



5

Schule:  
Marija Ristova zum Schulstart



15

Vereine:  
Bienenhotel im Familien-  
gartenverein



17

Von Mensch zu Mensch:  
Marisa und Nino  
Modafferi



24

Gewerbe:  
Manuela Goldiger



25

Reformierte:  
Andrea Forrer

Oktober 2020  
Ausgabe: 352  
Jahrgang 41



# Steinhausen aspekte



Das Magazin der Gemeinde Steinhausen,  
der Vereine, der Kirchgemeinden und des Gewerbes

## Der Herbst nimmt Platz

Unser Titelseiten-Bänkli ist etwas in die Jahre gekommen. Bald werden nebst dem Moos bunte Blätter darauf Platz nehmen. Wenn Moos an einem Baum ansetzt, ist das nicht etwa schädlich, sondern es entnimmt der Unterlage lediglich Nährstoffe und Wasser und betreibt ohne fremde Hilfe fleissig Photosynthese. Bei Insekten ist Moos als Nahrungsquelle beliebt. Im Falle unseres Titelbildes ist es allerdings ein Zeichen von Moder – einem Übermass an Feuchtigkeit.

Die Jahreszeiten lassen sich nicht verändern. Dass der Herbst kommt, ist gesetzt. Nur für uns Menschen kann der Herbst des Lebens um zwei Jahrzehnte differieren, und zwar negativ oder positiv. Was ein Zeichen ist für ein grosses Spektrum von Risiken und Ressourcen, Chancen, Einflussmöglichkeiten und Lösungen! Leben Sie gesund, altern Sie vital und setzen Sie kein Moos an!



Liebe Leserin, lieber Leser  
Steinhausen wurde an einem ganz normalen Septembersonntag von einem Freiluftkonzert überrascht. Vielleicht waren auch Sie im Publikum?

Der junge tschechische Strassenmusikant Jakub Ondra hat in verschiedenen Quartieren gesungen und die Menschen mit seiner Musik aus den Häusern gelockt. Den Informationen zufolge sucht er sich jeweils auf Google Earth einen Platz aus und bezaubert dort mit seinen Liedern. Vor zwei Jahren rockte er – engagiert direkt von der Strasse – das Züricher Hallenstadion. Was für eine wunderbare Idee. So lassen wir uns «im Dorf» gerne verwöhnen. Geben ist eben genauso schön wie geniessen. Einen klangvollen Herbst wünscht Ihnen

Romy Beeler

## Über das Geniessen

«Das Leben ist zu kurz für später!»

Heute abend sind mein Mann und ich ans Genuss-Film-Festival in Zug eingeladen. Bevor man sich im Genuss-Pavillon an der Zuger Seepromenade von Spitzenköchen kulinarisch verzaubern lässt, werden im Kino Seehof Zug Spiel- oder Dokumentarfilme dargeboten. Die Vorfreude ist riesig – endlich wieder mal ins Kino und schön essen mit Freunden!

Das ganz bewusste Geniessen, Freude und Lust sowie das Handeln nach dem Lustprinzip nennt man auch Hedonismus. Ganz allgemein und im alltäglichen Sprachgebrauch ist damit eine Lebenseinstellung gemeint, die auf Genuss, die Freude des Augenblicks und die Vermeidung von Leid aus ist. Wenn ich mir das so überlege, ist also Hedonismus im Alltag etwas Tolles, solange es keine egoistische Haltung ist, geneigt sein momentanes Glück über die Bedürfnisse anderer Lebewesen zu stellen.

Dass man sich nach getaner Arbeit (z.B. ein lang aufgeschobenes Projekt, ein schwieriges aber klärendes Gespräch, die gewaltige Bügelwäsche) mit etwas Schönerem belohnt, bedeutet doppelte Freude. Zuerst die Arbeit, dann das Vergnügen. Das bläue ich meinen Kindern auch immer wieder ein. Wenn es dann aber soweit ist, und man endlich mit dem Geniessen anfangen könnte, passiert es (jedenfalls mir) nur allzu oft, dass das Gedankenkarussell und die Pendenzenliste anfangen zu kreisen: Ich müsste noch dies, das und überhaupt – ich habe gar keine Zeit, rumzulungern! Dies ist ein ironischer Effekt in der Psychologie: Es drängen sich genau

jene Dinge ins Bewusstsein, die man eigentlich ausblenden will.

Es ist so leicht dahingesagt «Gnööüü es!». Ich erinnere mich gut an die Babyzeit meines Erstgeborenen. Alle Leute sagten: «Gnööüü es mit deinem Baby – es geht so schnell vorbei!» Nur im Moment stand mir der Sinn nicht oft nach Genuss. Es war vor allem anstrengend. Genuss war, wenn Baby schlief. Oder ich. Und jetzt ist Baby ein Pubertier und ich frage mich: Habe ich die süsse und unwiederbringliche Babyzeit wirklich genossen und voll auskosten?

Ist es in der Corona-Zeit wichtiger geworden, zu geniessen? Weil durch die Entbehrungen das Bewusstsein für die schönen Dinge im Leben, auf die wir teilweise temporär verzichten müssen, grösser und geschärft wird? Wenn etwas ein Ende hat, ein Ablaufdatum, eine Begrenzung – die letzten Sonnenstrahlen, den letzten Bissen des Festmenüs, die letzten Stunden mit dem Liebsten, bevor er verreisen muss – sollte man in dieser Zeitspanne doch unbedingt Genuss und Lebensfreude empfunden haben! Bedeutet dies auch, dass wir im Herbst unseres Daseins das Leben noch viel bewusster geniessen müssen, weil das Ende immer näher rückt?

Ich plädiere jedenfalls für viele kleine Genussmomente im Alltag zwischendurch. Den Blick aufs Positive legen, ein kurzes Innehalten, um das Schöne zu suchen und zu finden und sich dem Moment hinzugeben - ohne Reue und schlechtes Gewissen. Alleine oder mit Lieblingsmenschen. In diesem Sinne: Gnüsseds! EM



## Aus dem Rathaus

Aktuelle Informationen der Gemeinde Steinhausen

### Absage Jungbürgerfeier

Der Gemeinderat hat wegen der unsicheren Coronavirus-Situation beschlossen, die Jungbürgerfeier vom 5. November 2020 abzusagen. Die Jungbürgerinnen und Jungbürger werden zusammen mit dem Jahrgang 2003 im nächsten Jahr zur gemeinsamen Feier am 4. November 2021 eingeladen.

### Aufsichtsbesuche KiBiZ-Tagesfamilien

Im Jahr 2015 wurde dem Verein KiBiZ Kinderbetreuung Zug der Auftrag erteilt, die Aufsicht über die privaten Angebote in der Gemeinde Steinhausen durchzuführen. Die zuständige Vermittlerin des Vereins KiBiZ führte von Januar bis Juni 2020 in fünf Tagesfamilien in Steinhausen einen Aufsichtsbesuch durch und verfasste jeweils einen Bericht. Es konnte festgestellt werden, dass die Anforderungen bei allen fünf Tagesfamilien vollumfänglich erfüllt werden.

### Arbeitsjubiläen

Am 16. Oktober 2020 feiert Selma Surbeck, Primarlehrperson, ihr 10-jähriges Arbeitsjubiläum an der Schule Steinhausen.

Wir gratulieren Selma Surbeck ganz herzlich zu ihrem Jubiläum und bedanken uns für ihren langjährigen wertvollen Einsatz für die Gemeinde Steinhausen.

### Personelles

Shirin Fischer, Baar, nimmt ihre Tätigkeit als Sachbearbeiterin Präsidiales am 1. Oktober 2020 auf.

Manfred Rohrer, Luzern, tritt seine Stelle als Stellvertretender Betriebsleiter WEST, ebenfalls am 1. Oktober 2020 an.

Wir heissen Shirin Fischer und Manfred Rohrer herzlich willkommen bei der Gemeinde

Steinhausen und wünschen den beiden neuen Mitarbeitenden viel Freude und Erfolg bei ihren neuen Tätigkeiten.

Gemeinde	3, 4
Schule / Jugendarbeit	5, 6, 7
Ludothek / Bibliothek	8, 9
Musikschule	10
Vereine	11–15, 21, 23, 24, 26, 27
Gewerbe	16, 31
Portrait	17, 18
kultur steinhausen	19
Pfarrei	20
Kirchgemeinden	22
Ref. Kirche	25
Rezept	28
Rätsel	29
Reportage	30
Agenda	32

Herausgeber	Steinhauser Aspekte ursdroap ag www.aspekte.ch redaktion@aspekte.ch
Auflage	5200 Exemplare
Redaktion	Urs Nussbaumer (UN) Romy Beeler (RB)
Lektorat	Eva Meier (EM) Peter Hobi (PH)
Red.-Schluss	
Nov.-Ausgabe	10. Oktober 2020
Vorstufe / Druck	Druckerei Ennetsee



Hans und Edith Hausheer  
Gemüse & Obstbau

Erli 2, 6312 Steinhausen

Tel. 041 741 72 60  
Fax 041 740 30 18

gemuesehausheer@bluewin.ch

Hofladen Öffnungszeiten

Freitag 13.00 bis 18.00 Uhr  
das ganze Jahr

Montag 13.00 bis 18.00 Uhr  
Ende April bis Ende Oktober

Jeden Samstag am Zuger-Markt  
ausser Januar und Februar

## Senior Culture

Englisch

für Menschen mit Lebenserfahrung

Alle Sprachniveaus, in Kleingruppen.  
Kursort: Zeughausgasse 9, Zug

Gratis Schnupperstunde  
www.senior-culture.ch/Sprachkurse

huwiler gebrüder

Schrankdesign, Möbeldesign  
und Innenausbau

Schreinerei Gebrüder Huwiler  
Allmendstrasse 3a, Steinhausen  
Telefon 041 743 10 70  
www.gebr-huwiler.ch

Ausstellung  
Lassen Sie sich bei  
uns inspirieren...

jeden Freitag  
13.30 – 17.00 Uhr  
jeden Samstag  
10.00 – 13.00 Uhr





# «freiwillig mitenand»

Mit neuem Angebot «Lesen mitenand» für Kinder im Primarschulalter

Die Aktivitäten von «freiwillig mitenand» wurden im September wieder neu gestartet. Die Nachfrage hat noch nicht das Ausmass wie vor dem Lockdown erreicht. Das Koordinationsteam und die Computeria sind zuversichtlich, dass bald eine neue Normalität einkehrt. Sämtliche Empfehlungen des BAG werden nach wie vor eingehalten.

Nach den Herbstferien startet «freiwillig mitenand» mit einem neuen Angebot. Das Bücherlesen im Primarschulalter soll gefördert werden. In der Bibliothek Steinhausen wird das gemeinsame Lesen wöchentlich angeboten.

### Lesen mit Kindern

Es zeigt sich immer mehr, dass Kinder nicht mehr regelmässig Bücher lesen und Wörter sowie Texte nicht richtig verstehen. Daher stehen zukünftig Helferinnen und Helfer von «freiwillig mitenand» zur Verfügung, um mit Kindern der 1. - 4. Klasse gemeinsam zu lesen und allenfalls Wörter oder Texte zu erklären denn «Übung macht den Meister». Die Bibliothek Steinhausen stellt altersgerechte, aktuelle Bücher zur Verfügung. Insgesamt soll zum Bücherlesen animiert und das Leseverständnis gefördert werden.

Das Angebot startet nach den Herbstferien am Donnerstag, 22. Oktober 2020. Das «Lesen mitenand» findet jeweils donnerstags ab 15.30 bis ca. 17.00 Uhr statt. Die weiteren Daten von «Lesen mitenand» sind jeweils Donnerstag, 29. Oktober, 5., 12., 19. und 26. November 2020.

Kinder im Primarschulalter werden herzlich eingeladen, das neue Angebot von «freiwillig mitenand» und der Bibliothek Steinhausen zu nutzen. Das Team von «freiwillig mitenand» freut sich auf euer Kommen. Es braucht keine Anmeldung.

Möchten Sie Kinder beim Bücher lesen begleiten, zum Weiterlesen animieren und deren Text- und Leseverständnis fördern?

Wir suchen noch Helferinnen und Helfer, die in unregelmässigen Abständen jeweils donnerstags von 15.30 bis ca. 17.00 Uhr mithelfen. Die Termine werden frühzeitig festgelegt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Lediglich eine gewisse Begeisterung fürs Lesen und Freiwilligenarbeit ist wichtig.

«Freiwillig mitenand» freut sich auf Ihre unverbindliche Kontaktaufnahme: freiwilligenarbeit@steinhausen.ch oder 079 798 70 83.

### Einhaltung BAG-Empfehlungen

Die Teams von «freiwillig mitenand» und Computeria bemühen sich, unter Einhaltung der BAG-Empfehlungen das Hilfsangebot wieder im gewohnten Rahmen anzubieten. Alle freuen sich auf Ihren Besuch an einem Donnerstagnachmittag in der Bibliothek oder auch über die Kontaktaufnahme via Telefon oder E-Mail.

Ein Projekt in Zusammenarbeit mit der Bibliothek und der Abteilung Soziales und Gesundheit der Gemeinde Steinhausen.



# Schulstart 2020 im Feldheim

Die 1. Oberstufe startete mit zwei Sek A- und zwei Sek B-Klassen



Vier neue Klassen starteten am 17. August im Feldheim ins neue Schuljahr. Aus jeder Klasse berichtet ein Jugendlicher über seine Erfahrungen in den ersten drei Schulwochen.

Ashna Sivananthan, 13 Jahre, S1a,



Ich bin sehr gut gestartet hier im Feldheim und habe mich schnell an die Oberstufe gewöhnt. Speziell war, dass ich am ersten Schultag Geburtstag hatte – so war der erste Tag doppelt speziell. Ich habe ein bisschen Respekt gehabt vor der Oberstufe und den neuen Lehrpersonen. Für mich ist es aber trotzdem einfacher als für andere, da ich einen älteren Bruder in der 2. Oberstufe habe. Viel anders ist der Alltag hier im Feldheim nicht. Wir haben zwar viele neue Lehrpersonen und Niveaufächer, sonst ist aber alles ziemlich gleich wie in der Primarschule. Der Laptopeinsatz ist sehr ähnlich. Eher arbeiten wir sogar weniger mit dem Laptop als vorher. Mir gefällt hier im Feldheim wirklich alles und ich komme gut zurecht. Das Französisch ist ein bisschen schwieriger als früher. Ich weiss noch nicht, was ich später genau machen möchte. Es wird wohl etwas im Bereich Gesundheit sein. Irgendwo, wo ich anderen Menschen helfen kann.

Florian Huwyler, 12 Jahre, Sek 1b

Ich bin voller Erwartungen im Feldheim gestartet und habe nicht gewusst, was auf mich zukommt. In der ersten Woche hatte ich viel Stress und habe viel vergessen. Jetzt läuft es aber gut und ich komme gut zurecht, obwohl wir viel mehr Unterricht haben als in der Primar. Zudem haben wir mehr Lehrpersonen und mehr Unterrichtsfächer. Ich habe das Gefühl, ich bin ständig unterwegs und

muss das Klassenzimmer wechseln. Alles ist neu und man hat viel mehr Hausaufgaben. Es gefällt mir hier aber sehr gut. Schade ist, dass ich nur einen alten Klassenkameraden in der neuen Klasse habe.



Das Fach Sport ist bis jetzt am coolsten. Ich treibe auch in meiner Freizeit viel Sport, fünfmal die Woche trainiere ich. Mit dem strengeren Stundenplan muss ich mich nun zuerst daran gewöhnen und die Zeit besser einteilen. Dies funktioniert aber schon immer besser. Später möchte ich einen Beruf erlernen, der etwas mit Tieren zu tun hat oder nach der 2. oder 3. Oberstufe ins Kurzzeitgymnasium wechseln.

Luka Zivanovic, 13 Jahre, R1a

Ich habe von meinem älteren Bruder das Feldheim schon ein bisschen gekannt. Trotzdem ist alles anders als im Sunnegrund. Die Schulzimmer finde ich hier viel bunter und die Schulagenda gefällt mir sehr und ist besser als das kleine Hausaufgabenbuch der Primar. Cool finde ich, dass wir fast in jedem Fach ein anders Zimmer haben und andere



Lehrpersonen. Im Allgemeinen bin ich gut gestartet und kann die Zeit gut einteilen. Bis jetzt ist die Oberstufe ausser in der Mathematik, das gleichzeitig auch mein Lieblingsfach ist, sogar leichter als die Primarstufe. Ich kann hier jederzeit fragen, wenn ich möchte und habe mehr Zeit, um mich auf die Prüfungen vorzubereiten. Auch geht es langsamer vorwärts, aber das kann sich ja dann schnell ändern. Ich vermisse meine alte Klasse, aber meine neue Klasse gefällt mir auch gut. Später möchte ich etwas Richtung Kaufmann oder Informatik machen.

Marija Ristova, 13 Jahre, R1b

Ich bin gut in der Oberstufe gestartet und habe einen guten Eindruck den Lehrpersonen und den Mitschülerinnen und Mitschülern. Die Schule macht viel Spass, ich bin motivierter als früher. Ich freue mich am Morgen aufs Aufstehen, um in die Schule zu kommen. Vieles ist anders hier und neu. Ich habe viele neue Leute kennengelernt und es gibt



neue spannende Fächer wie «Wirtschaft, Arbeit, Haushalt», oder «Räume Zeiten Gesellschaft». Es sind für mich neue Erfahrungen. Allgemein finde ich die Stimmung im Feldheim gut. Ganz am Anfang war ich noch nicht so begeistert. Mittlerweile haben wir aber einen sehr guten Klassengeist und jeder hilft jedem. Ich habe keinen Traumjob oder Wunschberuf bis jetzt, ich lasse alles noch auf mich zukommen.

### Suchen Sie Hilfe oder wollen Sie helfen?

Nachbarschaftshilfe kann vieles sein – wie sie genau aussieht und was sie beinhaltet, bestimmen die Menschen, die sie ausführen.

Wollen Sie sich engagieren? Brauchen Sie Hilfe? Oder haben Sie Fragen zur Nachbarschaftshilfe? Die Teams von «freiwillig mitenand» und «Computeria» sind persönlich für Sie da...

- ... Jeweils jeden zweiten Donnerstag von 14.00 bis 16.00 Uhr in der Bibliothek in Steinhausen und beantworten gerne Ihre Fragen. Kommen Sie einfach vorbei! Das **Koordinationsteam «freiwillig mitenand»** ist am 1., 15. und 29. Oktober 2020 persönlich anwesend. Das Team der **«Computeria»** ist am 8. und 22. Oktober sowie 5. November 2020 persönlich anwesend.
- per Telefon **montags von 9.00 bis 12.00 Uhr** erreichbar unter **079 798 70 83**. Gerne können Sie jederzeit auch eine Nachricht auf der Combox hinterlassen.
- per Mail immer unter **freiwilligenarbeit@steinhausen.ch** erreichbar.

## Freizeitkurse Schule Steinhausen

Schuljahr 2020/2021, 1. Semester, Kindergarten – 6. Primarklasse



Wir bieten Kurse zu folgenden Themen an: Werken/Gestalten, Spielen/Bewegen, Sport, Backen/Kochen und Nähen  
[www.steinhausen-schulen.ch](http://www.steinhausen-schulen.ch) – die Kurse sind ab Mitte September online buchbar

Wir freuen uns auf zahlreiche Anmeldungen.

## Schneesportlager/Kursangebot 8.-12.2.2021

Schneesportlager ab der 5. Klasse  
 Kursprogramm für Kinder vom Kindergarten bis zum 9. Schuljahr



Die Kursausschreibung und Anmeldung für das Schneesportlager sind ab ca. anfangs November 2020 unter  
[www.steinhausen/schule/ergaenzende-angebote/sportwoche-schneesportlager](http://www.steinhausen/schule/ergaenzende-angebote/sportwoche-schneesportlager) online buchbar.

Wir freuen uns auf deine Anmeldung.

# Neues aus der Jugendarbeit Steinhausen

Neues Projekt und viele Fragezeichen

Ab Freitag, 2. Oktober, steht auf dem Dorfplatz ein eingepackter Schrank. Sie werden sich fragen, weshalb er ausgerechnet dort steht? Und was wohl drin ist?

### Schrank auf dem Dorfplatz

Der Schrank ist das aktuellste Projekt der Jugendarbeit und soll Menschen, die ihn passieren, zu vielen Fragen und Gesprächen anregen. Besuchen Sie den Schrank und machen Sie sich selbst ein Bild davon. Eventuell gelingt es Ihnen, eine der Fragen zu beantworten oder lässt Sie vermuten, weshalb der Schrank dort steht.

Am Sonntag, 11. Oktober löst das Team der Jugendarbeit das Geheimnis um den Schrank auf. Wir laden alle ganz herzlich ein, uns am **Sonntag von 13.00 – 16.00 Uhr** auf dem Dorfplatz zu besuchen und mit uns das Öffnen des Schanks zu zelebrieren.

### Halloween schminken

Die Jugendarbeit öffnet dieses Jahr an Halloween die Türen für alle aus Steinhausen, die sich gerne zu Halloween schminken lassen möchten. Das Team bietet klassische Hallo-



ween-Gesichtsbemalungen an. Diejenigen, die es gerne ein wenig gruseliger mögen, können sich mit Narben und Wunden Halloween-tauglich herrichten lassen.

Egal ob gross, klein, jung oder alt, alle sind herzlich eingeladen, sich am **Samstag, 31. Oktober 2020** zwischen **16.00 – 19.00 Uhr** im Jugendtreff schminken zu lassen.

### Kreativatelier

In den Herbstferien vom 3. bis 18. Oktober kann man sich in der Kreativitätsecke austo-

ben und viele tolle Dinge basteln, zeichnen, lernen und entdecken.

Weitere Informationen zu diesem und anderen Angeboten finden Sie auf der Webseite der Jugendarbeit.

### Kontakt

Gemeinde Steinhausen, Jugendarbeit  
 Telefon: 041 748 11 85  
 Mobile: 079 387 31 98  
[jugendarbeit\\_steinhausen](mailto:jugendarbeit_steinhausen)  
 Snapchat: jugsteinhausen



JUGENDARBEIT STEINHAUSEN | ZENTRUM CHILEMATT | 6312 STEINHAUSEN | TELEFON 041 748 11 85  
 MOBIL 079 387 31 98 | [JUGENDARBEIT@STEINHAUSEN.CH](mailto:jugendarbeit@steinhausen.ch) | [WWW.STEINHAUSEN.CH/JUGENDARBEIT](http://WWW.STEINHAUSEN.CH/JUGENDARBEIT)



# Bibliothek

Bahnhofstrasse 5, 6312 Steinhausen  
Telefon 041 748 11 77  
www.steinhausen.ch/bibliothek

## Öffnungszeiten

Montag:	14.00 – 19.00 Uhr
Dienstag:	09.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch:	09.00 – 11.00 Uhr 14.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag:	09.00 – 18.00 Uhr
Freitag:	09.00 – 11.00 Uhr 14.00 – 18.00 Uhr
Samstag:	09.00 – 13.00 Uhr
vor Feiertagen bis 17.00 Uhr	

## Monatstipp



Mit diesen Fragen im Gepäck reist Pascal Nufer noch einmal quer durchs Land und lässt sich trotz Aufflammen des Corona-19 Virus treiben auf seiner Suche nach Versöhnung mit dem wilden Drachen des Ostens.

Wunderbare Fotos bereichern dieses lesenswerte Buch.

### Neuheiten Belletristik

- Ameisen unterm Brennglas Steiner, Jens
- Mein Vater, John Lennon und das beste Jahr unseres Lebens Barbash, Tom
- Der Halbbart Lewinsky, Charles
- Aus der Zuckerfabrik Elmiger, Dorothee
- Rosenträume Macomber, Debbie
- Kopfkino – Geschichten, die mein Leben schrieb Imboden, Blanca
- Das Geheimnis der Fjordinsel Kabus, Christine
- Dampfnudelblues Falk, Rita und vieles mehr.

### Vorschau

**Bibliomüsli / Bibliozwerg**  
Müsli: Anmeldung erforderlich  
Mittwoch: 4.11./2.12.  
9.30-10.00 Uhr  
(für Kinder von 1-3 Jahren)

Zwerg: z.Z. ohne Eltern  
Mittwoch: 30.9./28.10.  
14.00-14.30 Uhr  
(für Kinder von 3-8 Jahren)

## Faszination China – Mythen, Macht und Menschen 2020

Mehr als 15 Jahre ist es her, seit Pascal Nufer zum ersten Mal einen Fuss ins Reich der Mitte gesetzt hat. Seine Faszination für dieses Riesenland, das sich ungebrems mit Riesenschritten vorwärtsentwickelt und an Einfluss gewinnt, hat nie nachgelassen. Im Gegenteil: Nach Abschluss seiner Korrespondenten-Tätigkeit für SRF ist er nach China zurückgekehrt, um dem chinesischen Volk und seiner Kultur nochmals neu zu begegnen. Er will den Stimmen jener Menschen Gehör verschaffen, die in diesem ausserordentlichen Land leben, das den Kommunismus mit dem Kapitalismus verheiratet hat und dessen Kinder in kein gängiges Schema passen wollen.

Es ist eine Suche nach jenen Zwischentönen, die er in seiner Zeit als Journalist oft zu schwarz-weiss darstellen musste. Welche Bedeutung haben Familie und Beziehungen im modernen China? Wie haben sie es mit der Religion und Spiritualität? Zu welchem Soundtrack tanzt Chinas Jugend? Und wo gibt es noch unberührte Natur und Freiheit in diesem Land?

## Aktuell

Die Veranstaltungen Tablet-Treff, freiwillig miteneinander und Computeria finden wieder in der Bibliothek statt.

## Vorschau

**Lesung mit Blanca Imboden**  
«Kopfkino – Geschichten, die mein Leben schrieb»



Donnerstag, 1. Oktober  
19.30 Uhr Gemeindegottesdienst  
Anmeldung erforderlich

## «Läse miteneinander» Primarschüler 1. – 4. Klasse

Jeweils am Donnerstag 15.30h – 17.00 Uhr in der Bibliothek ab 22. Oktober. Siehe separate Ausschreibung Seite 4 unter «freiwillig miteneinander» in dieser Ausgabe.



## Lesefieber on Tour mit Manuela Hofstätter

Donnerstag, 12. November  
19.30 Uhr



# Ludothek

Eschfeldstrasse 2, 6312 Steinhausen  
Telefon 041 748 11 91  
www.steinhausen.ch/ludothek

## Flohmarkt

Neu hat die Ludothek bis auf Weiteres einen Fenster-Flohmarkt. Hier finden Sie diverse Spiele und Spielzeuge und es kommen immer wieder neue Sachen dazu. Kommen Sie vorbei – es lohnt sich.

## TONIES

Wegen grosser Beliebtheit hat die Ludothek weitere Tonies angeschafft!

Neu warten auf Sie in der Ludothek vier Tonieboxen und fast 30 Toniefiguren.



## Öffnungszeiten

Montag:	13.30 – 18.00 Uhr
Mittwoch:	13.30 – 18.00 Uhr
Freitag:	09.00 – 11.30 Uhr
Samstag:	09.00 – 11.30 Uhr

Wie wäre es z.B. mit der Geschichte des Dra- chen Kokosnuss?



## Bald sind Herbstferien

Brauchen Sie noch ein kleines Schachtel- spiel, das für die Herbstferien in den Koffer passt? Oder ein spannendes Brettspiel für zu Hause? Vielleicht suchen Sie etwas für draussen, wenn das Wetter schön ist? Die Auswahl in der Ludothek ist in allen Berei- chen gross. Kommen Sie vorbei und lassen sich beraten.

Die Ludothek ist während den Herbstferien vom Samstag, 3. Oktober 2020, bis Sonntag, 16. Oktober 2020, wie folgt geöffnet:

**Freitag, 9. Oktober 2020,**  
**9.00h bis 11.30h**

**Freitag, 16. Oktober 2020,**  
**9.00h bis 11.30h**

Ab Montag, 19. Oktober 2020, gelten wie- der die gewohnten Öffnungszeiten.

Wir wünschen Ihnen schöne, sonnige Herbstferien.

Ihr Ludoteam

Kennen Sie schon die Geschichte mit dem bekanntesten Feuerwehrmann der Welt – mit dem Feuerwehrmann Sam?



## Jahrgänger 1946

Wir treffen uns am  
Dienstag, 27. Oktober 2020  
Weitere Infos folgen.

Jeden letzten Mittwoch im  
Monat treffen wir uns  
um 16 Uhr im Rössli

**Ihr Spezialist für Käse**  
über 200 Sorten  
Sbrinz aus eigener Produktion  
Käseplatten  
Fondue- Mischungen  
Raclettekäse

**chäshuus** steinhausen  
Käse ist unser Handwerk

[www.chaeshuus.ch](http://www.chaeshuus.ch)  
041 741 12 31



# Eltern – Kind – Musizieren

für Kinder von 2-4 Jahren in Begleitung einer erwachsenen Bezugsperson

Gemeinsam mit Mami oder Papi, Grosi usw. singen, tanzen, lauschen...  
In einer Umgebung voller musikalischer Anregungen kann Musik zu einer Sprache werden, die sich mühelos erlernen lässt.

**Kurstag/Zeit/Ort:** Montag um 13.20 Uhr, Musikschulzentrum Sunnegrund 1  
Jeweils 45 Minuten

**Kursdaten** 19.10.20 / 26.10.20 / 2.11.20 / 9.11.20 / 16.11.20 / 23.11.20 / 30.11.20 / 14.12.20 / 4.1.21 / 11.1.21

**Kursgeld:** CHF 190.00 pro Familie mit 1 Kind / 2. Kind zusätzlich CHF 50.00

Über das Klang- und Musikerlebnis werden alle Sinne angesprochen und die Kinder lernen weit mehr als Singen und Musizieren; sprachliche, körperliche, kreative, soziale und intellektuelle Kompetenzen werden gleichermaßen gefördert.

Kursleitung und Auskunft: Helena Strassmann, Telefon 041 420 40 13, helen.strassmann@schulensteinhausen.ch



## Anmeldung an:

Musikschule Steinhausen, Blickensdorferstrasse 17, 6312 Steinhausen, bus@steinhausen.ch

Vorname des Kindes: \_\_\_\_\_ Geb. Datum: \_\_\_\_\_

Vor- und Nachname Begleitperson: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Telefon-Nr.: \_\_\_\_\_ (bestmögliche Erreichbarkeit)

### Anmeldeschluss: 2. Oktober 2020

Für die Durchführung werden mindestens sechs Kinder und deren erwachsene Bezugsperson benötigt.  
Maximale Gruppengrösse sind zehn Kinder und deren erwachsene Bezugsperson.



Vereine

# Begeisterte Steinhauser Senioren

in den Wanderferien im Bregenzerwald

**Zwar mussten die 39 Angemeldeten dieses Jahr lange warten, bis klar war, ob die geplanten Wanderferien in Mellau im Bregenzerwald möglich würden. Umso grösser war die Freude, als am Sonntag, 23. August, aus allen Richtungen Steinhausens mit Rucksack und übrigem Gepäck ausgestattete Männer und Frauen beim wartenden Strickler-Car eintrafen.**

Los ging's via Sargans, Dornbirn bis Schwarzenberg, wo uns im stattlichen Saal im Rest. Hirschen die so typischen Käsespätzle serviert wurden. Später in Mellau im Hotel Kanisfluh wurden wir als erste Gruppe seit langem herzlich willkommen geheissen. In unserem zentral gelegenen Zuhause für eine Woche kamen wir gerade auch kulinarisch voll auf die Rechnung.

Gleich am ersten Abend unterbreitete uns das Leitungsteam das Wanderprogramm. Die Aufteilung in Genusswanderer, Wanderer und Gipfelstürmer liess durchblicken, welche Gruppe welche Ziele und Anforderungen erwarten würde. Alle Teilnehmenden sollten sich schliesslich wohlfühlen, egal, ob zwei, drei, vier oder mehr Stunden unterwegs mit mehr oder weniger Höhenmetern. Ein grosses Lob an das Vorbereitungsteam Robi, Pius und Heinz. Der tägliche Rückblicks-Treff vor dem Nachtessen bot Gelegenheit, die andern Gruppen am Erlebten teilhaben zu lassen und gleichzeitig Informationen zum Folgetag zu erhalten. Nachher bildete sich jeweils eine munter plaudernde Abstandskolonnie beim Desinfektionsmittel vor dem Speisesaal.



Eine Gruppe auf dem Weg zur Sünser Spitze

Von Montag bis Freitag ideales Wanderwetter, lustige Begegnungen mit Menschen und Tieren, eine vielfältige Flora, faszinierende Aussicht, Einträge in Gipfelbücher, Fahrt mit der Dampfbahn, bei heimlichen Deserts, beim Jassen, Dog spielen, an der Bar, am einheimischen Heimatabend oder... Wir waren ein «sauglatte Haufen Senioren», der am verregneten Samstag noch die Möglichkeit an einem geführten Dorfrundgang hatte, bevor dann am Sonntag wieder Aufbruch war. Chauffeur Bruno holte uns pünktlich ab und lenkte sein Fahrzeug bei strömendem Regen via Faschinajoch, Feld-

kirch, Wildhaus (Mittagessen) zurück nach Steinhausen.

Ein herzliches Dankeschön an alle Organisatoren. Ich war erstmals mit dabei und freue mich bereits auf das nächste Mal!

Für die Senioren Steinhausen  
Ruth Imholz



Vorsorgen mit Profit  
Jetzt in Vorsorgefonds  
investieren und  
Jubiläumsrabatt sichern.

Raiffeisenbank Cham-Steinhausen, rb75.ch

**RAIFFEISEN**

## MALERGECHÄFT PFUNDSTEIN

Bannstrasse 40a  
6312 Steinhausen  
fon 041 741 32 21  
fax 041 740 22 62

info@pfundstein.ch  
www.pfundstein.ch



**Rainer Pfundstein**  
Eidg. Dipl. Malermeister  
mobile 079 633 25 76

**D. Fankhauser AG**  
Metallbau-Schlosserei  
6312 Steinhausen  
Sumpfrasse 13  
Telefon 041 - 741 23 60  
Telefax 041 - 741 20 70  
Allgem. Metallbau- und Schlosserarbeiten  
Türen, Fenster, Fronten  
Wintergärten, Balkon und Sitzplätze  
Einglasungen, Automatische  
Aufzugsvorrichtungen für Velos



Der VBC Steinhausen sucht für seine Damen- und Juniorinnen-Teams motivierte und motivierende TrainerInnen und Coaches.

Spielst du schon länger Volleyball oder hast du schon ein Team trainiert? Es erwarten dich ein aufgestellter Verein und viele motivierte Ladies und Girls und eine ansprechende Aufwandentschädigung.

Interessiert oder kennst\* du jemanden, den wir kontaktieren dürfen?

Melde dich bei  
Roland Heini, sportliche Leitung  
eMail: roland@heini.info  
Telefon/WhatsApp: 079 242 70 69

\*Bei erfolgreicher Vermittlung laden wir dich zu einem Nachtessen ein!



## Rückblick Spielgruppenstart

Spielgruppe Steinhausen

Die Spielgruppe Steinhausen hat seit dem 17. August wieder ihre Türen geöffnet. Die langen Sommerferien sind vorbei und die erste Phase bis zu den Herbstferien ist immer eine sehr spannende, herausfordernde und intensive Zeit.



Viele Kleinkinder, welche neu bei uns gestartet sind, machen mit dem Besuch unserer Spielgruppe den ersten Schritt aus dem vertrauten Umfeld zu Hause. Sie tauchen ein in eine neue kleine Welt. Viele Gefühle und Emotionen sind mit im Spiel. Auf der einen Seite stehen Freude, Neugier und Stolz, auf der anderen Seite Verunsicherung, sowohl beim Kind wie auch bei den Eltern. Es kann ein Balanceakt zwischen Loslassen und Halten sein.

Manche Kinder winken fröhlich, wenn Mama oder Papa gehen. Andere sind traurig oder wütend und es fliessen Tränen. Manche weinen und lachen gleichzeitig. Einige lassen sich trösten und ablenken mit einer span-

nenden Geschichte oder einem Spiel. Es gibt Kinder, welche ihren Rucksack anbehalten möchten oder ihre Trinkflasche tragen, um eine gewisse Sicherheit zu spüren. Andere ziehen sich mehrmals aus und wieder an, um die Ankunft von Mami oder Papi ja nicht zu verpassen. Manche Kinder möchten in dieser Anfangsphase lieber alleine sein und andere fühlen sich in der Gruppe oder bei der Leiterin geborgen. Es ist rührend, wenn ein Kind das andere tröstend in die Arme nimmt oder versucht, mit dem Erzählen eines Buches auf andere Gedanken zu bringen.

Solche Erlebnisse und Situationen machen unsere Tätigkeit als Spielgruppenleiterin so wertvoll, einmalig und unbezahlbar.



Es ist für uns immer wieder ein grosses Geschenk und eine Bereicherung, die Entwicklung der Kinder mitzuverfolgen, ihr Vertrauen zu gewinnen, sie zu trösten, zu stärken und zu ermutigen. Die Kinder lernen, sich in unserem Umfeld zu entfalten und eine eigene kleine Welt fern der Familie zu erobern. Wir erfreuen uns von ganzem Herzen daran und danken für das geschenkte Vertrauen.

Team der Spielgruppe Steinhausen

**Übrigens:** Es hat noch wenige Spielgruppenplätze frei. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!



**Nico Casillo**  
Versicherung & Vorsorge  
Telefon 076 403 19 98  
nico.casillo@axa.ch

Hinterbergstrasse 24  
6312 Steinhausen

AXA Generalagentur  
Reto Stirnimann

Hochbau  
Umbau  
Kundenarbeiten  
Bauabdichtungen

**ZUVERLÄSSIGES HANDWERK  
FÜR ALLE BEREICHE DES BAUENS**

**ERNI  
BAU** Erni Bau AG, Bauunternehmung  
Knonauerstrasse 3, 6312 Steinhausen  
Tel. 041 741 21 41, Fax 041 741 81 44  
k.erni@ernibau.ch, www.ernibau.ch



das Unternehmen für alle Fälle!  
**Neubauten und Sanierungen**

**SW Spezialbau AG**

Isolationen • Abdichtungen • Innenausbau • Renovationen

SW Spezialbau AG · Parkstrasse 2 · 6312 Steinhausen  
Telefon 041 741 71 81 · Fax 041 741 64 81



www.ennetsee.ch

**Thai-Spezialitäten**



Restaurant, Take Away, Party Service,  
Kochkurse, Lebensmittel

Bannstrasse 2,  
6312 Steinhausen,  
Tel: 041 740 39 83,  
info@masuree-thai-shop.ch,  
www.masuree-thai-shop.ch



Neu: Montag & Dienstag sind wir bis 20:00Uhr für Sie unterwegs.  
Weitere Infos auf unserer Webseite.

+41 41 748 30 22 | info@elektrokueng.ch | www.elektrokueng.ch | Steinhausen

**hagedorn & partner gmbh**  
parkett | bodenbeläge

bannstrasse 1  
6312 steinhausen  
079 745 23 05  
info@hagedorn-gmbh.ch



verlegen | kleben | schleifen | versiegeln | wachsen | ölen | polieren

Chum doch au!  
**Jahrgang 1938**  
Wir treffen uns neu  
jeden zweiten Mittwoch  
im Monat im Restaurant  
Schnitz und Gwunder  
um ca. 14 Uhr



# Club junger Eltern

www.cje-steinhausen.ch



Infos zu alternativen Veranstaltungen wegen Corona findet ihr immer aktuell auf unserer Homepage [www.cje-steinhausen.ch](http://www.cje-steinhausen.ch). Wir halten euch per Newsletter, E-Mail und über unsere Homepage über die weitere Planung auf dem Laufenden.

## Krabbeltreff Steinhausen

Im Krabbeltreff können unsere kleinen Entdecker andere Spielsachen und Spielgefährten kennenlernen. Endlich bleibt auch mal Zeit, sich mit anderen Mamis auszutauschen.

Datum: Montags (ausser in den Schulferien und an Feiertagen)  
Zeit: 15.00 – 17.00 Uhr  
Ort: Zentrum Chiematt, Eingang im UG beim Jugendtreff  
Alter: ab Geburt bis ca. 3 Jahre  
Mitnehmen: eigener Zvieri  
Anmeldung: nicht notwendig  
Auskunft: Jasmin Staub,  
Tel: 079 289 61 53  
b\_jasmin\_@bluewin.ch

## Hüpfen, klettern, rutschen

Wird bis auf weiteres abgesagt.

## Römischer Event (Änderung)

Bedingt durch die aktuelle Corona Situation, ändern wir unseren Anlass im Museum für Urgeschichte. Statt dem römischen Event werden wir neu einen spannenden Nachmittag zum Thema «Alangans Muschelschmuck» verbringen.

Wir begeben uns auf eine wunderbare Reise in die Steinzeit mit dem Mädchen Alangan. Wie haben Alangan und die Menschen in der Steinzeit gelebt? An diesem Nachmittag tauchen wir ein in die Zeit der Jäger und Sammler. Wir erhalten viele spannende Informationen, dürfen verschiedene Funde aus der Steinzeit anfassen, machen ein Spiel und basteln uns am Schluss unsern eigenen Schmuck aus Muscheln und Federn nach

steinzeitlichem Vorbild. Dazwischen stärken wir uns bei einem feinen Zvieri.

Datum: Mittwoch, 21.10.2020  
Zeit: 15.00 – 16.30 Uhr  
Ort: Museum für Urgeschichte, Hofstrasse 15, Zug  
Alter: ab 4 Jahren, in Begleitung eines Erwachsenen  
Kosten: Fr. 15.00 pro Familie, inkl. Zvieri  
Hinweis: Teilnehmerzahl beschränkt  
Anmeldung: bis Mittwoch, 14.10.2020 unter [www.cje-steinhausen.ch](http://www.cje-steinhausen.ch) oder an [daniela.streich@cje-steinhausen.ch](mailto:daniela.streich@cje-steinhausen.ch)

## Kinderernährung nach den fünf Elementen der TCM

Lerne in diesem Vortrag die Vorzüge der chinesischen Diätetik kennen. Die 5 Elemente-Ernährung ist eine einfache und moderne Umsetzung der Traditionellen Chinesischen Medizin. Ziel dieses Vortrages ist es, die kindliche Entwicklung, besonders den Verdauungstrakt, im ganzheitlichen Kontext der TCM darzustellen. Von der schwangeren Mutter bis ins Kindesalter sprechen wir über die unterschiedlichen Besonderheiten und Bedürfnisse der jeweiligen Altersgruppen. Wie können wir über die Ernährung die Entwicklung unserer Kinder positiv unterstützen und die Anfälligkeit für Infekte und Verdauungsbeschwerden reduzieren? Wie können Eltern ihre Kleinen schon mit einfachsten Speisen verwöhnen und gleichzeitig den Grundstein für eine starke Konstitution legen? Praktische Tipps ermöglichen dir einen schnellen Einstieg in das Thema und zeigen, wie einfach gesunde Ernährung wirklich ist.

Datum: Dienstag, 20.10.2020  
Zeit: 19.00 – 20.30 Uhr  
Ort: Praxis für Chinesische Medizin, Bannstrasse 2, Steinhausen  
Kosten: Fr. 10.00 pro Person, inkl. Infomaterial  
Leitung: Michael Kress, Therapeut für Chinesische Medizin  
Anmeldung: bis Montag, 12.10.2020 unter [www.cje-steinhausen.ch](http://www.cje-steinhausen.ch) oder an [anita.sprenger@cje-steinhausen.ch](mailto:anita.sprenger@cje-steinhausen.ch)

## Frauenabend

Hast du wieder einmal Lust auf einen gemütlichen und geselligen Abend? Infos zum nächsten Treffen und die Möglichkeit dich anzumelden, findest du auf

unserer Website [www.cje-steinhausen.ch](http://www.cje-steinhausen.ch). Schau doch auch mal vorbei! Wir freuen uns auf dich!

Datum: Freitag, 30.10.2020  
Anmeldung: bis Montag, 26.10.2020 unter [www.cje-steinhausen.ch](http://www.cje-steinhausen.ch) oder an [corinne.frei@cje-steinhausen.ch](mailto:corinne.frei@cje-steinhausen.ch)

## Vorschau November Seife herstellen

Wer liebt den Duft einer frischen Seife nicht?! Als Weihnachtsgeschenk für eine geliebte Person ist eine Seife genau das Richtige. Und wenn sie dann noch selbst gegossen ist, ist sie das perfekte Geschenk. An diesem Nachmittag darf jedes Kind 5 verschiedene Seifenstücke herstellen.

Datum: Mittwoch, 4.11.2020  
Zeit: 14.00 – ca. 16.00 Uhr  
Ort: Schulhaus Sunnegrund 4, Werkraum  
Alter: 4-6 Jahre, in Begleitung eines Erwachsenen  
Kosten: Fr. 25.00 pro Kind, inkl. 200g Glycerinseife, 1 Quetschente, Glitzer, kleine Dekorationen  
Hinweis: Teilnehmerzahl beschränkt  
Es können eigene Figuren aus Plastik zum Eingiessen in die Seife mitgebracht werden.  
Mitnehmen: Bastelschürze; Kleider, die schmutzig werden dürfen  
Leitung: Nadine Sterchi  
Anmeldung: bis Freitag, 30.10.2020 unter [www.cje-steinhausen.ch](http://www.cje-steinhausen.ch) oder an [nadine.sterchi@cje-steinhausen.ch](mailto:nadine.sterchi@cje-steinhausen.ch)

## Geschichtenabend für Kinder

Schafft es die kleine Millie, ihrem Bärenfreund zu helfen, so dass dieser nicht hungrig in den Winterschlaf muss? Diese und zwei weitere spannende und mitreissende Geschichten werden dir an diesem Abend erzählt. Dazwischen gibt es eine kleine Stärkung.

Datum: Freitag, 6.11.2020  
Zeit: 17.00 – ca. 19.00 Uhr  
Ort: Zentrum Chiematt  
Alter: ab ca. 4 Jahren, in Begleitung eines Erwachsenen  
Kosten: Fr. 6.00 pro Kind, inkl. kleine Verpflegung  
Erzählerin: Corinne Frei  
Anmeldung: bis Freitag, 30.10.2020 unter [www.cje-steinhausen.ch](http://www.cje-steinhausen.ch) oder an [corinne.frei@cje-steinhausen.ch](mailto:corinne.frei@cje-steinhausen.ch)

# Neues Hotel in Steinhausen eröffnet

Wildbienen finden nun auch im Familiengartenverein Steinhausen eine Bleibe

Am 4. Juli war es endlich soweit. Mit einer kleinen Zeremonie wurde das neu erstellte Wildbienenhotel dem Familiengartenverein übergeben.

Erstellt wurde das Hotel von Mitgliedern der Interessengemeinschaft Wildbienen Steinhausen (IGWS) und dem Familiengartenverein Steinhausen (FGV). Es befindet sich direkt am Vereinshaus des Gartenvereins. Das Wildbienenhotel bietet Platz für diverse Natureinbauten, in welchem die verschiedenen Wildbienenarten Unterschlupf finden. Das Konstrukt soll in den kommenden Wochen mit weiteren Attraktionen, wie z.B. Totholzstapel, Geröllhaufen und bienenfreundlichen Pflanzen ergänzt werden. Somit bietet sich neben der bereits im vergangenen Jahr erstellten Wildblumenwiese vor dem Vereinshaus ein attraktiver Lebensraum für viele Tier- und Pflanzenarten.

Das Wildbienenhotel ist ein weiteres Projekt des IGWS zur Förderung der Artenvielfalt in Steinhausen. Es dient auch als Anleitung für die Pächter des FGV, um eigene Plätze in ihren Parzellen einzurichten. Unterstützt



werden sie dabei von Herbert Bamert (Vorstandsmitglied des IGWS) und Walter Demichiel (Arealchef des FGV).

## Über die Interessengemeinschaft Wildbienen Steinhausen (IGWS)

Die IGWS setzt sich für die Förderung der Biodiversität in der Natur und Landschaft in der Region Steinhausen ein. Ein spezieller Fokus liegt auf dem Erhalt der Wildbienenarten. Projekte, wie z.B. dem Wildbienenpfad, diversen Naturplätzen, Schulprojekten, etc. zeugen von der aktiven Arbeit des Vereins.

Wollen Sie beim IGWS mitmachen? Auf <http://www.wildbienenwelt.ch/> finden Sie weitere Informationen.

## Über den Familiengartenverein Steinhausen (FGV)

Der Familiengartenverein Steinhausen bietet inmitten der Gemeinde Steinhausen einen Raum zur aktiven Betätigung im Grünen. Die Pächter sind interessiert am ökologischen und nachhaltigen Umgang mit der Natur. Weitere Informationen finden Sie unter <https://fgvsteinhausen.ch/>

kultur  
steinhausen  
kontrastreich & vielseitig  
im chiematt & im dreiklang

Medienpartner



*komisch, kritisch, kitschig*

**Ticketverkauf: [www.kultursteinhausen.ch](http://www.kultursteinhausen.ch)  
oder in der Gemeindebibliothek**

**9 Volt Nelly  
mit  
«Bäng, Bäng, Bäng»**

**Freitag, 30. Oktober 2020, 20:00 Uhr  
im Zentrum Chiematt in Steinhausen**

Türöffnung 19:30 Uhr  
Eintritt Erwachsene CHF 25  
Jugendliche / in Ausbildung CHF 15

# Kollagen: Der körpereigene Jungbrunnen

Nahrungsmittelergänzung für jedefrau und jedermann

**Ein robuster Körper, straffe Haut, starke Muskeln und belastbare Gelenke – ein gesunder, jung gebliebener Körper ist etwas vom wertvollsten, was uns das Leben schenken kann. Aber nicht nur unsere Gene und unser Alter bestimmen, wie wir uns fühlen.**

Ein gesunder Lifestyle ist genauso massgebend dafür. Der Körper kann auf verschiedene Arten fit und gesund gehalten werden: gesunde Ernährung, Aktivität im Alltag, genügend Schlaf. Meistens reicht dies aber nicht, denn die Biologie (altersbedingter Zerfall von Körperstrukturen) sowie Stress und schädigende Umwelteinflüsse wie Abgase, Pestizide und Chemie in unseren alltäglichen Gebrauchsartikeln fordern ihren Tribut. Kommt noch dazu, dass sich durch moderne Anbaumethoden der Nährstoffgehalt in unserem Essen um ein Vielfaches reduziert hat. Es ist deshalb umso wichtiger, den Körper zusätzlich zu unterstützen, damit er über Jahrzehnte hinweg optimal funktionieren kann.

## Was ist Kollagen?

Ein ganz wichtiger Teil unserer Körperstrukturen ist das Kollagen. Kollagen ist das am häufigsten vorkommende Eiweiss in unserem Körper (6% des Körpergewichts) und Hauptbestandteil von Bindegewebe, Haut, Haaren, Nägeln, Knochen, Gelenken, Sehnen und Bändern. So fördert es eine glatte Haut, straffe Körperkonturen, bringt Kraft und Schnelligkeit im Sport, hält die Knochen stark und die Gelenke beweglich.

Ab dem 25. Lebensjahr beginnt der Körper, die Kollagensynthese herunterzufahren. Die

Stabilität und Anzahl der Kollagenfasern nehmen ab: Nach dem Wandern tun die Gelenke weh, die Knochen brechen leichter, die Haut verliert ihre Straffheit und Falten entstehen.

Wie verschiedenste wissenschaftliche Studien zeigen, kann die Kollagensynthese aber auf natürliche Weise durch die Einnahme von Kollagenpeptiden aufrechterhalten werden. Die Peptide wirken wie ein Signal, das Körperzellen stimuliert, mehr Kollagenfasern zu produzieren.

Sehr wichtig ist zudem, dass der Körper genügend Vitamine und Mineralstoffe zur Verfügung hat. Ohne Vitamin C zum Beispiel kann die Kollagenstruktur nicht richtig aufgebaut werden.

Durch die Einnahme von Kollagenpeptiden kann das Neuwachstum von Knorpel- und Knorpelgewebe angeregt sowie die Feuchtigkeit, Straffheit und Elastizität der Haut verbessert werden. So kann auf natürliche, sichere Art gegen Beschwerden bei Gelenken, Knochen, Muskeln und der Haut vorgegangen und das Bindegewebe gestärkt werden. Sich jung und gesund zu fühlen hat nichts mit dem Alter zu tun, sondern mit einem gut versorgten, glücklichen Körper!

**Mehr Infos erfahren Sie unter:**  
[www.collamin.ch](http://www.collamin.ch)

**Kollagen macht rund 6%  
deines Körpers aus!**

- ☉ Haare
- ☉ Nägel
- ☉ Knochen
- ☉ Sehnen
- ☉ Bänder



**Ohne intaktes Kollagen kein  
gesunder Körper!**



**Bruno Kamm hat euch vorgeschlagen, weil er denkt, ihr habt viel zu erzählen von den vielen Jahren, in denen ihr Gastgeber im Centro wart.**

Marisa: Ja, das haben wir. Immerhin sind es Ende Oktober 16 Jahre, dass wir das Centro Immigrati, wie es offiziell heisst, führen. Und eigentlich wollten wir ja nur ein Jahr bleiben... Das waren viele Teller Spaghetti, die wir gekocht und serviert haben (lacht).

## Woher kennt ihr Bruno?

Er und seine Familie kommen regelmässig ins Centro zum Essen. Auch wenn wir nur Salat, Spaghetti und Tiramisù oder Gelato servieren, haben wir viele Stammgäste, die regelmässig bei uns hereinschauen. Es gibt immer wieder Gäste, die auch mal länger sitzen bleiben und dann kommt man ins Gespräch. So lernten wir uns kennen.

## Wer hat das Centro gegründet?

Marisa: Das war vor 50 Jahren, durch eine Gruppe Italiener. Die italienischen Gastarbeiter kamen hierher, vor allem um eine Partie Briscola – ein Kartenspiel – zu spielen und um etwas zu trinken. Es war ein Stück Heimat, Landsleute zu treffen und zu Beginn also noch kein Restaurant. Das entstand dann erst mit der Zeit, dass dann auch Spaghetti gekocht wurden und es einen Znacht gab.

## Wie habt ihr das Centro kennengelernt?

Nino: Ich bin Italiener und habe es gekannt. Meine Kollegen und ich waren regelmässig

## Portrait Nr. 139



Marisa und Nino  
Modafferi,  
Ristorante Centro,  
Steinhausen

hier. Später kam natürlich auch Marisa mit. Als sie dann einen Nachfolger für Marco Perrone, unseren Vorgänger suchten, haben wir es einfach gewagt. Wir hatten keinerlei Erfahrung.

## Und jetzt hört ihr auf, warum?

Nino: Ich werde Ende Jahr pensioniert, deshalb haben wir uns zu diesem Schritt entschieden. Irgendwann muss man aufhören. Mein Leben lang habe ich viel gearbeitet, ich möchte meine Pension geniessen. Zudem hat Marisa ein Problem mit ihrem Fuss. Es ist gut, wenn sie ihn bald schonen kann. Denn auch in einer Küche macht man viele Schritte bis es Feierabend gibt. Am 24. Oktober, von 15 bis 18 Uhr ist «Uustrinkete».

## Ist das Centro ein normales Restaurant?

Nino: Nein, das Centro ist nur Freitag- und Samstag-Abend offen mit einer ganz kleinen Karte. Es gibt zur Hauptspeise Spaghetti mit sieben verschiedenen Saucen. Es haben auch nur 42 Gäste bei uns Platz. Viele Jahre war es am Sonntag-Abend ebenfalls geöffnet. Aber das wurde uns vor ein einhalb Jahren zuviel. Deshalb strichen wir den.

## Was sind eure «Renner»?

Auf jeden Fall Bolognese, Carbonara, Arrabiata und Vecchia Fattoria und das Tiramisù.

## Kann man davon leben?

Marisa: Nein, das Centro ist natürlich nicht unser Haupterwerb. Nino und ich arbeiten

beide noch bei anderen Arbeitgebern. Ich teilezeit an der Kasse der Migros und er arbeitet eine Vollzeitschicht in der Nahrungsmittelproduktion bei Swissmilk.

## Wer ist Stammgast bei euch?

Wir haben einige Stammgäste aus Steinhausen. Die Kartenspieler kommen heute nicht mehr, aber dafür sind die Jungwächter regelmässig zu Gast bei uns. Was wir sehr schätzen. Wenn sie viele sind, bestellen sie ein Buffet und bedienen sich selber. Der Umgang miteinander ist sehr unkompliziert und freundschaftlich.

## Das Centro ist also ein Hobby für euch?

Marisa: Mehr anstelle eines Hobbys (lacht). Es hat uns sicher immer viel Spass gemacht, das Centro zu führen. Nino ist der geborene Gastgeber und ich bin der Küchenchef.

## Ist das eure Aufgaben-Teilung?

Nino: Ja, Marisa ist eine wunderbare Köchin und macht feine Spaghetti-Saucen und ein unvergessliches Tiramisù. Sie ist alleine in der Küche. Ab und zu hilft einer unserer Söhne. Ich hingegen mag Menschen um mich herum, bin immer zu einem Spass aufgelegt und freue mich über bekannte und unbekannte Gesichter.

## Das ist umgekehrt als in anderen Restaurants. Kann Nino nicht kochen?

Marisa: Doch, doch! Sogar gut. Unter der

**Fortsetzung auf Seite 18**

## Vorstellung und Degustation



Entdecken Sie das reinste Kollagen aus Schweizer Herstellung! Beste Qualität zum besten Preis.

Fachliche Vertretung vor Ort. Wir freuen uns auf Sie!

Samstag, 17. Oktober von 10.00-15.00 in der Urs Drogerie mit Biolade, Blickensdorferstrasse 4, 6312 Steinhausen



Fortsetzung von Seite 17

Woche kocht er oft, vor allem an den Tagen, an denen ich arbeite.

#### Was ist das Erfolgsrezept vom Centro?

Dass wir hier wirklich gute Spaghetti anbieten zu einem fairen Preis. Wir haben nur von «Mund-zu-Mund»-Propaganda gelebt.

#### Wer übernimmt das Centro?

Ab 8. Januar 2021 sind Silvia Montoya und Jorge Carmona hier Gastgeber, sie sind beide Mexikaner. Danach heisst das Restaurant «Centro Piccante».

#### Wie kommt es, dass die neuen Wirte keine Italiener mehr sind?

Das wissen wir nicht. Die Räumlichkeiten gehören der Katholischen Kirchgemeinde und sie haben unsere Nachfolger ausgesucht. Das haben sie sich sicher gut überlegt.

#### Wie willst du die Zeit der Pension verbringen, Nino?

Ich habe keine grossen Pläne. Ich bin einfach müde vom vielen Arbeiten. Das gebe ich ehrlich zu. Meine Schicht startet um sechs Uhr morgens, das heisst, dass ich jeden Morgen um halb fünf Uhr aufstehe. Was auch bedeutet, dass ich immer früh ins Bett muss. Vor allem freue ich mich auf einen anderen Tagesablauf, auf viele Spaziergänge, dass ich zu meinem Sohn – der Fitness-Instruktor ist – ins Training kann. Vielleicht finde ich wieder einen Garten. Wir hatten einst einen, der mir sehr viel Freude machte.

#### Und du, Marisa?

Nino ist ein paar Jahre älter als ich, deshalb werde ich noch etwa zwei Jahre arbeiten. Unser grosser Plan ist, dass wir unseren Lebensabend in Kalabrien verbringen werden. Dort besitzen wir ein kleines Haus in Meeresnähe, das wir bis anhin nur für die Ferien nutzen. Wir könnten uns vorstellen, dort zu leben.

#### Ist das ein Risiko?

Nicht wegen dem Ort, nein. Wir wissen einfach nicht, ob wir uns dort auch Zuhause fühlen werden. Wir haben den grössten Teil unseres Lebens im Kanton Zug gelebt. Unsere beiden Söhne sind hier geboren, aufgewachsen und leben hier. Trotzdem sind wir hier Fremde und in Italien fast noch mehr. Auch wenn Ninos Familie noch in Kalabrien lebt. Wir planen, es einmal für einige Monate auszuprobieren, ohne dass wir hier gleich alles aufgeben.

#### Wann seid ihr beide in die Schweiz gekommen?

Marisa: Ich war neun, als ich das zweite Mal und endgültig aus Madrid in die Schweiz kam. Schon als Kindergartenkind lebte ich in Steinhausen. Aber meine Mutter reiste mit mir und meinen beiden Brüdern wieder zurück nach Spanien. Unser Vater blieb wegen seines Jobs hier. Irgendwann hielt er es nicht mehr ohne seine Familie aus und wir vier kamen zurück und blieben.

#### Und du, Nino?

Ich kam als Sechzehnjähriger in die Schweiz zu meiner Schwester, die hier verheiratet war und gerade Mutter wurde. Deshalb wollte sie, dass ich komme und ihr helfe. Sie vermisste ihre Familie. So blieb ich einige Monate und fuhr dann zurück nach Mailand zu meinem Bruder, der dort lebte. Etwas später kam ich wieder in die Schweiz und fing an, auf der Baustelle als Handlanger und in der Reinigung zu arbeiten. Später wechselte ich in die Nahrungsmittelproduktion. Und dazwischen habe ich Marisa kennen gelernt.

#### Wie kam das?

Marisa: Es gab ein spanisches Fest im Röhrli-berg in Cham. Ich war damals fünfzehn und mit meinen Eltern da. Ninos Bruder sprach mich an, weil ich ihm gefiel. Wir redeten immer wieder kurz miteinander, aber eigentlich hatte ich schon ein Auge auf Nino geworfen, der mir besser gefiel. Ninos Bruder kannte auch meinen Vater. So setzten wir uns zusammen und redeten.

#### Und dann funkete es?

Ja, auf dem Heimweg von der Schule traf ich Nino regelmässig, weil er dort in einer Siedlung wohnte. Er arbeitete in der Nähe. Wir redeten immer wieder miteinander und gingen irgendwann zusammen aus.

#### Und ihr wusstet, dass ihr zusammenbleiben wollt?

Nino: Ich wusste, dass Marisa eine gute und attraktive Frau ist und für mich die Richtige. Marisa: Und Nino meine erste und einzige grosse Liebe.

#### Ihr seid schon viele Jahre verheiratet und arbeitet zusammen am Wochenende im Centro. Was ist euer Erfolgsrezept?

Nino: Wir lamentieren nicht. Wenn es etwas zu klären oder zu sagen gibt, machen wir das fair und relativ sachlich. Zudem zer-

den wir die Dinge nicht. Wir sind beide eher ruhige Menschen.

#### Marisa, was hast du beruflich gemacht?

Ich kam aus der Real und wollte arbeiten. Eine Lehre zu machen interessierte mich nicht. So stieg ich gleich ins Berufsleben ein. Als ich dann Mutter wurde, hörte ich mit der Arbeit ausser Haus auf. Das war nur möglich, weil wir eine sehr günstige Wohnung hatten.

#### Wie stiegst du wieder ein?

Es kam ein Angebot, das es mir ermöglichte, von 17 – 21 Uhr zu arbeiten. Weil Nino damals bereits Schicht arbeitete, übernahm er in dieser Zeit die Kinder. Für uns eine tolle Lösung.

#### Wie kamst du zur Migros, Marisa?

Ganz einfach: Ich schrieb und fragte, ob sie nicht eine Kassiererin suchen. Damals war so etwas noch möglich! Ich stellte mich vor und wurde engagiert. Jetzt arbeite ich schon 26 Jahre dort und es gefällt mir immer noch.

#### Nino, was bedeutet Fussball für dich?

Ich bin ein typischer Italiener und liebe Fussball. Mein Herz schlägt für Inter Mailand. Einige Jahre war ich auch Trainer beim SCS. Mit Freude, aber es ist auch viel Arbeit. Im Alter muss man je länger je mehr seine Energien bündeln und sich überlegen, was man an Jüngere abgeben darf. Wie jetzt auch das Centro. Deshalb hörte ich vor drei Jahren damit wieder auf. Natürlich bin ich ein Fussball-Fan geblieben.

#### Wer ist unsere nächste Interviewpartnerin?

Wir schlagen Catherine Fischer-Hoehn vor. Sie und ihr Mann sind regelmässige Gäste bei uns und wir mögen sie sehr. Catherine ist eine fröhliche und sensitive Frau, hat einen interessanten Beruf und hat sich in verschiedene Richtungen weitergebildet. Davon würden wir gerne mehr wissen.

Vielen Dank für das Gespräch. Wir werden sie gerne anfragen.

RB

## 9 Volt Nelly

mit ihrem Comedy-Programm «Bäng! Bäng! Bäng!»

#### Seit 2014 treiben Lea Whitcher und Jane Mumford auf den Bühnen des deutschsprachigen Raums ihr Unwesen.

Whitcher kommt vom Theater, Mumford vom Trickfilm. 9 Volt Nelly ist eine Mischung aus beidem.

9 Volt Nelly ist komisch, kritisch, kitschig. Multilingual und politisch, musikalisch und postmodern. Whitcher und Mumford lassen sich inspirieren von den weltpolitischen Geschehnissen, von ihrer Wut und ihrer Verspieltheit. Sie bedienen mit grosser Lust jedes performative Genre (ausser Poetry Slam) und vermischen Kabarett mit Theater, Comedy mit Musik, Satire und Punk, Aktivismus und Chabis.

Sie waren 2016 Gewinnerinnen beim Oltner Kabarett-Casting und erhielten 2018 den Swiss Comedy Award / Ensemblepreis für «Bundesordner 2017»

«Mit ihrer Lust am Unangepassten und Unverblühten stehen Lea und Jane für eine neue Generation weiblicher Comedians, die die Welt ohne Scheu vor Tabus klug hinterfragen.»

#### Sie sind zurück mit ihrem neuesten Comedy-Programm «Bäng! Bäng! Bäng!»

Zwei furchtlose Ex-Beauty-Queens aus Texas lassen ihr altes, tristes Leben mit einem Knall zurück. Nun möchten sie im magischen «Swederland» ihre Träume wahr werden lassen: berühmte Singer-Songwriterinnen werden, den Pegel halten und ganz nebenbei die grosse Liebe finden. Doch der



Jane Mumford und Lea Whitcher

Roadtrip zur Emanzipation lehrt sie schnell: das Leben ist hart - und der urbane Lifestyle härter. 9 Volt Nelly hinterfragt lustvoll, böse und mit jeder Menge Eierstock-Country die Tücken moderner Rollenbilder und unser Streben nach der sogenannten Freiheit.

#### Text und Musik:

Lea Whitcher & Jane Mumford

#### Dramaturgie & Regie:

Stephan Stock & Fabienne Hadorn

**Freitag, 30. Oktober 2020: 20:00 Uhr, im Zentrum Chiematt in Steinhausen**  
19:30 Uhr: Türöffnung

**Eintritt:** Erwachsene CHF 25 (Kinder/Jugendliche in Ausbildung sowie Kulturlegi/IV CHF 15)

#### Ticketverkauf:

online unter [www.kultursteinhausen.ch](http://www.kultursteinhausen.ch) oder in der Gemeindebibliothek

#### HINWEIS COVID-19:

Aufgrund der Umstände kann es zu Umplatzierungen kommen. Gemäss den Weisungen vom BAG und den Zuger Behörden kommt für unsere Veranstaltungen bis auf weiteres ein Schutzkonzept zur Anwendung. Dies bedeutet für diese Vorstellung mit grösster Wahrscheinlichkeit immer noch:

#### Maskenpflicht und ein eingeschränkter Barbetrieb.

**Gartenpflege und Gartengestaltung**

**HENGARTNER & JANS AG**

[www.hengartner-jans.ch](http://www.hengartner-jans.ch)

Mitglied Jardin Suisse

**Gerda Schmid**  
Damen und Herren  
Coiffeuse

Mo - Fr 08.00 - 16.00 Uhr  
Tel. Vereinbarung 041 741 73 81

Neu Mobil!  
Ich komme zu Ihnen nach Hause im Raum Steinhausen



# Heilkräuter aus dem Chilematt-Garten

Katholische Pfarrei Steinhausen

Pfarrei

## Die Eberraute

Wie bitte? Eberraute? Wer sich in der Tierwelt auskennt, denkt wahrscheinlich spontan ähnlich wie ich, als ich den Namen das erste Mal las: Was hat ein männliches Schwein mit einer Pflanze zu tun?

Meine ersten Begegnungen mit Heilkräutern gehen auf meine Kindheit zurück. Ich erinnere mich, wie meine Mutter mir sanft Klosterfrauen-Melissengeist auf meine Stirn einrieb, wenn ich Kopfschmerzen hatte, was ein wohlig kühlendes Gefühl auslöste.

Meine nächste Begegnung mit Heilkräutern erlebte ich während einer Phase, in der ich mich mit der Kultur der nordamerikanischen Indianer auseinandersetzte.

Es ist erstaunlich, was die Schamanen alles mit dem uralten überlieferten Wissen der Vorfahren heilen konnten. Ich vermute, unsere Kultur hat viel von diesem Wissen verloren.



hilft so der Verdauung. Sie wirkt krampflösend und beruhigend gegen Ischias und Rückenleiden.

## Rezept für die Hausapotheke:

Man kann die Blätter der Eberraute als Tee anwenden. Dazu bereitet man einen Aufguss mit ein bis zwei Teelöffel Eberrauten-Blätter und lässt ihn fünf bis zehn Minuten ziehen. Davon trinkt man ein bis drei Tassen täglich. (Quelle: heilkraeuter.de)

Im Hinblick auf die Wildsaison wünsche ich somit allen eine gute Verdauung.

Markus Müller, Katechet



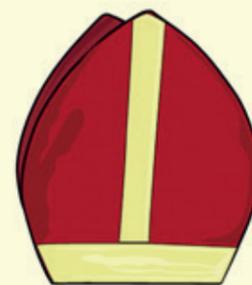
Der wissenschaftliche Name der Eberraute lautet: Artemisia abrotanum und stammt aus der der Familie der Korbblütler. Sie wird nicht nur als Heilpflanze, sondern auch als Gewürzpflanze verwendet.

## Heilwirkung

Die Eberraute kann als Kräuterbeigabe bei fettigen Gerichten verwendet werden und



Vereine



# SAMICHLAUS

STEINHAUSEN

Der Samichlaus wünscht sich, auch dieses Jahr die Kinder zu Hause oder im Wald besuchen zu können.

Lassen Sie sich überraschen!

Mehr Infos ab 01. Oktober 2020 unter [www.samichlaus-steinhuse.ch](http://www.samichlaus-steinhuse.ch)

Ihr Elektriker für Haus und Gewerbe



## Alles klar im digitalen Zeitalter?

Die richtige Technologie mit den entsprechenden Produkten, damit auch Sie im richtigen Moment am richtigen Ort verbunden sind.

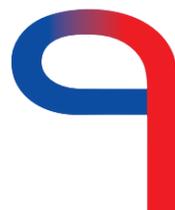
Digitale Kommunikation von Sprache, Bilder und Daten:

- Anbindung an das Internet
- Telefonapparate und -anlagen
- VoIP-Anlagen
- Bluewin TV (Swisscom TV)

Pünktlich und fachgerecht

**eTeam plus**  
Ihr Elektriker

eTeam plus AG, M. Hausheer + P. Frei  
6312 Steinhausen | 8934 Knonau  
Tel. 041 747 24 24 | [www.eteamplus.ch](http://www.eteamplus.ch)



## Peter Schwendeler GmbH

Sanitär – Heizung – Zentralstaubsauger

6312 Steinhausen  
Telefon 041 740 26 14

- Reparaturservice
- Boilerentkalkungen
- Badzimmerumbauten
- Austausch-Service für V-Zug Geräte

## Philipp Sidler

### Gartenbau GmbH

zuverlässig · kompetent · kreativ · dynamisch



Philipp Sidler | [info@sidler-gartenbau.ch](mailto:info@sidler-gartenbau.ch)

- Gartenneugestaltung / Umänderungen
- Plattenbeläge / Sitzplätze
- Gartenpflege / Unterhalt
- Bepflanzungen
- Rasenpflege / Fertigrasen
- Pflanzenschutz

079 372 87 63




### Start ins neue Spielgruppenjahr 2020/21 mit Elefant Elmar!

Elmar ist kein Elefant wie jeder andere. Er ist bunt kariert und kein bisschen elefantenfarben. Er ist fröhlich und hat den Kopf voller Streiche.

Darum passt er wunderbar in unseren Spielgruppenalltag, der auch bunt, fröhlich und voller lustiger Ideen sein soll. Elmar begleitet uns durch das ganze Jahr und möchte den Kindern zeigen, dass es wichtig ist, zu sich selbst zu stehen und seine eigenen Stärken zu leben. Das erkennt auch Elmar: Er ist anders. Aber so wie er ist, ist er genau richtig!

Nach einem tollen Start in den beiden Spielgruppen Tröpfli und Tröpfli-Nest freuen wir uns auf ein farbenfrohes und erlebnisreiches Spielgruppenjahr mit Elmar!

Zur Info: Es gibt noch wenige freie Plätze in beiden Spielgruppen. Auskunft und Anmeldung auf [www.troepflisteinhausen.ch](http://www.troepflisteinhausen.ch)  
Tel. 041 740 55 53 (Tröpfli) oder Tel. 041 741 00 61 (Tröpfli-Nest)

Mit kunterbunten Grüßen  
Das Tröpfli- und Tröpfli-Nest Team






Informationen zur ökumenischen Veranstaltungsreihe im Zentrum Chilematt

«Wenn das Leben Schweres zumtet» Umgang mit Schicksalsschlägen

Dies ist nicht nur der Titel des Referats von Helga Kohler mit anschliessender Austauschrunde, sondern auch die Überschrift unserer diesjährigen ökumenischen Veranstaltungsreihe im Zentrum Chilematt, die zudem zwei Filmabende einschliesst, zu der wir Sie gerne einladen.

«Brot und Tulpen», 26. Oktober, 19.30 bis ca. 22.00 Uhr, inkl. Pause

und anschliessender Austauschrunde

Ein Film mit Bruno Ganz und Licia Maglietta in den Hauptrollen

Brot und Tulpen ist eine wundervoll romantische Komödie, ein Appell an die Spontaneität, an ein Ausbrechen aus dem bisweilen erdrückenden Gefüge des Alltags, an ein Aufbegehren gegen jede «So was macht man doch nicht»-Haltung!



Oktober

«Niemand weiss, wohin die Reise führt» – Erwachsene Kinder mit demenzkranken Eltern

Durch die demografische Entwicklung wird Demenz zunehmend zu einer gesellschaftlichen Herausforderung. Was bedeutet es persönlich, wenn Eltern an Demenz erkranken? Wie gehen erwachsene Kinder damit um, wenn sich die Rollen verschieben, weil Vater oder Mutter vergesslich werden? Demenz bei einem Elternteil wirft für betreuende Kinder viele Fragen auf. Das Referat informiert über Demenzformen, Unterstützungsangebote und Umgang mit herausforderndem Verhalten. Weiter wird thematisiert, weshalb Selbstfürsorge so wichtig ist und wie eine ressourcenorientierte Haltung zur Lebensqualität aller Beteiligten beitragen kann.  
 Datum: Dienstag, 27. Oktober 2020  
 Zeit: 19:30 – 21:30

Ort: Zentrum Chilematt  
 Leitung: Gabriela Schuler, Psychologin M.Sc.  
 Kosten: Mitglieder Fr. 15.-  
 Nichtmitglieder Fr. 20.-  
 Anmeldung: bis 5.10.2020 auf  
 www.fg-steinhausen.ch oder  
 an Pia D'Oto, 041 740 54 70

Stöck, Wys, Stich!

Wir jassen, was das «Zeug» hält! Für Kaffee, Kuchen und einen Schwatz haben wir trotzdem noch Zeit. Auch Anfängerinnen sind herzlich willkommen. Es ist keine Anmeldung nötig.  
 Auskunft: Helen Riccardi, 041 740 02 05  
 Datum: Donnerstag, 29. Oktober 2020  
 Zeit: 14:00 – 16:30  
 Ort: Zentrum Chilematt

Papierfiguren

Aus verschiedenen Papieren, Draht und Rinde kreieren wir wunderhübsche, liebenswerte Papierfiguren. Sie eignen sich als Tischdekoration, als Geschenkanhänger, zum Aufhängen oder einfach, um jemandem eine kleine Freude zu bereiten. Unter Anleitung stellen wir ca. vier bis fünf verschiedene Figuren her.

Datum: Mittwoch, 28. Oktober 2020  
 Zeit: Kurs 1: 13:30 – 17:00  
 Kurs 2: 18:00 – 21:30  
 Ort: Zentrum Chilematt  
 Leitung: Christa Felder  
 Kosten: Mitglieder Fr. 45.-  
 Nichtmitglieder Fr. 55.-  
 Anmeldung: bis 19.10.2020 auf  
 www.fg-steinhausen.ch oder  
 an Pia D'Oto, 041 740 54 70

November

Ideenworkshop «Gedeckter Tisch»

Verwöhnen Sie Ihre Lieblingsmenschen nicht nur mit einem feinen Essen, sondern auch mit einer schönen Tafel. Es werden zwei Varianten gezeigt, wie Sie Ihrem Tisch ein festliches Aussehen verleihen und ihn dadurch zu einem richtigen Blickfang machen. Sie erhalten dazu Anregungen, wie Sie Dinge aus dem eigenen Haushalt anders als gewohnt einsetzen können. Es erwarten Sie Möglichkeiten und Kombinationen, an die Sie gar noch nicht gedacht haben.

Datum: Dienstag, 10. November 2020  
 Anmeldung: bis 31.10.2020 auf  
 www.fg-steinhausen.ch oder an  
 Claudia Wüthrich, 041 740 53 57

Selbstverständlich halten wir uns weiterhin an die Vorschriften des Bundes und haben ein Schutzkonzept (auf www.fg-steinhausen.ch einsehbar) erstellt. Einige Anlässe in unserem Jahresprogramm mussten wir leider ersatzlos absagen; für andere konnte inzwischen ein Verschiebedatum gefunden werden. Wir halten Sie wie immer auf unserer Homepage unter Jahresprogramm auf dem Laufenden. Besten Dank für Ihr Verständnis!

Vorstand Frauengemeinschaft

**KOLIN BUSINESS TRAVEL** Jetzt dem Alltag entfliehen

**Kulinarische Reise ins Tessin**  
 3 Tage, inkl. ZF, Food & Wine-Tour, Risotto-Workshop etc. ab Fr. 790.00

**Weinreise Lavaux**  
 4 Tage, Frühstück ab Fr. 370.00

**Interlaken & Jungfrauoch etc.**  
 4 Tage im 5\*-Hotel mit Frühstück & 3 Tage Bahnpass ab Fr. 499.00

**Velotour entlang des Bodensees**  
 4 Tage, Frühstück ab Fr. 660.00  
 7 Tage, Frühstück ab Fr. 1050.00

**Rhein-Flussfahrt**  
 8 Tage, Vollpension ab Fr. 690.00

**Zakynthos inkl. Flug und 4\*-Hotel**  
 1 Woche, Frühstück ab Fr. 399.00

**Hurghada inkl. Flug und 5\*-Hotel**  
 1 Woche, All inclusive ab Fr. 549.00

**Nichts dabei was Sie suchen?**  
 Rufen Sie uns an, wir haben noch weitere Ideen / Angebote!

**Kolin Travel** René Müller  
 Höfenstrasse 34 041 541 77 41  
 6312 Steinhausen rene@kolintravel.ch

zusammen sind wir stark

Bist Du dabei beim **Girls-Unihockey** Schnuppertraining?

Wer: **Mädchen** mit Jg. **2010–2013**

Wann: **Dienstag**, 20.10., 27.10., 3.11.  
 18.00 – 19.00 Uhr

Wo: 3-fach Turnhalle, Sunnegrund  
**Steinhausen**

Anmeldung: [koebi.eugster@bluewin.ch](mailto:koebi.eugster@bluewin.ch)  
 Organisation: UHC Zugerland  
 Ausrüstungspartner: Unihockeycenter, Industriestrasse 5, 6034 Inwil

**1. und 2. Oktober 2020**  
 jeweils 17.00 - 22.00 Uhr

**WEINMESSE**  
 Restaurant Schnitz & Gwunder  
 Zugerstrasse 1, 6312 Steinhausen

Grosszügige Messefläche -  
 mit Abstand die besten Weine degustieren  
 Über 200 Weine für Sie im Offenausschank  
 Lernen Sie Weinproduzenten persönlich kennen

**BRAUI MARKT**  
 Getränkewelt

Baarer Bier  
 Wein- und Spirituosenkompetenz  
 Alkoholfreie Getränke  
 Geschenkideen  
 Festberatung

[brauimarkt.ch](http://brauimarkt.ch)



## Hüttengeschichten Lidernen

Interessante Geschichten und eindruckliche Bilder aus 27 Jahren Hüttenalltag: Willkommen!

Teilnehmerzahl beschränkt. Anmeldung bis Mo. 19. Oktober 2020  
via Webpage oder telefonisch: 041 741 20 07 (Trix Gaier)



Endlich dürfen wir Sie  
wieder begrüßen...

## Seniorenachmittag

22. Oktober 2020 / 14.30h  
Zentrum Chilematt

Irène Kamer Fährdrich  
Pius Fährdrich  
Steinhausen

# Allerheiligen-Konzert – Kammermusik-Soirée

Sonntag, 1. November, 19 Uhr, in der Reformierten Kirche Steinhausen



Die Sonne ist am Horizont verschwunden und die Dunkelheit legt sich über Steinhausen. Wir schliessen das Wochenende mit einer Soirée mit Kammermusik und besinnlichen Texten zum Nachdenken und auch zum Träumen ab.

Seit 20 Jahren schon gestaltet Andrea Forrer die Konzerte am 1. November zu-

sammen mit Freunden für das Steinhauser Publikum.

In diesem Jahr musiziert sie zusammen mit Peter Burren, Klarinetist, aus Unterägeri. Sie bringen Werke von Telemann, Rummel, Seiber u.a. für Klarinette und Bassethorn mit Klavier zur Aufführung. Ergänzt wird in diesem Konzert die Musik mit Texten, gelesen von Nicole Kuhns.



## Markus Lang Sanitärtechnik

Steinhausen | 041 741 02 02



## SHIATSU

WOHLFÜHLEN UND  
EINTAUCHEN

### Shiatsu Praxis Irma Dubach

Dipl. Shiatsu Therapeutin mit Branchenzertifikat  
Zugerstrasse 35, 6312 Steinhausen

Mobile: 077 417 02 94  
e-mail: idubach@datazug.ch  
www.shiatsu-dubach.ch

## AURATECHNIK / AURACHIRURGIE

Diese neue «Medizin der Zukunft» setzt dort an, wo die Schulmedizin nicht mehr weiter weiss. Wenn trotz bisheriger Therapien die Schmerzen sich nur kaum oder gar nicht verändern, ist unser Energiesystem aus dem Gleichgewicht gekommen.

Mit diesen tiefgreifenden, jedoch berührungsfreien «Behandlungstechniken» können emotional belastete Zellinformationen gelöscht und unser Energiesystem wieder ausgeglichen werden, welche körperliche Beschwerden verursacht haben, wie:

- diverse akute und chronische Erkrankungen
- Burnout/Erschöpfung/Depressionen
- Gewichtsprobleme
- Unerfüllter Kinderwunsch
- Migräne
- Ängste/Panikattacken ...uvm...

Werde dir deiner Muster bewusst und mach dich frei für ein selbstbestimmtes Leben!  
Ich freue mich, dich zu begleiten.



Telefon 076 589 24 17,  
www.manuelagoldiger.com,  
E-Mail: manuela.gold@bluewin.ch



## Neuro-Hörtherapie

Verbessertes Hören – ADHS – Konzentrationsschwierigkeit



## für Kinder und Erwachsene

EMR und ASCA anerkannt

Alexandra Meier  
Telefon 044 767 00 16  
neuro-hoertherapie.ch



20% RABATT auf Ihre Erstbuchung



**IHRE FÜSSE IN GUTEN HÄNDEN**  
· Fusspflege  
· Massage  
· KITE-Therapie  
· Reflexzonen  
· Hot Stone

Wolke 7 · Isabelle Krähenbühl  
Hasenbergstrasse 24 · 6312 Steinhausen  
Tel. 076 761 13 80 · praxis-wolke7.ch

STEILDACH / FLACHDACH  
BLITZSCHUTZ  
FASSADE  
SPENGLEREI  
UNTERHALT / REPARATUR  
SOLARENERGIE  
ABSTURZSICHERUNG



Gebäudehülle

Leo Ohnsorg AG  
Riedstrasse 15  
6330 Cham  
Telefon 041 747 31 71  
www.ohnsorg.ch  
info@ohnsorg.ch



# Velofahren im Oktober 2020

Senioren Steinhausen

Vereine

	Velotour am Nachmittag Donnerstag, 08.10.2020	Velotour am Nachmittag Dienstag, 27.10.2020
<b>Datum</b>	Donnerstag, 08.10.2020	Dienstag, 27.10.2020
<b>Besammlng</b>	auf dem Dorfplatz	auf dem Dorfplatz
<b>Abfahrt</b>	13.30 Uhr	13.30 Uhr
<b>Veloroute</b>	Rotkreuz – Meierskappel – Cham	Türlersee
<b>Anforderungen</b>	2 ½ Std., 32 km, mittel	3 Std., 35 km, mittel
<b>Verpflegung</b>	Kaffeehalt unterwegs	Kaffeehalt unterwegs
<b>Anmeldung</b>	wegen COVID-19-Vorschriften erforderlich via <a href="#">Webpage</a> oder an 079 455 90 20 (SMS, Whatsapp, Telefon)	
<b>Leitung</b>	Hans Müller 041 741 56 53 / 079 533 53 00	Peter Gantenbein 079 744 27 30

## Wir fahren sicher mit dem COVID-19-Schutzkonzept

- Abstands- und Hygieneregeln sind einzuhalten
- Die Teilnehmerzahl ist begrenzt
- Anmeldung ist erforderlich wegen Teilnehmerliste
- Keine Teilnahme bei Krankheitssymptomen
- Mitführen eines persönlichen Desinfektionsmittels
- Mitführen einer Mundschutzmaske ist empfohlen
- Bei COVID-19-Krankheitssymptomen bis 14 Tage nach der Tour Mitteilung an Tourenleiter und Ressortleitende.

## Auskunft erteilen:

Arthur und Ingeborg Huber, Hasenbergstrasse 20, 6312 Steinhausen  
041 780 64 41 / 079 455 90 20, [velofahren@senioren-steinhausen.ch](mailto:velofahren@senioren-steinhausen.ch)



# Wanderungen im Oktober 2020

Senioren Steinhausen



Vereine

## Allgemeine Regeln für die Wanderungen

- Teilnehmerzahl wird auf max. 25 Personen beschränkt
- Anmeldung ist erforderlich für alle Wanderungen
- Jede/r Teilnehmende bringt zwei Schutzmasken und Desinfektionsmittel mit auf die Wanderung
- Wir erwarten, dass die Hygiene- und Distanzregeln eingehalten werden

	Kurzwanderung «Risch Chilchberg» am Nachmittag Dienstag, 6. Oktober 2020
<b>Datum</b>	Dienstag, 6. Oktober 2020
<b>Treffpunkt</b>	13.00 Uhr, Zentrum Steinhausen (13.08 Uhr, Bus 6 nach Cham)
<b>Wanderroute</b>	Risch Dorf – Breitfeld – Rotkreuz
<b>Anforderung</b>	1½ h / 5 km / Hm +100 m / -110 m
<b>Verpflegung</b>	Landgasthof Breitfeld
<b>Fahrpreis</b>	ZVB Tageskarte 3 Zone (621, 622, 623 ) Fr. 7.00 HT
<b>Rückkehr</b>	16.46 Uhr, Zentrum Steinhausen
<b>Anmeldung</b>	bis So., 4. Oktober 20.00 Uhr via Webpage oder telefonisch
<b>Tourenleitung</b>	Spörri Beatrice, 041 741 23 32
<b>Bemerkung</b>	Billette selber lösen

	Halbtageswanderung «Zigermoos» am Nachmittag Dienstag, 13. Oktober 2020
<b>Datum</b>	Dienstag, 13. Oktober 2020
<b>Treffpunkt</b>	12.20 Uhr, Zentrum Steinhausen (12.31 Uhr, Bus 6 nach Zug)
<b>Wanderroute</b>	Neuägeri – Boden – Zigermoos – Brunegg – Allenwinden
<b>Anforderung</b>	2½ h / 8 km / Hm +190 m / -190 m
<b>Verpflegung</b>	Kaffeehalt unterwegs
<b>Fahrpreis</b>	ZVB Tageskarte 3 Zone (610, 623, 625 ) Fr. 7.00 HT
<b>Rückkehr</b>	17.10 Uhr, Zentrum Steinhausen
<b>Anmeldung</b>	bis So., 11. Oktober 20.00 Uhr via Webpage oder telefonisch
<b>Tourenleitung</b>	Waldvogel Peter, 041 740 06 71
<b>Bemerkung</b>	Billette selber lösen

	Tageswanderung «Rheinfall» Dienstag, 20. Oktober 2020 (Verschiebedatum Do. 22. Oktober 2020)
<b>Datum</b>	Dienstag, 20. Oktober 2020 (Verschiebedatum Do. 22. Oktober 2020)
<b>Treffpunkt</b>	8.00 Uhr, Bahnhof Steinhausen (08.10 Uhr, S5 nach Zürich)
<b>Wanderroute</b>	Rheinau – Dachsen – Rheinfall – Schloss Laufen
<b>Anforderung</b>	3½ h / 10.5 km / Hm +320 m / -300 m
<b>Verpflegung</b>	Mittagessen Restaurant in Dachsen
<b>Fahrpreis</b>	Gruppenbillette Fr. 22.00 HT
<b>Rückkehr</b>	18.45 Uhr, Bahnhof Steinhausen
<b>Anmeldung</b>	bis So., 18. Oktober 20.00 Uhr via Webpage oder telefonisch
<b>Tourenleitung</b>	Limacher Werner, 041 741 34 24



Bahnhofstrasse 55 | 6312 Steinhausen  
041 740 16 77 | [www.aesthetikum.ch](http://www.aesthetikum.ch)

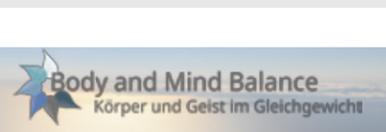


ALLES UNTER EINEM DACH  
**A. RÜEGG**  
2-Rad- und Baby-Center

Wir unterstützen Ihre Mobilität  
– seit 100 Jahren!

Bahnhofstrasse 38  
6312 Steinhausen  
[info@ruegg-steinhausen.ch](mailto:info@ruegg-steinhausen.ch)  
Tel. 041 741 16 41

[www.ruegg-steinhausen.ch](http://www.ruegg-steinhausen.ch)



Klassische Massage  
Fussreflex-Massage  
Wirbelsäulenthherapie nach Dorn  
Psychologische Beratung IKP

Carolin Sigrist  
Dipl. Berufsmasseurin | Psychologische Beraterin

Mobile 077 433 27 92  
Zugerstrasse 35, Steinhausen  
[www.bodyandmindbalance.ch](http://www.bodyandmindbalance.ch)

Bei uns sind Sie in guten Händen  
Damen, Herren und Kinder

**STUDIO 39**  
Coiffure

Zugerstrasse 39, 6312 Steinhausen, Tel. 041 741 69 39  
Bushaltestelle Oele, Kundenparkplatz vorhanden

Der Weg zu Ihrer Traumküche ...

**Küchenumbau Info-Abend**

Sie erhalten in kurzer Zeit und unverbindlich, interessante und wertvolle Tipps über Ablauf, Gestaltung und Kosten eines Küchenumbaus.

**Mittwoch, 07. Oktober 2020**

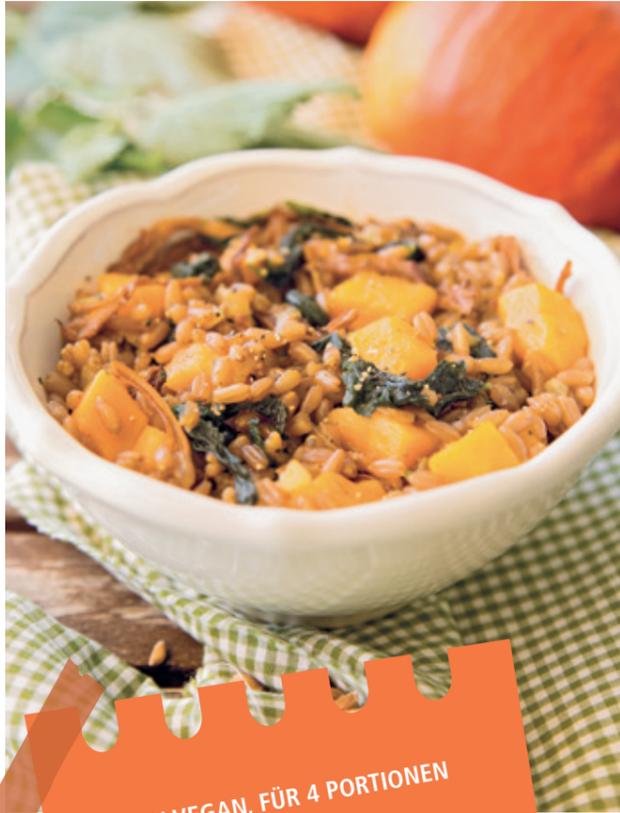
Anmeldung online oder 041 747 40 50  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

**Kilian Küchen**

[www.kilian-kuechen.ch](http://www.kilian-kuechen.ch) | Hinterbergstr. 9, 6330 Cham



# Dinkelrisotto mit Kürbis, Pilzen und Brennesseln



ZUBEREITUNG, CA. 40 MINUTEN + ÜBER NACHT EINWEICHEN LASSEN

1. Die Dinkelkörner über Nacht in einer Schüssel mit Wasser einweichen lassen.
2. In einem hohen Topf die Gemüsebrühe erhitzen und warm stellen.
3. Den Kürbis und die Zwiebel schälen und in feine Stücke schneiden.
4. Öl in einer grossen Bratpfanne oder in einer anderen hohen Pfanne erhitzen und darin die Zwiebel und den Kürbis sanft anbraten.
5. Die Dinkelkörner durch ein Sieb abgiessen und in die Pfanne geben, für ca. 3 Minuten mitbraten lassen. Mit einer Kelle Gemüsebrühe ablöschen oder wer mag, kann hier mit dem Wein ablöschen. Achte darauf, dass du wieder eine frische Kelle mit heisser Brühe nachgiesst, wenn der Dinkel die Flüssigkeit aufgesogen hat.
6. In der Zwischenzeit die Pfifferlinge mit einem Tuch abreiben und reinigen, anschliessend halbieren und nach ca. 15 Minuten zum Dinkel in die Pfanne geben.
7. Die Brennesseln von den Brennhaaren befreien, indem du mit einem Wallholz über die Brennesseln rollst. Anschliessend die Blätter von den Stängel trennen, waschen und unters Dinkelrisotto geben. Mitköcheln lassen.
8. Nach ca. 30 Minuten sollte der Dinkel weichgekocht sein.
9. Heiss servieren.

## ZUTATEN VEGAN, FÜR 4 PORTIONEN

- 200g Dinkel
- 1 L Gemüsebrühe
- 200g Kürbis
- 1 grosse Zwiebel
- 3 EL Olivenöl
- 200g frische Pfifferlinge oder 20g getrocknete
- 100g Brennesseln
- Optional: 2 dl Weisswein



Körnlipicker  
für Vegs & Einzelfleische

Viele Produkte sind in Bioqualität in der UrsDrogerie Apotheke mit Biolade erhältlich

# Kreuzworträtsel zur 352. Ausgabe



## Waagrecht

1. Die Jahrgänger 1931 treffen sich neu am...
3. Wo hat es Moos
6. Ziel der Wanderferien der Senioren
8. Englisch für Menschen mit Lebenserfahrung
9. Vorsorgen mit Profi ist der Slogan von
10. Standort des neuen Hotels
11. Marisa und Nino führen das...
12. Wo findet die Weinmesse statt
13. Ihr Berater bei Versicherungen und Vorsorge

## Senkrecht

2. Wurden wegen der grossen Beliebtheit angeschafft
4. Der körpereigene Jungbrunnen
5. Wurde von Eva Meier besucht
7. Lesung mit Blanca Imboden

Gewinnen Sie einen von zwei Einkaufsgutscheinen der UrsDrogerie Apotheke mit Biolade. Rätsel lösen, vorbeibringen in die UrsDrogerie Apotheke mit Biolade oder einsenden an Steinhauser Aspekte, Postfach 327, 6312 Steinhausen. Abgabe- und Einsendeschluss: 10. Oktober 2020.

## Gewonnen!

Das Kreuzworträtsel in der 351. Ausgabe wurde von vielen Leserinnen und Lesern richtig gelöst und abgegeben. Unter den richtigen Einsendungen zog die Glücksgöttin Rahel den Talon von:

- **Elsbeth Rohrer-Eckert**
- **Bertha Ebnöther**

Sie haben einen Gutschein im Wert von Fr. 20.– der UrsDrogerie Apotheke mit Biolade gewonnen. Wir gratulieren herzlich. Die Gewinnerinnen können die Gutscheine im Geschäft abholen.

Vorname / Name \_\_\_\_\_

Strasse / Nummer \_\_\_\_\_

PLZ / Ort \_\_\_\_\_

## Praxis für Fusspflege und Massagen



Esther Iten  
dipl. kosm. Fusspflegerin  
dipl. Masseurin

Hochwachtstrasse 28  
Steinhausen  
077 460 76 14  
esther.iten@datazug.ch

www.fusspflege-pedicure-massage.ch



kaeslin  
SCHREINERHANDWERK SEIT 1969

Wo Unikate entstehen

www.kaeslin.ag

# Kleines Fest – grosse Freude

1. August Feier der Bewohnerinnen und Bewohner der Alterswohnungen

Wenn ein Grüppchen musikalischer Damen ein Ständchen mit Liedern von «Ein Tag so schön wie heute» bis «Ich bi dr Schacher Seppeli» den coronage-recht versammelten Bewohnerinnen und Bewohnern der Alterswohnungen darbringt, dann beginnt ein richtig froher Tag. Und wenn das Chörli die ganze Gesellschaft dazu bringt, gemeinsam die Nationalhymne «Trittst im Morgenrot daher» aus voller Kehle und stehend in den Steinhauser Himmel zu schmettern, dann scheint es sich um eine 1. August-Veranstaltung auf dem «Dorfplatz» der Siedlung zu handeln.



Dass neben dem musikalischen Teil eine Bewohnerin mit einem literarischen Werk in Form eines Rückblicks auf die Zeit vor sechzig Jahren auftrat, machte den Tag zu einem veritablen Kulturanlass. Auf jeden Fall waren nur strahlende zufriedene Gesichter zu sehen.

So geschehen am Bundesfeiertag. Man traf sich zum feinen Zmorge, das bis Mittag andauerte und zum ausgiebigen gemeinsamen Schwatz, organisiert von einer Gruppe guter Geister. Es war so richtig ein Vormittag zum Geniessen und sich am fröhlichen Zusammensein zu freuen.

Die frohe Runde plant bereits ein baldiges nächstes Gemeinschaftserlebnis.

Gusti Demuth



**Jahrgänger 1931**

Jeden letzten Mittwoch im Monat treffen wir uns jeweils um 10.00 Uhr zu Café im Restaurant «Schnitz und Gwunder»

**«Ich kann keine Happy Ends versprechen, aber die Werbung überspringen.»**

Dein Replay-TV

wwz.ch Da für dich. **WWZ**

**Demnächst in meiner UrsDrogerie Apotheke mit Biolade**

**Kraftvolle Hefe**

Liebe Kundin, lieber Kunde

**Wir kennen Hefe vom Brotbacken oder Bierbrauen. Wussten Sie aber, dass Hefe auch seit langem als Stärkungsmittel verwendet wird? Nutzen Sie die einzigartige Wirkungsweise einer speziell hergestellten Kräuterhefe für die Vitalität Ihres Körpers und entdecken Sie was in ihr steckt.**

**Plasmolysierte Kräuterhefe**

Seit über 50 Jahren wird in der Schweiz eine spezielle Kräuterhefe hergestellt. Natürliche Hefezellen werden dabei mit ausgewählten Kräuterextrakten kombiniert. Ein einzigartiges Gärverfahren öffnet im Anschluss die Hefezellen, so dass der wertvolle Inhalt vollumfänglich vom menschlichen Körper aufgenommen werden kann. Die fertigen Strath-Produkte enthalten natürliche Vitalstoffe und sind frei von synthetischen Zusatzstoffen. 100% Natur für Ihren Körper.

**Kräuterhefe für jeden**

Das Einsatzgebiet der Strath-Kräuterhefe ist riesig. Gerade jetzt im Herbst ist sicher die stärkende Wirkung gefragt. Strath eignet sich für alle Menschen jeden Alters, auch für Schwangere und Stillende. Weil für Strath keine Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten bekannt sind, kann es auch in der Rekonvaleszenz oder begleitend zu anderen Behandlungen eingenommen werden.

**Neu mit Webshop:**  
www.ursdrogerie.ch/shop

**TOP ANGEBOT**

**Aktiv mit Kräuterhefe**

Die Strath Kräuterhefe flüssig oder Tabletten versorgen den Körper mit den wertvollen und einzigartigen Inhaltsstoffen der speziellen Strath Kräuterhefe. Damit Ihr Körper auch längerfristig davon profitieren kann, offerieren wir Ihnen im Oktober 2020 die Strath Kräuterhefe flüssig 500ml und die Tabletten 200St. mit **20% Rabatt.**

Abgabe nur an Erwachsene im Monat Oktober 2020. Pro Einkauf nur ein Bon einlösbar. Gültig solange Vorrat. Nicht mit anderen Angeboten kumulierbar.

# Veranstaltungskalender Oktober 2020



## Agenda

Tag	Datum	Zeit	Anlass	Ort	Veranstalter
Mi	01.10.20	14.00	Nachbarschaftshilfe Steinhausen	Bibliothek	FREIWILLIG MITENAND
Mi	01.10.20	19.30	Lesung mit Blanca Imboden aus dem neuen Buch «Kopfkino – Geschichten die mein Leben schrieb»	Bibliothek	Gemeindsaal Bibliothek
So	04.10.20	10.15	Jodlermesse und ökumenischer Gottesdienst	Chilematt	Jodlerklub Bärgblueme
Di	06.10.20	13.00	Kurzwanderung «Risch Chilchberg»	Steinhausen	Senioren Steinhausen - Wandern
Mi	07.10.20	09.30	Tablet-Treff	Bibliothek	KOORDINATIONSPROJEKT
Do	08.10.20	13.20	Veloutour am Nachmittag Meierskappel	Steinhausen	Senioren Steinhausen - Velo
Do	08.10.20	14.00	Kostenlose Hilfe für PC, Tablet, Handy und Co.	Bibliothek	FREIWILLIG MITENAND, Computeria
Di	13.10.20	12.20	Halbtageswanderung «Zigermoos»	Steinhausen	Senioren Steinhausen - Wandern
Do	15.10.20	14.00	Nachbarschaftshilfe Steinhausen	Bibliothek	FREIWILLIG MITENAND
Di	20.10.20	07.00	Tageswanderung «Rheinfall»	Steinhausen	Senioren Steinhausen - Wandern
Di	20.10.20	19.00	Kinderernährung nach den 5 Elementen der TCM	Praxis für Chin. Medizin	Club junger Eltern
Mi	21.10.20	09.30	Tablet-Treff	Bibliothek	KOORDINATIONSPROJEKT
Mi	21.10.20	15.00	Alagans Muschelschmuck – Besuch im Museum für Urgeschichte Zug	Museum für Urgeschichte Zug	Club junger Eltern
Do	22.10.20	14.30	Seniorenachmittag Hüttengeschichten Lidernen	Steinhausen	Senioren Steinhausen
Fr	23.10.20	14.00	Kostenlose Hilfe für PC, Tablet, Handy und Co.	Bibliothek	FREIWILLIG MITENAND, Computeria
So	25.10.20	10.15	Jodlermesse und ökumenischer Gottesdienst	Chilematt	Jodlerklub Bärgblueme
Mo	26.10.20	19.30	Umgang mit Schicksalsschlägen	Chilematt	Kath. und Ref. Kichgemeinde
Di	27.10.20	13.20	Veloutour am Nachmittag Türlerse	Steinhausen	Senioren Steinhausen - Velo
Mi	28.10.20	14.00	Bibliozwerg	Bibliothek	Bibliothek
Do	29.10.20	14.00	Nachbarschaftshilfe Steinhausen	Bibliothek	FREIWILLIG MITENAND
Do	29.10.20	19.30	Film «Welcome to Zwitscherland»	Gemeindsaal	Grüne Steinhausen
Fr	30.10.20	20.00	9 Volt Nelly mit ihrem neuesten Comedy-Programm Bäng! Bäng! Bäng!	Zentrum Chilematt	kultur steinhauen

**URS DROGERIE APOTHEKE**  
www.ursdrogerie.ch/shop

**Huwyler**  
Schreinerei

**SCHREINEREI HUWYLER AG**  
Innenausbau, Umbauten, Reparaturen  
Hinterbergstrasse 56  
6312 Steinhausen  
Tel. 041 748 20 20  
schreinerei-huwyler.ch  
info@schreinerei-huwyler.ch

**KAISER OPTIK**  
SEIT 1982

**NUSSBAUMER**  
TRADITION MIT GENUSS

**Unsere Spezialitäten**  
Zuger Kirschtorte | Baarer Räbetorte  
Sidler Käsekuchen | Nussbaumer Nussgipfel

Backstube | Bestellbüro | 6330 Cham | Tel. 041 743 24 00  
info@beck-nussbaumer.ch | www.beck-nussbaumer.ch