch 5.10 / 2.11. 11.45 – 12.45, Kaffee bis 13.00
Immer am 1. Mittwoch im Monat (ausser Schulferien) zusammen essen, sich in Gesprächen austauschen, neue Kontakte knüpfen und pflegen, gemeinsam lachen und sich verbunden fühlen – das alles können Sie am Spaghetti - Essen.
Erwachsenen Fr. 7.00 , Kinder / Jugendliche Fr. 5.00,
Kinder bis 6 Jahre gratis.
Mehrzweckraum Reismühleweg 48
Mit Anmeldung jeweils bis Montag vor dem Durchführungstag um 10 Uhr.
online: www.refkircheoberi.ch,
e-mail: hegi@reformiert-winterthur.ch
Telefon: 052 242 14 43 (Sekretariat Zentrum am Buck)

Nacht der Spiritualität 4. November 2022
Es folgt ein Beitrag direkt von Felix Gietenbruch/Michael Weisshar.

Ausstellungen
Ruedi Burgunder belebt mit seinen Bildern die Räume im Zentrum am Buck bis 6.10.
Von Oktober bis in den Advent wird Stefan Heinichen mit Bildern zu Gast sein.
Bitte erkundigen Sie sich telefonisch, ob die Räume für einen Besuch zugänglich sind. (052 242 14 43).

Bibel am Montag
Lesen und Diskutieren
Montag 15.45 – 17.00
22.8. / 5.+19.9. / 24.10. / 7.*+21.11. / 5.12.
(und evtl. 19.12.)
(*=Ausnahme im Pfarrhaus Guggenbühl, Guggenbühlstrasse 41) Offene Gesprächsgruppe, Interessierte können jederzeit einsteigen.
Pfr. Regula Schmid 052 243 30 36 regula.schmid@reformiert-wintethur.ch

Kreativgruppe Jeden Donnerstag 14.00 – 16.00
Magst du Handarbeiten ? «Zauberst» du aus Wolle oder Garn Nützliches oder auch einfach Schönes?
Bist du sonst gerne kreativ ? Vielleicht bist du noch gar nicht geübt, möchtest aber gerne etwas Neues entdecken ? Dann schau in unserer Gruppe vorbei. Wir treffen uns jeden Donnerstag am Nachmittag (ausser Schulferien).
Wir arbeiten an einer eigenen Arbeit oder stellen etwas für die Verkaufsecke im Zentrum am Buck her.
Lust auf ein Spiel ? Nimm dein Spiel mit oder schau welche Spiele es im Zentrum am Buck gibt.
Oder möchtest du einfach Gesellschaft und Gespräche geniessen und einen Tee oder Kaffee trinken ?
Alles ist möglich in der Kreativgruppe.
Kostenbeitrag: Material, das für den Eigenbedarf benötigt wird.
Anmeldung empfohlen 052 242 14 43

Je...français
Vous avez appris le français mais... Französisch für Erwachsene
Freitag 14.00 – 15.00 oder 15.15 – 16.15
Möchten Sie Ihr Französisch auffrischen ? Ihr Sprachwissen wieder einmal anwenden und in einer Gruppe sprechen oder auch Texte lesen ?
Lernen Sie in angenehmer Atmosphäre ohne Leistungsdruck und mit Freude.
Eine Lektion kostet 5.- Franken
Der Einstieg ist nach Voranmeldung jederzeit möglich.
Informationen: Frau B. Nahi 052 246 01 81

Cafeteria Zentrum am Buck
Montag 9.00-11.00, Donnerstag 14.00-16.00
Unsere Mitarbeiterinnen von HEKS-Visite servieren Ihnen gerne Kaffee oder Tee.
In Ruhe die Zeitung lesen, in unserer Bücherecke schmöckern, miteinander ins Gespräch kommen.
Herzlich willkommen in unserer Cafeteria.

Zentrum am Buck, Am Buck 2a, 8404 Winterthur,
052 242 14 43
zentrumambuck@reformiert-winterthur.ch

Gesundheit

Zöliakie oder wenn Gluten Probleme bereitet

In der Schweiz sind ungefähr ein Prozent der Bevölkerung von einer Zöliakie betroffen. Bei ihnen führt Gluten, das Klebereiweiss in verschiedenen Getreidesorten, zu einer Schädigung der Dünndarmschleimhaut. Mit einer glutenfreien Ernährung ist in der Regel ein beschwerdefreies Leben möglich.

WAS IST GLUTEN?
Gluten ist ein Sammelbegriff für Proteine (Klebereiweisse), die in verschiedenen Getreidesorten wie Weizen, Dinkel, Roggen, Gerste, Emmer, Grünkern, Kamut, Einkorn, Triticale und teilweise auch in Hafer enthalten sind. Die Zusammensetzung der Eiweisse unterscheidet sich jedoch je nach Getreideart. Für die Verarbeitung des entsprechenden Mehls sind die Klebereiweisse nützlich und wurden teilweise durch Züchtung angereichert.

WAS GESCHIEHT BEI ZÖLIAKIE?
Zöliakie ist eine Unverträglichkeit des Dünndarmes gegenüber Gluten. Bei den Betroffenen führt der Verzehr von Gluten zu einer Entzündung und damit Schädigung der Dünndarmschleimhaut und zum Abbau der Dünndarmzotten, wodurch sich die Oberfläche des Darmes verkleinert. Durch die Zerstörung der Dünndarmzotten wird die Aufnahme von Nährstoffen wie Kohlenhydrate, Fette, Eiweisse, Vitamine und Mineralstoffe reduziert. Diese Nährstoffdefizite können im Laufe der Erkrankung Mangelerscheinungen (z.B. Eisenmangel) mit den entsprechenden Folgen auslösen. Früher wurde die Zöliakie bei Erwachsenen auch als einheimische Sprue bezeichnet.

WIE ÄUSSERT SICH EINE ZÖLIAKIE?
Die Symptome einer Zöliakie sind sehr vielfältig, oft gibt es mehrere Anzeichen, die individuell auftreten können. Die sehr verschiedenen Ausprägungen erschweren eine schnelle Diagnose.
Bei Kleinkindern treten einerseits verdauungsbezogene Symptome auf wie Blähbauch, Übelkeit, Bauchschmerzen, Durchfall oder massiger stark riechender Stuhl. Andererseits werden als Folge der Nährstoffdefizite Gewichtsverlust, Wachstumsrückstand oder verzögerte Pubertät beobachtet.
Von Zöliakie betroffene Erwachsene leiden bei Zufuhr von glutenhaltiger Nahrung ebenfalls an Verdauungsbeschwerden wie Durchfall oder Verstopfung, Blähungen, Bauchschmerzen oder Erbrechen. Nährstoffdefizite wie Eisen- und Vitaminmangel führen zu Blutarmut, Müdigkeit und Erschöpfung aber auch zu Knochenschmerzen und längerfristig sogar zu Osteoporose.

Wie wird eine Zöliakie diagnostiziert?
Bei einem Verdacht wird das Blut beim Arzt auf spezifische Antikörper getestet. Ist dieser Test positiv, wird in der Regel ein Gastroenterologe eine Probe der Dünndarmschleimhaut entnehmen, welche auf typische Schädigungen hin untersucht wird.

THERAPIE
Die glutenfreie Ernährung ist bis anhin die einzige bekannte Möglichkeit, um mit Zöliakie gesund und beschwerdefrei zu leben. Alle glutenhaltigen Getreidesorten müssen konsequent und lebenslang gemieden werden.
Ersetzt werden kann das gemiedene Getreide durch Kartoffeln, Mais, Reis, Buchweizen, Quinoa, Amaranth, Hirse und Hülsenfrüchte. Selbstverständlich sind auch weitere unverarbeitete Nahrungsmittel wie Fleisch, Fisch, Eier, Milch und Milchprodukte, Gemüse, Früchte, Pflanzenöle und Zucker erlaubt.

GIBT ES EINE GLUTENSENSITIVITÄT?
Man spricht von einer Nicht-Zöliakie-Glutensensitivität (non celiac gluten sensitivity): Betroffene reagieren Stunden bis Tage nach der Aufnahme von glutenhaltigen Speisen mit Zöliakie-ähnlichen Symptomen im Magen-Darm-Trakt. Dabei wird der Dünndarm jedoch nicht geschädigt.
Häufig treten auch Symptome ausserhalb des Magen-Darm-Traktes auf, wie Verhaltensänderungen, Knochen- und Gelenkschäden, Muskelkrämpfe, Kopfschmerzen, Gefühlsstörungen der Beine, Gewichtsverlust und chronische Müdigkeit. Es gibt Hinweise, dass dabei ein beeinträchtigtes Mikrobiom (Darmflora) eine wichtige Rolle spielt.
Die Diagnose der Glutensensitivität ist vorwiegend eine Ausschlussdiagnose. Derzeit gibt es keine spezifischen Tests, vielmehr müssen zunächst eine Weizenallergie und eine Zöliakie ausgeschlossen werden.

WAS IST EINE WEIZENALLERGIE?
Im Gegensatz zur Zöliakie und der Nicht-Zöliakie-Glutensensitivität reagiert der Körper hierbei allergisch auf die spezifisch im Weizen enthaltenen Proteine. Besonders bei Kindern zählen Weizen, Milch und Ei sowie Nüsse zu den häufigsten Auslösern von Allergien.
Bei Erwachsenen tritt diese Allergie jedoch seltener auf, da sie in den meisten Fällen in der Pubertät abklingt. Anhand von Haut- und Bluttests kann ein Allergologe feststellen, ob es sich um eine Unverträglichkeit oder um eine Allergie handelt.

Auch in diesem Zusammenhang wird klar, welche zentrale Bedeutung unsere Ernährung und ein gesunder Darm für unsere Gesundheit haben.

Dorothea Staub-Helg
Apothekerin

Römer-Apotheke

Quellen:
-https://www.aha.ch/allergiezentrum-schweiz/allergien-intoleranzen/nahrungsmittelintoleranzen/zoeliakie-glutenintoleranz (Stand 26.7.22)
- https://www.zoeliakie.ch/de (Stand 26.7.22)

Wir beraten nicht generell, sondern individuell.

toppharm
Römer Apotheke

Annette Prohaska, Römerstrasse 232, 8404 Winterthur
Telefon 052 242 36 60, roemer@ovan.ch
www.apotheke.ch/roemer-winterthur

Erhalten Sie einen Lohn und professionelle Unterstützung für die Pflege von Angehörigen.

Für die häusliche Pflege eines Familienmitglieds erhalten Sie bei **Arana Care** eine finanzielle Entschädigung, persönliche Betreuung und Unterstützung durch unsere diplomierten Pflegefachpersonen.

Arana Care unterstützt pflegende Angehörige, indem sie diese mit Arbeitsverträgen anstellt und ihnen für die Dauer der erbrachten Pflegeleistungen einen angemessenen Lohn und Sozialversicherungsbeiträge bezahlt.

Zu Beginn einer Zusammenarbeit zwischen Angehörigen und **Arana Care** wird ein Abklärungs-Termin bei Ihnen zu Hause mit einer Dipl. Pflegefachperson vereinbart. Die Dipl. Pflegefachperson analysiert gemeinsam mit Ihnen und mit einem geeigneten Abklärungsinstrument den Pflegeaufwand.

Als Basis für den ausbezahlten Lohn dient die Grundpflege

ARANA CARE

Beratung & Organisation rund um die Pflege Ihrer Angehörigen.

Zögern Sie nicht uns zu kontaktieren, wir beraten Sie gerne.

Patricia Summer, Yves & Gabriela Tobler

Weitere Infos:
052 212 85 05
www.aranacare.ch
winterthur@aranacare.ch

farbpalette.ch
Malerbetrieb Winterthur GmbH

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

Flachdach
Steildach
Spenglerei
Dachservice

Beyeler-Suremann AG
Schaffhauserstrasse 28a
8400 Winterthur
Tel. 052 242 12 03

info@bs-gh.ch / bs-gh.ch

Singñoritas

Singñoritas: Neuanfang geglückt

MASKIERTE PROBEN UND AUFTRITT
Letztes Jahr schrieb ich an dieser Stelle, die Chorproben könnten nach den Sommerferien endlich wieder vor Ort stattfinden. Dies hat sich auch bewahrheitet, allerdings war noch monatelang das Tragen einer Schutzmaske nötig beim Probenbesuch. Wir haben uns durch alle gängigen Maskenmodelle getestet und dabei mit Erleichterung festgestellt, dass das Singen mit Maske kein unüberwindbares Hindernis darstellt. Kaum eine Sängerin blieb den Proben wegen der Maskenpflicht fern, sodass wir zügig an unserem Repertoire weiterarbeiten konnten und schnelle Fortschritte erzielten. Anfang 2022 durften wir dann beim Neujahrsgottesdienst in der Kirche Arbogast auftreten. Zum ersten Mal in der Chorgeschichte trugen beim Auftritt alle eine Maske - immerhin in Singñoritas-tauglichen Pink- und Lilatönen. Und siehe da – der Klang war durch die Masken nicht so stark eingeschränkt wie befürchtet und der Funke sprang auch so. Es war ein wunderschönes Gefühl, mit unserem Gesang wieder Freude in die Gesichter der Zuhörenden zu zaubern. Kurz darauf wurde die Maskenpflicht dann aufgehoben, sodass wir seit mehreren Monaten unmaskiert singen können.

HOCHZEITSAUFTRITTE
An einem wunderschönen Samstag im Mai durften wir zum ersten Mal seit langer Zeit bei einer Hochzeit singen und studierten dazu extra einige neue Songs ein. In der kleinen Kirche Pfungen kamen die Songs gut zur Geltung und die Stimmung war feierlich und fröhlich. Wir freuen uns sehr auf weitere Auftritte mit unserer hochmotivierten Gruppe; zuerst steht die musikalische Begleitung eines Gottesdienstes in Hettlingen an. Im Oktober dürfen wir dann an der Hochzeit unserer langjährigen Sängerin Fabienne singen, deren Hochzeit wegen Corona rund zwei Jahre später stattfindet als geplant. Wir werden natürlich alles geben, um Fabiennes grossen Tag so stimmungsvoll wie möglich zu gestalten.

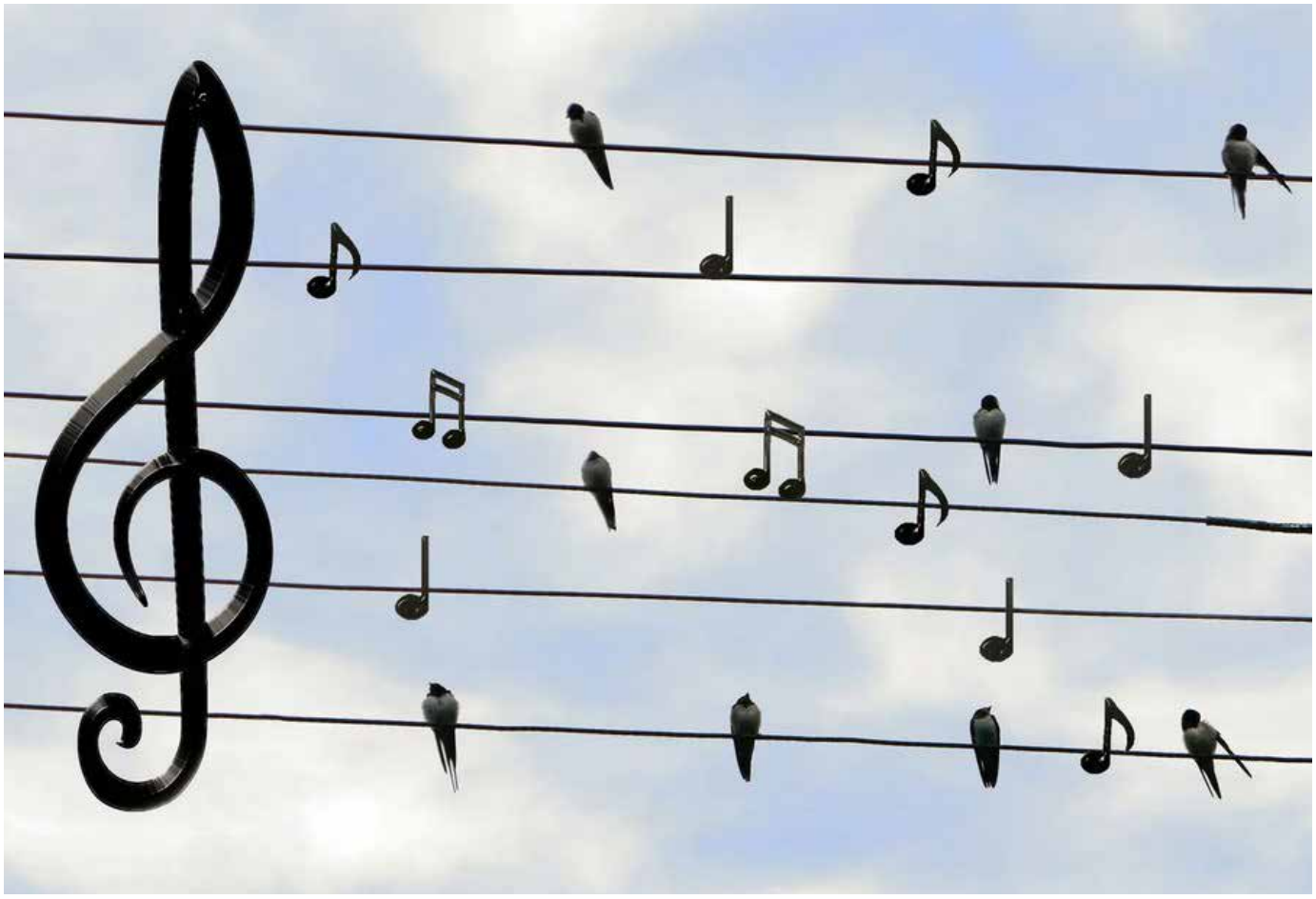
MITSÄNGERINNEN HERZLICH WILLKOMMEN
Unsere Mitgliederzahl hat sich in den letzten Monaten sehr erfreulich entwickelt und wir durften viele neue Sängerinnen bei uns begrüssen. Die Atmosphäre im Chor ist ausgezeichnet; die Frauen sind fröhlich, entspannt, hilfsbereit und hochmotiviert. Wir freuen uns jederzeit über weitere Mitsängerinnen, die mit uns am Montagabend im Gleis 1B proben. Interessentinnen melden sich bitte via info@singnoritas.ch oder informieren sich auf unserer Website www.singnoritas.ch.

Für die Singñoritas
Cora Egli

Begegnungszentrum

Anhaltspunkt

Singende Senioren



MIT MUSIK ERINNERUNGEN SCHAFFEN

Alle sind herzlich willkommen! Wir singen gemeinsam Volkslieder und andere bekannte Lieder. Die Freude am gemeinsamen Singen steht dabei im Vordergrund. Zwischendurch stärken wir uns bei Kaffee, Tee und Guetzli.

Jeweils Montags von 14.30-16.00 Uhr
(Daten siehe rechts)

abwechslungsweise im
Begegnungszentrum «Anhaltspunkt»
Ida Sträuli-Str. 91, 8404 Winterthur
und im
Seniorenzentrum «Vivale Neuhegi»
Ohrbühlstr. 65, 8409 Winterthur

Beide Lokalitäten sind rollstuhlgängig.

Leitung:
Andrea Gilomen (Sängerin und Musikerin)

Kontakt:
Anhaltspunkt: vor Ort oder 052 544 1770
Vivale Neuhegi: am Empfang oder 043 268 1700

Mo, 26. Sept. im Anhaltspunkt
Mo, 10. Okt. im Vivale Neuhegi
Mo, 24. Okt. im Anhaltspunkt
Mo, 7. Nov. im Vivale Neuhegi
Mo, 21. Nov. im Anhaltspunkt
Mo, 5. Dez. im Vivale Neuhegi
Mo, 19. Dez. im Anhaltspunkt

Ohne Anmeldung.

WUNSCH WERK STATT WINTERTHUR
Das freudig-schöne Coaching.

Aus dem Leben

Unterbrüche schaffen

Sie möchten wissen, worüber wir uns in meinem Bekanntenkreis momentan mitunter am häufigsten Unterhalten? Über die heutigen Arbeitsbedingungen. Über den ständigen Personalmangel, die hohe Fluktuation, über unsere Freunde bei der Arbeit, die von einem Burnout betroffen sind und über den Fachkräftemangel sowie die politischen Mechanismen die dahinterstecken. Wieso wir das tun? Weil wir branchenübergreifend sehr ungesunde Entwicklungen nicht nur mitbekommen, sondern am eigenen Leib spüren. Weil uns das nachdenklich stimmt, wohin es mit der schnelllebigen Arbeitswelt führt und wie wir noch weitere 30 Jahre arbeiten und dabei gesund bleiben können.

Zurzeit unterhalte ich mich bewusst mit Personen, die kurz vor der Pensionierung stehen oder bereits pensioniert wurden. Ich frage sie, wie sie die heutige Arbeitswelt wahrnehmen und ob sich wirklich so viel verändert hat – oder ob wir Jungen einfach zu hohe Ansprüche haben, zu wenig belastbar sind und uns zu viel Freizeit wünschen? Sie sagen: «Heute ist es ganz anders. Das Personal wird sehr knapp geplant. Früher gab es in der Pflege nachmittags auch mal einen Moment, da haben wir im Schwesternzimmer Kaffee getrunken, vielleicht sogar ein Stück Kuchen gegessen und miteinander geschwatzt. Einfach, weil gerade nicht so viel los war.» Und ein Polizeichef in einem der grössten Polizeikorps der Schweiz sagt: «Früher gab es ab 24 Uhr die Sperrstunde. Da konnte man sich in der Nacht auch mal schlafen legen oder mit den Teamkollegen einen Jass chlopfen. In der heutigen 24-Stunden-Gesellschaft gibt es auch nachts keine einzige ruhige Minute mehr.» Da kommt mir nebst dem Thema der Salutogenese (Entstehung von Gesundheit und dazugehörige Prozesse) ein Zitat von K. Wolf in den Sinn: «Pause machen ist der am meisten unterschätzte Produktivitätsfaktor». Und A. Lincoln: «Halte dir jeden Tag 30 Minuten für deine Sorgen frei und in dieser Zeit mache ein Nickerchen».

Wenn uns die 24/7-Gesellschaft, die ständige Erreichbarkeit, die sozialen Medien, Essen To-Go und die allgemeine Schnelllebigkeit nicht von sich aus zur Ruhe kommen lassen, sind wir gefordert unseren Tag selber zu entschleunigen.

Versuchen Sie ganz bewusst, sanftere Übergänge zu gestalten. Treffen Sie fünf Minuten vor dem Termin beim Arzt oder Coiffeur ein und geniessen Sie diese Zeit, ohne auf Ihr Handy zu sehen. Atmen Sie zwischen einem Tagespunkt und dem anderen durch und gestalten Sie kleine Pausen, anstatt nahtlose Übergänge. Wer kennt es nicht? Es ist schon eine Minute nach. So richtig zu spät ist man zwar nicht, aber innerlich sind wir ganz schön auf zack, weil wir so knapp dran sind. Fünf Minuten Puffer (für fortgeschrittene Selbstfürsorge-Betreibende: 15 Minuten) verändern das Wohlbefinden grundlegend. Stellen Sie sich vor, Sie planen von nun an immer fünf bis 15 Minuten Pause ein, wenn es von einem Tagespunkt zum nächsten geht. Fünf Minuten früher als vereinbart eintreffen. Sich noch 15 Minuten aufs Sofa legen, bevor man aus dem Haus muss. Den Rhythmus des Tages bewusst beeinflussen und immer wieder innehalten. «Auch die Pause gehört zur Musik», schreibt Stefan Zweig in seiner Novelle „Verwirrung der Gefühle“.

Sarah Meili, Sozialarbeiterin, Sozialpädagogin und Persönlichkeits- und ressourcenorientierte Beraterin PRB ® (Coach IPSIS), Winterthur

Wunschwerkstatt Winterthur
Das freudig-schöne Coaching.

Kirchplatz 6
8400 Winterthur
078 229 77 66
www.wunschwerkstatt-winterthur.ch
Instagram: wunschwerkstatt_winterthur

Einzelcoachings, Paarcoachings, Coaching für Kinder, Erziehungsberatung, Ordnungscoaching und Kurse rund ums Familienleben.

Tennis

TC Oberi – Velotour Oberi/GotCourts-Turnier

Am 29. Mai legte die **Velotour Oberi** (Bilder oben) Station beim TC Oberi ein. Während der ca. 16 km langen Velotour vorbei an Sehenswürdigkeiten, etlichen Spiel- und Spass-Posten waren alle Velofahrer/-innen auf ein Tennis-Kennenlernen eingeladen. Neben Verpflegung auf der Sonnenterasse des Clubhauses Wallrüti konnte jeder sein Schläger-Ballgeschick an einer TriTennis-Wand erproben. Gerade die kleineren Velofahrer/-innen hatten sehr viel Spass daran, aber auch Erwachsene entdeckten zum ersten Mal die in ihnen schlummernde Freude am Tennis.

Erstmals in Winterthur fand am Ende Juli ein **GotCourts-Sommerturnier** auf unserer Clubanlage statt. Bei schlechtem Wetter wäre ein Ausweichen in die moderne Halle der **TennisArena Rümikon** vorbereitet gewesen. Neben dem Tennis steht bei dieser schweizweit stattfindenden Turnierserie jeweils auch das Kennenlernen neuer Leute im Mittelpunkt. Ein innovatives Spielkonzept garantiert den Teilnehmer/-innen über den Tag verteilt mehrere Spieleinsätze. Weitere Bildimpressionen findet ihr auf unserer Homepage www.tcoberi.ch.

Coop Oberi

Fleischmann mit Kochbücherleidenschaft

Oberwinterthur/Wiesendangen. Seit 25 Jahren hält er Coop die Treue: Bruno Luzza feiert in diesen Tagen im Coop Winterthur Oberi ein nicht alltägliches Jubiläum.

Bereits seit einem Vierteljahrhundert arbeitet Bruno Luzza beim gleichen Arbeitgeber. Am 11. August 1997 hat der Fleischfachmann aus Kalabrien (I) in der Metzgerei in Winterthur Wülflingen seine erste Stelle bei Coop angetreten. Nach drei Jahren in Wülflingen und ebenso vielen als Springer, war der 59-Jährige anschliessend zehn Jahre in der Metzgerei im Winterthurer Grüze Markt tätig. «Dann war es Zeit für einen Wechsel – und ich hatte richtiges Glück dabei», erinnert sich Bruno Luzza mit einem Lachen. «Mein Arbeitsort liegt mit dem Coop Oberi nämlich nur zwei Kilometer von meinem Wohnort Wiesendangen entfernt und hat ausserdem die ideale Grösse.»

Seit inzwischen neun Jahren kann Luzza mit der geliebten Ferrari-roten Vespa Jahrgang 1978 zur Arbeit fahren und «seine» vielen Stammkundinnen und -kunden bedienen und mit ihnen fachsimpeln. «Ich liebe es nämlich, Kochbücher zu studieren und mich mit den Kunden über Rezepte auszutauschen», sagt er. Ausserdem fühlt sich Bruno Luzza sehr wohl im Metzgerei-Team. «Wir fünf sind wirklich füreinander da und helfen einander wo es geht», erzählt der Fleischfachmann, um dann mit einem Augenzwinkern anzufügen: «Und einer ist besser als der andere!»

Coop gratuliert Bruno Luzza herzlich zum Jubiläum und wünscht ihm auch für seinen 60. Geburtstag vom 12. August alles Gute!

Ferienweggen

Traditioneller Sommerferienweggen für die SchülerInnen

Vielen herzlichen Dank an Annette Prohaska der Römer Apotheke, für das Sponsoring des Ferienweggen für die Schüler:innen der Schulhäuser Reutlingen, Stadel und Zinzikon. Ein herzliches Dankschön an Doris Geissberger, Geissberger's Culinarium, für die einwandfreie Organisation der Ferienweggen.

Schön durfte auch in diesem Jahr die Tradition des Weggens beibehalten werden, die Schüler:innen freuten sich sehr über die Pausenüberraschung am letzten Schultag vor den Sommerferien.

Elternrat Schule Zinzikon

Unser Küchen-Chef empfiehlt:

Aus Alt mach Neu!

Ist Ihre Küche noch gut in Form, doch besteht der Wunsch mit einem sanfteren Eingriff etwas neuen Schwung in den Küchenalltag zu bringen? Stottert der Kühlschrank oder tropft der Wasserhahn? Ist die Arbeitsfläche in die Jahre gekommen und an vielen Orten der Lack ab? – Als Küchengerätespezialist bringen wir Ihre Küche wieder in Schwung und es entsteht im Nu und mit moderaten Kosten ein neues Küchenerlebnis, ein **elgger**küchenlifting eben.

Martin Tanner freut sich darauf, gemeinsam mit Ihnen festzulegen was erneuert wird, damit Sie Ihre Küche wieder ohne Wenn und Aber geniessen können: Telefon 052 368 61 64 | martin.tanner@elibag.ch.

ELIBAG
Küchen Innenausbau Türen
NachWunsch | NachMass | Nachhaltig

Grosse Küchen- & Türenausstellung
Samstagvormittag geöffnet, gratis P

Obermühle 16b, 8353 Elgg
Tel. 052 368 61 61, www.elibag.ch
info@elibag.ch

ALLES ZUM BAUEN MIT HOLZ

www.zehnder-handel.ch

Zehnder Holz Handel AG
Alles zum Bauen mit Holz!

lyner.ch
Genuss seit 1903

1903 Lyner

Für mehr Biodiversität

RUTSCHMANN NATURBAU
BERATUNG • PLANUNG • BAU • PFLEGE
052 363 17 17 • WIESENDANGERSTR. 51 • 8404 WINTERTHUR

www.rutschmannNaturbau.ch

BIO TERRA FACHBETRIEB

Fruchtbarkeit Leben Gesundheit

Grün – die Farbe des Lebens, der Fruchtbarkeit und der Gesundheit. Grün steht symbolisch für Freiheit, Frühling, Gesundheit, Hoffnung und Leben.

Möchten Sie mehr über die Bedeutung und die Wirkung von Farben erfahren? Besuchen Sie unser Farb-ABC: www.landolt-maler.ch/farb-abc

LANDOLTMALER
Ganz Ihr Stil

Else-Züblin-Strasse 19, 8404 Winterthur
T 052 214 06 26, F 052 214 06 27
info@landolt-maler.ch, www.landolt-maler.ch

GEbW

Feiern und investieren in Oberwinterthur

Die GEbW zählt zu den Pionierinnen des sozialen Wohnungsbaus in der Schweiz. Nun feierte sie in der Halle 710 in Oberwinterthur ihr 150-Jahr-Jubiläum. Im Winterthurer Stadtkreis setzt sie auch ihr neuestes Projekt um, die Überbauung «Eichwaldhof».

Die Aktiengesellschaft für Erstellung billiger Wohnhäuser in Winterthur (GEbW) wurde 1872 gegründet. Damals ging es darum, Arbeiterfamilien bezahlbares Wohnen zu ermöglichen. Diesem Grundsatz ist die GEbW treu geblieben. Heute strebt sie nebst der sozialen auch eine wirtschaftliche und ökologische Nachhaltigkeit an. Ein aktuelles Beispiel dafür ist die Überbauung «Eichwaldhof», welche die Aktiengesellschaft zusammen mit zwei benachbarten Grundeigentümern realisiert. Die GEbW ersetzt 72 ihrer Wohnungen mit Baujahr 1959 beziehungsweise 1960 durch 120 neue, die nach den höchsten kantonalen Energiestandards erstellt werden sollen. Insgesamt unterhält die Aktiengesellschaft in Winterthur und Wiesendangen 885 Mietwohnungen. Mitte Juni feierte sie mit ihren Mieterinnen und Mietern sowie Musiker William White in der Halle 710 ihr 150-Jahr-Jubiläum.

Gemütliches Beisammensein auf der Parkseite der Halle 710.

Ein vielfältiges Programm bot Unterhaltung für die ganze Familie.

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

Musiktherapie Verena Barbera

Musiktherapie ist der gezielte Einsatz von Musik mit dem Ziel der Erhaltung und Förderung seelischer, geistiger und körperlicher Gesundheit.

Verena Barbera
Eidg. Kunsttherapeutin Fachrichtung Musiktherapie
www.musiktherapie-barbera.ch
Römerstrasse 232, Winterthur

Termine online buchen

Angebote:
Entspannung auf der Klangliege
Emotionaler Ausdruck
Konzentrationsförderung
Reduktion von innerer Unruhe
Musik entdecken für Kinder

Krankenmobiliar

Merci – Grazie – Engraziel – Danke

SCHLIESSUNG DES KRANKENMOBILIEN-MAGAZINS OBERWINTERTHUR

Bei schönstem Wetter gab das Blasorchester Winterthur (BOW) am Abend des 15. Juni auf der Terrasse an der Oberen Hohlgasse 1 ein Ständchen. Während einer guten halben Stunde erklangen unter der Leitung von Sandra Bleuler Marschmusik, heitere und besinnliche Stücke.

Mit diesem musikalischen Geschenk bedankte sich der Vorstand des Krankenpflegevereins Oberwinterthur (KPVO) bei Elsi und Toni Linder für ihren langjährigen und unermüdlichen Einsatz rund um das Krankenmobilien-Magazin. Während 37 Jahren hat Elsi unsere Hilfsmittel ausgeliehen, zurückgenommen, gereinigt, hat aufgeschrieben, telefoniert, einkassiert, ermahnt und manchmal auch gemahnt, während Toni dank seinem handwerklichen Geschick die kleinen Reparaturen gleich selber ausführte. Linders Selbständigkeit in der Führung des Magazins schätzte der Vorstand sehr. Altersbedingt sah sich das Ehepaar nun gezwungen, die Aufgabe an den Vorstand zurückzugeben. Dieser entschied, den Betrieb des Magazins auf Mitte Jahr einzustellen. Die Krankenmobilien wurden langjährigen Benutzern geschenkt oder günstig überlassen bzw. anderen Einrichtungen weiter gegeben. Der Verein existiert aber weiterhin. Er unterstützt beispielsweise mit einem jährlichen Beitrag die Sozialstellen der beiden Landeskirchen in Oberi.

Das BOW mit Fahnenträger in sommerlichem Tenü

Das BOW spielte gegen den Schluss des Auftritts die Ballade „Merci - Grazie - Engraziel Fitg – Danke“. Der Titel beinhaltet „Danke“ in unseren vier Landessprachen. Merci sagen auch wir dem BOW für seine spontane Zusage und dem Ehepaar Linder für ihre engagierte Arbeit. Wir wünschen Toni und Elsi alles Gute und viel Gelassenheit im Umgang mit den Beschwernissen des Alters.

Paul Reichmuth, KPVO

Rudolf Steiner Schule Winterthur
Seit über 40 Jahren

Von der Spielgruppe bis zur Matur

Bei uns erwartet die Kinder eine ganzheitlich gestaltete Schulzeit:
Von der Spielgruppe bis zur Berufswahl oder der Matura.

WWW.RSSW.CH

RUDOLF STEINER SCHULE WINTERTHUR
Maienstrasse 15, 8406 Winterthur, Telefon 052 202 19 97
sekretariat@rssw.ch, www.rssw.ch

ITSmove

Kantonal anerkannte
Privatschule für Primar- und Sekundarstufe
kleine Gruppen, familiär, individuell und Mittagstisch

Jetzt die Weichen für die Zukunft stellen!
Mehr Infos: www.itsmove.ch
Rudolf-Diesel-Strasse 24, 8404 Winterthur
LAB - Lösungorientiert, achtsam, beziehungsstark

Pfarrei St. Marien

reformiert_katholisch
Kirchen in Winterthur

Nacht der Spiritualität

Gott, Seele und Natur

Warum wir ein anderes Weltbild brauchen

Theater • Referate • Workshops • Raum der Stille • Taizé-Feier • Essen & Trinken
Freitag, 4. November 2022, **Saal der Giesserei, Ida-Sträuli-Strasse 71a, 8404 Winterthur**

ab 16.30	Kasse geöffnet Teilnehmerbeitrag bis 20.30 Uhr: Fr. 25 Kulturlegi: Fr. 10 | Studierende: gratis ab 20.30 Uhr: Fr 10
17.00	Eröffnung & Programminfo
17.15	Vortrag & Diskussion **Vor uns die Sintflut** **Warum wir doch nicht versinken** Ralph Kunz, Prof. für Praktische Theologie
18.15	Pause
18.30	Vortrag & Diskussion **Lauschen auf die grosse Musik** **Teil sein statt mehr sein** Felix Gietenbruch, reformierter Pfarrer.
19.30	Abendpause: Suppe, Menue, Sandwich
20.30	Vortrag & Diskussion **Mächtige Kräfte** **Die Natur, ein Tor zur tieferen Wirklichkeit** Noa Zenger, reformierte Pfarrerin & Reto Bühler, Lehrbeautragter
21.30	Pause
21.45	**Workshops** zu verschiedenen Themen
22.45	Pause
23.00	**Taizé-Gottesdienst** als Abschluss

weitere Infos: **www.nacht-der-spiritualitaet.ch**

Gewerbeportraits

«Klangvolle Hilfe»

Etwas versteckt hinter Geissberger' Culinarium finden sie die Liegenschaft Römerstrasse 232. Den Zugang zu dem schönen alten Haus führt über die Schiltwiesenstrasse. Hier finden sie auch die Praxisräumlichkeiten von Verena Barbera.

MIT MUSIK ZUM ZIEL

Musiktherapie ist der gezielte Einsatz von Musik mit dem Ziel der Erhaltung und Förderung seelischer, geistiger und körperlicher Gesundheit.
Musiktherapie ist eine künstlerisch-kreative Therapieform der Psychotherapie. Musiktherapie arbeitet entweder spielerisch und aktiv, d.h. Musik und das Spielen von Instrumenten dient als Ausdrucksmöglichkeit und als nonverbale Kommunikation, oder mit Musik vom Tonträger die gehört wird, um Emotionen ober biographische Themen zu bearbeiten.
Mit Musiktherapie ist es möglich sich auszudrücken oder mit Eindrücken zu arbeiten. Musiktherapie ist eine Therapieform, die individuell auf jede Person jeden Alters angepasst ist. Um Musiktherapie in Anspruch zu nehmen, bedarf es dazu keiner musikalischen Vorkenntnisse aber einen positiven Zugang zur Musik.

BEHANDLUNG AUF DER KLANGLIEGE

Sie haben Probleme am Arbeitsplatz, oder fühlen sich angespannt und manchmal überfordert? Es fällt Ihnen schwer innerlich zur Ruhe zu kommen? Sie stecken in einer Prüfungsphase im Studium und Sie können sich nicht richtig konzentrieren und schlafen nicht mehr gut?
Stressbedingte Symptome (z.B. Schlaflosigkeit, innere Unruhe, Kopfschmerzen etc.) können nachweislich durch musiktherapeutischer Tiefenentspannung reduziert werden. Durch musiktherapeutische Tiefenentspannung (MTE) wird es Ihnen ermöglicht, wieder zu ihrer ausgeglichenen inneren Ruhe und Kraft zu finden. Jede Behandlung gleicht einer Erholungsphase für Körper, Geist und Seele. So können Sie etwas Gutes für sich tun. Gleichzeitig wird die emotionale Verfassung verbessert und die gewonnenen Erkenntnisse können nachhaltig in den Alltag der Klienten integriert werden.
Während der Behandlung liegen Sie auf einem Behandlungsmonochord und erleben, wie Sie mit Klang und gezielten Entspannungstechniken und nachgewiesenen wirksamen Verfahren in die Entspannung geführt werden.

MUSIK BERUHIGT, BELEBT UND BEWEGT!

Musik fördert bei Ihrem Kind neben der Gedächtnis- und Sprachentwicklung auch die motorischen Fähigkeiten. Mit (Körper-)Musik, Ihrer Stimme und gezielten Techniken zeige ich Ihnen wie Sie Ihr Kind in seiner Entwicklung unterstützen können. Ich zeige Ihnen wie wichtig der Einbezug von Musik ist in der Kindesentwicklung – dafür brauchen Sie keine besonderen musikalischen Fähigkeiten und müssen kein Instrument spielen. Der Kurs soll nicht nur Ihrem Kind sondern auch Ihnen gut tun.

Ich freue mich auf Sie!

Standort Winterthur:
Römerstrasse 232, 8404 Winterthur
Standort Schaffhausen:
Hülstewise 19, 8222 Beringen
Telefon Nr. +41 76 582 90 96
Mail: mail@musiktherapie-barbera.ch

Frau Barbera wir sitzen hier in ihrem angenehmen Praxisraum an der Römerstrasse 232 und führen unser Gespräch in Hochdeutsch. Wo sind ihre Wurzeln?

Aufgewachsen bin ich in Rheinland Pfalz genauer gesagt in Bingen am Rhein. In die Schweiz kam ich 2015 wo ich mein Musiktherapie Studium abschloss.

Und dann sind Sie in der Schweiz geblieben?

Meine zweite Ausbildung hatte ich als Sozialpädagogin abgeschlossen. Als solche habe ich in Hegi bei der Quellhofstiftung gearbeitet. Meine erste Stelle war also in Oberwinterthur.

Aber ihr Nachname klingt italienisch.

Richtig, ich lernte Ende 2017 meinen heutigen Mann anlässlich eines Singwettbewerbs kennen. Wir wurden ein Paar und heirateten 2020 auf dem Standesamt.

Er hat sich in ihr Herz gesungen?

Das stimmt (lacht) er hat eine fantastische Stimme. Er arbeitet hauptberuflich auf einer Bank. Aber wir treten auch gemeinsam als Duo an diversen Anlässen auf. Wir spielen Pop Musik aber auch eigene Lieder.

Womit wir wieder bei der Musik sind. Ihre Leidenschaft?

Ja bestimmt. Ich spürte, dass ich als Sozialpädagogin nicht richtig zufrieden war. Die Musiktherapie ist so spannend und vielfältig einsetzbar.

Dann sind sie gezielt wieder nach Oberwinterthur gekommen?

Nein es war eher ein Zufall, dass ich hier an der Römerstrasse 232, im März 2021, meine Praxisräumlichkeiten fand. Aber es ist das Beste was mir passieren konnte. Ich finde es sehr schön hier.

Frau Barbera herzlichen Dank für das Gespräch und viel Erfolg in Oberwinterthur

Die Laienbühne Römerhof

spielt wieder

Die Vorbereitungen und Proben für die Aufführungen «Traumhochziit» im November sind in vollem Gange. Die Laienbühne Römerhof freut sich, Sie bald begrüssen zu dürfen. Für Informationen zum Vorverkauf besuchen sie ab Anfang Oktober unsere Homepage la-roe.ch.

Es sollte der schönste Tag im Leben von Vicky und Alex werden. Alles ist vorbereitet für die Traumhochzeit des Jahres. Wäre da nicht der Polterabend. Alex lässt es mit seinem Trauzeugen Tomy und weiteren Freunden am Abend vor der Hochzeit so richtig krachen. Am nächsten Morgen erwacht der Bräutigam mit einem Brummschädel. Doch es zeigt sich schnell, dass der Kater Alex' kleinstes Problem ist.

Nach *«Perfect Wedding»*, Komödie in zwei Akten von Robin Hawdon
Schweizer Mundartbearbeitung: Silvia und Carl Hirrlinger
Neubearbeitung 2018: Atréju Diener und Rolf Brunold

Aufführungsdaten:

Premiere:	Samstag, 5. November
Seniorennachmittag:	Sonntag, 6. November
Theaterabende:	Freitag, 11. November
	Samstag, 12. November
Theaternachmittag:	Sonntag, 13. November
Theaterabende:	Freitag, 18. November
	Samstag, 19. November
Derniere:	Sonntag, 20. November

Aufführungen im KiBeZ, Kirchliches Begegnungszentrum St. Marien, Römerstrasse 103, 8404 Winterthur

Ihre Laienbühne Römerhof

FC Oberwinterthur
gegründet 1934

FC Oberi

FC Oberi Corner Herbst 2022
Spitze ist erreicht

So lange ich mich erinnern kann, mussten beim FC Oberwinterthur nie Junioren abgewiesen und nur wenige auf irgendwann später vertröstet werden.
Wir fanden stehts Lösungen, um jedem Fussballbegeisterten Jungen und auch Mädchen einen Platz in einem Team zu finden. Sei es mit temporären Poolteams oder übergrossen Kadern, irgendwie ging es immer. Jetzt gehts nicht mehr!
Warum ist das so?
Einer der Gründe ist das fehlende Personal. Gegenüber 2018 haben wir zwar den Vorstands-Trainer und sonstigen Funktionärsbestand um 30% aufgestockt, trotzdem reicht es nicht.

Es werden aber auch Wohnungen gebaut was das Zeug hält, vor allem in Neuhegi. Logische und eigentlich tolle Konsequenz, viele Kinder die Fussballspielen wollen.
Um aber die Kinder gut ausbilden zu können, sollte in kleinen Teams trainiert werden (8-12 Spieler).
Beispielsweise bei den E Junioren, das sind im Moment die Jahrgänge 2012/2013. Hier wären beim aktuellen Bestand 6 Teams optimal. Wenn ich die abgewiesenen Fussballinteressierten dazu rechne, müssten wir sogar 8 Teams stellen.

Mein Aufruf an die Eltern, sich doch als Trainer oder Organisatoren zu bewerben, verhallte glücklicherweise nicht bei allen ungehört im Lindbergwald oder vor dem Schloss Hegi. Eine gute Anzahl Trainer oder Trainingshilfen aus den Reihen der Eltern konnten wir doch noch gewinnen. An dieser Stelle ein grosses Dankeschön!

Aber auch die Infrastruktur ist ein Thema. Reichen die 6 Kabinen für rund 270 Junioren, 80 Aktiven*&Senioren? Was ist, wenn der FC Oberi doch endlich eine Mädchen- und Frauenabteilung auf die Beine stellen will oder muss?
Alles Fragen die wir uns, euch Leserinnen und Eltern, aber auch der Stadtverwaltung Winterthur stellen müssen.

Sportplatz Hegmatten

Supporter
Am Samstag, 2. Juli feierte die Supportervereinigung des FC Oberi das 60. Jahr ihres Bestehens. Locker führte Max Hilber durch die GV. Danach wurde geschlemmt und getanzt was das Zeug hält.
Manu Steck alias MG Grace mit Gitarre gab Vollgas. Sein Konzert war ein weiterer Leckerbissen dieses schönen Abends.

Schüler:innenturnier 9.7.
Schon fast Rekordverdächtige 36 Teams, rund 280 Schülerinnen und Schüler, versammelten sich ab 08.15 Uhr auf der Hegmatten und spielten durch bis 17.00 Uhr. Lehrerinnen und Lehrer sowie viele Eltern feuerten die Kinder lautstark an. Dribblings, Tore, Jubel und Enttäuschungen waren Teile dieses schönen Tages.
Auch hier hatten wir uns zum Ziel gesetzt, vermehrt Eltern aus dem FC Oberi Fundus als Helferinnen zu engagieren. Das ist gelungen!
Herzlichen Dank euch allen!

***Stern im Text**
Aktive*. Früher nannte man alle nicht Junioren und nicht Senioren Aktive, warum auch immer.
Junioren sind sehr aktiv, Senioren sogar nachtaktiv.

Bis bald auf der Hegmatten

LG Tigi

Faustball

Rückblick

RÜCKBLICK AUF EINE ABWECHSLUNGSREICHE SOMMERSAISON 2022

Nachdem die Corona Pandemie die letzten zwei Jahre der Faustballer prägte, konnte die Sommersaison 2022 pünktlich und ohne einschränkende Massnahmen gestartet werden.

Die erste Mannschaft des TV Oberi präsentierte einen Kader mit einigen Veränderungen im Vergleich zum Vorjahr. Auch während der Saison musste sich das Team mehrere Male neu formatieren, da es während der Meisterschaft mit vielen verletzungsbedingten Ausfällen konfrontiert wurde. Dennoch zahlten sich die zahlreichen Trainings schlussendlich aus und der Ligaerhalt in der Nati B konnte mit einem soliden sechsten Rang sichergestellt werden.

Nachdem sich die zweite Mannschaft des TV Oberwinterthur erfolgsversprechend in die Sommerpause verabschiedete, konnte die Finalrunde im August nicht ganz so erfolgreich gestaltet werden. Das Team verpasste nur knapp das Podest in der 2. Liga. Nichtsdestotrotz zeigte der neu zusammengesetzte Kader sein Potenzial und lieferte mit Rang 4 eine gute Leistung.

Mit einer leisen Enttäuschung endete die Saison in der 3. Liga. Nachdem die Teams im Vorjahr die Meisterschaft hervorragend abschlossen und die Plätze 1 und 4 belegten, waren die Erwartungen für dieses Jahr entsprechend hoch. Oberi 4 konnte sich zwar erfolgreich für die Finalrunde qualifizieren, dort allerdings nicht ganz mit den Besten mithalten. Am Ende resultierte ein guter, vierter Rang. Für einmal nicht an der Spitze mitspielen konnte Oberi 3. Die arrivierte Truppe musste sich in diesem Jahr mit dem achten Platz zufriedengeben.

Die Farben des TV Oberi wurden auch in der Seniorenmeisterschaft vertreten. Der TVO trat mit je einem Team in der Gruppe A sowie in der Gruppe B an. Bei gemütlichen Abenden in Elgg stand die sportliche Leistung nicht immer im Zentrum, dennoch konnten die Teams die Saison erfolgreich gestalten. Beide Mannschaften schlossen die Saison im Mittelfeld der Tabelle ab.

Wie gewohnt werden die Heimrunden auf dem Guggenbühl auch in diesem Jahr in bester Erinnerung bleiben. An insgesamt vier Terminen hatten neben der ersten Mannschaft in der NLB auch die Teams in der Zweit- und Drittliga die Möglichkeit, sich vor dem heimischen Anhang zu präsentieren. Dabei zeigte sich das Heimpublikum einmal mehr von der besten Seite. Zahlreich erschienen, sorgten die Fans für beste Stimmung und eine grossartige Atmosphäre auf dem Guggi. Ein weiteres Highlight dieses Sommers war das Faustball Turnier am Regionalturnfest in Wiesendangen, an welchem Oberi als Mitorganisator selbst mit zwei Mannschaften am Wettbewerb teilnahm. Besonders erfolgreich verlief das Turnier für eine der beiden Mannschaften. Das Team konnte alle Spiele erfolgreich gestalten und feierte somit einen souveränen Turniersieg.

Ebenfalls bereits beendet ist die Saison im Nachwuchsbereich. Aufgrund der aktuell geringen Anzahl Kinder, konnte Oberi leider mit weniger Mannschaften als gewünscht am Meisterschaftsbetrieb teilnehmen. Während man bei den Jüngsten in der U10 keine Mannschaft stellen konnte, trat der TVO in der Kategorie U12 gemeinsam mit Töss an. Die gemischte Truppe erreichte einen soliden, fünften Rang und konnte sich somit erfolgreiche für die Schweizer Meisterschaft Ende August qualifizieren. Das Highlight der Saison kann bei den U14 vermeldet werden. Gemischt mit Spielerinnen und Spielern aus Töss und Dägerlen erreichte die Mannschaft einen sehr guten, dritten Schlussrang. Dieser berechtigt ebenfalls zur Teilnahme an der Schweizer Meisterschaft, an welcher sich das Team Hoffnung auf einen der vorderen Plätze machen darf.

Ansonsten werden die Faustballer die Rasensaison bis zu den Herbstferien ausklingen lassen und danach wieder in die Halle wechseln. Parallel dazu gehen die Vorbereitungen für die Wintermeisterschaft bereits los. Die ersten Turniere in der Halle werden Ende Oktober im Rennweg sowie in Waldkirch stattfinden.

Diese Informationen sowie weitere Berichte und Spieldaten sind auf unserer Homepage unter **www.tv-oberwinterthur.ch** zu finden.

Fabio Schiess

Wettbewerb

Texträtsel

t dem Aufrechten Gang des Menschen geschaffen wurde. Du
g des Kehlkopfs und die Veränderung des Kauapparats wur
ıum und somit auch die Voraussetzung für ein vielfältigere
.m grösser. Ob es die Anpassung an ein Leben in grösseren Gr
er doch rein ein sexueller Aspekt dahinterstand, darüber sin
schaftler bis heute nicht einig. Auch die Funde von Musik
. lässt vermuten, dass Musik schon sehr lange ein stetiger Be
ıschen war.

all den positiven Wirkungen, so ist Musik doch auch etwas d
.eren Menschen verbindet, sei es beim gemeinsamen Tanze
ı oder Singen. Durch Musik entsteht Verbundenheit und Ge
.n der heutigen Ausgabe haben wir einiges zum Thema. Au

Zu welchem Artikel gehören diese Zeilen?

Antwort:

Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Aus Datenschutzgründen dürfen wir die Gewinner/in nicht publizieren.

Einsendeschluss 4.11.2022

Name/Vorname:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

Telefon:

Mail:

Zu Gewinnen:
Gewinnen Sie einen Gutschein im Wert von Fr. 20.–
gestiftet von: coop

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

Herzlich willkommen
Wir bereiten unsere Produkte mit viel Liebe zu und setzen alles daran, dass du dich bei uns wohl fühlst. Wir verwöhnen dich mit hausgemachten Leckereien und überraschen dich immer wieder mit neuen Kreationen.

KAFI THEODOR

Reichhaltiges Frühstück auf Bestellung

Barbara Reinhart-Strasse 20
8404 Winterthur
kafitheodor.ch
Tel. 052 245 13 13

Öffnungszeiten
Mo bis Fr 9.00–18.00 Uhr
So 9.30–14.00 Uhr

gvc winterthur quellenhofstiftung

Marktplatz

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

Entspannt Eltern sein…
Beratung für Paare und (werdende) Eltern. Coaching und Lerncoaching für Erwachsene, Jugendliche & Kinder. Autogenes Training und Hypnose für Gross und Klein.
Jennifer Sobania, Münzgasse 2, 8400 Winterthur
www.entspannt-eltern-sein.ch, 077 507 18 98

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

Knatsch beseitigen?
Tanner Mediation & Paarberatung
Praxis am Bäumli
Rychenbergstr. 179 052 520 76 20

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

Soziale Dienste

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 54 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

- 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 Jugendhilfezentrum, St. Gallerstrasse 42
  Beratungsangebot und aktuelle Daten unter: www.zh.ch/kjz-winterthur
  Mütter- und Väterberatung:
  Terminvereinbarung: 052 266 90 90 / Beratungstelefon: 052 266 90 00
  - Quartiertreff Wöschüsli, Grabenackerstrasse 32, Beraterin: Denise Solenthaler
  1. + 3. Freitag des Monats 13.30—15.00 Uhr (mit Voranmeldung), 15.30–16.30 Uhr (ohne Voranmeldung)
  2. + 4. Freitag des Monats 08.00—12.00 (mit Voranmeldung)
  - Kindergarten Hegi, Reismühleweg 48
  Jeden Mittwoch des Monats 14.00—15.00 Uhr (mit Voranmeldung), 15.00—16.30 Uhr (ohne Voranmeldung)
  Über unser aktuelles Beratungsangebot informieren Sie sich bitte auf unserer Homepage:
  www.zh.ch/kjz-winterthur
- Paar- und Familienberatung, Mediation, Merkurstrasse 23, Tel. 052 213 90 40
- Fachstelle OKey & KidsPunkt, Opferhilfeberatung und Kinderschutz, St. Gallerstrasse 42, 052 245 04 04
- Kinderbetreuung in Tagesfamilien
  Tagesfamilien Winterthur-Weinland vermittelt Betreuungsplätze und unterstützt die Tagesfamilien in ihrer Betreuungsaufgabe. www.tfww.ch
  Eine Tagesfamilie ist meldepflichtig, wenn sie gegen Entgelt mindestens ein Kind wöchentlich während mindestens 25 Stunden betreut.
  Wenn das bei Ihnen der Fall ist, melden Sie sich bitte bei Tagesfamilien Winterthur-Weinland,
  Telefon 052 203 08 00 oder E-Mail info@tfww.ch

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

Impressum

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

Auflage
12'580 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, Lina Tobler, Ruedi Tobler
Walter Hartmann, Pia Carla Valentini

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

www.oberwinterthur.ch

Die Oberi-Zytig wird durch die Fachstelle Soziale Stadtentwicklung unterstützt.

Stadt Winterthur

In eigener Sache

Erscheinungsdaten und Termine der Oberi-Zytig

Nummer	Redaktionsschluss	Erscheinungsdatum
245	14.10.2022	21.11.2022
246	30.12.2022	06.02.2023
247	17.03.2023	24.04.2023
248	26.05.2023	03.07.2023
249	18.08.2023	25.09.2023

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

Bestelltalon Solidaritätsabo der Oberi-Zytig 2022 für 25 CHF pro Jahr
Nur für Ortskreis Oberwinterthur ohne adressierte Zustellung
Name/Vorname _____
Strasse _____
PLZ/Ort _____
E-Mail _____
Einsenden an: Yves Tobler, Alte Römerstrasse 7, 8404 Winterthur

Ob Traumwohnung oder Traumhaus: Als regional verankerte Bank unterstützen wir Sie auf dem Weg zum Eigenheim. Miteinander finden wir eine massgeschneiderte Finanzierungslösung, die zu Ihnen und Ihrem Leben passt.

acrevis Bank AG
Schulstrasse 21, Wiesendangen
Tel. 058 122 79 60
acrevis.ch

acrevis
Meine Bank fürs Leben

Grüze Markt
Winterthur

coop
Für mich und dich.

Montag–Samstag
8.00–20.00 Uhr

coop | Inter Discount – Einkaufen wie es dir gefällt | coop bau+hobby | IMPORT PARFUMERIE | coop restaurant | Schuh- & Schlüsselservice | coop vitality

PUNKTE-BON

10x Superpunkte auf Ihren Einkaufsbetrag mit der Supercard.

Gültig vom 29.9. bis 22.10.2022

2 063924 993061

Einlösbar in Ihrem Coop Supermarkt Winterthur Grüze Markt.
Bon an der Kasse abgeben und persönliche Supercard vorweisen. Bon nur einmal einlösbar. Nicht kumulierbar mit anderen Bons.
Nicht gültig für: Spirituosen/Aperitifs, Raucherwaren, Geschenkkarten/eVoucher, Erlebnisboxen, Reka-Card, Vignetten, gebührenpflichtige Kehrichtsäcke, Gebührenmarken, Depotgebühren, Leergut, Telefonkarten, Gesprächsguthaben, Lose, Lotto/Toto, Ticketverkauf, Zeitungen/Zeitschriften, Baby-Anfangsmilch, Tragtaschen, Internetshop, eingemietete Shops, Tchibo Sortiment, Raritäten & Bordeaux Primeurs, Hauslieferdienste, Liefergebühren, Mietgeschäfte, Ersatzteile, Reparaturen, Dienst-/Serviceleistungen, Fotoservice.

coop
Für mich und dich.