

infos

alle **S**enior*innen **W**illkommen

Genossenschaft Alterssiedlung Wetzikon

Liebe Mieter*innen

Liebe Genossenschaftler*innen

Eine gute Nachbarschaft ist Gold wert.

Selbst wenn wir alleine in einer Wohnung leben – ganz alleine sind wir trotzdem nicht. Sie sind da, auch wenn wir sie nicht immer sehen: unsere Nachbarn. Natürlich ist Toleranz und Rücksicht gefragt, aber oftmals ist es die Solidarität unter Nachbarn welche überwiegt.

In den vergangenen Wochen durfte ich vermehrt miterleben, wie gross eben diese Solidarität in unserer Genossenschaft ist. Sie sind mitten unter uns. Die hilfsbereiten Nachbarn. Die guten Seelen im Haus.

Als eine durchgebrannte Feinsicherung eine unserer Liftanlage lahmlegte, wurde eine Mieterin von einer fürsorglichen Nachbarin sogleich zu ihrer Wohnung in den 6. Stock begleitet.

Bei einem leichten Sturz zog sich eine andere Mieterin eine Schürfwunde zu. Auch hier wurde eine helfende Nachbarin umgehend zur Samariterin.

Eine Mieterin, welche für längere Zeit in die Reha musste, wurde von einem aufmerksamen Nachbarn mit einem Musikgruss via „Musik Welle“ überrascht.

*Das sind nur einzelne Geschichten, welche zeigen, dass der Genossenschaftsgedanken „zusammen sind wir stärker!“ in der ASW täglich gelebt wird und uns aufzeigt, dass Wohnen mehr ist als nur ein Dach über dem Kopf zu haben. **Eine gute Nachbarschaftsbeziehung erhöht die Lebensqualität und trägt dazu bei, dass aus einem herkömmlichen Wohnort ein Zuhause wird.***

Ich freue mich auf weitere herzerwärmende Nachbarschaftsgeschichten in der ASW und wer weiss, vielleicht sind auch Sie bald die gute Seele für Ihre Nachbarn.

Alexandra Locher

Geschäftsführerin

Genossenschaft Alterssiedlung Wetzikon



Willkommen

Wir begrüßen unsere neuen Mieter*innen

Kreuzackerstrasse 1

Frau Anna Rosa Lorenz

Frau Jolanda Jopiti

Kreuzackerstrasse 7

Frau Luzia Hochstrasse

Familie Charlotte & Josef Beil

Spitalstrasse 30

Familie Elisabeth & Max Weiss

Frau Ingrid Esposti

Frau Anna Zenger

Herr Niklaus Spoerli

Familie Marie & Karel Hladik

Talstrasse 23a

Frau Diana Rosio

Wir verabschieden



Kreuzackerstrasse 1

Frau Sonja Siegrist

Kreuzackerstrasse 7

Frau Karin Pfister

Herr Andreas Rissi

Frau Gina Russo

Spitalstrasse 30

Frau Edith Cina

Talstrasse 23a

Herr Bruno Temperli

Talstrasse 23b

Herr Hans Schätti

Frau Alice Thiébaud

Frau Violette Mohr

Talstrasse 23c

Frau Elsbeth Honegger

Herr Theodor Baumann

Spenden

Herzlichen Dank

Für die finanzielle Unterstützung zu Gunsten unserer Mieter*innen:

- **Familie Gerda Loosli, Wetzikon**
- **Erbengemeinschaft, Werner Vorbürger, Wetzikon**

Auch danken wir für die materiellen Dinge, welche uns gespendet wurden:

- **Restaurant Alpenrösli Wallikon, Dessert**



Aufgrund der aktuellen Corona-Situation finden vorerst keine Veranstaltungen statt!



Generalversammlung

Bereits zum zweiten Mal in der Geschichte der Genossenschaft Alterssiedlung Wetzikon musste die Generalversammlung auf schriftlichem Weg abgehalten werden.

Die Genossenschaftler*innen konnten ihre Stimmrechte brieflichen ausüben. Die schriftlichen Abstimmungen wurden am Donnerstag, 24. Juni 2021 abgeschlossen. Die Stimmzettel wurden durch unseren Präsidenten, Herr Jean-Pierre Kuster als Vorsitzender, dem Notar, Herr Rolf Kobelt als Stimmzähler und Alexandra Locher als Protokollführerin bei der Restversammlung auf dem Notariat in Pfäffikon ausgezählt.

Die Ergebnisse der schriftlichen Abstimmung wurden protokollarisch festgehalten und bereits per Post den Genossenschaftler*innen zugestellt. Erfreulicherweise wurden alle Traktanden mit grossem Mehr angenommen. Besonders freut uns, dass alle Vorstandsmitglieder wieder gewählt wurden. Herzlichen Dank für das entgegengebrachte Vertrauen.

Alexandra Locher, Geschäftsführerin



Vom Vorstand



Neubau & Duschen

Vorerst möchte ich mich, auch im Namen meiner beiden Kollegen Daniel Krähenbühl und Konrad Siegfried, für die Wiederwahl in den Vorstand ganz herzlich bedanken. Weil wir neue Mitglieder nur an einer regulären Versammlung wählen wollen, arbeiten wir derzeit im Vorstand mit dem statutarischen Mindestbestand von 5 Personen. Wir sind aber zuversichtlich, dass wir an der Generalversammlung 2022 unser Team wieder gut ergänzen können.

Die Generalversammlung hat am 24. Juni den Kredit für den Neubau an der Talstrasse mit 281:5 Stimmen genehmigt. Wir haben in der Folge das Baugesuch am 1. Juli unterzeichnet

und eingereicht. Jetzt warten wir auf die Bewilligung der Gemeinde. Wenn keine Rekurse eingereicht werden, starten wir im Februar 2022 mit dem Abbruch des alten Hauswarthauses und dem Aushub.

Die leidige Geschichte mit den defekten Duschen an der Bahnhofstrasse 256 ist um ein Kapitel reicher: Weil wir eine gerichtliche Klage angekündigt haben, sind die blockierten Gespräche wieder in Gang gekommen. Wir werden nun mit Hilfe eines Mediators eine einvernehmliche Lösung suchen und hoffen so, auf eine gerichtliche Auseinandersetzung verzichten zu können.

Jean-Pierre Kuster, Präsident

Verstärkung in der Verwaltung

Diana Di Piazza

"Die besten Zeiten im Leben sind die, in denen du merkst, du bist zur richtigen Zeit am richtigen Ort mit den richtigen Menschen"



Seit Mitte Mai arbeite ich im 50% Pensum (Mo, Di und Do) in der Verwaltung der Genossenschaft Alterssiedlung Wetzikon und wurde von Anfang an äusserst herzlich aufgenommen. Ich habe mich vom ersten Augenblick an sehr wohlgefühlt in der ASW und mich mittlerweile schon gut eingelebt. Das Schönste an meiner Arbeit ist für mich, dass ich neben den administrativen Aufgaben auch viel Kontakt mit den Mietern habe, jeder Tag neue Überraschungen mit sich bringt und so kein Tag dem anderen gleicht. In der Zwischenzeit durfte ich schon viele Mieter persönlich oder telefonisch kennenlernen und ich freue mich immer sehr, wenn ich in den Siedlung auf neue Gesichter treffe. Neben den täglich anfallenden Arbeiten bin ich unter anderem für die ASW Zeitschrift, das koordinieren der Belegung von unseren Gemeinschaftsräume und die Homepage verantwortlich. Seit Ende August können wir die Sprechstunden wieder in den Siedlungen abhalten und ich werde an diesen auch vermehrt anzutreffen sein. Ich hoffe, dass wir auch bald die Events wieder durchführen können und freue mich schon sehr darauf diese zu organisieren.

In meiner Freizeit halten mich meine zwei schulpflichtigen Töchter regelmässig auf Trab und sorgen dafür, dass es mir auch zu Hause nie langweilig wird. Wohnhaft bin ich in Nürensdorf, verbringe jedoch auch viel Zeit im schönen Zürcher Oberland, vor allem rund um

den Pfäffikersee. Ich bin sehr gerne draussen in der Natur, am liebsten am Wasser oder aber in unserem Garten, welcher im Sommer aus vielen Blumen und Naschereien besteht. Ich nenne es "unser kleines Familien Projekt", weil wir jeden Frühling zusammen entscheiden was gepflanzt wird, so ganz nach dem Motto je bunter je besser. Meine grosse Leidenschaft ist zudem das Campen, welche meine Kinder glücklicherweise mit mir teilen. So sind wir bei gutem Wetter oft mit dem Zelt unterwegs, meistens an einem schönen Platz am See. Zeit mit meiner Familie und Freunden steht für mich an erster Stelle. Dass ich wenn es die Zeit zulässt, sehr gerne koche und backe, passt meistens ganz gut dazu und trägt oft zu einem geselligen und gemütlichen Abend bei.



Ich finde es sehr schön, dass in der ASW der Gemeinschaftsgedanke und die Hilfsbereitschaft klar spürbar ist. Ich durfte bereits in so kurzer Zeit viele spannende Momente erleben und freue mich schon sehr auf das was noch kommen wird.

Diana Di Piazza

interview mit Albert Bachmann

Herr Albert Bachmann ein Olympia-Teilnehmer unter unseren Mietern

Herr Bachmann wo sind Sie aufgewachsen?

Aufgewachsen bin ich in Pfäffikon. Ich habe dort mit meinen zwei Geschwistern bis 1968 gelebt. Meine Eltern waren Kleinbauern und wir hatten teilweise bis über 100 Schweine. Nebenbei hat mein Vater oft noch Transporte ausgeführt um sich etwas dazu zu verdienen. Wir haben immer noch einen Garten dort, wo ich auch heute noch oft anzutreffen bin.

Wie war Ihr weiterer Lebensweg nach Abschluss der Schule?

Nach der Schule habe ich eine Lehre als Autolackierer in Wetzikon gemacht, was mir sehr gut gefallen hat. Ich durfte dort viele schöne Arbeiten erlernen, besonders das Arbeiten an Oldtimer hat mir sehr gut gefallen. Danach habe ich an diversen Orten gearbeitet, einmal auch für 1½ Jahre im Tessin. Zwischendurch wurde ich jedoch immer wieder nach Hause gerufen, weil mein Vater krank war. Dazumal hat man noch "gehört" wenn die Eltern gerufen haben und «Not an Mann» war, ist man eingesprungen. So musste ich in dieser Zeit meinen Vater auf dem Hof vertreten. Nebenbei habe ich von zu Hause aus an diversen Orten gearbeitet und dann war, schon während der Schulzeit, der Sport meine grosse Leidenschaft.

Ja das habe ich gehört, erzählen Sie mir etwas davon?

Zuerst war ich in der Jugendriege bevor ich 1954, da war ich bereits in der Lehre, mit Fussball und Eishockeyspielen begann. Dazumal war es noch üblich, dass man im Winter eine Alternative zum Fussballtraining hatte. Ich habe 6 Jahre Eishockey und etwa 17 Jahre Fussball gespielt. Von den Junioren B konnte ich direkt in die 1. Mannschaft wechseln. Durch Kollegen kam ich Ende 1960 zum Waffenlauf und zum Dreikampf. Eishockey konnte ich mir nicht mehr leisten, ich musste mir das ja selber finanzieren. In der Schulzeit habe ich Tannenzapfen zum Anfeuern und selbst gepflückte Blumensträusse im Dorf verkauft und mir so etwas dazu verdient. Und dann war da natürlich noch das Mäusen. Ich hatte über 50 Mausefallen, dadurch gab es als Lohn Mausegeld und so



einen schönen Zustupf.

Nachdem ich später das Fussballspielen, aufgrund von Verletzungen, ebenfalls aufgeben musste, begann ich an Militärradrennen teilzunehmen. Ebenfalls war ich mit dem Wehrsport an vielen 2- und 4-Tage Märschen dabei, teilweise mit und ohne Gepäck. 1965 gründete ich dann zusammen mit Kollegen einen eigenen Verein: "den Pfäffikoner Wehrsportverein".

Was war Ihr schönstes Erlebnis?

Durch meine guten Kontakte zum Militär konnte ich 1972 an den Olympischen Spielen München teilnehmen. Treffpunkt war in St. Margarethen, von dort aus sind wir dann in 5 Tagen nach München gelaufen, jeden Tag 50 Kilometer. Diese Zeit an der Olympiade war einmalig und unvergesslich, das kann man gar nicht in Worte fassen. Die Spiele wurden jedoch auch von einem tragischen Ereignis überschattet, ein Attentat auf die israelische Mannschaft im Olympiadorf, das war ganz schlimm. Ebenfalls ein Highlight war als ich mich 1986 für den Zürcher Triathlon angemeldet habe. Ich wollte das einfach mal noch ausprobieren und schauen, ob ich das noch schaffe. Ich bin dort

mit meinem Militärrad angetreten und keiner vom Komitee glaubte daran, dass ich damit nur annähernd eine Chance habe ins Ziel zu kommen, aber ich habe es geschafft. Kurz darauf hätte ich die Möglichkeit gehabt am Triathlon in Hawaii teilzunehmen, leider waren aber die Kosten dafür sehr hoch und ich konnte mir das nicht leisten.

Wie geht es Ihnen heute und was machen Sie heute noch?

Nach etlichen Operationen habe ich mit Waffenlauf aufgehört und 2007 auf «Nostalgie» gewechselt. Ich durfte dann mit dem Militärrad noch viele schöne Dinge an diversen Auftritten, wie an der Tour de Suisse oder am Schwingfest, erleben.

Gibt es etwas, was Sie bereuen nicht gemacht zu haben?

Ja, dass ich nicht am Triathlon in Hawaii teilnehmen konnte.

Was ist Ihr Lieblingsessen?

Oh, das ist schwierig. Einfacher wäre die Frage was ich nicht gerne esse. Aber wenn ich jetzt in einem Restaurant frei etwas bestellen könnte, wären es «Vierkantrösti», also Pommes Frites und Schnitzel.

Was gefällt Ihnen am besten hier in der ASW?

Es ist das Gesamtpaket, also die Kontakte und der Zusammenhalt auch mit den Mietern an der Kreuzackerstrasse 1 und 7. Der Mieter-Kaffeetreff, welcher vorher immer am Montagmorgen stattfand, habe ich, als Treffpunkt zum Plaudern, sehr geschätzt. Leider findet dieser nun am Montagnachmittag statt und da bin ich bereits am Jassnachmittag.

Wie ich gehört habe jassen Sie sehr gerne. Jassen Sie auch noch an anderen Orten?

Ja, ich jasse an etlichen Orten. In Uster, Rusikon, Pfäffikon und auch Wetzikon gibt es geführten Jasstreffen. Diese werden von jemandem organisiert, welcher Leuten die gerne jassen, eine Freude machen möchte. Da bin ich immer sehr gerne mit dabei, sofern es die Zeit erlaubt.

Wie sieht ein normaler Tagesablauf bei Ihnen aus?

Ich stehe um 6.30 Uhr auf und bereite das Frühstück vor. Um 7 Uhr stelle ich den Radio ein damit mein Schatz hört, dass es Zeit zum Frühstück ist. Später lese ich die Zeitung und dann wird erledigt was im Alltag anfällt: putzen, einkaufen und wir gehen regelmässig nach draussen. Das Kochen überlasse ich meiner Frau, sie ist gelernte Köchin und macht das gerne und sehr gut.

Wie haben Sie die Corona Zeit erlebt?

Was in dieser Zeit besonders verloren geht, sind die Kontakte mit Menschen, die ich man gut kennt. Viele Leute haben sich aus Angst eingeschlossen und getrauen sich nicht mehr nach draussen. Ich finde es trotz allem wichtig, die Wohnung zu verlassen und nach draussen zu gehen. Wir haben uns einfach gut geschützt und uns an die Hygienevorschriften gehalten. Dank der Verwaltung wurden wir auch immer sehr gut aufgeklärt, das habe ich sehr geschätzt. Sehr vermisst habe ich auch die Events hier in der Siedlung, wie das Fondueessen oder der Spaghettiplausch, welche doch jedes Mal ein grosses Highlight war.

Gibt es etwas in Ihrem Leben, was Sie rückblickend anders gemacht hätten?

Gibt es etwas in Ihrem Leben, was Sie rückblickend anders gemacht hätten?

Ich würde heute vielleicht etwas lernen, womit ich mehr verdienen könnte. So hätte ich mehr Geld in meine grosse Leidenschaft, den Sport, investieren können.

Was haben Sie noch für Ziele und Träume?

Gesund bleiben und dass auch alle anderen in meinem Umfeld gesund bleiben. Und dass ich weiterhin so gute Gespräche hier in der Siedlung führen kann.



Interview von Diana Di Piazza

„Cajochen-Nidelwähe“

Ein süsses Dessert aus dem Ofen, ein Klassiker unter den Schweizer Kuchen, ist unkompliziert und schmeckt besonders cremig, so wie es sich für eine richtige Nidelwähe gehört. Meine Mutter hatte diesen herrlichen Kuchen früher schon oft gebacken, leider war ihr Rezept nicht mehr auffindbar. Per Zufall bin ich dann auf dieses Rezept gestossen und backe diese Wähe seit dem regelmässig. Eine kleine Erinnerung an die früheren Zeiten, welche immer gut ankommt und fast jedem schmeckt.



Zutaten:

Rezept für ein Blech von 24-26cm Ø

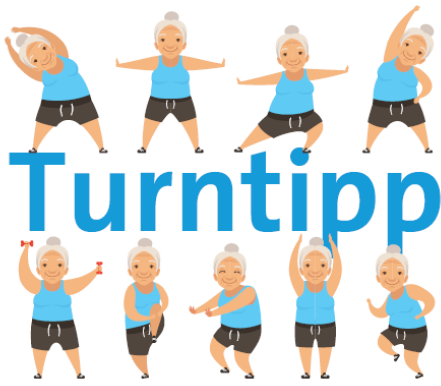
- 1 **Blätterteig** ausgerollt
- 1 dl **Milch**
- 3 dl **Saurer Vollrahm**
- 3 **Eier**
- 3 EL **Zucker**
- ½ EL **Vanillezucker**
- ½ EL **geriebene Zitronenschale**
- 1 Prise **Salz**

Zubereitung:

1. Butter, Jogurt, Zucker, Salz und Eier in einer Schüssel rühren, bis die Masse heller ist.
2. Alle Zutaten gut miteinander vermischen und kurz vor dem Backen auf den Teigboden giessen.
3. **Backen:** Bei 200° Grad in der unteren Backofenhälfte ca. 25-30 Minuten goldgelb backen.

Viel Spass beim Backen und „en Guete“
Eure Erika Cajochen





Kraft: Starke Beine, starke Leistung: Ihre Beinmuskeln helfen Ihnen beim Gehen, Treppensteigen und Sich-Auffangen nach einem Stolperer. Ergänzend unterstützt Sie die Rumpfmuskulatur bei der aufrechten Haltung.

Knie strecken im Sitzen

Sitzen Sie aufrecht, der Rücken ist gut abgestützt, die Oberschenkel liegen auf der Sitzfläche. Heben und senken Sie den Unterschenkel. Wechseln Sie das Bein.

Variante 1: Halten Sie das Bein 10 – 20 Sekunden in der gestreckten Position.

Variante 2: Befestigen Sie eine Gewichtsmanschette am Fussgelenk.



Knie beugen mit Haltehilfe

Stellen Sie sich aufrecht hinter Ihre Haltehilfe, sodass Sie sich sicher abstützen können. Schauen Sie geradeaus. Stehen Sie hüftbreit, beide Fussflächen auf dem Boden. Die Füße zeigen möglichst parallel nach vorne. Beugen und strecken Sie nun die Beine, halten Sie den Oberkörper aufrecht. Ihre Knie sollten nicht über die Fussspitzen hinausragen.

Variante: Machen Sie die Übung ohne Haltehilfe, die Haltehilfe bleibt jedoch in Reichweite.



Aufstehen und absitzen

Sitzen Sie auf einen Stuhl und platzieren Sie die Füße hüftbreit, leicht hinter den Knien. Lehnen Sie sich vorwärts über Ihre Knie und stehen Sie auf, ohne sich mit den Händen abzustützen. Setzen Sie sich wieder.

Variante: Aufstehen und absitzen mit Abstützen auf der Armlehne



DER ETWAS ANDERE SPIELNACHMITTAG

Skip-Bo, Rummikub, Rommé, Triominos & Kuchen

Seit Pfingsten ist es nun endlich soweit und es darf nach langer Pause wieder gespielt werden. Jeden Dienstagnachmittag findet im Bistro an der Kreuzacherstrasse der beliebte Spielnachmittag statt. Noch müssen gewisse Verhaltens-



und Hygieneregeln eingehalten werden, was aber dank den beiden Organisatorinnen einwandfrei gewährt wird.

Seit über 20 Jahren

Seit über 20 Jahren organisiert Frau Regina Bachmann diesen Spielnachmittag und wird dabei von Frau Ruth Schuhmacher tatkräftig unterstützt.

An diesem Nachmittag treffe ich im Bistro auf 12 Leute, hauptsächlich Mieter*innen, wobei auch Externe herzlich willkommen sind. Viele von ihnen sind schon seit vielen Jahren mit dabei. Beim Betreten des Raumes, wird sofort spürbar, dass mit viel Konzentration und Freu-



de gespielt wird. An zwei Tischen wird geasst und am dritten Tisch läuft eine spannende Partie «Rummikub». Die Stimmung ist vergnüglich und heiter, so dass man sich in dieser Runde gleich wohlfühlt. Geradezu offensichtlich ist es, wie gut es vielen tut, endlich wieder alte Bekannte zu treffen und einen lustigen Nachmittag zu verbringen. Es ist ein kleiner Schritt zurück zur Normalität, welcher gerade in dieser Zeit so wichtig ist.

Leges- und Kartenspiele

Zur Auswahl stehen diverse Spiele. Sehr beliebt ist «Skip-bo», ein Legespiel für 2-6 Spieler oder «Rummikub», ähnlich dem Kartenspiel



«Rommé», nur dass mit Spielplättchen statt Karten gespielt wird. Aber es werden auch neue Spiele ausprobiert, wie zum Beispiel «Triominos», eine erweiterte Variante von Domino, welches aber mit dreieckigen Steinen gespielt, was es besonders spannend macht. Neben dem Jassen hat es für jeden und jede



Spieler*in etwas dabei. Selbst Kartenhalter sind vorhanden, welche mit viel Liebe selbst hergestellt wurden.



Zusammen Zeit verbringen

Dieser Nachmittag ist eine wunderbare Möglichkeit, um mit anderen Mieter*innen, Freunden oder auch neuen Bekanntschaften aktiv die Zeit zu verbringen. Wer gewinnt oder verliert ist dabei zweitrangig. Vielmehr geht es den Teilnehmenden darum, sich mit anderen Leuten zu treffen, Spass zu haben und nicht zuletzt bei Kaffee und Kuchen zusammen zu plaudern.



Spielen macht Freude und ist keine Frage des Alters. Ich denke, alle die schon einen richtig gemütlichen, spannenden und lustigen Spielnachmittag erlebt haben, wissen was ich meine. Wer von der Spiellust mal so richtig gepackt wird, freut sich bereits im Voraus auf den nächsten Spielnachmittag.

Kaffee und Kuchen

Nach einem feinen Stück Kuchen und Kaffee, ist es für mich bereits wieder an der Zeit, diese sympathische Runde zu verlassen. Nur zu gerne hätte ich mich dazu gesetzt und eine Runde «Triominos» mitgespielt. Ein grosser Dank gilt den beiden Organisatorinnen, für diesen spielerischen, lustvollen und sehr wertvollen Beitrag an das Zusammenleben in der ASW.

Diana Di Piazza, Verwaltung

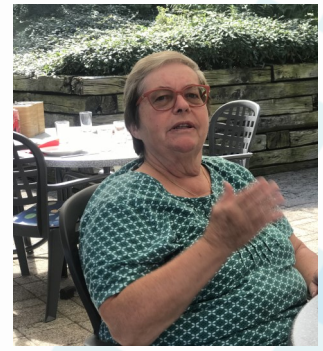


GRILLIEREN

Der Grillchef empfiehlt: GUTE LAUNE

Wir haben die schönen Tage genutzt und in den Siedlungen den Grill oder die Feuerschale angefeuert. Gemütlich wurde bei Wurst, Brot und leckeren, selbstgemachten Salaten geplaudert und die gemeinsame Zeit genossen.







Schon sehr früh habe ich die Vorliebe zu Blumen entdeckt. Ich bin auf einem Bauernhof aufgewachsen, mitten in der Natur, was für uns Kinder ein Paradies war. Später habe ich meine Liebe zu alten Rosensorten entdeckt. Als ich dann einen eigenen Garten bepflanzen und gestalten durfte, habe ich alles was mein Herz begehrt bei Rosen Huber in Dottikon gefunden. Im grossen Schaugarten gibt es ab Ende Mai/Juni so viele Schönheiten zu bewundern, welche auch alle als Jungpflanzen dort erhältlich sind. So hatte ich damals im Jahr 2000 mit grosser Freude die Rosenbögen und Gartenlaube bepflanzt, sie gepflegt und bewundert. Als ich dann 2012 an die Kreuzackerstrasse 1 gezogen bin, war ich glücklich über den grossen Balkon, welchen ich jedes Jahr neu bepflanze, geniesse und mit Freude pflege. Es ist eine Herzensangelegenheit für mich und ich möchte alle welche Pflanzen und Blumen lieben dazu ermuntern diese Freude, samt Bienen, Hummeln und allem was dazu gehört, zu teilen. Hier einige seltene Blumen, welche ich Ihnen gerne vorstellen möchte:

Mirabilis

Die Mirabilis ist eine griechische Sommerblume, welche zu Recht auch den Namen Wunderblume trägt und gehört definitiv zu einer der spannendsten Pflanzen. Im Gegensatz zu anderen Blumen öffnet sie nämlich ihre Blüten erst am späten Nachmittag und lockt dadurch vorwiegend Nachtfalter an. Sie blüht dann bis in die Morgenstunden. Frühlings

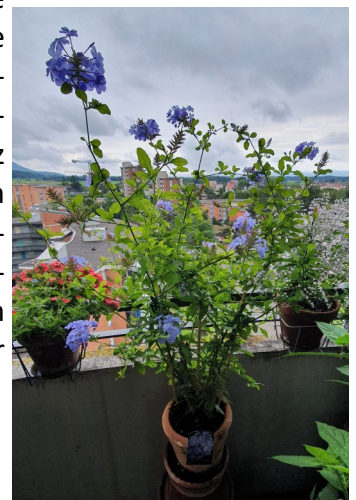


sind die Blüten noch eine Weile lang geöffnet, doch spätestens gegen Mittag hält die „Schöne der Nacht“ ihre wohlverdiente Siesta. Ich

habe dazumal Samen aus Griechenland mitgebracht, welche ich jeden Frühling (Anfang April), in grossen Töpfe, neu sähe. Sie brauchen dann ca. 3-4 Wochen, bis sie ihre grünen Köpfe hervorbringen. Sie blüht in der Regel von Juli bis zum Frost und hat viele Samen, welche man sammeln und im kommenden Frühling wieder neu säen kann. So kann man jedes Jahr wieder aufs Neue diese schöne Blume geniessen.

Plumbago

Der Plumbago ist ein Zierstrauch und gehört zu den Kübelpflanzen. Die Pflanze stammt ursprünglich aus Südafrika und kann als Busch oder Kletterpflanze gezogen werden. Man sieht sie deshalb auch oft in den südlichen Ländern entlang von Mauern. Durch seine auffallenden himmelblauen Blüten setzt er in jedem Garten oder Balkon einen besonderen Farbakzent. Damit die Kübelpflanze fleißig blüht, sollte sie an einem sonnigen, wind- und regengeschützten Platz stehen sonst fangen die Blüten an zu faulen. Erhältlich ist diese schöne Pflanze im Gartencenter Meier in Dürnten.



Bergminze

Die zarte, buschig wachsende Bergminze mit ihren vielen, zarten Blüten und ihren frisch-würzig duftenden Blättern ist eine wahre Augenweide in jedem Garten und zugleich ein Paradies für Insekten und Bienen. Sie eignet sich hervorragend als Trog oder Kübelpflanze und ist sehr pflegeleicht.



Strauchbasilikum

Das Strauchbasilikum ist ein Sommerblüher. Mit seinen unzähligen Blüten sieht er einfach herrlich aus und wirkt wie ein Magnet auf Insekten. Kaum eine andere Pflanze zieht Hummeln, Bienen und Wildbienen mehr an, man könnte dem munteren Treiben der Insekten stundenlang zuschauen.



Rosen-Geranie

Die stehende Rosen-Geranie, bei uns auch Röschengeranien genannt, ist eine traumhaft schöne Geranie. Mit ihren rosenknospigen Blüten, welche aussehen wie kleine Bälle fällt sie einem sofort auf. Ich selber habe die Pflanze aus Griechenland, aber mit etwas Glück findet man sie auch im Garten-Center Meier in Dürnten, welchem ich auch oft Setzlinge zukommen lasse. Sie lässt sich auch relativ einfach selber vermehren indem man einzelne Äste der Pflanze als Stecklinge in die Erde anbringt. Sie lässt sich an einem frostfreien Ort sehr gut überwintern und zeigt sich im kommenden Frühling wieder von ihrer schönsten Pracht.



Viel Spass beim Pflanzen und Geniessen
Eure Elisabeth Hegenbart

RÖSSLIKUTSCHEN-AUSFLUG

Wetzikon-Pfäffikon-Hittnau-Wetzikon

Ich war das erste Mal dabei bei der grandiosen Kutschenfahrt. Man wusste nicht so genau, ob sie stattfindet. Ich habe mich sehr darauf gefreut. Petrus und Herr Schuhmacher haben dies schliesslich ermöglicht zu meiner und unser aller Freude.

Drei Wagen (Zweispänner), standen um 9.30 Uhr an der Kreuzackerstrasse bereit.

Im Vordersten fanden alle nicht mehr so mobilen Teilnehmer Platz. Mittels zweier Rampen und vereinten Kräften wurden Rollatoren und Rollstühle hochgehievt.

Hüaho

Ich musste mich beeilen und hatte mich stilecht in meinen Cowgirl-Outfit geschmissen – was gut ankam! Punkt 10 Uhr ging es los. Hüaho, via



gemäss Auskunft des Kutschers hatte der Wagen ein Eigengewicht von 600 kg und das mit nur zwei PS! Das „Benzin“ (sechs Rüebli) hatte ich schon vor der Abfahrt den Kutschern übergeben.



Auslikon Richtung Pfäffikon. Dann ging es bergauf, dem Restaurant Alpenrösli in Wallikon entgegen. Die Rössli taten mir leid. Waren doch pro Wagen rund 700 kg Passagiergewicht und



Mittagspause

Im lauschigen Restaurant Alpenrösli gab es feinen Braten mit knusprigen Krokettchen. Von den Einnahmen und einem Sponsor, konnte der Kaffee spendiert werden. Das Dessert wurde von der Wirtin Vreni spendiert. Ich sass und ass zusammen mit Elisabeth auf der sonnigen Ter-



rasse. Gute Gespräche!



Heimfahrt

Die Heimfahrt an der Mühle Balchenstahl vorbei (Pfäffikon-Irgenhausen-Auslikon), übers Feld und der Bahnlinie entlang führte uns wieder zurück zum Ausgangspunkt. Während der ganzen Fahrt ging eine kühle Bise und mein Poncho und der Lederhut machten zum Aufwärmen die Runde.



Kühles Bier

Zuhause angekommen hätten viele gern noch eine Runde gedreht. Für die Kutscher gab es noch ein kühles Bier.

Gerne wieder
Eure Jasmin Kreis



KRÄUTERGARTEN IM GULDISLOO

Im Gemeinschaftsgarten hinter der Liegenschaft Talstrasse 23c und in den Hochbeeten auf der Terrasse wachsen verschiedene gesunde und herrlich duftende Kräuter.










Mit Schiefertafeln wird unsere Mieterin Frau Alice Waser die jeweiligen Kräutern beschriften, so dass alle Mieter*innen sich für den

täglichen Bedarf bedienen können ohne lange nach dem gewünschten Kraut suchen zu müssen.

Es wäre sehr schön, wenn es in Zukunft aus vielen Küchen nach frischen Kräutern aus dem Guldisloo duften würde.

Küchenkräuter-ABC: Welches Kraut wofür, was passt wozu?

In diesem Kräuter-ABC erfahren Sie, für welche Speisen und Getränke sich die jeweiligen Kräuter am besten eignen

Kraut		Gerichte	Wirkung
Basilikum		Pasta, Salat, Tomaten, Quark	antibakteriell, immunstärkend, beruhigend
Bärlauch		Pasta, Salat, Quark, Butter, Pesto	antibakteriell, blutreinigend, entgiftend, krampflösend
Bohnenkraut		Suppen, Eintöpfe, Bohnengerichte	verdauungsfördernd, antibakteriell, krampflösend
Dill		Fisch, helle Saucen, Gurkengerichte	verdauungsfördernd, appetitanregend, krampflösend
Estragon		Fisch, Geflügel, Gurkengerichte	krampflösend, antibakteriell, entzündungshemmend
Johanniskraut		Tee, Tinktur, Öl, Salben	stimmungsaufhellend, beruhigend
Kapuzinerkresse		Salate, Pasta, Quark & Butter	antibiotisch, pilztötend, schleimlösend, blutreinigend
Koriander		Suppen, Salate, Gemüsegerichte, Küche, Fisch, Geflügel, Fleisch	entzündungshemmend, antibakteriell, durchblutungsfördernd
Lavendel		Fleisch, Dessert, Salate, Getränke	antiseptisch, beruhigend, wundheilend, krampflösend

Liebstöckel , Maggi- kraut		Suppen, Eintöpfe, Salate, Quark, Butter	entzündungshemmend, ver- dauungsfördernd
Lorbeer		Wild- und Kalb-Gerichte, Bratengerichte, Toma- tensaucen, Pasteten, Ein- töpfe, Brühen, Suppen	verdauungsfördernd, Blasen- probleme
Majoran		Kartoffelgerichte, Fleisch, Bohnen	antibakteriell, schleimlösend, entzündungshemmend
Oregano		Kartoffeln, Tomaten, Fleisch, Eierspeisen	antiseptisch, schmerzstillend, krampflösend, schleimlösend
Petersilie		Quark, Butter, Salate, Sup- pen, Gemüse	entwässernd, harntreibend, entgiftend, blutreinigend
Pfefferminze		Getränke, Desserts,	krampflösend, verdauungs- fördernd
Rosmarin		Fleisch, dunkle Saucen, Kartoffeln	schmerzstillend, verdauungs- fördernd, anregend
Salbei, Müslichrut		Fleisch, Pasta, Gemüse, Gebäck	antibakteriell, antiviral, desin- fizierend, antioxidativ
Schnittlauch		Pfifferlinge, Eierspeisen, Quark und Butter	entzündungshemmend, blut- reinigend, harntreibend
Sellerie-Kraut		Suppen, deftige Gerichte, Pesto	reinigend, entgiftend, verdau- ungsfördernd
Thymian		Fleisch, dunkle Saucen, Kartoffeln	schleimlösend, schmerzstil- lend, pilztötend, beruhigend
Zitronenmelisse		Fisch, helle Saucen, Des- serts, Getränke, Salate	beruhigend, verdauungsför- dernd
Echinacea		Tee, Tiktur, Honig	entzündungshemmend, Stär- kung des Immunsystem



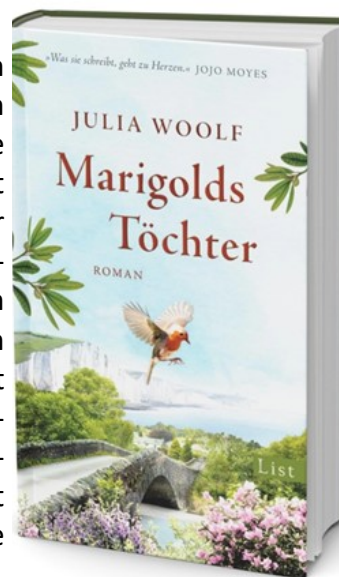
Marigolds Töchter von Julia Woolf

Marigold lebt ein zufriedenes Leben mit ihrem Mann, ihrer Mutter Nan und ihren beiden Töchtern Daisy und Suze. Sie ist sehr beliebt im Dorf. Sie führt einen kleinen Lebensmittelladen, welcher im Mittelpunkt eines englischen Dorfes steht. Bei ihr gehen alle ein und aus und sie liebt es, sich um andere zu kümmern, das weiss auch ihr Ehemann nur zu gut. Kurz nachdem ihre beiden Töchter wieder bei den Eltern unterschlüpfen und auch Großmutter Nan einzieht, ist Marigold voll in ihrem Element. Doch dann beginnt sie zu vergessen - erst wenig, dann immer mehr. Was steckt dahinter? Wird sie einfach nur alt oder ist es mehr? Und hoffentlich bemerkt niemand etwas davon..... Jetzt ist es plötzlich Marigold, die Hilfe braucht.

Sehr einfühlsam erzählt die Autorin Julia Woolf davon, wie sich Marigold und ihre Familie mit dem Thema Demenz auseinandersetzen müssen. Zunächst scheint alles nur auf das Alter hinzudeuten, doch irgendwann ist klar, dass da mehr dahintersteckt. Sehr realistisch wird geschildert, wie sich die einzelnen Familienmitglieder mit der Krankheit auseinandersetzen müssen, welche Gefühle und welche Ängste sie dabei umtreiben. Es ist die Liebe untereinander, die ihnen hilft, mit den Auswirkungen der

Demenz umzugehen. So entsteht eine wunderbare Familiengeschichte, die uns für einmal auf die andere Seite des Lebens mit Demenz bringt. Im normalen Leben befinden wir Leser uns größtenteils ja auf der Seite der Angehörigen eines an Demenz erkrankten Menschen. In dieser Geschichte jedoch, wird die Krankheit aus Sicht der lieben, an demenzerkrankten Marigold geschildert.

Julia Woolf hat einen berührenden Roman über Familie, Liebe und Zusammenhalt geschrieben. Ihr Schreibstil zieht einem von Anfang an in ihren Bann. Ein ernstes Thema - mit viel Liebe und natürlich auch Humor verpackt. Das Buch regt auf besondere Weise zum Nachdenken an.



Ein sehr bewegender Roman, der einen wirklich berührt und zum Nachdenken anregt.

Viel Spass beim Lesen wünscht Euch
Eure Margrit Zimmermann

Neues wagen!

100 Dinge die man getan haben kann

„Wieso habe ich dies nicht schon früher getan?“ Jeder von Ihnen kennt die Situation, wenn man etwas zum ersten Mal macht und es so toll findet, dass man sich wünschte man hätte es viel eher getan.

Anbei einige Aktivitäten, welche es sich zu tun lohnt:

- eine Woche lang nur „Ja“ sagen
- Hummer essen
- Eine Woche ohne Uhrzeit leben
- Jemand Fremden spontan einen Witz erzählen
- Auf einer Wiese liegen & in die Wolken starren
- So laut schreien wie es geht

ZEITWERK

Zentrum für Freiwilligenarbeit Wetzikon & Seegräben

ZEIT.WERK

Zentrum für Freiwilligenarbeit Wetzikon+Seegräben

Anrufdienst

Vor einiger Zeit hat ein alleinstehender Herr die Idee von einem Anrufdienst an uns getragen. Im Januar 2021 konnten wir diese Idee umsetzen und das erste Anrufdienst-Tandem einrichten.

Jeder Anruf hat primär den Zweck, in der vereinbarten Frequenz (wöchentlich bis täglich) festzustellen, ob die alleinstehende Person wohlauf ist.

Kommt kein Gespräch zustande, wird der Anruf mehrfach wiederholt. Sollte an diesem Tag im vereinbarten Zeitfenster überhaupt kein Kontakt zustande kommen, wird die zuvor angegebene Vertrauensperson informiert. Damit wird bestmöglich vermieden, dass Alleinstehende z.B. bei Krankheit oder nach einem Sturz unentdeckt allein bleiben, bis sie zufällig von jemand entdeckt werden.



Dieser Anrufdienst ist kostenlos und will keine Konkurrenz sein zu professionellen Notrufsystemen, welche durch eine permanent besetzte Zentrale betrieben werden und auf medizinische Notfälle ausgerichtet sind.

Der Normalfall besteht darin, dass der/die Anrufende dem/der alleinstehenden Angerufenen in der vereinbarten Frequenz die Gewissheit vermittelt, **dass sich jemand regelmässig um ihn/sie** kümmert und mit ein paar Worten oder einem kurzen Gespräch **menschliche Anteilnahme** und Wärme vermittelt. Jeder Kontakt wird ein paar Minuten dauern und kann beliebig kürzer oder länger gestaltet werden. Der Anrufdienst kann jederzeit abbestellt werden.

Kafi-ZEIT.WERK

Gelungener Auftakt zum ersten „Kafi ZEIT.WERK“.

Mit über 20 Personen starteten wir am 12. August 2021 mit dem ersten Kafi im Quartier-

wohzimmer der ASW in Kempfen. Freiwillige (Gebende), Nehmende und Interessierte von ZEIT.WERK haben sich bei Kaffee und Kuchen gemütlich unterhalten. Dabei traf sich auch ein Tandem unseres Angebots „Plaudertelefon“ (anrufende und angerufene Person), das sich zuvor nur von der Stimme her kannte. Sich dann einmal in der Realität gegenüber zu sein, war eine schöne Überraschung.



Dieses monatliche Treffen bietet eine Möglichkeit, sich zu begegnen, mehr über ZEIT.WERK zu erfahren, neue Leute kennen zu lernen und sich über verschiedene Themen zu unterhalten.

Diese Treffen finden jeden 2. Donnerstagnachmittag (14.00 bis 16.00 Uhr) im Monat im Quartierwohzimmer Kempfen statt.

Anmeldung bis jeweils einen Tag vorher.

Nachbarschaftsauto

Das «Nachbarschaftsauto» von ZEIT.WERK war zum 2000. Mal unterwegs

Es war ein unspektakulärer, aber eben doch wichtiger Transport mehr, als kürzlich das Auto von Walter Grüebler den Parkplatz in Robenhäusern verliess. Die Fahrt mit Anita Utzinger nach Zürich zum Zahnarzt war der 2000. Auftrag des Fahrdienstes «Nachbarschaftsauto», welcher die Wetziker und Seegräbner Organisation



«ZEIT.WERK» anbietet. Für Anita Utzinger bedeutet der Fahrdienst viel, «sehr viel», wie sie betont. Denn der betagten Wetzikerin ersetzt der Freiwilligen-Fahrdienst die Mobilität, welche sie verloren hat. «Ich darf mich melden, sei es für eine Fahrt zum Arzt oder auch einfach, um einen Besuch zu machen».

Die Vermittlungsstelle, Herr Philippe Caviezel von ZEIT.WERK gibt gern weitere Auskünfte und nimmt Fahranfragen entgegen: 044 552 27 27 (-> 2)

Ihre Susanne Brasey, Beratungsstelle
Bahnhofstrasse 256, 8623 Wetzikon

VORSTELLUNG CHRISTA WOLF

Unsere ASW-Fusspflegerin in 2. Generation

Für alle die mich noch nicht kennen, mein Name ist Christa Wolf. Ich bin 53 Jahre alt und arbeite seit 2008 als Fusspflegerin in der Genossenschaft Alterssiedlung Wetzikon.



Aufgewachsen bin ich in Auslikon, wo ich auch heute noch lebe. Ursprünglich habe ich eine Ausbildung als Krankenpflegerin absolviert und arbeitete in diversen Kliniken im In- und Ausland. Mit 41 Jahren wagte ich mich an eine neue Herausforderung. Ich absolvierte die Ausbildung für Fusspflege und trat in die Fussstapfen meiner Mutter. Im Jahre 2009 eröffnete ich meine eigene Praxis im Alterszentrum Sophie Guyer in Pfäffikon.

Seit 13 Jahren komme ich alle 7 Wochen um euren Füßen etwas Gutes zu tun. Mein Angebot umfasst eine professionelle Fuss-, Hand- und Nagelpflege bis hin zur Lackierung. Frauen wie auch Männer sind herzlich willkommen.



Ich freue mich Sie kennen zu lernen und bedanke mich bei all meinen Stammkunden für Ihre Treue.

Bei Fragen stehe ich Ihnen gerne unter 079 334 65 92 zur Verfügung.

Ihre Christa Wolf

B	Z	Q	R	A	E	T	S	E	L	K
S	F	A	S	W	D	N	K	M	R	L

Buchstabensalat

Regeln:

Das Ziel ist es die folgenden 8 Wörter im Buchstabensalat zu finden:

1. Nidelwaehe
2. Autolackierer
3. Haltehilfe
4. Zeitwerk
5. Nachbarschaft
6. Marigold
7. Abbruch
8. Triominos

Die Wörter können waagrecht oder senkrecht stehen.

				T	J	O	M	F										
				U	X	R	N	Z	A	A	W	J						
				V	L	S	I	A	E	R	Y	P	G	H				
				A	W	S	F	O	C	I	I	T	R	I	A	N		
				Z	W	S	K	M	H	T	G	F	N	F	L	Q		
				A	H	A	P	N	I	B	W	O	V	I	M	T	N	R
				V	J	D	O	H	N	A	E	L	S	D	U	E	H	O
				M	N	I	D	W	O	R	R	D	V	E	C	H	T	O
				N	Y	T	D	Z	S	S	K	B	E	L	O	I	O	A
				A	A	B	B	R	U	C	H	C	R	W	W	L	L	U
				K	S	N	E	A	H	C	Q	O	A	K	F	U		
				A	U	T	O	L	A	C	K	I	E	R	E	R		
				K	G	W	D	F	U	K	C	H	O	N				
				B	P	S	T	Q	E	S	E	Q						
				G	K	N	R	F										

2				4			3	
			2		1	9	6	7
7	3				6		2	
5					9	8	4	1
			6			3	5	
3	9			8	5		7	
9	7	2				4		6
6				9	8	2		
8	1			6				5

Gewinnspiel

Bitte reichen Sie die gelösten Rätsel auf dieser Seite (Sudoku und Buchstabensalat) inklusive Namen bis am 30. Oktober 2021 bei der Verwaltung ein. Mit ein wenig Glück gewinnen Sie einen kleinen Preis.

Name:

Adresse:

Sudoku

Regeln:

Das Ziel ist es alle leeren Kästchen innerhalb der neun Quadrate mit Zahlen zu füllen. Und zwar so, dass die Zahlen 1 bis 9 jeweils nur einmal vorkommen – in jeder Spalte, in jeder Zeile und in jedem der neun kleineren, dick markierten Quadrate.



Die Gewinnerin der Verlosung aus der 3. ASW-Zeitschrift Ausgabe ist:

Frau Elsy Crotta

Herzlichen Glückwunsch!



Verwaltung

Genossenschaft Alterssiedlung Wetzikon

Bahnhofstrasse 256

8623 Wetzikon

Tel. 044 931 17 17

E-Mail: info@aswetzikon.ch

Internet: www.aswetzikon.ch