

Rückblick auf unser Jahresprogramm 2014/2015

Am **Donnerstag, 22. Mai 2014** fanden sich 28 TeilnehmerInnen (14 Mitglieder, 14 Nichtmitglieder) im Cheminée-Raum zu unserem ersten Anlass einem Gesundheitsthema ein. Herr **Beat Flükiger**, Drogist und Experte für traditionelle Naturheilverfahren, referierte mit enormem Fachwissen über die Geschichte, den Therapiehintergrund, die Funktionsweise und die Anwendungsform der 12 **Schüssler Salze**.

Dr. Wilhelm Heinrich Schüssler, Arzt und Homöopath entwickelte im 19. Jahrhundert die Biochemie. Er war überzeugt, dass die meisten Krankheiten auf einer Störung des Mineralhaushaltes beruhen. Schüssler wies nach, dass bestimmte Mineralstoffe für die Ernährung der Zellen besonders wichtig sind. Er fand 12 solcher Mineralsalze und nannte sie biochemische Funktionsmittel.

Im zweiten Teil des Abends ging Herr Flükiger dann auf diese 12 Schüssler Salze näher ein. Er erklärte uns wie vielseitig diese in jedem Lebensalter einsetzbar und selbst für Tiere geeignet seien. Er machte uns auch darauf aufmerksam, dass für ein optimales Behandlungsergebnis die Wahl des richtigen Mineralstoffes von grosser Bedeutung ist. Er ermunterte uns, gut auf unsere Körpersignale zu hören, denn Kopfschmerzen seien nicht gleich Kopfschmerzen und müssten dementsprechend verschieden behandelt werden.

Am Schluss fehlte uns fast die Zeit all unsere Fragen zu diskutieren. Zum Glück wurden wir alle mit ausführlichen Unterlagen ausgestattet. Und wie ich gehört habe, suchte die eine oder andere Teilnehmerin bereits als Kundin in Herrn Flükigers Drogerie in Hinwil persönlichen Rat ein.

Bei schönstem Herbstwetter machten wir 14 Frauen uns am **Samstag, 27. September 2014** per Zug und Bus auf zur Besichtigung des **Klosters Fahr** am Rande der Stadt Zürich. Nach einem kurzen Fussmarsch bis zu den Pforten des Klosters wurden wir von Schwester Fidelis freundlich empfangen und sogleich in die wunderschöne Barockkirche geführt. Dort erfuhren wir unter anderem, dass das Benediktinerkloster seit bald 900 Jahren zum Kloster Einsiedeln gehört. Heute leben noch 23 Schwestern nach einer klaren Tagesstruktur im Kloster Fahr. Eine anschliessende Führung durch die schön renovierten Räume des Klosters führte uns schliesslich in den schönen Klostergarten, für dessen Pflege Schwester Beatrix zuständig ist. Fachkundig und weltoffen und mit viel Humor gab sie Auskunft über ihre Art der biologischen Gartenpflege und es war eine Freude, ihr zuzuhören. So manchen Tipp gab sie an uns weiter und ich bin sicher, der eine oder andere Garten danken es ihr.

Zum Schluss durfte natürlich auch ein kurzer Besuch im Klosterladen nicht fehlen, worin die Schwestern allerlei selbstgefertigte Produkte verkaufen. Dieses Angebot wurde dann auch rege genutzt und alle trugen erworbene Delikatessen nach Hause.

Am **Freitag, 7. und 21. November 2014** führte uns **Daniela Küng**, dipl. Yogalehrerin, ins Yoga ein. In bequemer Kleidung auf unseren mitgebrachten Mätteli sitzend hörten wir 14 Frauen von Daniela, das Yoga ein ganzheitliches System zur Förderung der Gesundheit von Körper, Geist und Seele sei und vor ca. 4'000 Jahren entstand. Bei uns im Westen sei meist der Hatha Yoga gemeint, wenn von Yoga gesprochen werde.

Aber natürlich wollten wir nicht nur hören was Yoga ist sondern es gleich selbst ausprobieren. Mit ihrer ruhigen, angenehmen Stimme und ihrem biegsamen, durchtrainierten Körper führte uns Daniela in verschiedene Körperübungen des Hatha Yogas ein. Was bei ihr durch jahrelanges Training so harmonisch und fliegend aussah trieb bei uns Neulingen so manchen Schweisstropfen auf die Stirne und die angenehme Ruhe im grossen Saal wurde durch dezentes "Grochsen" und Stöhnen unterbrochen... Bald war die erste Lektion vorbei und trotz geleisteter Anstrengung sah ich nur zufriedene Gesichter bei den Teilnehmerinnen.

Am zweiten Abend trafen sich dann 12 Frauen zur Vertiefung und Verfeinerung des bereits gelernten Yoga-Wissens. Schon fast ein bisschen routiniert folgten wir Danielas Anweisungen und konnten die eine oder andere Übung sogar geniessen. Mir haben diese Lektionen sehr gut gefallen und ich möchte mit Yoga weiterfahren. Mal schauen, ob es nicht nur beim guten Vorsatz bleibt.

Einem ganz anderen Thema widmeten sich am **Donnerstag, 29. Januar 2015** 13 Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Herr **Patrick Hächler**, ehemaliger Meteorologe beim Schweizer Fernsehen DRS, hielt einen interessanten Vortrag über Wetterphänomene. Dabei griff er die ihm im Voraus gestellten Fragen auf. Wie und auf welcher Basis werden Wetterberichte erstellt? Was für Geräte - Wetterballone, Satelliten, Computer - stehen zur Verfügung? Dies waren nur einige Fragen, die Herr Mächler mit enormem Fachwissen beantwortete. Mit all diesen Hilfsmitteln lasse sich mit beinahe 85 %iger Wahrscheinlichkeit das Wetter für den nächsten Tag vorhersagen.

Am Schluss des Abends blieb noch Zeit für weitere Fragen. Viele seien es nicht mehr gewesen. Herr Mächler habe seinen Vortrag so ausführlich vorgetragen, dass alle TeilnehmerInnen mit grossem Wetterwissen nach Hause gingen. Schade, dass ich nicht dabei sein konnte, ich hatte mir bei diesem kalten Wetter eine starke Erkältung eingeholt und musste das Bett hüten...

Zu guter Letzt fand am **Dienstag, 17. + 31. März 2015** noch unser kreativer Anlass statt. Am ersten Abend trafen sich 11 Frauen im Handarbeitszimmer von **Barbara Fäh** im Schulhaus Walenbach um aus mitgebrachten, alten Tragetaschen neue Kosmetikbeutel und Krimskramstäschchen anzufertigen. Es war spannend zu sehen, wie sich alle mit Feuereifer an diese Aufgabe machten und schon bald surrten die Nähmaschinen was das Zeug hielt. So entstanden unter der kompetenten Anleitung von Barbara originelle und brauchbare Täschchen.

Da wir uns jedoch nicht nur mit einem Exemplar zufrieden gaben, wurde auch am zweiten Abend fleissig gearbeitet. Die Zeit verging wie im Flug und wir 9 Frauen mussten uns ordentlich sputen, damit Barbara nicht auch an diesem zweiten Abend Überstunden leisten musste. Aus Alt mach Neu hat sich für alle gelohnt, wie mir die zufriedenen Gesichter der Teilnehmerinnen gezeigt haben.

Mit der heutigen 23. Mitgliederversammlung endet dieses Forum-Jahr wiederum im Pfarrhausaal der reformierten Kirche an der Kindergartenstrasse. Für den diesjährigen anschliessenden Apéro haben einige von Euch mitgeholfen. Herzlichen Dank dafür!

Meinen besonderen Dank gehört meinen drei Vorstandsfrauen Silvia, Gabi und Germaine. Auch in diesem Jahr hat sich wieder gezeigt, wie wertvoll ein gut funktionierendes Team ist. Ohne ihre grenzenlose Unterstützung wäre dies alles nicht möglich!

Nun bleibt mir nur noch Euch unser neues Programm 2015/2016 präsentieren zu dürfen. Dank Euren Vorschlägen haben wir wieder ein interessantes und abwechslungsreiches Programm zusammengestellt. Wir hoffen auf Eure rege Teilnahme!

Eure

Susann Hofmann-Lüscher

Wetzikon, im März 2015