HEV Region Winterthur

Hausratgeber

Einbruchschutz

Ein Einbruch in das Einfamilienhaus oder die Eigentumswohnung ist für die Betroffenen ein schlimmes Ereignis. Neben den finanziellen Schäden und den organisatorischen Umtrieben bleibt häufig auch ein Gefühl der Unsicherheit bestehen. Ein Einbruch kann nicht ganz verhindert werden, mit ein paar Vorsichtsmassnahmen wird das Risiko aber stark reduziert.

Bauliche Massnahmen
Häufig dringen Einbrecher direkt durch die Eingangstüre in das Haus oder die Wohnung ein. Deswegen sollte die Eingangstüre verstärkt und mit Mehrfachverriegelung, hinterfrästen Schliessleisten und Sicherheits-Profilzylinder ausgestattet sein. Auch Türen zu Nebeneingängen (Waschküche, Garage, etc.) müssen gut gesichert sein, speziell wenn diese mit den Wohnräumen verbunden sind. Balkontüren und Fenster sollten ebenfalls mit Sicherheitsbeschlägen ausgestattet sein, Verbundsicherheitsglas und abschliessbare Griffe erschweren den Einstieg. Grössere Fenster können mit einbruchhemmenden Rollläden, kleinere Fenster und Kellerfenster mit Gittern zusätzlich gesichert werden.

Elektronische Massnahmen
Zusätzlich zu den mechanischen Massnahmen bietet eine Alarm- oder Videoüberwachungsanlage besonderen Schutz. Einfachere Anlagen verscheuchen den Einbrecher mit einem lauten Alarm oder einer grellen Schockbeleuchtung. Zusätzlich kann eine Alarmanlage auch einen direkten Notruf bei der Polizei oder einer Sicherheitsfirma auslösen. Gut sichtbare Alarmanlagen können Einbrecher abhalten, wie auch eine Aussenbeleuchtung mit Bewegungssensoren.

Massnahmen bei Ferienabwesenheit
Leerstehende Häuser sind beliebte Einbruchziele. Volle Briefkästen während der Ferienabwesenheit sollten deswegen vermieden werden, indem die Post zurückbehalten oder ein Nachbar mit dem Leeren des Briefkastens beauftragt wird. Eine Zeitschaltuhr fürs Licht kann zudem den Eindruck einer bewohnten Liegenschaft vermitteln. Hinweise auf die Ferienabwesenheit auf dem Telefonbeantworter oder der automatischen Email-Antwort, sowie aktuelle Ferienfotos auf den sozialen Netzwerken sind mögliche Informationsquellen für Einbrecher.

Weitere Ratgeber für Hauseigentümer und Stockwerkeigentümer finden Sie auf **www.hev-ratgeber.ch**

QR-Code platzieren
Ralph Bauert, Geschäftsführer Hauseigentümerverband Region Winterthur

Heisser Tipp bei Erkältungen.

toppharm
Römer Apotheke

Ihr Gesundheits-Coach.

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

SAWIN

Plovdiv Cup 7.-9. Oktober 2022 (Bulgarien)

Erstmals nahm die Schweizer Delegation von Aerobic Gymnastics diesen Oktober am beliebten und berühmten Plovdiv Cup in Bulgarien teil. Vom Verein SAWIN starteten drei Athletinnen: Darja Stukalina (23) und Tonja Kammerlander (28) bei den erwachsenen Frauen und Vitalina Vosnjak (12) in der Alerskategorie 12-14.

Für Vitalina war der Plovdiv Cup der erste internationale Wettkampf. Dementsprechend nervös war die 12-jährige schon Wochen vor der Abreise. Nachdem sich Vitalina in den letzten Jahren erfolgreich an die Spitze der Schweizer Mädchen geturnt hatte, musste sie sich nun erstmals im internationalen Kampf beweisen. Mit rasendem Herzen und zitternden Händen bestieg sie die Bühne am 08.10.2022. Überwältigt vom Druck und nicht ganz zufrieden mit ihrer eigenen Leistung vergiesst das 1.54m grosse Nachwuchstalent nach ihrem Auftritt ein paar Tränen. Doch ihre Trainerin, Tonja Kammerlander schliesst sie stolz in die Arme und lächelt nachsichtig. «Der erste internationale Wettkampf ist in erster Linie vor allem eines: ein Nerventest. Den hat sie erfolgreich bestanden und damit aus meiner Sicht das Ziel dieses Wettkampfs bereits erreicht. Die Erfolge kommen dann später.»

Im Gegensatz zu Vitalina war für Darja Stukalina ein Wettkampf dieser Grösse bereits Routine. Obwohl auch die erfahrensten Sportlerinnen immer ein wenig nervös sind, genoss Darja die elektrisierende Atmosphäre in der Wettkampfhalle in vollen Zügen und legte eine ruhige, stabile und starke Kür an den Tag. Leider reichte es ihr aber aufgrund einiger kleiner Abzüge nicht ins Final. «Das Niveau ist halt einfach richtig hoch. Alle Athletinnen hier sind wahnsinnig stark, da zählt jede Zehe, die nicht gestreckt ist.» Mit ihrem 29. Schlussrang hat Darja die Schwedinnen, gegen die sie nur zwei Wochen später in Vänersborg (Schweden) antreten wird, schon mal hinter sich gelassen und damit ein entsprechendes Statement gemacht. Ihr Coach, Nikolaj Stukalin ist vorerst zufrieden.

Weniger erfolgreich war dieses Mal die ebenfalls versierte Wettkämpferin Tonja Kammerlander. Noch etwas unsicher in ihrer gerade erst neu zusammengestellten Kür stolperte sie während ihres Auftritts und verletzte sich den Fuss. Obwohl Tonja ihre Kür trotz des Sturzes zu Ende turnte, störte der Schmerz bei der Ausführung ihrer Elemente merklich. Frustriert und enttäuscht lässt sie sich von ihrer Schwester Darja nach der Bühne ihren Schuh ausziehen und muss zusehen, wie ihr rechter Knöchel anschwillt und sich blau färbt. «In meinen 20 Jahren Sportkarriere, habe ich mich noch kein einziges Mal ernsthaft verletzt, aber sowas kann eben trotzdem jedem passieren. Auch den Profis.» Jetzt heisst es für Tonja abwarten und hochlagern. Ob sie in zwei Wochen auch bereits wieder am «Svenska-Cupen» teilnehmen kann, ist noch unklar.

Mindestens so angestrengt wie die Mädels auf der Bühne hat sich Coach Nikolaj Stukalin 3 volle Tage lang im Kampfgericht. «Kampfrichter sein ist knochenharte Arbeit. Ich war jeden Abend fix und fertig.» Über 500 Küren waren es, die an diesem Wettkampf von einem Kampfgericht aus 20 KampfrichterInnen gewertete werden mussten. Da Nikolaj gerade erst seine Prüfung für das internationale FIG-Aerobic-Gymnastics-Kampfrichter-Brevet bestanden hatte, war der Druck am Plovdiv Cup enorm. Als Kampfrichter repräsentiert man sein Land genauso wie als Athlet auf der Bühne. Da will man natürlich mit Professionalität, Fairness und Können glänzen.» Seine eigenen Mädels werten zu müssen, sei brutal, gibt Niki zu verstehen. Aus Angst, seinen eigenen Athleten unbewusst bessere Noten zu geben, werte man noch strenger und könne die Auftritte dadurch gar nicht richtig geniessen.

Insgesamt ist Team-SAWIN mit dem Wettkampf, der die zweite Hälfte der Saison eröffnete, zufrieden und fliegt am 10. Oktober müde, aber auch inspiriert und motiviert zurück nach Zürich.

by Tonja Kammerlander

Frauenchor Oberi

Chorreise

CHORREISE, 13. SEPTEMBER 2022 - GIPFELI – GAMPLÜT – «GEBÄCK»-MUSEUM UND GESANG

Andi, unser Carfahrer lud uns reisefreudigen Chorfrauen an der Lagerhaus-, der Talackerstrasse und am Römertor ein und los ging's Richtung Toggenburg. Marianne, unsere Präsidentin begrüsste uns mit einer kurzen Geschichte. Einen ersten Halt hatten wir in Wattwil, wo wir im Café Abderhalden ein Znüni mit Gipfeli genossen.

Im Vorfeld waren wir etwas gespannt, was das Wetter angeht, denn die Vorhersagen waren eher schlecht. Jedoch durften wir bis nach Wildhaus eine spannende Sicht auf die Churfirsten geniessen.

Andi, unser Fahrer informierte uns immer wieder über Wissenswertes während der Fahrt. So, dass die sieben Churfirsten von Westen nach Osten Selun, Frümsel, Brisi, Zuestoll, Schibenstoll, Hinterrugg und Chäserrugg heissen. Auch erwähnte er die Holzbrücke über die Thur in Lütisburg mit Baujahr 1789, die heute nur noch von Fussgängern benutzt wird, jedoch ein markantes Wahrzeichen ist. Das Eisenbahn-Viadukt Guggeloch, welche zu Beginn den Toggenburgerbahnen gehörte, nannte er. Und dann erklärte er, der Säntis sei der Ort, wo im Jahr in der Schweiz am meisten Blitze einschlagen und dazu auch der nässeste Ort unseres Landes.

Ja und dann kamen wir in Wildhaus an und dort gings zur Talstation der Gamplüt-Bahn, welche mit Solarstrom betrieben wird. Aufwärts ging es und aufgrund des immer noch guten Wetters, entschieden wir uns für einen Spaziergang. Schöne Herbstfarben begleiteten uns.

Nach dem feinen zMittag ging es wieder ins Tal runter. Kurz unterbrochen wurde unsere Fahrt durch einen Alpabzug. Wir haben gestaunt, ob der fleissigen Kinder und Männer, die trotz Regens frohgemut das Vieh vor sich hertrieben. Die Fahrt ging bis nach Wattwil, dann über den 805-m-hohen Ricken, der das Toggenburg mit dem Rheintal verbindet. Trotz eines kurzen Regenfalls genossen wir auch diesen Wegabschnitt und die Aussicht.

In Benken angekommen, ging es zum «Gebäck» bzw. Bäckereimuseum mit dem Restaurant Bretzelstube. Beim Besuch des Museums gab es manches Schmunzeln, wenn Gerätschaften aus vergangenen Tagen erkannt wurden. Sehr vieles wurde da zusammengetragen und kann bestaunt werden. Von Bäckerei- Konditorei-, Confiseriegeräten und -Maschinen zu Hunderten von Osterhasenformen, zu verschiedenen Biber- und Tirgelmodellen. Eine wahre Fundgrube an Schätzen.

Im Vorfeld hatten wir bereits belegte Laugenbretzel bestellen können. Die waren dann als Abendessen oder nächsten Mittagslunch bestens geeignet.

Der letzte Abschnitt unserer Reise führte uns nicht ganz wie geplant heim. Aufgrund von Baustellen, damit verbundenen Umleitungen und sonstiger Verkehrsüberlastung ging es etwas länger als geplant. Anstatt direkt von Benken via Zürich-Oberland-Autobahn, Wetzikon, Pfäffikon, Weisslingen nach Winterthur zu fahren, mussten wir einer Umleitung Richtung Uster und Aathal folgen. Dann ging's doch noch Richtung Weisslingen. Aufgrund der Verkehrsmeldungen entschied sich Andi nochmals zu einer Umfahrung, er wollte nämlich via Heitertal und Räterschen nach Oberwinterthur gelangen. Da machte uns eine weitere Baustelle einen Strich durch die Rechnung. Die Fahrt ging bis Elgg und dann via St. Gallerstrasse an die Aussstiegsorte. Um den Tag ausklingen zu lassen, gaben wir mit einem Kanon auch dem Gesang die Ehre an.

Einen wunderschönen Tag mit vielen Eindrücken durften wir erleben, danke für die tolle Organisation.

Bea Fehr

Reformierte Kirche

Friedenslicht, Angebote Hegi

EIN ZEICHEN FÜR DEN FRIEDEN AUF DER WELT SETZEN
Bereits zum 30. Mal wird das Friedenslicht aus Bethlehem in der Schweiz ankommen. Konfirmanden und Konfirmandinnen fahren am 3. Advent nach Zürich, um das Friedenslicht abzuholen, wo es per Schiff auf dem Bürkliplatz ankommen wird. Dann wird das Friedenslicht aus Bethlehem vom 11. bis 25. Dezember in der Reformierten Kirche Oberi brennen, wo es täglich zwischen 8 und 18 Uhr mit einer eigenen Laterne abgeholt werden kann. Mit diesem Kerzenlicht verbinden wir die Bitte, um Friede in der Ukraine und in allen Kriegsgebieten der Welt und überall da, wo Menschen miteinander leben und arbeiten, und dass der Friede Gottes in unseren Herzen aufleuchte.

Vorankündigung
Exerzitien im Alltag - Passionszeit (Meditationsübungen)
Auch in der Fastenzeit 2023 finden wieder die beliebten spirituellen Übungen nach Ignatius von Loyola statt.
Wir laden Sie herzlich ein zum Informationsabend am 25.1.2023 um 19.30 Uhr in der Krypta der Pfarrei St. Peter und Paul.

Daten und Begleitende:
Kath. Kirche St. Peter und Paul
Dienstagnachmittag: 21.2., 28.2., 7.3., 14.3., 21.3., 28.3.
mit B. Poggiolini, A. Rickenbacher
Mittwochabend: 22.2., 1.3., 8.3., 15.3., 22.3., 29.3.
B. Amon, St. Staubli, M. Weisshar

Kath. Kirche St. Urban
Donnerstagabend: 23.2., 2.3., 9.3., 16.3., 23.3., 30.3.
A. Knipping, P. Koller, I. Widmann

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.

Spaghettie - Essen Hegi
Mehrzweckraum Reismühleweg 48
Mittwoch 7.12.22 / 1.2.23 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)

Zentrum am Buck

Ausstellungen
Stefan Heinichen :
Bilderausstellung - Vielfalt des Lebens
24. Oktober – 23. Dezember 22
Stefan Heinichen ist in Bern aufgewachsen und hatte bereits in seiner Kindheit eine Vorliebe fürs Malen und Zeichnen. Im Jahre 1979 – 1980 besuchte er den Vorkurs der Kunstgewerbeschule in Bern (heute: Schule für Gestaltung). Es folgte eine Ausbildung in der kaufmännischen Branche und eine anschliessende Weiterbildung als Religionspädagoge und interkultureller Mediator.
Heute ist er als Religionspädagoge und freischaffender Künstler in Winterthur tätig.
Kontakt und weitere Informationen zu Stefan Heinichen finden Sie unter heinichenart.ch

reformierte
kirche oberwinterthur

Zentrum am Buck

Angebote

Bild Stefan Heinichen

Lotte Braini: Bilderausstellung - Bauernmalerei
ab 9. Januar 23
Lotte Braini lebt in Oberwinterthur und widmet sich seit vielen Jahren der Bauernmalerei. Wir freuen uns, dass sie das Zentrum am Buck mit ihren Bildern farbenfroh belebt.

Für einen Besuch der Ausstellungen sind die Räume im Zentrum am Buck jeweils am Donnerstag am Nachmittag oder auf telefonische Voranmeldung geöffnet. (052 242 14 43) .

Bild Lotte Braini

Adventsfenster Eröffnung
Mittwoch 14. Dezember 22, 19 Uhr
Auch dieses Jahr leuchtet wieder ein Adventsfenster im Zentrum am Buck.
Die Konfirmandengruppe von Pfarrer Felix Gietenbruch hat die Gestaltung übernommen.
Weitere Informationen zur Veranstaltung finden Sie auf unserer homepage www.refkircheoberi.ch oder im reformiert-lokal.

Adventsbesinnung
Donnerstag, 22. Dezember 22, 11.30 – 14.00 Uhr
Bei Tee und Kaffee stimmen wir uns gemeinsam in die Adventsbesinnung ein.
Wir hören Gedanken zu den Bildern von Stefan Heinichen und dem Thema Vielfalt des Lebens
Gemeinsam geniessen wir als Abschluss Suppe und Brot.
Die Teilnehmerzahl ist beschränkt,
Anmeldung bis 19.Dezember im Sekretariat Zentrum am Buck (052 242 14 43).

Lösungsorientiertes Arbeiten lernen und anwenden
- LoA Kurs im Zentrum am Buck
Im Erziehungsalltag ist die Gefahr gross, dass wir uns viele Sorgen machen und überall Probleme sehen.
Die lösungsorientierte Pädagogik hilft uns, den Blick zu erweitern und bringt dadurch mehr Hoffnung und Zuversicht in den Alltag mit Kindern und Jugendlichen, in der Familie und bei der Arbeit.
Im Kurs lernst du die Anwendung von einfachen Werkzeugen und es hat viel Platz für deine Fragen. Wir reflektieren eigenes Verhalten und blicken wertschätzend auf vorhandene Fähigkeiten. Mit einer lösungsorientierten Haltung wird dein Leben leichter und freudvoller.
Einführungsmorgen:
Samstag 4.März 2023 8.30 – 12.00
Lösungsorientierte Haltung und Annahmen kennenlernen, den Blickwechsel vom Problem zur Lösung üben und die Kraft der Wertschätzung erfahren.
LoA im Alltag, vertiefen und anwenden:
Samstag 18.März, 1. und 15.April 2023 9.00 - 11.30
Austausch zu Alltagsbeispielen und Fragen, sowie Vertiefung in einzelne Themen (Wertschätzung geben, lösungsorientierte Gespräche führen, Sekunden-LoA).

Zielgruppe: Eltern, Pädagoginnen und Pädagogen
Kursleitung: Peter Imfeld, LoA Trainer, Vater und Erwachsenenbildner
Kursort: Zentrum am Buck, Am Buck 2a, 8404 Oberwinterthur
Kinderhüten: wird bei Bedarf angeboten, bitte bei der Anmeldung sagen
Kosten: ganzer Kurs CHF 100.-
Kosten: nur Einführung CHF 50.-
Kosten: Vertiefung (3 Kursmorgen) CHF 70.-
Anmeldung bis 20.Februar 2023 ans Zentrum am Buck
Telefon 052 242 14 43 (Mo 9 -11 / Do 14 - 18 Uhr; sonst bitte auf die Combox sprechen)
E-Mail zentrumambuck@reformiert-winterthur.ch

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

Gesundheit

Selbständig im Alter – Besser vorbeugen als heilen

«Ach, heute bin ich müde. Da bleib ich lieber auf dem Sofa und lass das Turnen mal ausfallen.»

Kennen Sie diese Aussage – auch von Ihnen selbst? Dann geht es Ihnen wie vielen anderen. Mal unter uns: Jeder entscheidet sich manchmal lieber für das Sofa als die Sportmatte. Es sollte eben nur nicht zur Gewohnheit werden. Denn mit 20 merkten wir noch kein Zwicken oder Zwacken, und je aktiver wir unseren Alltag auch mit zunehmendem Alter gestalten, desto länger können wir dieses gute Körpergefühl erhalten. Unbestritten bleibt, es werden alle älter. Der körperliche Abbau schreitet voran. Die gute Nachricht – es ist nie zu spät - und das heisst: Genau jetzt ist der richtige Zeitpunkt, mit dem Training zu beginnen.

Bequemlichkeit macht im Alter unselbstständig

Fakt ist: Die Lebenserwartung der Menschen steigt von Jahr zu Jahr. Sie liegt für Männer und Frauen inzwischen um die 80 Jahre. Während wir also immer älter werden, träumen wir alle davon, bis ins hohe Alter fit und selbstständig zu sein. Die Realität sieht jedoch manchmal anders aus.

Dabei kann eine Krankheit oder ein Unfall schuld sein. Jedoch die grösste Herausforderung unserer westlichen Gesellschaft ist die eigene Bequemlichkeit, teilweise in Kombination mit zu wenig Sport und einer ungesunden Ernährung. Bekannterweise begünstigen wir dadurch, dass unser Körper über die Jahre schwächer wird.
Die Folge: Viele Dinge im Alltag fallen immer schwerer. Die gesundheitlichen Probleme, Schmerzen oder Bewegungseinschränkungen nehmen zu. Der Weg zum Einkaufen scheint immer weiter, und die Selbständigkeit im Alter lässt nach.

Super Zeitpunkt, uns aus unserer Komfortzone heraus zu begeben und mit regelmässigem Training unsere Beschwerden zu lindern. Denn wir können vieles zum Positiven ändern – wenn wir nur den Mut aufbringen es zu tun.

Im Alter wird Sport zur Mangelware

Sie wollen Ihren Alltag aktiver gestalten und wieder selbstständiger sein? Wir von Physiotherapie Oberwinterthur behandeln Sie nicht nur, um Schmerzen zu lindern oder Verspannungen zu lösen, sondern coachen Sie, indem wir Ihnen Tipps und Tricks mit auf den Weg geben, Sie beim Aufbau unterstützen und begleiten. Am Ende liegt es an Ihnen, die Übungen zu Hause durchzuführen.
Und das ist leider die Crux. Und es geht vielen so.
Manchmal schaffen wir es nicht, ein regelmässiges Bewegungsprogramm in unseren Alltag zu integrieren. Wahrscheinlich kennen Sie das selbst. Tatsächlich bringen nur noch 15 Prozent der Menschen über 60 ihren Körper regelmässig in Schwung. Wenn man nicht weiss, ob und wie man es richtig macht, überwiegt vielleicht auch die Angst. Und allein Sport zu treiben, macht nicht jedem Spass.

Genau hier entsteht der Teufelskreis wieder mit den gleichen Problemen, die sich eigentlich einfach beheben oder sogar ganz vorbeugen lassen.

Mit diesem Wissen und meiner physiotherapeutischen Erfahrung habe ich MOLEVA entwickelt.
Sie können auch mit 70, 80 oder 90 noch trainieren

Wussten Sie, dass der menschliche Körper bis zum letzten Tag trainierbar ist? Der gesunde ältere Mensch reagiert dabei auf Trainingsreize genauso wie ein junger gesunder Mensch. Der Unterschied ist lediglich eine reduzierte Leistungsfähigkeit und veränderte Adaptionsfähigkeit.
Mit anderen Worten: Training, ja! Langsam aufbauend, auf

MOLEVA
Bewegt Gesund Ausgeglichen

ihre Belastbarkeit abgestimmt unter fachkundiger Begleitung.

Sie müssen nicht unbedingt 150 Kilogramm stemmen können, um fit und selbstständig im Alter zu sein. Das regelmässige und korrekt dosierte Training inklusive «ausser Atem kommen» reicht aus, um bestimmte Alterserscheinungen zu verzögern, vermeiden oder auch wieder rückgängig machen zu können. So können wir alle die drohende Abnahme unserer Bewegungsfreiheit im Alter lange von uns fernhalten.

Gemeinsam Spass an Bewegung haben

Mit MOLEVA setzen wir genau hier an und machen uns die Trainierbarkeit bis ins hohe Alter zunutze. Unser Online-Trainingsprogramm ist speziell für Menschen ab 60 konzipiert und richtet sich an die Bedürfnisse, aktiver Senioren. Und das Beste: Sie sind unter Gleichgesinnten.

Statt allein im Fitnessstudio trainieren wir gemeinsam über einen Zeitraum von 11 Wochen online in Live-Trainingseinheiten. In diesen konzentrieren wir uns auf die Bereiche Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit, die wichtig sind, um im Alter möglichst lange selbstständig zu bleiben. Die Trainingseinheiten finden stets unter Anleitung einer ausgebildeten Physiotherapeutin statt. Sie können also sicher sein, dass Sie nichts machen, was Ihrer Gesundheit schaden könnte.

Trainierbarkeit im Alter – zunehmende Onlineaffinität von Senioren – Freude an der Arbeit mit Menschen. Diese drei Fakten haben mich dazu bewogen MOLEVA zu entwickeln. Ganz bewusst für Menschen ab 60.
Am wichtigsten ist, dass Sie Freude an der Bewegung haben und langfristig am Ball bleiben. Lassen Sie uns das gemeinsam erreichen und beugen so vielen Wehwehchen vor, die sich gut vermeiden lassen.

Sie wollen sich einen Ruck geben?
Sie wollen eine körperliche Veränderung spüren?
Sie sind motiviert am Feinschliff von MOLEVA mitzuwirken mit ihren Rückmeldungen?

MOLEVA startet ab Januar 2023 mit einer Projektgruppe, werden Sie ein Teil davon.
Melden Sie sich jetzt an unter

www.moleva.ch

oder über Ihre Physiotherapie Oberwinterthur
Anmeldungen möglich bis 15.12.2022
Die Projektgruppe ist auf 25 Teilnehmer/Innen beschränkt!

Ich freue mich auf Sie.
Ihre Monika Leuthold, Inhaberin Physiotherapie Oberwinterthur

Physiotherapie
OBERWINTERTHUR
Römerstrasse 176 | 8404 Winterthur
052 551 34 00
info@physiotherapie-oberwinterthur.ch

SEEN-TAXI WINTERTHUR
052 232 232 0
Wir sind für Sie 24 Stunden im Einsatz!

Wir bieten
- Klassische Taxifahrten
- Kurierdienste
- Daueraufträge
- Gruppentransporte bis 14 Personen
- Tandemfahrten.
(Wir bringen Sie und Ihr Auto sicher nach Hause)

20 Jahre

Fahrten auch auf Vorbestellung. Wir holen Sie pünktlich ab!
www.seen-taxi.ch • seen-taxi@gmx.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

Quellenhof-Stiftung

Das Leben bejahen

Die positive Botschaft «Yes» ziert die 20 Meter hohe Hallenwand der Firma Intershop.

Die Quellenhof-Stiftung hat ein besonderes Projekt umgesetzt: Im Rahmen eines Workshops besprayten Seniorinnen und Senioren eine 600 Quadratmeter grosse Hallenwand. Der Schriftzug «Yes» soll in Neuhegi die Menschen mit seiner positiven Botschaft erfreuen.

Die «Streetart-Woche» leitete Marcel Spiess, Künstler, Sozialpädagoge und Co-Geschäftsführer der Quellenhof-Stiftung. In einem viertägigen Workshop erlernte die Ü-65-Generation Ende Juni 2022 die Grundlagen von Streetart. Verschiedene Formen von Kunst im öffentlichen Raum werden als Streetart bezeichnet. 15 Seniorinnen und Senioren zwischen 65 und 85 Jahren nahmen am Workshop teil. Drei junge Menschen aus den Wohn- und Bildungsbereichen der Quellenhof-Stiftung unterstützten sie dabei. Die Quellenhof-Stiftung begleitet seit über 30 Jahren Menschen aus allen Generationen in herausfordernden Lebenssituationen.

GENERATIONEN MITEINANDER VERBINDEN

Das Ziel des Streetart-Projekts war, ältere Menschen an die Sprühdose zu locken und ihnen die Freude am Malen von Graffitis zu vermitteln. Es sollte auch eine neue Sichtweise der älteren Menschen auf die jüngere Generation ermöglicht werden. Eine der Teilnehmerinnen des Workshops war die 67-jährige Erika Wirth. Sie lebt im TownVillage, dem Generationenwohnen der Quellenhof-Stiftung. «In meiner Familie bin ich die Erste, die eine Spraydose in der Hand hält. Es macht mir Spass, auch im Alter noch Neues auszuprobieren und Dinge zu machen, von denen man im Alltag denken würde ‹O nein, ich doch nicht!›.»

LEBENSBEJAHENDE BOTSCHAFT

Rückblickend erzählt Marcel Spiess über den Streetart-Workshop: «Ich ging einen Schritt aus meiner Komfortzone heraus und hatte keine Ahnung, wie das Projekt gelingen würde. Und YES! Es hat sich gelohnt! Die Wand erinnert uns jeden Tag daran, dass jeder Mensch ein YES zum Leben bekommen hat und dass es ganz viel im Leben gibt, das wir bejahen können.»

Wenn Sie das Kunstwerk vor Ort bewundern möchten: Es befindet sich in der Nähe des TownVillage, an der Sulzerallee 58 in 8404 Winterthur.

Weitere Infos zu den Kunstprojekten der Quellenhof-Stiftung finden Sie unter www.q-arts.ch

Mehr über die Quellenhof-Stiftung: www.quellenhof-stiftung.ch

Sidonia Hämmig, Mitarbeiterin Kommunikation
Fotograf: Rafael Peier, Quellenhof-Stiftung

Marcel Spiess beim Sprayen des «Yes».

Begegnungszentrum

Anhaltspunkt

Kaffeetreff und Hörschatz

Wusstest Du, dass Du jeden Vormittag von Montag bis Freitag im Begegnungszentrum Anhaltspunkt einen Kaffee, einen Tee und dazu ein Gipfeli geniessen kannst? – Warum sollte ich bis dorthin spazieren? Oder den kleinen Umweg in Kauf nehmen, fragst Du dich vielleicht:
«Es hat eine sympathische Bedienung und ich kann dort meinen Kaffee in Gesellschaft trinken», meint Samuel einer unserer treuesten Gäste.
«Ich komme immer, wenn ich Lust zum Reden habe», findet Helga, ihre 2-jährige Tochter Priska schätzt die Spielsachen, welche nun endlich nach der Coronapause wieder da sind. So kann die junge Mutter ihren Kaffee auch in Ruhe trinken, wenn die Kleine etwas Beschäftigung findet.
Und gerade diese Woche antwortete mir eine andere junge Mutter: «Ich kann sonst in kein Kaffee mit meinen vier Kindern, das wird dann schnell eng und als störend empfunden.»
«Wir kommen wegen der Bücher.» finden Maja und Josef. Ja, einige unserer Gäste nutzen die Zeit im Begegnungszentrum um den Bücherflohmarkt durchzustöbern. Ob mit oder ohne Kaffee spielt dabei keine Rolle, es herrscht bei uns nämlich keine Konsumationspflicht.
Eva fühlt sich durch die persönliche Art im Anhaltspunkt sehr angesprochen und trifft sich auch mit Leuten aus der Umgebung gern hier.
Käthy und Doris machen seit 1.5 Jahren jeden Dienstagmorgen einen längeren Spaziergang und kommen gerne auf einen Chai Latte vorbei. Besonders in der kälteren Jahreszeit sei der Anhaltpunkt ideal gelegen, um sich auf halber Strecke aufzuwärmen. Bei ihren Besuchen wurden die zwei Frauen – wie auch einige andere unserer Gäste – auf weitere Angebote aufmerksam, und kommen nun ab und zu auch zu einem Mittagessen oder einem Filmabend ins Begegnungszentrum.
So, was denkst Du? Kommst auch Du bald einmal bei uns auf einen Kaffee und ein Gipfeli vorbei?
Wir freuen uns auf Dich!

Montag bis Freitag
zwischen 8.00 und 11.00 Uhr
Begegnungszentrum «Anhaltspunkt»
Ida Sträuli-Strasse. 91, 8404 Winterthur

Informationen zu weiteren Veranstaltungen auf unserer Webseite: www.anhaltspunkt-neuhegi.ch.

Priscilla Gamper, Anhaltspunkt

Benefiz-Apéro für den Verein Hörschatz

Sonntag, 27. November 2022
um 16.00 Uhr
im Anhaltspunkt
Ida Sträuli-Strasse 91, Neuhegi

Der Verein Hörschatz (www.hoerschatz.ch) ermöglicht es schwerstkranken Eltern, ihren minderjährigen Kindern ein klingendes Vermächtnis zu hinterlassen. Im Gespräch mit dem Anhaltspunkt stellt sich der Verein vor. Mit dabei die beiden Hörschatz-Gründerinnen Franziska von Grünigen und Gabriela Meissner sowie der Witwer Oliver Wiser.

WUNSCH WERK STATT WINTERTHUR
Das freudig-schöne Coaching.

Aus dem Leben

Dynamische Lebensgestaltung

Neue Wege gehen

Sudokus und Kreuzworträtsel halten das Hirn bis ins hohe Alter fit. Weitere gute Methoden sind es, mit der heutigen Technik Schritt zu halten, Neues auszuprobieren und flexibel zu bleiben. Nicht umsonst, haben Ferien- und Freizeitforschende nachweisen können, dass die erholsamsten Ferien aus einem Mix zwischen Neuem und Vertrautem bestehen. Interessant finde ich auch die Beobachtung, dass sich viele Menschen oftmals über Jahre hinweg in denselben Strukturen, Routinen und Abläufen bewegen. Ein Erklärungsansatz geht dahin, dass unser Hirn vertraute Abläufe bevorzugt. Veränderung und Flexibilität scheinen vermeintlich viel Kraft zu kosten. Dabei verhält es sich genau umgekehrt: Eine gute Portion Abwechslung, bringt viel Leichtigkeit, Lebensfreude, Kraft und Energie mit sich. Es ist eine Stärke, immer wieder neue Wege einzuschlagen und neue Abläufe, Hobbys oder Ferienorte auszuprobieren. Das bringt viel neuen Schwung ins Leben. Neue Bekanntschaften, neue Themen, vielleicht sogar Ideen für nächste Projekte, die wir gerne angehen möchten. Ein probates Mittel, gegen die Vertrautheit des Alltags, ist es, sich zu fragen: «Wann habe ich zuletzt etwas Neues ausprobiert?» oder aber auch: «Wann bin ich zuletzt so richtig grandios gescheitert?». Denn gerade in der Schweiz, so scheint es, besteht ein allgemeiner Konsens, dass ein neu eingeschlagener Weg, ein neues Hobby oder gar ein Arbeitsstellenwechsel, bis ins kleinste Detail durchdacht und kalkuliert sein müsse. Vorhersehbar für die nächsten fünf Jahre. Alles andere, käme einem Scheitern gleich. «Du hast die Stelle gewechselt und nach sechs Monaten schon wieder gekündigt? Etwas stimmt ganz und gar nicht mit dir! Entweder war deine Wahl ganz schlecht oder du konntest dich nicht gut ins neue Team einbringen.» Kaum jemand käme auf die Idee, dass eine solch baldige Kündigung an einem schlechten Führungsstil im neuen Betrieb oder ähnlichem, von der kündigenden Person unabhängigen Faktoren, liegen könnte.

Wussten Sie, dass es in anderen Kulturkreisen eine Tugend ist zu scheitern? Im amerikanischen Silicon Valley zum Beispiel – Sitz von grossen Technologieunternehmen wie Google, Facebook und Co. – wird niemand ernst genommen, der nicht mit mindestens einer Startup-Firma krachend gescheitert ist.

Wie wäre das für uns, wenn unser Lebenslauf danach beurteilt würde, ob wir mutig Neues ausprobiert haben? Ob er vielleicht gar Lücken aufweist, weil wir auf Reisen waren, einen Familienangehörigen gepflegt oder uns eine kreative Auszeit genommen haben? Was denken Sie? Würde es Ihre Lebensentscheidungen beeinflussen, wenn Sie wüssten, dass Kreativität, Abwechslung, Mut, soziales Engagement und auch wechselnde Interessen gesellschaftlich angesehen wären? Was alles würden Sie ausprobieren, wenn es dafür – im übertragenen Sinne – sozialen Applaus gäbe?

Letztens hat mir eine Jugendliche erzählt, dass ihr Grossvater sich im Alter von 70 Jahren habe tätowieren lassen und dass er wenig später geheiratet habe – zum zweiten Mal. Ein Mann, den ich unbedingt kennenlernen möchte.

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

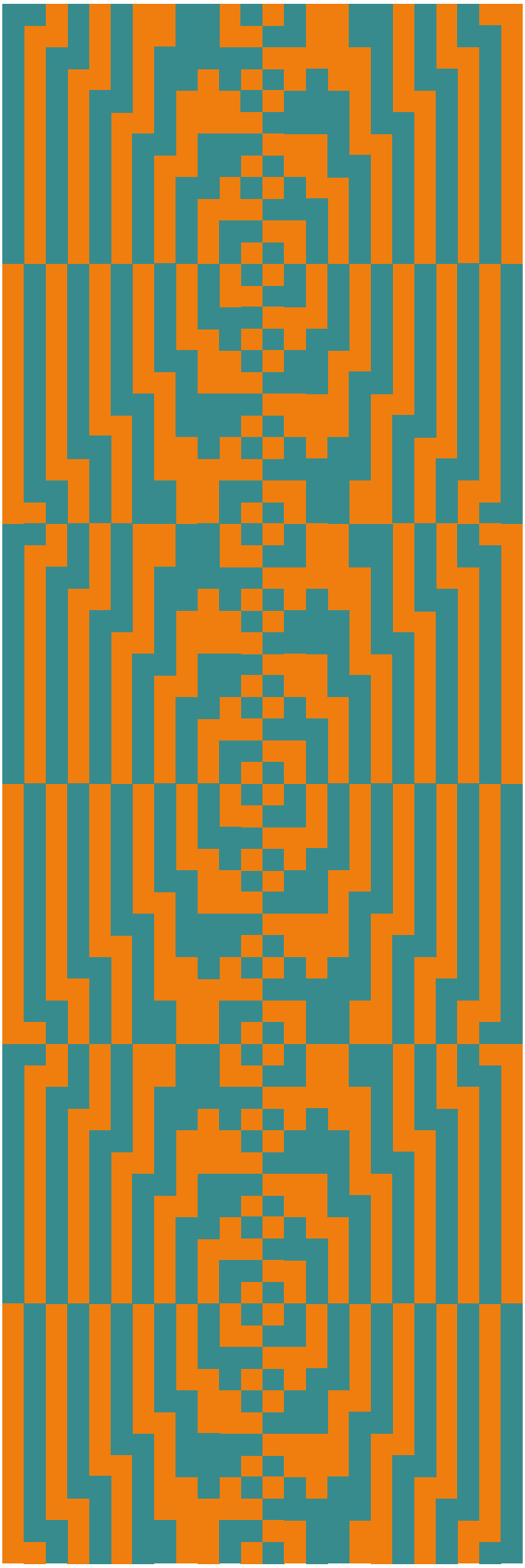
Einzelcoachings, Paarcoachings, Coaching für Kinder, Erziehungsberatung, Ordnungscoaching und Kurse rund ums Familienleben.

Tennis

TC Oberi – Wintertennis/Clubhausfeste

Auch wenn im Herbst langsam die Blätter fallen… wird auf der Clubanlage des TC Oberi noch Tennis gespielt. Nach wie vor finden Tennistrainings für Kinder statt. Einige von ihnen haben am Kids-Day im Frühjahr zunächst mal reingeschnuppert, um dann regelmässiger zu spielen. Die Bilder zeigen einen bereits herbstlich anmutenden Plauschanlass, bei dem auch Eltern miteingeladen waren. Neben Tennis auf dem Platz ist dabei auch stets ein «Tiebreak», also ein gemütliches Verweilen im Clubhaus Wallrüti möglich.

Der Kids-Day 2023 ist bereits eingeplant. Wenn der Winter dann Einzug hält, findet ein Wechsel des Tennisgeschehens in die moderne Halle der TennisArena Rümikon statt. Das gemütliche Clubhaus Wallrüti mit seinem Platzangebot für bis zu 50 Gästen und funktionsfähiger Infrastruktur (vollausgestattete Küche, Bar, WLAN, TV- und Musikanlage, Cheminée, etc.) kann auch über die Wintermonate für Feste und Anlässe gemietet werden. Bei Interesse bitte einfach über unsere Homepage www.tcoberi.ch Kontakt aufnehmen. Wir freuen uns sehr auf euch.



viel klang

Fest der Kirchenmusik VI

Samstag, 3. Dezember 2022, 13:00 – 00:40 Uhr
Stadtkirche, Zwinglikirche Mattenbach, Kirchgemeindehaus Liebestrasse

13:00 **Auftakt** Stadtkirche
Wort: **Norbert Bischofberger** (Redaktor SRF Kultur) | **Thomas Hermann** (Präsident Stadtverband Winterthur) | **Christoph German** (Präsident Kirchenmusikkonvent Winterthur)
Musik: **The wand'ring ground** Wandernde Improvisationen über einen Ground auf den Orgeln der Stadtkirche (Orgeln: Tina Zweimüller, Matías Lanz, Christoph German, Valeria Iacovino)

14:00 **Mache dich auf und werde licht!** KGH Liebestrasse
Advents- und Weihnachtslieder zum Mitsingen, **Kinder- und Jugendchöre der Kirchgemeinden Winterthur** (Leitung: David Bertschinger, Hansueli Bamert, Regina Widmer)

15:00 **Sternengesänge** Stadtkirche
Ein strahlender Liederkranz mit bekannten und unbekannten Perlen der Advents- und Weihnachtsmusik, **Senioren-Projektchor der Stadt Winterthur** (Leitung: Carmen Reverdin, Raimund Wiederkehr)

17:00 **Irgendwo zwischen Raum und Zeit** Stadtkirche
Musik von Daniel Schnyder, Leoš Janáček und Duke Ellington, **Kirchenorchester Oberwinterthur** (Saxophon: Daniel Schnyder)

18:00 **Misa a Buenos Aires** KGH Liebestrasse
Tango Nuevo in der Messvertonung des Argentiniers Martín Palmeri, **jazzchorveltheim und vocal track Töss, Leonardo Ferreyra Tango String Quartet** (Leitung: Carmen Reverdin, Christoph Germann)

19:00 **Der Messias** Zwinglikirche Mattenbach
Oratorium von Georg Friedrich Händel, Auszüge aus Teil 1 und 2, **Kantorei Wülflingen, Kirchenchor St. Arbogast Oberwinterthur, Le C(h)œur Mattenbach** (Leitung: Anke Litzenburger, Raimund Wiederkehr, Regina Widmer)

20:00 **Die Geburt Christi** Stadtkirche
Weihnachtsoratorium von Heinrich von Herzogenberg, gekürzte Fassung, **Projektchor, Jugendchor Oberwinterthur** (Leitung: Regina Widmer)

21:00 **Jauchzet frohlocket!** Zwinglikirche Mattenbach
Kantaten I und III aus dem Weihnachtsoratorium von Johann Sebastian Bach, **Kantorei Seen** (Leitung: Mathias Clausen)

22:00 **Because II** Stadtkirche
A Tribute To Andrew Carter mit Einmischungen von Kurt Marti, **Vokalensemble Crescendo al Pesto** (Leitung: Andres Müller-Egli)

23:00 **A Cold December Night** KGH Liebestrasse
Late Night Concert **Heart and Soul Voices Wülflingen** (Leitung: Raimund Wiederkehr)

24:00 **Ganznächtliche Vigil** Stadtkirche
Gesungenes Nachtgebet mit Auszügen aus der Ganznächtlichen Vigil von Sergei Rachmaninow.
Kantorei der Stadtkirche und Kantorei Töss (Leitung: Carmen Reverdin, David Bertschinger)

Eintritt frei – Kollekte als Beitrag an die Kosten
Die Programme dauern je etwa 40 Minuten.
Der Eintritt ist jeweils nur möglich zu Beginn eines Programmblocks.

Eine Veranstaltung der Evangelisch-reformierten Kirchgemeinden der Stadt Winterthur

reformierte kirche winterthur

reformierte kirche kanton zürich

Meret Mächler Graphic Design

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

HOLZ FÜR PROFIS UND HEIMWERKER

www.zehnder-handel.ch

Zehnder Holz Handel AG
Alles zum Bauen mit Holz!

lyner.ch
Genuss seit 1903
1903 Lyner

Ihr Inserat?

Für mehr Biodiversität

RUTSCHMANN NATURBAU
BERATUNG • PLANUNG • BAU • PFLEGE
052 363 17 17 • WIESENDANGERSTR. 51 • 8404 WINTERTHUR
www.rutschmannNaturbau.ch
BIO TERRA FACHBETRIEB

Geborgenheit
Wärme
Gemütlichkeit

Braun – die warme und gemütliche Farbe der Geborgenheit. Symbolisch steht Braun für Kargheit und Mutter Erde.

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

«circolino pipistrello»

10 Jahre Zirkus-Woche im Eulachpark

IN DEN HERBSTFERIEN HIESS ES DIESES JAHR BEREITS ZUM 10. MAL «MANEGE FREI» IM EULACHPARK.

Die bunten Zirkuswagen des «circolino pipistrello» machten ihren inzwischen schon traditionellen Stopp in Winterthur und bescherten 100 Kindern aus dem Quartier ein buntes Herbstferienprogramm. Vom gemeinsamen Aufbau des Zirkuszeltes am Montag über die Einstudierung verschiedenster Zirkusdisziplinen wie Akrobatik, Zaubern, Tanzeinlagen oder Clownnummern – alle Kinder waren mit Feuereifer bei der Sache. Die Kindergala am Samstag, in der die Kinder ihre während einer Woche eingeübten Kunststücke präsentierten, war wie immer der Höhepunkt des Programms.

Im letzten Jahr hat der Verein der Winterthurer Freunde, der die Zirkuswoche organisiert, von Stadtpräsident Michael Künzle und Stadtrat Nicolas Galladé den Jugendpreis der Stadt Winterthur erhalten, ein Zeichen der Wertschätzung für die Vereinsarbeit, das mit einer Feier im Anschluss an die Kindergala gewürdigt wurde.

Nach zwei Corona-Jahren, in denen der Verein immer wieder um die Möglichkeit der Durchführung bangen musste, konnte die Zirkuswoche dieses Jahr wieder ohne Auflagen und sorgenfrei stattfinden, was alle Beteiligten sichtlich genossen.

Ihre natürliche Musikalität entdecken und verfeinern

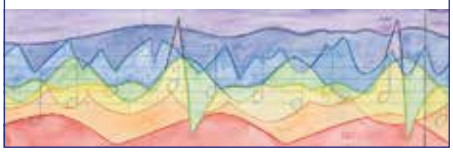
Einzel - und Gruppenstunden
für
KLARINETTE
Stimme und andere Instrumente

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



Mit dabei waren auch in diesem Jahr wieder auch einige Kinder aus benachteiligten Familien und aus der Ukraine, die sich ein solches Ferienprogramm nicht aus eigenen Mitteln leisten könnten. Vermittelt durch die Betreuungen der Schulen Hegi durften sie durch die Unterstützung der Hülfsgesellschaft Winterthur gratis an der Woche teilnehmen. Auch die finanzielle Unterstützung der Stadt Winterthur und der Migros-Kulturprozent halfen dabei, dass die Woche reibungslos über die Bühne ging. Ein grosser Dank geht auch an das Spielkiosk, wo die Kinder an zwei Mittagen einen leckeren Hotdog geniessen und ihre überschüssige Energie an der Kletterwand und anderen Angeboten abbauen konnten, sowie die Halle 710, das Schulhaus Eulachpark und natürlich das Team von Stadtgrün, die die nötigen Räumlichkeiten zur Verfügung stellen.

Michaela Schwabe

Seit über 50 Jahren Ihr Kundenmaler und Farbenverkäufer

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

Feusi MALERGESCHÄFT
MARKUS FEUSI, EIDG. DIPL. MALERMEISTER

Farben+ Tapeten SHOP zum Tech
HEIMWERKER-/U. KÜNSTLERARTIKEL, FARBENMISCHSERVICE
TECHNIKUMSTR. 26, 8400 WINTERTHUR TEL. 052/212'36'85

www.malerfeusi.ch

Junge Familie sucht neues Zuhause im Raum Winterthur

Unser Traum-

- Einfamilien- oder Reihenhaus
- ca. 5 Zimmer
- Garten

Wir freuen uns über jeden Tipp.
Kontakt: hauswinti@gmx.ch

EVP Evangelische Volkspartei

Mit Leidenschaft für Mensch und Umwelt

bisher
Michael **Bänninger**
Franziska **Kramer-Schwob**
Alexander **Würzer**
Daniela **Roth-Nater**
Manuel **Kohli**
Michèle **Fierz**
Benjamin **Bolli**
Simea **Gugger**

Ronny **Häberli**
Tabea **Bolli-Neukom**
Ernest **Omoruyi**
Monika **Da Pra**
in den Regierungsrat
Daniel **Sommer**

Die EVP in den Kantonsrat: eigenständig – echt – engagiert

Liste 7

evp-winterthur.ch

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
Mittagstisch

Nächster Infoabend: Mi. 30. November 22 – 19:30h
Mehr Infos: www.itsmove.ch
Rudolf-Diesel-Strasse 24, 8404 Winterthur

LAB - Lösungorientiert, Achtsam, Beziehungsstark

Pfarrei St. Marien

Die «Schrägen Vögel» ein etwas anderer Theaterabend

DIE «SCHRÄGEN VÖGEL» – EINE UNGEWÖHNLICHE THEATERTRUPPE

Die «Schräge Vögel» sind eine Gruppe von Menschen vom Rande der Gesellschaft, welche den Humor nicht verloren haben und leidenschaftlich Theater spielen. Ihre Stücke entwickeln sie selber. Sie basieren auf dem wahren Leben und haben darum auch mit ihren Erfahrungen und ihren Erlebnissen zu tun.

DIE «BÄNKLIGESCHICHTE» – EIN UNGEWÖHNLICHES STÜCK

Bei uns in St. Marien zeigen die «Schrägen Vögel ihre «Bänkligeschichte» - eine heitere, berührende Geschichte, welche uns einen theatralen Einblick in das Leben eines Obdachlosen gibt: Er will eigentlich nur auf seinem Bänkli, seinem Zuhause, seine Ruhe und ein friedliches Leben haben.
Aber sein Tag beginnt schlecht, sein Frühstücksbier ist leer. Doch das war nur der Anfang…

... INS GESPRÄCH KOMMEN

Nach dem Theaterstück wird Niggi Schwald, einer der Darsteller, aus seinem Leben erzählen.
Im Anschluss daran, gibt es die Möglichkeit, bei einer Fragerunde weiter ins Gespräch zu kommen.

... UND DANN NOCH GEMEINSAM DEN APÉRO GENIESSEN

Und dann sind alle, Darsteller und Gäste, herzlich zu einem feinen Apéro eingeladen.
Das Ressort «ü60» und der Frauenverein laden alle Interessierten herzlich ein. Sie müssen weder eine Frau noch über 60 und auch nicht katholisch sein.

Die «Schrägen Vögel» und wir freuen uns auf Sie!

Wann und wo?

- Dienstag, 17. Januar um 19.00 Uhr im Kirchlichen Begegnungszentrum St. Marien, Römerstrasse 103
- Es gibt keinen fixen Eintrittspreis – aber eine Kollekte.

Heinz Würms und Ingrid Bolliger für das Ressort «ü60» der Pfarrei St. Marien

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

Gewerbeportraits

«Das Schmuckstück»

Wer kennt das rote Gebäude an der Römerstrasse 232 nicht? Seit 1984 ist es das kulinarische Reich von Doris Geissberger. Das Sortiment von Geissberger's Culinarium lässt jedes Gourmet-Herz schneller schlagen. Ausgesuchte Produkte von über 70 verschiedenen Lieferanten finden ihren Platz neben den frischen Eiern vom Hof. Die Käsetheke ist ein wahres Paradies. Den Kaffee nach dem gemütlichen Einkauf ist nur noch die Zugabe.

ETWAS GESCHICHTE

Die Geschichte des Geissberger's Culinariums von Doris Geissberger geht zurück auf das Jahr 1956. Damals übernahmen die Eltern Hedy und Ernst Geissberger das Mehrfamilienhaus mit den beiden Geschäften Römer-Apotheke und Milchprodukte-Laden an der Römerstrasse 232, in Winterthur.
1976 wurde der Laden zu einer rustikalen Chäs-Hütte um- und alsbald das Sortiment ausgebaut und den Kundenbedürfnissen angepasst.
1984 übernahm Tochter Doris Geissberger das Geschäft, und es wurde 1990 zu Geissberger's Chäslädeli umbenannt. Es gibt einen Hauslieferdienst für Privat- und Gastrokunden.
2006 wurde zum 50-Jahr-Jubiläum umgebaut und die Ladenfläche verdoppelt.

REGIONAL IST TRUMPF

Damit der Einkauf in Geissberger's Culinarium nie langweilig wird, hält Doris Geissberger immer wieder Ausschau nach regionalen Spezialitäten. Dann findet der Käse direkt von der Alp genauso seinen Platz wie Produkte heimischer Winzer. Das Milchsortiment ist gut bestückt, und die hausgemachten Sandwiches sollte man mal versucht haben. Natürlich findet man auch immer frisches Brot und eine gepflegte Gemüseabteilung. Wenn es schnell gehen muss, dann ist man mit einem hausgemachten Salat bestens bedient. In der Königsklasse sprich der hauseigenen Käsetheke finden sich bis zu 120 Käse- und 12 bis 14 Raclettesorten.

INDIVIDUELL UND PERSÖNLICH

Sind Sie auf der Suche nach einem passenden Geschenk oder Mitbringsel für Ihren nächsten Besuch? Fragen Sie die Chefin oder eine der hilfsbereiten Angestellten. Ihre Wünsche werden erfüllt und liebevoll arrangiert. Oder lassen

Sie sich von einem fantasievoll zusammengestellten Geschenkkorb überraschen. Das Schönste daran ist, dass Sie sich in der Wartezeit in der hauseigenen Kaffeebar entspannen können.

HABEN SIE DAS GEWUSST?

Sie planen einen Privat- oder Business-Event? Mieten Sie doch die Räumlichkeiten von Geissberger's Culinarium für Ihre Apéros, Feiern, Jubiläen und Geburtstage etc. Hier finden Sie Platz für 30 bis 50 Personen (grosser Tisch 10 bis 12 Personen). Das Mobiliar ist auf Rollen und daher sehr flexibel verstellbar und bietet so eine individuelle Anordnung je nach Event-Thema für jeden Geschmack.

Es bieten sich viele spannende Themen an. Ein gemütliches Raclette-Essen oder eine spannende Käsedegustation. Oder wie wäre es mit einem währschaften Geburtstags-Brunch?

DEN GANZEN TAG FÜR SIE DA

Geissberger's Culinarium öffnet seine Tore jeden Tag bereits um 7.30 Uhr. Wie wäre es dann mit einem Kaffee und frischem Gipfeli vor dem Gang ins Büro? Das Homeoffice kurz unterbrechen für eine Pause oder einen stresslosen Einkauf. Sie haben etwas vergessen? Kein Problem. Doris Geissbergers Schmuckstück schliesst Montag bis Freitag erst um 18.30 Uhr, am Samstag um 16 Uhr.

Geissbergers Culinarium
Römerstrasse 232
8404 Winterthur
geissbergers.ch

Walter Hartmann

KELLER GLAS
Glas ist unsere Leidenschaft – seit Generationen.
T 052 234 30 10 kellerglas.ch

Oberi Sounds Good

Schön war´s...

Im lauschigen Garten des Restaurant Bahnhöfli eröffneten wir unser Oberi Sounds Good. Dank Wetterglück und wahrscheinlich Corona-Pause war der Garten bis auf den letzten Platz besetzt!

Nomen est Omen - und so startete der Pianovirtuose Elias Bernet mit einem rasanten Dampflok - Boogie die musikalische Reise. Auch mit sanfteren Bluesklängen berührte er mit seiner Band die Herzen des Publikums. David Stauffacher brachte das Publikum mit seinem vielseitigen Können an der Percussion zum Staunen. Als Überraschung holte Elias spontan Larissa Baumann auf die Bühne und so erhielt das Publikum einen Vorgeschmack auf ihren Auftritt am Samstag im Zelt!

Das Konzert am Freitag unter dem Platanendach des Restaurant Sunnegg war ein Genuss für Gaumen und Ohr!
Martina Linn entführte das Publikum gesanglich und mit ihrem Gitarrenspiel ins Engadin, mal auf Deutsch, mal sogar auf Rätoromanisch! Sie ist keine Frau der lauten Töne. Mit lyrischen Texten, berührenden Geschichten und melodiösen Klängen verzauberte sie die Zuhörerinnen und Zuhörer! Urs Müller, ebenfalls mit Gitarre, war die perfekte Ergänzung!

Viele bekannte Gesichter, feines Essen, tolle Stimmung zeichnete auch dieses Jahr «Musig i de Beiz» aus. Ein herzliches Dankeschön den Gastgeberinnen und Gastgebern, die wieder alle Hände voll zu tun hatten und allen, die unsere Kollekten-Gitarre grosszügig gefüttert haben.

Im Zelt ging es dann am Samstag im Park des Schloss Hegi weiter und das bei fast perfektem Wetter! Gestartet wurde Blues & More traditionell mit einem Apéro für unsere Sponsoren, ohne welche dieser Anlass nicht durchgeführt werden könnte. Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung! Nach ein paar Begrüssungsworten durch Martin Rieder konnte die Konzertreihe beginnen!

Die Lokalmatadoren «Blues Container» mit Thomas Kunz und Beat Iseli eröffneten die Konzertreihe und schafften es, schon am Nachmittag zahlreiche Gäste ins Zelt und auf die Tanzfläche zu locken. Mit schnörkellosem, kernigem Blues gewürzt mit Saxophon- und Gitarrensoli war ihr Auftritt ein gelungener Auftakt!

Powervoll ging es dann mit Larissa Baumann weiter! Eine kunterbunte Mischung aus Rock, Blues und einer Prise Pop rockte sie mit ihrer Band die Bühne! Mit Witz und Spielfreude schaffte sie einen engen Kontakt zum Publikum, welches begeistert mitklatschte. Mit einer Standing Ovation bedankte sich das Publikum von ihr!

Dominic Schoemaker hat sich mit Leib und Seele dem Blues verschrieben und überzeugte als fantastischer Gitarrist mit seinen Eigenkompositionen. Er überraschte das Publikum mal mit energiegeladenem Bluesrock, mal melancholisch gefühlvoll. Eine Bereicherung waren auch die Improvisationen am Piano.

Mit dem Konzertabschluss von «Groovepack» ging die Party so richtig los! Mit ihrem Mix aus packendem Funk, Pop und gefühlvollem Blues, gewürzt mit einer Bluesharp, holten sie die Letzen auf die Tanzfläche! Die Freude am musikalischen Zusammenspiel war bis zuhinterst im Zelt spürbar! Die selbstbewusste Jizelle mit ihrer souligen Stimme heizte den Zuhörerinnen und Zuhörern zusätzlich mächtig ein!

Nicht mit einer Jamsession, dafür mit einem powervollen spontanen Duett von Jizelle und Larissa klang das 13. Oberi Sounds Good aus. Wir freuen uns schon auf das nächste OSG am 31. August / und 1./ 2. September 2023.

Die Gäste wurden nicht nur musikalisch verwöhnt! Wiederum sorgten die Helferinnen und Helfer des Verein Schloss Hegi für das leibliche Wohl. Hausgemachte Kuchen, feine Pasta und Würste vom Grill fanden regen Absatz. Erweitert wurde das kulinarische Angebot mit Pizzas von LoStivale. Herzlichen Dank allen für Ihren grossen Einsatz!

Impressionen und Fotos finden Sie unter:
www.oberisoundsgood.ch.

Für das Oberi Sounds Good Team
Eliane Meyer

FC Oberwinterthur
gegründet 1934

FC Oberi

Aus dem FC Oberi Corner
Fussball, Feuer, Sonne und Schatten

Während dieses Hitze-Sommers las ich diverse Artikel über Massnahmen die, vor allem in Städten, der Abkühlung dienen sollen. Eigentlich verstehe ich nicht, warum das erst jetzt zum Thema wird.
Jede, jeder und jedes* *“:/€# kennt den Unterschied zwischen dem Schatten eines grossen Baumes und dem eines Sonnenschirm an der prallen Sonne.
Auf unserem Sportplatz Hegmatten beispielsweise, lässt es sich vor dem Kiosk auch bei Sommerhitze aushalten unter den wunderbaren über 35 Jahre alten Bäumen.

Aber wo ist Schatten entlang der Fussballplätze, die sich vom Clubhaus bis ca. 400 Meter gegen Wiesendangen erstrecken?
Wieso wurden keine Büsche gepflanzt als das Rückhaltebecken gebaut wurde? Auf dem oder am Damm scheint es aus Damm-Baumwurzelwissenschaftlichen Gründen nicht von Vorteil zu sein, Bäume oder Büsche zu pflanzen.
Auf der gegenüberliegenden Seite aber, kann die Landebahn des Segel-Flugplatzes kein wirklicher Grund sein, dass kein zusätzlicher Busch oder Baum gepflanzt wurde.

FUSSBALL UND FEUER
Brexit, Großbritannien bröckelt, aber der Fussball merkt das nicht.
Man stelle sich vor, 60000 Fans im Liverpooler Anfield Road Stadion toben und singen you never walk alone. Der Innenverteidiger Loris Bronston grätscht den Stossstürmer aus der Tundra, Vlado Putinov blutig und verhindert so ein Tor für den Gast aus dem fernen Magadan.
- Und rund ums Stadion, wie eigentlich im ganzen Land, brennen kleine Feuer, um die Insel zu wärmen und um etwas Licht zu spenden.

Da ist doch Büsingen die romantischere Variante.
Wir waren in Deutschland an einem Turnier, Hammer!
48 Jahre FC Oberi und ich habe noch nie dort Fussball oder Fußball gespielt. Bis zum 10.9.2022.
Auf der schmucken Fussballanlage spielten die E Jungs ein tolles Turnier.
Die Büsinger, in ihrer deutschen Exklave oder schweizer Enklave, die sich mit D/CH gemischten speziellen Gesetzgebungen durchs Leben schlagen, waren nette Gastgeber.

FEUER
Aber auch in Marthalen, etwas weiter südlich von Büsingen, scheint die Welt nicht die gleiche zu sein wie bei uns in Oberwinterthur.
Fünf friedliche Hooligans begleiteten ihre 1. Mannschaft am 8. Oktober zum Auswärtsspiel auf die Hegmatten. Der kleine Saubannerzug feuerte ihr Team mit einer Pyroshow zum Punktgewinn an.

Immer noch Feuer für den Fussball hat Giovanni Papapietro. Mit bisher 640 Monaten für den FC Oberi als Schiri oder Trainer, wurde er verdient zum Ehrenmitglied ernannt.
Bravo und viiiielen danke Giovanni!

Der FC Oberwinterthur wünscht euch allen eine schöne Winterzeit

Bis bald auf der Hegmatten

LG Tigi

OBERI SOUNDS GOOD

Liebe Sponsoren, dank Ihrer grosszügigen Unterstützung hat Oberi Sounds Good auch dieses Jahr zahlreiche Menschen begeistert!

Hauptsponsoren:

Stadt Winterthur

Flütsch Ingenieure

Eberhard – Pioniere im Tiefbau und in Altlastsanierung

SULZER

farbpalette.ch – Malerbetrieb Winterthur GmbH

Sponsoren:

AGROLA

Bahnhöfli Quartierbeiz

Bank Banque Banca CLER

ELIBAG Küchen Innenausbau Türen

ELEKTRO-TEL

HFR Architekten AG www.hfr.ch

HYPOSOUND Audio | Licht | Video | Cases

Hutter Dynamics Winterthur | Schaffhausen

KÜBLER

HOFMANN Gartenbau

mietlift.ch

RAIFFEISEN Raiffeisenbank Winterthur

RefinSol

ABHOLMARKT MASTAI

SWICA

SUNNEGG

Toggenburger

VINITALIA

WIN GD

ZEHNDER HOLZ UND BAU

Danke auch an:

Architektengruppe 4, Oberwinterthur; **Andreas Bertet, Architektur, Baumanagement, Immobilienbewertung,** Oberwinterthur; **Blatter AG,** Seuzach; **Geissberger's Culinarium,** Oberwinterthur; **Manuela und Andreas Kaufmann,** Rickenbach; **Migros Kulturprozent; Novak, Thurnheer + Partner AG,** Zürich; **Quorum Immobilien AG,** Wiesendangen; **Erwin Raimann,** Winterthur; **Reseda,** Winterthur; **Römer Apotheke,** Winterthur; **Remax,** Winterthur; **Ang und Erich Schwaller,** Winterthur; **Stadler Winterthur AG,** Winterthur; **Rolf Wartmann,** Winterthur

Eindrücke einer Tour

durch Oberi von Werni Müller

Frühmorgens beim Flugfeld Hegmatten

Schloss Hegi am Aufwachen

Buntes Herbstlaub schmückt ein Haus im Dorfkern

Obere Rebbergstrasse am Mörsburgwaldrand

Pappeln säumen die Stadlerstrasse. Im Hintergrund drückt der Nebel im westlichen Riet bei Unterohringen.

Frisches Herbstgras als Futter unterm Baum an der Gusslistrasse beim Rütli-Hof.

Diese Bilder inspirieren Sie vielleicht zu einer Wanderung oder einer Velotour im Arrondissement von Oberi. Diese sind besonders im Herbst nahe, erholsam und lohnenswert. Einzelne Abschnitte oder Abkürzungen sind jederzeit möglich.

Ortsverein Oberwinterthur

Vernetzung, Freizeit, Freundschaften

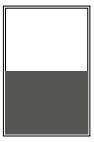
www.oberwinterthur.ch

Inserateauftrag Oberi-Zytig

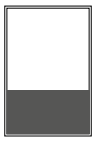
Die Inseratepreise konnte die Oberi-Zytig seit der Jubiläumsausgabe Nr. 200 im Dez. 2013 gleichbleibend anbieten.
Auch die Oberi-Zytig wird durch die höheren Papierpreise nicht verschont, dies hat uns bewogen die Inserate Preise im 2023 um 5% zu erhöhen. Alle weiteren Vorzüge, wie Wiederholungsrabatte und der Skontoabzug bei Jahresrechnung bleiben bestehen. Selbstverständlich bleibt die Qualität und der gewohnte Service der Oberi-Zytig gleich.

Bitte kreuzen Sie die gewünschte Inserategrösse und Ausgabenzahl an.

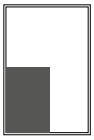
❑ 1/1 Seite
Format 182 x 269 mm
❑ farbig CHF 1'428.–
❑ s/w CHF 1'191.–



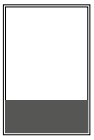
❑ 1/2 Seite quer
Format 182 x 134 mm
❑ farbig CHF 714.–
❑ s/w CHF 595.–



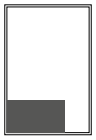
❑ 1/3 Seite quer
Format 182 x 89 mm
❑ farbig CHF 477.–
❑ s/w CHF 397.–



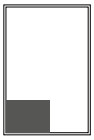
❑ 1/4 Seite hoch
Format 90 x 134 mm
❑ farbig CHF 357.–
❑ s/w CHF 298.–



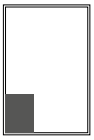
❑ 1/4 Seite quer
Format 182 x 67 mm
❑ farbig CHF 357.–
❑ s/w CHF 298.–



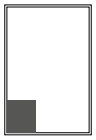
❑ 1/6 Seite quer
Format 120 x 67 mm
❑ farbig CHF 238.–
❑ s/w CHF 198.–



❑ 1/8 Seite quer
Format 90 x 67 mm
❑ farbig CHF 179.–
❑ s/w CHF 149.–



❑ 1/9 Seite hoch
Format 59 x 89 mm
❑ farbig CHF 160.–
❑ s/w CHF 132.–



❑ 1/12 Seite
Format 59 x 67 mm
❑ farbig CHF 120.–
❑ s/w CHF 100.–

Wiederholungrabatte (pro Kalenderjahr)
❑ 5 Ausgaben 10% ❑ 4 Ausgaben 7,5% ❑ 3 Ausgaben 5%

❑ Bei Vorauszahlung mit Jahresrechnung (5 Ausgaben) zusätzlich 3% Skonto

Gewünschte Ausgaben
❑ 246/Februar 2023 ❑ 247/Mai 2023 ❑ 248/Juli 2023 ❑ 249/September 2023 ❑ 250/November 2023
❑ Gleiches Inserat und Erscheinungsdaten wie 2022

Publireportagen auf Anfrage. Grundsätzlich kosten Publireportagen die Hälfte des Anzeigepreises.
Druckmaterial: ❑ wie bisher ❑ per Mail an inserate-oz@oberwinterthur.ch

Inserategestaltung nach Aufwand, Anfragen an Yves Tobler, 052 214 29 06 oder artevisual@bluewin.ch

Marktplatz: 4 Zeilen (160 Zeichen) Fr. 40.–, jede weitere Zeile Fr. 5.–
Text per Mail an: inserate-oz@oberwinterthur.ch

Firma: _____ Sachbearbeiter/In: _____

Branche: _____ Tel/Fax: _____

Strasse: _____ PLZ/Ort: _____

eMail: _____ Datum/Unterschrift: _____

Inserateauftrag einsenden an:
Dieter Müller, Römerstrasse 233, 8404 Winterthur, inserate-oz@oberwinterthur.ch, Tel. 052 242 37 36

Wettbewerb

Texträtsel

gendarbeit ist ein Teil der Kinder- und Jugendförde-
nd wird von Professionellen der Sozialen Arbeit be-
. Ob aufsuchend im öffentlichen Raum oder an festen
rten wie Jugendhäusern begleitet sie Jugendliche in
reizeit. Denn ein wichtiger Teil der Identitätsfindung
gendlichen passiert nicht im Umfeld der Familie oder
hule, sondern «in der freien Wildnis» im Kontakt mit
altrigen. Die Jugendarbeit schafft deshalb Räume
egegnungsmöglichkeiten, in denen Bedürfnisse ab-
und die Jugendlichen in deren Lebenswelt begleitet
n können. Chancengerechtigkeit wird durch die Nie-
welligkeit, Kostenlosigkeit und die akzeptierende
g allen Lebenslagen gegenüber gelebt. Die Angebote

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 20.01.2023

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

Marktplatz

Schwimmschule Winterthur 052 343 39 40
Kurse im Hallenbad Geiselweid+Michaelschule +Seuzach, 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

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

Tagesbetreuung von Babies und Kleinkindern auf dem Bauernhof
In unserer Wohn- und Arbeitsgemeinschaft Im Haldenrain (www.im-haldenrain.ch) sind noch Betreuungsplätze für Babies und Kleinkinder frei. Wir bieten einen kleinen Rahmen mit einer konstanten Bezugsperson für 3 Kinder pro Tag. Der ehemalige Bauernhof mit Umschwung, vielen Tieren und unterschiedlichen Menschen bietet ein ideales Umfeld. Der Umfang der Betreuungszeit kann individuell festgelegt werden.
Infos und Anmeldung bei: Aline Laager: alinelaager@im-haldenrain.ch

---

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
- **Familienzentrum Winterthur**
  Offener Begegnungsort, Cafeteria und Spielzimmer
  St. Gallerstr. 50, Tel. 052 212 15 12, www.familienzentrum-winterthur.ch
- 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, Florine Altorfer-Elbehery
  Jeden Mittwoch des Monats 14.00—15.00 Uhr (mit Voranmeldung), 15.00—16.30 Uhr (ohne Voranmeldung)
  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

---

www.formoso-musik.ch
Musik für Ihre Feier Tel. 078 803 99 31
info@formoso-musik.ch

Fusspflege bequem bei Ihnen zuhause
von professioneller Fusspflegerin.
Telefon 078 858 79 11

Mathematik Nachhilfe für 1. und 2. Sek. ab Januar 2023 in Neuhegi. Kontakt: Andrea Gilomen. 076 341 49 95. www.Nachhilfe-Andrea-Gilomen.ch. Einzellektionen von Dienstag bis Donnerstag.
Ich arbeite gerne mit Jugendlichen.

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, Patrick Brunner

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
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
250	13.10.2023	20.11.2023

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. 40.- ist dies auf unserem Marktplatz möglich.

1 Spalte, 4 Zeilen (160 Zeichen) Fr. 40.–
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 2023 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

grüze markt
winterthur

coop
Für mich und dich.

Viele tolle Preise, Geschenke und Rabatte!

Weitere Infos:
gruezemarkt.ch

Wettbewerb

Mitmachen und mit etwas Glück gewinnen: eine Heissluftballonfahrt, JaMaDu-Kinderparty, Hotelübernachtung im Swiss Holiday Park oder Reka-Pay-Guthabenkarten.

10-fache Superpunkte

auf Ihren Einkauf mit der Supercard im Coop Megastore* und bei Coop Vitality** im Grüze Markt Winterthur.

9 Bons zum Sparen

Hier downloaden und im Grüze Markt Winterthur einlösen:

*supercard.ch/ausnahmen | **Nicht gültig auf rezeptpflichtige Medikamente und Säuglingsanfangsnahrung (nicht abschliessend).