

## Rückblick auf unser Jahresprogramm 2011/2012

Am **Samstag, 18. Juni 2011** trafen sich 18 Frauen (9 Mitglieder und 9 Nichtmitglieder) am Bahnhof Wetzikon um zusammen zum ersten Anlass, der **Führung Kloster Einsiedeln** zu fahren. Ich war sehr gespannt auf diese Führung, denn ich besuchte das Kloster Einsiedeln letztmals in meiner Kindheit.

Auf dem grossen Platz vor der Klosterkirche wurden wir von unserer Leiterin Margarethe Rohner empfangen. Auf sehr kompetente Art und mit einem gelegentlichen Augenzwinkern führte sie uns ins Kircheninnere, in die Stiftsbibliothek, den grossen Saal im Wohn- und Gästetrakt sowie durch einen Teil der Ökonomiegebäude. Wie früher war ich von der Pracht des Klosters sehr beeindruckt, und ich glaube nicht nur für mich hat sich diese eindrückliche Führung sehr gelohnt.

---

Zum Thema **Tinnitus** am **15. September 2011** konnten 12 Teilnehmerinnen Frau Dr. Susann Baumann aus Küsnacht bei uns begrüßen. Tinnitus sei das Geklirr im Ohr das nicht von aussen erzeugt werde. Dieser entstehe als Folge abnormer Aktivität der Nervenzellen in der Hörbahn und werde dann als Ton interpretiert. Die Ursachen, Abklärung und Therapie des akuten und chronischen Tinnitus erfolge unter Berücksichtigung der neuesten Erkenntnisse.

Frau Dr. Baumann wusste aus jahrelanger Erfahrung zu berichten, dass die Störung durch Tinnitus abhängig sei von der emotionalen Beurteilung des Patienten. Sie machte jedoch Mut, denn Tinnitus sei behandelbar. Wichtig sei für die Patienten zu lernen das Geräusch zu ignorieren und dieses positiv zu besetzen. Dabei brauche es eine gute Begleitung durch den behandelnden Arzt. Die Behandlung fusse auf vier Standbeinen:

- Beratung und Betreuung
- Entspannung
- Verhaltenstherapie
- Masking, d.h.: Stille meiden (Musiktherapie, CD's, usw).

Nach einer angeregten Diskussionsrunde endete dieser interessante und lehrreiche Abend und wir verabschiedeten uns von Frau Dr. Brunner.

---

Zu einem ganz anderen Thema trafen sich 12 Teilnehmerinnen am **11. November 2011**. Der Einfluss von **Erdstrahlen, Wasseradern und Elektrostrahlen** auf unsere Gesundheit wurde an diesem Abend von unserem Referenten Peter Fässler erläutert. Vielleicht schlafe man schlecht und sei am Morgen deshalb unausgeruht und gereizt. Oder man fröstle in der Wohnung obwohl die Temperatur genügend hoch sei. Dies könne auf die genannten Störenfriede zurückzuführen sein. In solchen Fällen würden er und seine Frau Susi Fässler Rothenberger dann jeweils um Hilfe angefragt.

Schon früh habe er die Begabung des Pendelns gespürt, welches bereits sein Vater ausgeübt habe. Pendeln sei emotional sehr anstrengend und er führe diese Praktik deshalb nur einmal pro Tag durch.

Herr Fässler erklärte uns, dass Strahlen und Schwingungen heilen oder stören könnten. Alles strahle, alles könne ausgependelt, neutralisiert, harmonisiert und entstört werden. Er berichtete von vielen unglaublichen Fällen, bei denen er Hilfe leisten konnte.

Eindrücklich warnte er auch vor Elektrosmog, welcher von den Handys und deren Ladegeräten ausgeht. Welche Teenager-Mütter kennt die Aussage „mein Handy schläft bei mir“ nicht aus eigener Erfahrung? Da helfe nur, das Handy samt Ladegerät mindestens 3 Meter vom Bett entfernt übernachten zu lassen...

Nach einer langen und angeregten Diskussionsrunde verliess uns das Ehepaar Fässler zu sehr später Stunde.

---

Am **Montag, 09. und 16.01.2012** war dann Kondition gefragt. Wir konnten Anita Raffi, dipl. Tanzlehrerin aus Gossau für das trendige **Zumba Fitness-Training** gewinnen. Motiviert kamen 20 bzw. 12 Frauen zum Tanztraining und liessen sich von der lateinamerikanischen Musik mitreissen. Am ersten Abend noch etwas verhalten, am zweiten Abend dann schneller und mutiger wurden Hüften und Schultern im Takt bewegt und einige Schrittfolgen eingeübt. Dabei wurde ordentlich geschwitzt.

Die Stimmung sei sehr gut gewesen, wie mir mein Leiterinnenteam mitteilte. Ich konnte ja leider nicht dabei sein an diesen Anlässen, was mich schon etwas gewurmt hat. Aber ich kann Euch versichern, dass ich im fernen Australien auch ohne Zumba ziemlich geschwitzt habe...

Beim anschliessenden gemütlichen Zusammensein mit einem Glas süffiger Sangria konnten dann alle Teilnehmerinnen wieder zu Atem finden. Ich hoffe, die Eine oder Andere fand Geschmack am Rhythmus und hat sich zu einem Tanztraining angemeldet.

---

Heute Abend nun führen wir unsere 20. Mitgliederversammlung durch. Wer hätte damals bei der Gründung gedacht, dass wir ein so langes Bestehen haben? Ohne Euch Mitglieder und vor allem ohne die Bereitschaft der wechselnden Vorstandsmitglieder in all den Jahren, Freizeit für diese gute Sache zu opfern, wäre dies nicht möglich gewesen. Mein herzlicher Dank gehört Euch allen und ganz speziell natürlich „meinen“ vier Vorstandsfrauen!

Zum Schluss freut es mich wieder sehr, Euch unser neues, spannendes und abwechslungsreiches Programm 2012/2013 vorstellen zu können. Ich bin sicher, es wird Euch gefallen. Drum nehmt Euch die Zeit diese Anlässe zu besuchen. Wir hoffen auf Euch!

Eure  
Susann Hofmann-Lüscher

Wetzikon, im März 2012

