

Rückblick auf unser Jahresprogramm 2020/2021

Am **Samstag, 16. Mai 2020** wollten wir unser neues Jahresprogramm mit einer **Führung durch das Kloster Rheinau** starten. Lange hofften wir diesen Anlass durchführen zu können, da sich die Covid Situation langsam zu normalisieren schien. Leider musste uns die Sakristanin dann doch absagen. Sie konnte das Risiko nicht eingehen und auch wir waren zum selben Entschluss gelangt. Die Gesundheit von Euch allen war uns wichtiger. Aber aufgeschoben ist nicht aufgehoben!

Mit der **Führung im Zürcher Zoo** am **Montag, 24. August 2020** durften wir dann unser Programm doch noch starten. Zusammen mit unserer heutigen Leitung **Silvia Bischoff** fuhren wir 11 Frauen mit Zug und Tram zum Zoo. Silvia arbeitet als Volonteer im Zoo und kennt das ganze Gelände wie ihre Westentasche. Wir begannen die Führung beim Fischottergehege. Da das Leben dieser Spezies zur strengen Aufnahmeprüfung als Volonteer zu Silvias Gebiet gehörte, konnte sie uns viel wissens-wertes über diese putzigen Tiere erzählen. Die ca. 130 cm langen Landräuber bewiesen sich auch als ausgezeichnete Schwimmer. Besonders lustig war zu beobachten als Silvia nach Lulu rief und diese sich nicht lange bitten liess sich uns an Land zu zeigen.

Natürlich wollten wir auch die neu eröffnete Lewa Savanne besichtigen. Dieses riesige Gehege beherbergt nebst Breitmaulnashörnern, Netzgiraffen, Zebras, Erdmännchen und Hyänen viele andere afrikanische Tiere. Und wirklich, man wähnte sich beinahe in Afrika. Grossartig!

Auch der Elefantenpark durfte auf unserer Tour nicht fehlen. Er beheimatet asiatische Elefanten sowie weitere Tierarten. Auch über diese Dickhäuter wusste Silvia uns einiges zu berichten. Ich bin immer wieder fasziniert über diese mächtigen Tiere und könnte sie stundenlang beobachten.... Zum Abschluss dieser interessanten Zoo-Führung besichtigten wir dann schon ziemlich müde den Masoala Regenwald. Dort leben über 40 verschiedene Wirbeltierarten gut getarnt und oft kaum sichtbar umgeben von über 500 Pflanzenarten.

Interessant und anregend war dieser Anlass und er brachte uns trotz Corona Pandemie ein Stück Freiheit zurück.

Am 30. September 2020 trafen sich leider nur 6 Frauen für den ersten Abend **„Einführung in Cantienica“** (wegen Corona haben es vermutlich einige Frauen nicht gewagt, an den beiden Abenden teilzunehmen). Wir standen gespannt in unseren Turnkleidern im Gymnastikraum und hörten interessiert der Kursleiterin **Bettina Kubli** zu. Sie erklärte uns, dass Cantienica nach der Erfinderin dieses neuartigen Trainingskonzeptes benannt wird. Wir lernten, uns richtig hinzulegen und wieder aufzustehen, und auch wie wir sitzen sollen: am besten auf einem harten Stuhl! Bettina erklärte uns anschaulich, wie der Beckenboden als Muskulatur funktioniert. So ist der ganze Mensch eine Einheit. Darum hat jede Bewegung Auswirkungen auf den ganzen Körper. Es ist wichtig, auf sich selbst zu achten. Und das versuchten wir auch!

Am zweiten Abend, den **7. Oktober 2020** ging es darum, wie wir richtig im Bett liegen, wenn wir schlafen, damit wir am Morgen keine Schmerzen haben. Bettina erklärte uns zum Thema Augentraining anschaulich das Auge und seine Muskulatur anhand von Bildern und ihrem grossen Wissen. Dann haben wir unter ihrer Anleitung die Übungen gemacht, was sehr spannend war, sich die Knochen, Hohlräume und Muskeln im eigenen Körper vorzustellen. Bettina hat uns mit ihrer lebendigen Art einen tollen Einblick in Cantienica gegeben. Am Schluss genossen wir noch einen von Silvia mitgebrachten, kleinen Apéro, sodass wir noch etwas Zeit zum Plaudern hatten.

Auch die folgenden zwei Anlässe **Das Frauenhaus im Zürcher Oberland** sowie **Führung im Flughafengefängnis** fielen der Pandemie zum Opfer. Und nun müssen wir also auch unsere **Mitgliederversammlung vom 9. April 2021** absagen! Diesen Abend, den wir zusammen mit Euch immer sehr geniessen. Nicht nur den Rückblick auf das vergangene Jahr und das Zusammentragen neuer Anlassideen, nein vor allem unser gemütliches Beisammensein bei einem feinen Apéro können wir leider nicht wie gewohnt durchführen. Wir hoffen sehr, dass wir im Sommer einen Grillabend als Ersatz dafür veranstalten dürfen, zu welchem wir Euch die genauen Details rechtzeitig mailen werden.

Nun leben wir alle schon über ein Jahr in diesem stark veränderten Alltag und vieles erscheint uns beinahe normal. Woran ich mich aber nur sehr schwer gewöhnen kann, sind die fehlenden sozialen Kontakte. Keine herzliche Umarmung, ja nicht einmal ein fester Händedruck ist uns möglich. Auch deshalb ist es mir so wichtig, mich ganz herzlich bei meinen Vorstandsfrauen Silvia, Gabriela und Germaine für die gute, trotz erschwerten Bedingungen wie social distancing und die wertvollen Gespräche per Telefonkonferenz geleistete Zusammenarbeit zu danken. Vielen Dank auch an Reto Bischoff für seine Unterstützung beim Kopieren des Programms und der Aktualisierung unserer Homepage.

Ich hoffe sehr, dass wir alle diese schwierige Zeit gut und gesund überstehen und dass es uns möglich sein wird, unsere Anlässe durchführen zu dürfen und wir uns so wieder treffen können.

Bis bald!

Eure

Susann Hofmann-Lüscher

PS. Damit wir uns bald um ein neues Programm bemühen können, freuen wir uns über eure Themenvorschläge per Mail oder WhatsApp.