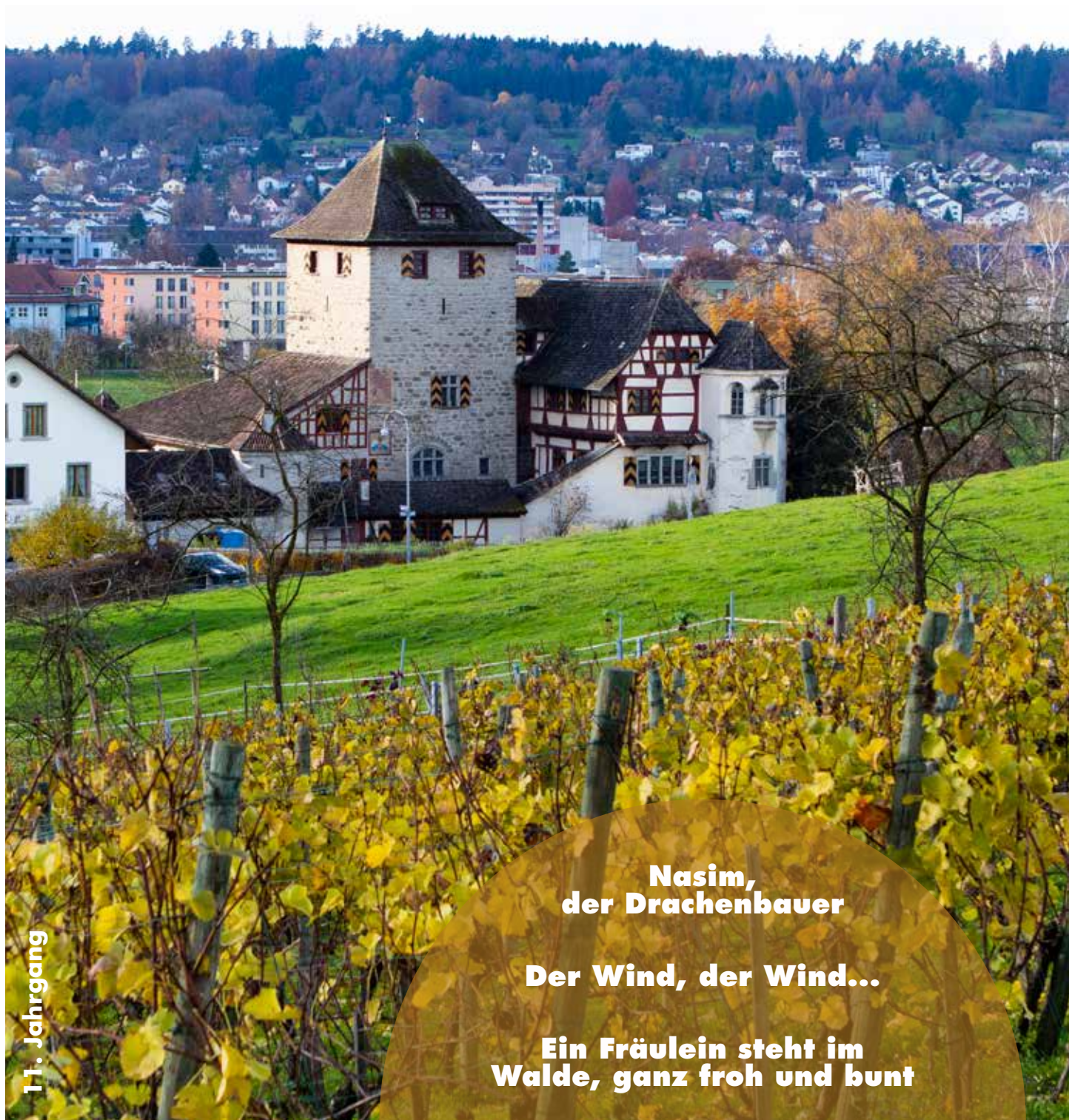


Heidi



22. AUSGABE OKTOBER 2019



**Nasim,
der Drachenbauer**

Der Wind, der Wind...

**Ein Fräulein steht im
Walde, ganz froh und bunt**

IMPRESSUM

Hegi Info

Informationsmagazin des Ortsvereins Hegi-Hegifeld

Titelbild: Mario Margelisch

Auflage: 3500 Expl.

Das Hegi Info wird aufgelegt: Bibliothek Hegi, Mehrzweckraum Hegi, ZKB Filiale Oberwinterthur, Restaurant Kafi Müli, Quartierraum, Restaurant Eulachpark

Redaktionsteam

Leitung: redaktion@ovhegi.ch

Ortsverein: Mario Margelisch, Roman Scheran

Redaktion: Brigitta Reutimann, Peter Bachmann, Elisabeth Buser, Walter Hofmann (Rätsel), Nele Pintelon, Kurt Nobs, Michelle Welter

Lektorat: Maja Walser, Nanni Jelinek

Layout: Paul Deck, deckdesign gmbh **Druck:** Printimo AG

Stadt Winterthur



Das Magazin Hegi Info wird von der Fachstelle Quartierentwicklung der Stadt Winterthur unterstützt.

ORTSVEREIN



Vorstand

Roman Scheran, Präsident	T. 079 209 53 58
Brigitta Reutimann, Kassierin	T. 052 222 50 75
Nanni Jelinek, Aktuarin	T. 052 202 66 87
Roger Gloor	T. 052 242 03 05
Susanne Jenni	T. 052 232 13 87
Christian Beerli	T. 052 525 92 22
Mario Margelisch	T. 079 204 52 50
Yvonne Leuppi	T. 052 242 75 52
Melanie Jöhl	T. 079 318 10 07

OV Hegi-Hegifeld, 8409 Winterthur

Spendenkonto: PC 84-1526-4

Vermietung Mehrzweckraum und Quartierraum:

Yvonne Fürst, T. 079 453 18 45, vermietung@ovhegi.ch

Vermietung Festbänke, Zelte, Grill, etc.:

Roman Scheran, T. 079 209 53 58

Dem Ortsverein beitreten:

Mitgliederantrag an Brigitta Reutimann, Hintermühlenstrasse 49, 8409 Winterthur oder via Homepage.



www.ovhegi.ch
info@ovhegi.ch



facebook.com/OrtsvereinHegi



INSERAT UND ABO

1/8 Seite: (90 x 60 mm Querformat)  einmalig: Fr. 100.–
zweimalig je: Fr. 80.–

1/4 Seite: (185 x 60 mm Querformat)  einmalig: Fr. 200.–
zweimalig je: Fr. 160.–

1/2 Seite: (185 x 120 mm Querformat)  einmalig: Fr. 400.–
zweimalig je: Fr. 350.–

1 Seite Inserat: Fr. 600.–

1 Seite Firmenporträt: Fr. 500.–

Grafikformate: TIF, JPG, PDF

Hegi Info abonnieren: 2 Ausgaben für: Fr. 15.–

Für Inserate und Nachbestellungen:

inserate@ovhegi.ch

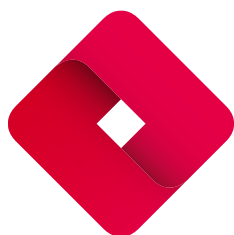
NÄCHSTES HEGI INFO

Erscheinungsdaten

18. Juni 2020 22. Oktober 2020

Redaktionsschluss

4. Mai 2020 7. September 2020



optimo

GROUP

SO VIELSEITIG WIE UNSERE KUNDEN

TECHNIK | PERSONALVERLEIH | LOGISTIK | MIETWERKZEUGE | DRUCK | IT-LÖSUNGEN

WWW.OPTIMO-GROUP.CH

AUS DEM ORTSVEREIN ...

Liebe Hegemerinnen,
Liebe Hegemer,



wenn Sie die Augen ganz fest schliessen, können Sie sich sicher noch vorstellen, wie der Eulachpark an einem Sommertag tönt oder sich die warme Luft an einem der schönen, lauen Abende im Freien anfühlt, untermalt von mediterranem Grillenzirpen. Viele der Freiflächen im Quartier waren mit traumhaften Wildblumenwiesen überzogen. Ein schöner Sommer war es!

Wenn Sie die Augen wieder öffnen, sehen Sie, wie die Temperaturen auf dem Thermometer fallen, die Wildblumen nur noch ihre Fruchtblätter präsentieren und die ersten Nebeltage gekommen sind. Und was passiert in Hegi? Es wächst einfach weiter! Es ist spannend, wie an immer neuen Stellen im Quartier die Kräne ihre fast poetischen Kreise ziehen, bis die neuen Gebäude weiteren Raum für Leben bereitstellen. Und es ist schön zu sehen, wie die Bäume an der Sulzerallee

immer mehr in Form und Grösse ihre Bezeichnung «Baum» verdienen.

Zum Wachsen gehört auch, Wurzeln zu bilden. Dies gilt für Pflanzen gleichermassen wie - im übertragenen Sinn - für Menschen. Für das Quartier - und für jeden Menschen in ihm - ist das Wachstum auch eine Herausforderung. Die einen leben hier schon lange und wundern sich, wie sich vieles in rasanter Geschwindigkeit verändert. Die anderen füllen den neuen Raum und müssen erst noch neugierig das Umfeld erkunden. Mir persönlich ging es 2012 so, als wir nach einem Jahr in Töss nach Hegi zogen. Damals fanden wir eine Einladung zum NZZ in unserem Briefkasten - dem Neuzuzüger Apéro des Ortsvereins Hegi-Hegifeld. Das erste was wir lernten: Wir waren herzlich willkommen! Und das zweite: Eigentlich müsste es OV «Neu-Chli-Hegi-Feld-Dorf» heissen, so vielseitig ist das Quartier, so vielseitig sind seine Menschen.

Nun sind sieben Jahre vergangen und seit 2017 bin ich selbst Mitglied im OV Vorstand, da jemand zum Protokollschreiben gesucht wurde. Endlich etwas, was ich beitragen konnte! So findet sich für jeden Interessierten eine spannende Aufgabe im Quartier - sei es beim OV oder einem der anderen vielen Vereine. Ein wertvoller Schritt für mich, die Häuser haben «Gesichter» bekommen

und sind nicht mehr anonym, und persönliche Wurzeln wachsen weiter. Mit Herbst und Winter erwarten uns wieder wunderschöne Anlässe im Quartier: Das Kerzenziehen im November, die Seniorenweihnacht, die verzaubernden Adventsfenster im Dezember und der Jahresabschluss mit einem Prosit auf dem Dorfplatz. Machen Sie mit!

Alle aktuellen Informationen finden Sie auf unserer Homepage, auf Facebook und in den Schaukästen im Quartier. Übrigens finden Sie das aktuelle Hegi-Info sowie alle Ausgaben seit 2015 als PDF auf der Homepage. Und im OV Hegi Archiv können Sie online noch viel weiter in die Zeit zurückreisen (<https://heginet.ch>).

Bleiben Sie neugierig, egal ob frisch zugezogen oder schon lange im Quartier lebend. Es lohnt sich. Und Wurzeln können immer stärker werden.
Herzliche Grüsse

Nanni Jelinek
Aktuarin Ortsverein Hegi-Hegifeld

Noch was zum Papier

Die Redaktion hat auf umweltschutzfreundlicheres ungestrichenes Recyclingpapier gewechselt, um damit einen kleinen Beitrag zur Reduktion der Klimaerwärmung zu leisten.
Hegi Info - Umweltbewusst!

Hausverkauf von einfach bis gehoben

Engel & Völkers · Winterthur
043 500 64 64 · winterthur@engelvoelkers.com
www.engelvoelkers.com/winterthur



ENGEL & VÖLKERS



«DER WIND ÜBER HEGI WEHT SEHR GUT»

Das sagt Nasim, der Drachenhauer. Der gebürtige Afghane flüchtete zuerst mit seiner Familie in den Iran und jetzt lebt er in der Wohnsiedlung Hegifeld. Drachen bauen ist sein Hobby.

Herbstzeit ist Drachenzzeit. Doch so, wie dieses Spiel im nahen und fernen Osten zelebriert wird, kennen wir das Drachensteigenlassen bei uns nicht. Als Nasim Rasouli vor zwei Jahren in die Schweiz kam, hatte er alles verloren. Kein Heim, kein Geld, eine fremde Sprache, eine ungewohnte Kultur und das Schwierigste, keine Arbeit. Seit er 10 Jahre alt war, arbeitete er, um seine Familie zu unterhalten. Damals starb sein Vater als junger Mann. Nasim war der Älteste von vier Kindern und somit verantwortlich für die Mutter und die kleineren Geschwister. Sein Vater betrieb eine Lederwerkstatt, wo er Pferdesättel, Zaumzeug, Reitstiefel, Hundehalsbänder, Taschen, Gürtel und vieles mehr herstellte. Als 6-jähriger kleiner Knirps begann Nasim in der Werkstatt seines Vaters das gleiche Handwerk zu erlernen. Das war weise, dass der Vater den Sohn lehrte. Nasim hatte in den vier Jahren vieles gelernt, sodass er fähig war, als 10-jähriger

Bub, nach Vaters Tod, seine Mutter und die drei Geschwister zu versorgen. Nasim arbeitete immer gerne. Ein Leben ohne zu arbeiten, macht für ihn keinen Sinn. Nun war er in der Schweiz. Die Umstände drängten ihn und seine Familie dazu, sein Land zu verlassen. Das alte Busdepot an der Tösstalstrasse wurde für die geflüchtete Familie zur ersten Herberge.

Drachenhauen als Beschäftigung

Warten, dass die Zeit vergeht, war nicht Nasims Ding. So begann er aus Plastiksäcken Drachen zu bauen. Drachen konstruierte er schon seit seiner Kindheit. Der geschickte Handwerker war nicht verlegen, aus Abfallmaterial seine Flugobjekte herzustellen. In seiner Heimat ist die Drachenfliegerei das liebste Freizeit-

vergnügen. Mit glänzenden Augen und Freude erzählt Nasim, dass jeden Freitag die Menschen in Scharen auf die Hügel steigen. Tanzende, bunte Papierdrachen erobern den Himmel über Afghanistan. Drachen fliegen zu lassen ist ein herausfordernder Wettkampf, bei dem es durch geschicktes Manövrieren des eigenen Drachens die Schnur des Gegners zu durchtrennen und dessen Drachen zum Absturz zu bringen gilt. Wird die Schnur von einem Gegner durchtrennt, gehört der Drachen demjenigen,



GRAF & PARTNER.

DIE IMMOBILIEN AG.

VERKÄUFER ZUFRIEDEN. KÄUFER ZUFRIEDEN. GRAF & PARTNER ZUFRIEDEN.



Ralph Löpfe

Robert Meyer

FINANZBERATUNG/ MARKTWERTERMITTLUNG

- Wir **bewerten** für Sie
- Wir **vermieten** für Sie
- Wir **verkaufen** für Sie

Rufen Sie uns einfach an oder schreiben Sie uns eine E-Mail – wir unterstützen Sie gerne!

Schützenstrasse 53 • 8400 Winterthur • Telefon 052 224 05 50 • graf.partner@immobag-winterthur.ch • www.immobag-winterthur.ch

der ihn erhaschen kann. Nasim erzählt stolz, dass er als 15-jähriger Junge einmal gegen den stadtbesten Drachenflieger gewonnen habe. Seine Frau, Simin, damals ein junges Mädchen, konnte er dadurch sehr beeindrucken. Überhaupt, die Frauen sind Zuschauerinnen und erfreuen sich an den schönen Farben der Drachen und in der Nacht sogar an den mit Kerzen beleuchteten Objekten.

Nun baut Nasim ohne teures Papier seine Drachen. Aus Bambus schneidet er feine Stäbe und konstruiert sie zum Gerüst. Dann überzieht er es mit feinen Plastiksäcken. Wo er sie fliegen lässt, sind die Leute überrascht, mit welcher Geschicklichkeit er es versteht, sie zu manövrieren. Sofort gesellen sich Kinder und Erwachsene zu ihm. Eine PET-Flasche dient ihm als Fadenspule. 300 - 400 Meter steigt sein Drache in den Himmel. Als kleiner Punkt ist er dann kaum noch zu erkennen. Grosses Erstaunen erhält er von allen Seiten. Das motivierte Nasim, sein Hobby weiter zu pflegen. Er bekam sogar die Möglichkeit, sein Können an Kindergruppen weiter zu geben. Gerne ist er bereit, das weiterhin zu tun.

(Anfragen bitte an die Redaktion; wir leiten diese an Nasim weiter.)

Verstoss gegen das Luftfahrtgesetz

Seit bald einem Jahr lebt Nasim mit seiner Frau Simin und den zwei jüngeren Söhnen in der Wohnsiedlung Hegifeld.

Nasim liess seine Drachen meist im Eulachpark und auf den Hegmatten steigen. „Der Wind über Hegi ist sehr gut“, freute er sich. Eines schönen Sommerabends, weit und breit kein Segelflugbetrieb, liess Nasim seinen Drachen auf den Hegmatten steigen. Wie aus dem Nichts, landete dann doch ein Segelflugzeug. Die Polizei wurde gerufen und Nasim zur Rede gestellt. Wegen Verstosses gegen das Luftfahrtgesetz erhielt er eine saftige Busse. Nichts Unrechtes wollte er tun, doch seine Freude wurde getrübt. Nun sieht man Nasims Drachen nicht mehr über Hegi zappeln. Im Umkreis von drei Kilometern darf er sie nicht mehr steigen lassen. Irgendwie schade. >>>>



Gebrüder Vogel & CO Malerbetrieb

Malen
Tapezieren
Fassaden
Fugenlose Oberflächen
Dekoratives
und vieles mehr...

Else-Züblin-Strasse 27 8404 Winterthur
Telefon 052 233 08 66, Fax 052 233 08 32
info@vogel-malerbetrieb.ch vogel-malerbetrieb.ch

Vogel



Nasim der Deckennäher

Freiwillig beteiligt sich Nasim am Projekt „mini decki“. Als erwachsener Mann arbeitete er viele Jahre in einer Kleiderfabrik als Näher. Daher bereitet ihm das Nähen von Decken keine Schwierigkeiten. Während der grossen Flüchtlingsströme nach Europa, mit denen auch Nasim und seine Familie kamen, wurde das Projekt 2015 ins Leben gerufen. Jedes Flüchtlingskind, welches neu in die Schweiz kommt, soll zukünftig seine eigene Bettdecke erhalten. Eine Decke bedeutet Geborgenheit, ein Zuhause, Wärme. Das war die Idee von Simone Maurer aus Rütihof. Seit Anfang dieses Jahres nähte Nasim freiwillig bereits 300 Decken für Flüchtlingskinder. Und wen wundert's? Viele seiner Decken erhalten ein Drachennmuster. „Ich weiss, wie es diesen Kindern geht und ich möchte mithelfen, ihre Not zu lindern.“ Nasims Herz schlägt für seine Mitmenschen, für Benachteiligte, für Alte und Kinder. „Für andere da zu sein, macht mich zufrieden“, sinniert Nasim. Um weitere Decken herzustellen, sucht das Projekt „mini decki“ ständig gut erhaltene Bettwäsche und Baumwollstoffe. Nasim und die Projektleiter sind gerne Abnehmer. (Adresse der Redaktion bekannt).

Nasim der Gärtner

In diesem Mann sind viele Talente verborgen, welche er gerne auslebt. Wie schon erwähnt, ist Nasim ein Mann der Tat. Ausruhen und nichts tun, liegen ihm nicht. Tatkräftig und ebenfalls freiwillig, wirkt er mit Geschick im HEKS Gartenprojekt für Flüchtlinge mit. In den Gärten im Gutschickquartier erfreut er sich am Gedeihen der grossen Tomaten, Gurken und Peperoni, an den Kräutern und ganz besonders an den Sonnenblumen, welche er mit viel Liebe pflegt. Nasims Wunsch ist es, dass er das Leben seiner Familie ohne Unterstützung des Sozialamtes finanzieren könnte. Am liebsten würde er das mit Gartenarbeiten tun. Dass sein Wunsch in Erfüllung gehen könnte, wäre ihm sehr zu gönnen.



Nun lässt Nasim im grossen Park vom Grüzefeld seine Drachen steigen. Wenn Sie, liebe Leserinnen und Leser, einen kleinen Punkt am Himmel sehen, so denken Sie an Nasim, er ist gerade sehr glücklich.

Elisabeth Buser

Holz für Profi- und Heimwerker:

Zehnder **Holz** Handel AG

Alles zum Bauen mit Holz!

Rümikerstrasse 41, 8409 Winterthur-Hegi

Telefon 052 245 10 30, zehnder-handel.ch

Mo – Fr 0700 – 1200 / 1300 – 1730 / Sa 0900 – 1300

A

CRANIO SACRAL THERAPIE

in Oberi

Sandra Gubler | Römerstrasse 232 | 8404 Winterthur
078 765 83 88 | www.winterthur-cranio.ch

BIBLIOTHEK HEGI



Neu im Bestand: Tonie Hörfiguren...

Bestimmt haben einige Kinder bereits die kleinen farbigen Figuren entdeckt, welche es seit einigen Wochen in der Bibliothek Hegi auszuleihen gibt: Bibi Blocksberg, Räuber Hotzenplotz, Wickie und viele weitere Kinderbuchheldinnen und -helden im Taschenformat warten darauf, mit nach Hause genommen zu werden. Diese robusten Figuren namens Tonies laden einerseits zum Spielen ein, vor allem aber sind sie eine neue digitale sowie kindergerechte Art, Hörspiele und Musik abzuspielen. Jede Hörfigur erzählt ihre eigene Geschichte. Dazu muss sie lediglich auf die Toniebox – einen stossfesten Hörwürfel – gestellt werden, auf welcher sie magnetisch haften bleibt. Im Gegensatz zu den für Kratzer anfälligen CDs sind Tonies somit auch für Kinder einfach und unkompliziert zu bedienen.

In der Bibliothek Hegi sind zwei Tonieboxen vorhanden, um die Figuren vor Ort auszuprobieren und in Hörspielabenteuer abzutauchen. Zurzeit sind 50 verschiedene Toniefiguren ausleihbar – Hörspielklassiker, bekannte und beliebte Kinderhörbücher sowie Kinderlieder und Musik. Auch Wissensthemen aus der spannenden Was-ist-Was-Reihe gibt

es als Hörfiguren. Der Tonie-Bestand der Bibliothek wird laufend erweitert.

... und altbewährt: Geschichtenort Bibliothek

Geschichten hören kann man natürlich nicht nur mit den Tonies, sondern auch an einer der vielen Veranstaltungen in der Bibliothek: Im Miniclub, in dem Kinder eine Geschichte spielerisch erleben, oder beim Eintauchen in Bilder-

bücher während der monatlich stattfindenden Geschichtenkiste. Spezielle Erzählmomente beschert jeweils auch der japanische Kamishibai-Koffer, dessen geöffnete Klappen den Blick auf ein Papiertheater freigeben. Und bestimmt freuen sich schon viele auf das bereits zur Tradition gewordene Adventsvorlesen: Im Dezember lädt die Bibliothek jeden Nachmittag ein zum gemütlichen Geschichtenlauschen. Herzlich willkommen!



Etwas für Sie?

Christine Zähringer
Reismühlestr. 11/87
8409 Winterthur-Hegi
079 269 97 12

www.shiatsu-zaehringer.ch kontakt@shiatsu-zaehringer.ch

Verein HWW Hoffnung für Witwen und Waisen

Seit 2014 unterstützt unser Verein in Hegi bedürftige Frauen und Kinder in Ruanda mit Schulmaterialien, Krankenkassenbeiträgen und Finanzierung von Selbsthilfeprojekten.
Herzlichen Dank für Ihre Mithilfe



HWW Hoffnung für Witwen und Waisen
www.hww-evo.ch sylvieruk@yahoo.ch
Sylvie Nirere Rukirande
Ida-Sträuli-Strasse 65 8404 Winterthur
IBAN CH83 0900 0000 6145 5903 0

UNSER EULACHPARK – STIMMEN UND STIMMUNGEN

Die ersten Teile des Eulachparks wurden 2010 mit einem Volksfest eingeweiht. Die Zeitschrift für Architektur und Design «Hochparterre» hat den Park 2013 mit dem «Goldenen Hasen» ausgezeichnet, aber wie kommt er bei der Bevölkerung an?

Nach kleineren Startschwierigkeiten ist der Park bei der Bevölkerung etabliert. Bei jeder Tageszeit wird man jemanden treffen, natürlich etwas abhängig von der Jahreszeit. Im Winter streifen nur verummte Hundebesitzer und Jogger über die Wege. Wenn es schneit, finden sich rasch einige Kinder ein und fangen an Schneemänner zu bauen oder von den kleinen Hügeln zu schlitteln.



Wenn die Tage länger werden, steigt die Besucherzahl rasch. Im Sommer kommen ganze Familien mit Zelten, Liegestühlen und Feuerholz. Und natürlich einem grossen Getränkervorrat, der im

Bach gekühlt wird. Andere setzen sich in den Schatten der Bäume und geniessen ihr Picknick. Eine Gruppe Kinder spielt Fussball. Im Brunnen mit den Fontänen baden andere und spritzen sich gegenseitig nass. Auch die Eulach dient ihnen zur Abkühlung, und manchmal wird ihr Wasser zum kleinen Badesee aufgestaut. Die Eltern baden meist lieber in der Sonne.

Verschiedene Kulturen suchen sich ihren Platz. Jede Gruppe bleibt leider meist unter sich, und es kommt nur selten zum spontanen Austausch, mit einer Ausnahme: Die Kinder gehen einfach aufeinander zu und spielen. Es ist schön sie so unbekümmert zu sehen, und man würde allen etwas mehr davon wünschen.

Der Park ist auch ein vielfältiger Veranstaltungsort. Der Verein Wochenmarkt Halle 710 organisiert jeden Mittwoch einen Markt von 15:30 bis 19:00 in der Halle oder draussen im Park, um auch allen Berufstätigen den Besuch zu ermöglichen. Beim Enten-

rennen des OV bemalen die Kinder ihre eigene Ente und lassen sie die Eulach hinunterschwimmen. Wenn der Zirkus sein Zelt aufstellt, begeistert seine Vorstellung Gross und Klein. Und es finden



links Martin Baschung / Reto Nägelin bei einem Montagsbluesabend

immer wieder kleine Konzerte statt. Im November treffen die Räbelicht-Umzüge des Quartiers im Park zusammen und singen gemeinsam beim Feuer.

In unserem Park werden auch Partys, Junggesellenabschiede und vieles mehr gefeiert. Auf den Bänken im Park kann man jüngere und ältere Personen beobachten, die sich lebhaft unterhalten, ein Buch lesen, Musik hören oder nur ganz still dasitzen. An den Wochenenden treffen sich auch viele junge Leute. Auf den vielen Sitz- und Liegemöglichkeiten «machen sie Party», hören ihre ganz eigene Musik und geniessen die Zeit.



Home Instead
Seniorenbetreuung
Zuhause umsorgt

Telefon 052 208 34 83
www.homeinstead.ch/winterthur

Lebensqualität für Senioren & Entlastung für Angehörige

- Unterstützung von Senioren zuhause & unterwegs
- Hilfe im Haushalt, Kochen, Einkaufen
- Demenzbetreuung, Hilfe bei der Grundpflege
- Immer dieselbe Betreuungsperson
- Krankenkassen anerkannt
- Flexible Einsatzzeiten von 2 bis 24 Stunden



Der grosse Spielplatz bietet Kindern und Eltern ein vielfältiges Angebot von Spielmöglichkeiten. An einem schönen Tag braucht man schon etwas Glück, ein freies Plätzchen zu finden. Regelmässig kann man auch sehr aktive Gruppen sehen: Kampfkunst, Gymnastik, Yoga, Zumba und vieles mehr ist zu entdecken. Auch für Hundebesitzer sind die Wiesen ein beliebter Spielraum. Manch einer trainiert mit seinem Hund oder freut sich einfach, Spielkameraden für ihn zu finden.

Ich habe die Leute im Park gefragt, was ihnen am besten gefällt und man erhält fast ähnliche Antworten: Die zentrale Lage, die gute Erreichbarkeit zu Fuss oder mit dem Velo, die friedliche Stimmung, die Möglichkeit Kinder unbeschwert spielen zu lassen, der Freiraum für gemeinsame Zeit mit Freunden, die

ruhigen anliegenden Strassen, die Restaurants, von denen man sich etwas mit in den Park nehmen kann, die Grillplätze und die stillen Orte. Und die bunten, kugelrunden Leuchten, die seit diesem Jahr wieder in Betrieb sind und dem Park am Abend eine ganz besondere Atmosphäre verleihen.

halten, ihren Abfall zu entsorgen. Lasst uns gemeinsam zu unserem Park Sorge tragen, dann können wir uns noch lange daran erfreuen.

Die letzte Etappe vom Park ist fertig gestellt, damit hat unsere Jugend noch mehr aktiven Bewegungsraum. Ich wün-



Trotz des grossen Andrangs fühlen sich die Anwohner selten gestört. Wenn man die Fenster geschlossen habe, sagte ein Anwohner, höre man nichts mehr vom bunten Treiben im Park. Was den Anwohnern und Parkbesuchern mehr zu schaffen macht, ist der viele Abfall, der trotz der zahlreichen Abfallkörbe auf der Wiese liegen bleibt. Es ist schade, dass einige Besucher es nicht für nötig

sche dem Eulachpark, dass alle, die sich darin bewegen, daran denken, was für ein grossartiges Erholungsgebiet wir von der Stadt bekommen haben. Der Eulachpark ist bei unserer Bevölkerung angekommen und nicht mehr wegzudenken: Das grüne Herz des Quartiers.

*Foto & Text
Mario Margelisch*

Grünform Schlosshalde

Gartenbau und Gartenpflege

T 052 233 78 88, www.gruenform.ch

Wir verwirklichen Gartenträume





**HÜRZELER
SCHAFFROTH**
ELEKTRO- & SICHERHEITSTECHNIK

WIR SORGEN FÜR IHRE SICHERHEIT!

Sehr geehrte Damen und Herren

Der Sommer neigt sich langsam dem Ende zu und der Herbst macht sich bemerkbar.

Leider beginnt damit nicht nur die Erntezeit bei den Landwirten, sondern auch bei den Einbrechern, die den Schutz der früher eintreffenden Dunkelheit nutzen.

Das Schlimmste an einem verübten Einbruch ist dabei nicht nur der Verlust von wertvollen Gegenständen, sondern viel mehr die Tatsache, dass ein

fremder Mensch ungehindert in Ihren persönlichen Bereich eindringen konnte. Schützen Sie Ihr Zuhause mit einer Sicherheitsanlage, die problemlos in Ihrem Haus oder Ihrer Wohnung nachgerüstet und jederzeit erweitert werden kann.

Enzo Giordano, unser Projektleiter für Sicherheitstechnik, verfügt über jahrelange Erfahrung im Bereich Alarm- und Videoüberwachungssysteme sowie in der Zutrittskontrolle. Zusammen mit Ihnen erarbeitet Herr Giordano ein Sicherheitskonzept, das perfekt auf Sie

zugeschnitten ist und zugleich den hohen Sicherheitsanforderungen der heutigen Zeit entspricht. Auch nach der Installation bleiben wir Ihr Partner. Bei Service oder Wartungsarbeiten sowie Erweiterungen oder Austausch stehen wir Ihnen mit unserem ganzen Know-how gerne zur Seite.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Freundliche Grüsse

Stefan Danev
Geschäftsführer

HÜRZELER & SCHAFFROTH
ELEKTRO- & SICHERHEITSTECHNIK AG
OHRBÜHLSTRASSE 93
CH-8409 WINTERTHUR

**HÜRZELER
SCHAFFROTH**
ELEKTRO- & SICHERHEITSTECHNIK

TELEFON +41 58 810 05 00
TELEFAX +41 58 810 05 01

INFO@HÜRZELER-SCHAFFROTH.CH
WWW.HÜRZELER-SCHAFFROTH.CH

SÜSS UND RAFFINIERT «ZUCKER»

Wieviel Prozent der Produkte in einem durchschnittlichen Schweizer Supermarkt enthalten Zuckerzusätze?

A) 1 - 10% B) 20 - 40% C) 60 - 80%

Was ist die von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlene, maximale tägliche Zuckermenge, die ein Erwachsener nicht überschreiten sollte?

A) 5g / 1.2 Zuckerwürfel B) 25g / 6 Zuckerwürfel C) 50g / 12 Zuckerwürfel

Genau mit solchen Fragen hat sich Lenja Lemcke (18 Jahre) in ihrer Maturitätsarbeit an der Kantonsschule Büelrain beschäftigt. Sie wollte herausfinden, welche Rolle Zucker in unserem Leben spielt, wie gut wir die Konsequenzen kennen und wie wir mit diesem Wissen umgehen. In einem Interview hat sie mir Rede und Antwort gestanden. Im aufklärenden Flyer können sie nicht nur die Antworten zum Quiz, sondern auch etliche weitere Informationen finden.

überall! Diesen Aspekt wollte ich beleuchten. Es ist wichtig aufzuklären, wo er überall zu finden ist. Es ist auf keinen Fall eine Forderung zum absoluten Verzicht, nein, ich wollte das Bewusstsein stärken.

War deine Arbeit mehr Forschung oder Aufklärung?

Ganz klar stand die Aufklärung im Vordergrund. Was die Forschung angeht, habe ich eine Umfrage mit über 3200 Gymnasiasten aus allen Sprachregionen der Schweiz gestartet. Ich wollte wissen, wie bewusst ist sich die Jugend im Bereich Zucker, und wie geht sie damit um. Zum Schluss natürlich die grosse Frage, was kann man mit dieser Ausgangslage machen. Ich kam zur Erkenntnis: «Man ist zuckerbewusst, aber isst nicht zuckerbewusst.» Die biologischen und chemischen Vorgänge im Körper habe ich nur tuschiert. Über diese medizinischen Aspekte gibt es bereits etliche Publikationen. Trotz allem musste ich bei der Recherche aufpassen, da die Lebensmittelindustrie ihre Produkte auf dem Markt absetzen will, ohne Rücksicht auf die Konsequenzen. Das heisst, alles wird verschleiert. Wussten Sie zum Beispiel, dass die Namen Maltodextrin und Iso-malt hinten auf der Lebensmittelverpackung letztlich auch für Zucker stehen?

Wie bist du auf die Idee gekommen deine Maturarbeit «Alles in Zucker» zu schreiben?

Ich wollte gerne etwas im Bereich Lebensmittel/Ernährung machen. Spezifisch bin ich auf das Thema Zucker gestossen, da es in zahlreichen Medien viel diskutiert wird. Ich wollte herausfinden, was es damit auf sich hat. Es zeigte sich schnell, Zucker ist

Alles in Zucker?!: Das Wichtigste in Kürze

Fakten

Die WHO empfiehlt maximal eine Menge von 25g zugesetztem Zucker pro Tag aufzunehmen:

6 Würfelzucker

Am Ende eines Tages hat ein/e Schweizer/-in im Durchschnitt 110 g Zucker zu sich genommen:

27 Würfelzucker!!

In vielen Produkten ist Zucker wo er nicht erwartet wird:

43 Würfelzucker in 500 ml Ketchup



4 Würfelzucker pro Joghurt



3 Würfelzucker pro Müsliriegel

In 80% der erhältlichen Lebensmittel ist Zucker zugesetzt.

Problem

Unser Körper hat kein Problem mit dem Zucker, der natürlicherweise, zusammen mit Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralien in Früchten vorhanden ist. Unser Stoffwechsel hat aber ein Problem mit der Menge an industriell hergestelltem Zucker, der unserem Essen zugesetzt wird!



Wird die Leber, unsere Stoffwechselzentrale, mit zu viel Zucker belastet, ist sie überfordert und speichert die überflüssige Energie aus dem Zucker als Fett.



Eine Fettleber führt zu Stoffwechselstörungen im Blutzuckerhaushalt.

Stoffwechselstörungen sind Mitverursacher für Zivilisationskrankheiten wie Adipositas, Diabetes Typ 2, Arteriosklerose, Herzinfarkt, Krebs, Gicht und Demenz.



Zu viel Zucker macht dem Organismus Probleme!

Tipps und Tricks:

- Wenn du selbst kochst und backst entscheidest du über die Zuckermenge.
- Kuchnenbacken: 1/4 - 1/2 der Zuckermenge weglassen und der Kuchen gelingt trotzdem. Backzeit muss meist etwas reduziert werden.
- Naturjoghurt selbst mit Früchten süssen, anstatt ein Fruchtjoghurt essen.
- Den Zucker im Kaffee oder Tee schrittweise reduzieren.
- Früchte essen statt trinken, da den Fruchtsäften die wertvollen Ballaststoffe fehlen.
- Nach dem Abendessen hilft Zähneputzen gegen «Snacking» bis spät in die Nacht.
- Gewohnheiten hinterfragen. Das Essverhalten hat sehr viel mit Gewohnheit zu tun. Sich Zeit lassen und nicht gleich aufgeben!

Was tun?

Um seinen Zuckerstoffwechsel optimal und langfristig unter Kontrolle zu haben, sind folgende Dinge zu beachten:



Trinken: Im Alltag Wasser trinken.

Essen: Ausgewogene Hauptmahlzeiten, um den Körper mit genügend Nähr- und Vitalstoffen zu versorgen. Bei Hunger zwischendurch: Früchte und Nüsse essen.

Bewegen: Regelmässige Bewegung ist enorm wichtig, um den Stoffwechsel positiv zu unterstützen.

Ruhen: Der Stoffwechsel braucht Ruhephasen, um Zeit für Regenerationsprozesse zu haben -> Nachtruhe ohne Nahrungsaufnahme.

Verzicht auf Süssgetränke und selbst kochen senken den Zuckerkonsum deutlich.

Originalflyer kann als PDF bezogen werden unter allesinzucker@gmail.com

Aber jetzt mal ganz ehrlich, deine Tipps auf dem Flyer, setzt du die selbst alle um?

Also wir essen zu Hause tatsächlich nur noch Naturjoghurt. Seit meiner Maturarbeit kauft meine Mama gar keine anderen Joghurts mehr! Ich persönlich backe auch sehr gerne. Dort reduziere ich den Zucker sehr stark. Wenn man sich diese Mengen an Zucker in den Backrezepten

genau ansieht, ist das auch enorm! Sind wir mal ehrlich, der Geniesser merkt am Ende keinen Unterschied. Einen Kuchen gänzlich ohne Zucker zu backen, ist meines Erachtens aber eine schlechte Idee. Ein paar Kuchen sind bei diesem Versuch in der Tonne gelandet. Ich denke, es ist jedem bewusst, wenn er/sie Kuchen isst, konsumiert er/sie Zucker.

Probieren und mutig sein im Bereich Zuckerreduktion. Weniger süss bedeutet nicht weniger Genuss!

Kritisch wird es mit Lebensmitteln, bei denen man den Zuckergehalt nicht erkennt, zum Beispiel Fertigfood. Dieses enthält Zucker zur Konservierung, zur «Geschmacksverbesserung» oder auch zur Optik. Deshalb immer möglichst selbst kochen, um den Überblick zu behalten. Wir können auch nur etwas an der Lebensmittelproduktion ändern, indem wir die unnötig zuckerhaltigen Lebensmittel nicht mehr konsumieren. Ich habe darum stark versucht meinen Flyer unter die Leute zu bringen. Etwas zu bewirken, ist jedoch weitaus schwieriger, denn Essen ist Gewohnheit und Erziehung! Es ist in erster Linie wichtig darüber zu reden, um einen langsamen Prozess in Bewegung zu bringen. Es beginnt mit Erkenntnis, bevor es Gewohnheit werden kann.

Du hast für deine Arbeit auch einen Preis von der Rieter-Stiftung erhalten. Wie hat sich dieser Erfolg angefühlt?

Es ist ein sehr schönes Gefühl, weil die ganze Arbeit und die Bemühungen belohnt werden. Der Aufwand ist zeitlich fast nicht kalkulierbar. Eine der besten Maturitätsarbeiten von Winterthur

geschrieben zu haben und natürlich auch über das Preisgeld von 750 Franken habe ich mich gefreut.

Wie sieht es mit deinen Zukunftsplänen aus? Wird die Thematik deiner Maturarbeit eine Rolle spielen?

Ich war schon länger interessiert am Thema Lebensmittel. Doch die intensive Auseinandersetzung mit der Ernährung hat mein Interesse noch verstärkt. Mein Ziel ist das Studium Lebensmittelwissenschaften an der ETH. Jetzt absolviere ich gerade ein Praktikum am KSW als Verpflegungsassistentin.

Von Michelle Welter



Dynamik starke Aktivität

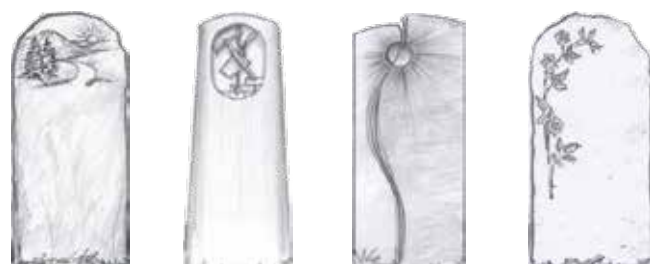
Rot – die kühne, erregende und prächtige Farbe. Symbolisch steht Rot für Glück, Liebe, Macht und Verbot.

Besuchen Sie unser Farb-ABC: www.landolt-maler.ch/farb-abc

LANDOLTMALER

Ganz Ihr Stil

Else-Züblin-Strasse 19, 8404 Winterthur
T 052 214 06 26, F 052 214 06 27
info@landolt-maler.ch, www.landolt-maler.ch



Grabsteine in Hegi

Kim Bildhauerei GmbH

Stäffelistrasse 6
8409 Winterthur

Tel.: 052 233 26 39

www.kim-bildhauerei.ch



KUNST SOLL BEWEGEN, BERÜHREN UND MENSCHEN ZUSAMMENBRINGEN

Hans Suter, der Initiant und Betreiber der Galerie kuk! hat, soweit es seine Zeit zulies, selbst gemalt und gezeichnet. Ohne grosse, offizielle Ausstellungen auszurichten, haben seine Werke im Atelier, das auch als Arbeitsraum für den Innenarchitekten und Architekten dient, Anklang gefunden und sich gut verkauft.

Nach Reisen und längeren Aufenthalten in Spanien und Frankreich ist Hans Suter in den 80er-Jahren in die Schweiz zurückgekehrt und als gelernter Bauzeichner in die oben erwähnten Tätigkeiten hineingewachsen.

In den 90er-Jahren hat er ein ganz konventionelles Betonhaus mit Flachdach gebaut und u.a. auch dank einer Entdeckung im Schwarzwald das Bauen mit Holz in den Blick genommen.

Holz war ihm aus seiner Kindheit nicht nur positiv in Erinnerung. In der elterlichen Sägerei hat er viel mitgearbeitet, Brennholz geschleppt und Stämme geschält. Das Sackgeld von 0,50 Fr. pro Stamm war begehrt. 5 Stämme an einem Nachmittag waren zu schaffen. Für den Rücken war es nicht die ideale Herausforderung.

Andererseits war die Sägerei auch Freizeittreffpunkt für die Schulkameraden. Es gab ein Schienennetz mit Weichen auf dem Areal, und oft wurden die Kinder mit Brettern beschenkt, die sie im Wald zu einer Hütte verbauen konnten.

Die Giesserei wurde ursprünglich von Hans Suter initiiert. Bevor er vor 6.5 Jahren in der Giesserei einziehen konnte, hat er 10 Jahre am Katharina-Sulzer-Platz gearbeitet und gelebt. In seinem Architekturbüro ermöglichte er einer jungen Kunstfreundin während fast 4 Jahren das Ausstellen der Werke verschiedenster Künstler.

Da ihm nicht alles, was sich da an seinen Wänden so tummelte, wirklich gefiel, nahm er sich vor, am Eulachpark selbst als Galerist aktiv zu werden.

Er hat immer gerne Ausstellungen be-

sucht. Seine erste Erwerbung, für die ein ordentlicher Batzen draufging, heisst „Holzhans“ und ist schon so lange in seinem Besitz, dass er den Namen des Künstlers nicht mehr nennen kann. Aber da es bei Kunst nicht um Namen geht, sondern um das Erlebnis und das Berührt-sein, geht es beim „Holzhans“ um die grossen Augen, die grossen Ohren und den fehlenden Mund. Übrigens war

Gewinner kuk!-Fotowettbewerb 2019

Kategorie bis 11 Jahre:

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------|
| 1. Preis Kim Anna Cantaluppi, 10 J. | <i>Königin der Blüten</i> |
| 2. Preis Arno von Grünigen, 3 J. | <i>Kran</i> |
| 3. Preis Ella Giordano, 5 J. | <i>Mut</i> |
| Prix Hans: Mattia Giordano, 5 J. | <i>Spiel mit mir</i> |
| Prix Hans: Emma Engeli, 11 J. | <i>Spiel mit mir</i> |

Kategorie bis 16 Jahre

- | | |
|-------------------------------|--------------------|
| 1. Preis Noel Stickel, 14 J. | <i>ohne Titel</i> |
| 2. Preis Teodor Engeli, 13 J. | <i>ohne Titel</i> |
| Prix Hans: Anna Zemann, 15 J. | <i>Ringelhaare</i> |

Kategorie bis 16 Jahre

- | | |
|----------------------------------|------------------------------|
| 1. Preis Julia Meier | <i>Spiel ist</i> |
| 2. Preis Stine Engeli | <i>ohne Titel</i> |
| 3. Preis René Küng | <i>Everybody is a winner</i> |
| 4. Preis Tom Heinzer | <i>Jeanswächter m Fackel</i> |
| Prix Hans Urs Schönenberger | <i>Senegal</i> |
| Prix Hans Michael Diago | <i>Pong</i> |
| Prix Hans Franziska von Grünigen | <i>Autoparade</i> |
| Prix Hans Oliver Steiger | <i>ohne Titel</i> |
| Prix Hans Alessandra Merazzi | <i>Mikado</i> |





ANDEREGG
Immobilien-Treuhand AG
Immobilien in guten Händen – seit 1984

«Der Verkauf Ihrer Immobilie ist Vertrauenssache. Wir sind Ihre Experten für Immobilien.»



Manuel Anderegg

Telefon 052 245 15 45

Heinz Bächlin

www.anderegg-immobilien.ch • Winterthur

Wir sind ein Familienunternehmen – lokal verankert, regional vernetzt
Inhaber: Heinz Anderegg, eidg. dipl. Immobilien-Treuhänder

Ihr Partner rund um Immobilien und Treuhand



Immobilien-Treuhand
Bewirtschaftung, Erstvermietung, Verkauf/Vermittlung

Immobilienentwicklung
Innen- und Aussensanierungen, Umbauten

Treuhand
Finanzbuchhaltung, Steuerberatung



Wintimmo Treuhand und Verwaltungen AG
Theaterstrasse 29, 8401 Winterthur
Tel. 052 268 80 60, www.wintimmo.ch

der Künstler ursprünglich Maler und „Holzhans“ seine erste Skulptur.

Der diesjährige kuk!-Fotowettbewerb war der zweite in der Geschichte der Galerie. Es haben über hundert Menschen teilgenommen, von Basel bis Lau-



1. Preis Kim Anna Cantaluppi, 10 J
Königin der Blüten

sanne, aber hauptsächlich natürlich aus Hegi. Mit den neuen digitalen Möglichkeiten spielt die fotografische Qualität, die Belichtung, die Auflösung eine kleinere Rolle im Beurteilungsprozess.

Das Thema Spiel wurde von einigen als schwierig empfunden. Den aufgehängten bzw. im Internet zu sehenden Arbeiten ist davon nichts anzumerken. Wer die Bilder anschaut, wer sieht, dass auch Dreijährige mitgemacht haben, ahnt, dass auch in jedem von uns ein Künstler stecken könnte.

Eine Galerie muss sehen, dass sie nicht nur Ausgaben produziert. Ein Wettbewerb ist ein Ereignis fürs Quartier, für



1. Preis Noel Stickel, 14 J
ohne Titel

die Gemeinschaft. Ein Türöffner im besten Fall.

Bis zum 14. September hingen sämtliche eingereichten Arbeiten an den Wänden der Galeriewohnung von Hans Suter. Im Netz werden sie sicher noch eine ganze Weile zu sehen sein.

2021 werden wir das nächste Mal Gelegenheit haben, Fotos einzureichen oder

an der Preisverleihung und Vernissage Fotos anzuschauen.

Die 19. Ausstellung des kuk! hat am 28. September eröffnet und wird bis zum 19. Oktober zu sehen sein. Im kuk! kommen wir in den Genuss aller Sparten. Für Hans Suter war die Ausstellung mit Videoarbeiten Anfang 2018 selbst eine sehr positive Überraschung. Wer weiss, vielleicht gibt es wieder einmal Gelegenheit in dieser Richtung. Speziell war damals, dass sich Kinder und Jugendliche für einen Videoworkshop anmelden konnten und auch ihre Arbeiten ausgestellt waren.

Last but not least: Seit Ende August existiert der Verein Kulturmeile Eulachpark. Darüber mehr in einem zukünftigen Hegi Info.

Nele Pintelon



1. Preis Julia Meier
Spiel ist

Ihr Immobilienexperte



Wollen auch Sie Ihre Immobilie erfolgreich verkaufen?

Dank meinen zielgerichteten Verkaufsaktivitäten und dem hohen Engagement habe ich innert kürzester Zeit die passenden Käufer für diese und weitere Immobilien gefunden.

Ich freue mich auf Ihren Anruf!

Rainer Huber

RE/MAX Winterthur

079 127 50 50

Ihr Makler mit Herz und Verstand!



BUNDESFEIER 2019

Fotos: Mario Bönzli



SCHLOSSTHEATER 2019

Fotos: Mario Margelisch



Hegi

INTRO

SCHAUSÄGEN

Blitzlichter

Fotos: Mario Margelisch



DEGUSTATION REBBAUVEREIN

Fotos: Mario Margelisch



REBBAUVEREIN
HEGI

2000. Jense: Raling x Sylvaner am 26. Sept. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2001. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
nach Nassener: Raling x Sylvaner
Blauburgunder-Jense am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2002. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2003. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2004. Am 7. August 2004: Raling x Sylvaner, geschnittener Rebschnitt
ca. 55%, deshalb geringere Ernte, aber gute
Qualität. Jense: Raling am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2005. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2006. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2007. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2008. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2009. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2010. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2011. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2012. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2013. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2014. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
2015. Jense: Raling x Sylvaner am 18. Okt. 1992 kg 99% De.
Blauburgunder am 18. Okt. 1992 kg 99% De.

MÄDCHENRIEGE HEGI

Rückblick

Die Mädchenriege Hegi wurde 1967 von Hedi Wegmann, Rita Seiler und Ernst Gebendinger gegründet. Diese konnte von Anfang an im Hegifeld trainieren, da die Turnhalle 1965 gebaut wurde. An den Wettkämpfen wurde früher noch Balken geturnt. Damit die Mädchenriege einen solchen Balken erwerben konnte, organisierten sie in Hegi einen Basar um genügend Geld zu haben. Leider gibt es von früher keine Unterlagen mehr, und es ist nicht viel über das Vereinsleben bekannt. Die Hauptleiterinnen Helene Harlacher, Anita Imhof und Trix Scherhan, welche alle über 20 Jahre geleitet haben, haben die Mädchenriege jedoch massgeblich mitgestaltet und geprägt. Ohne ihren unermüdlichen Einsatz wäre die Mädchenriege heute sicherlich nicht da, wo sie jetzt ist.

Ausblick

Im Sommer 2018 durften wir nach intensiven Verhandlungen unser Training in die Turnhalle Neuhegi verlegen. Dadurch konnten wir eine dritte Riege bilden und 20 Mädchen von der Warteliste aufnehmen.

Die Mädchenriege besteht aktuell aus drei Riegen: klein 1. + 2. Klasse, mittel 3. + 4. Klasse und gross 5. bis 8. Klasse. Zurzeit turnen in allen Riegen je 25 Mädchen und 3

Leiterinnen.

Insgesamt sind wir also 75 Mädchen und 9 Leiterinnen.

Leider sind bereits wieder 20 Mädchen auf der Warteliste. Es freut uns sehr, dass die Mädchenriege so beliebt ist. Jedoch können wir nicht allen einen Platz anbieten, was wir sehr schade finden.

Unsere Werte

Die Mädchenriege ist wie der Gesamtverein TV Hegi sehr polysportiv. Neben Bodenturnen, Weitsprung, Unihockey oder Tanzen kommt auch die Geselligkeit nicht zu kurz.

Uns ist es wichtig, den Mädchen Fairness, Zusammenhalt sowie die Freude am Sport weiterzugeben. Wir wollen uns auch in Zukunft für die Jugendförderung einsetzen und damit einen Beitrag an die Gesundheitsprävention und soziale Integration leisten.

Der Gesamtverein TV Hegi ist seit über 100 Jahren ein wichtiger Bestandteil des Dorflebens. Sei es an der Bar am 31. Juli und 1. August, bei der Turnunterhaltung im Zwei-Jahres-Rhythmus oder dem Chlauslauf. Der TV Hegi steht für ehrenamtliches Engagement, Top-Leistungen sowie Geselligkeit.

Egal welchen Alters, welcher Nationalität oder welchen Geschlechts, hier findest du die Möglichkeit dich aktiv am Vereinsleben zu beteiligen.

Jugendsporttag

Gemeinsam mit dem TV Rätterschen haben wir 2018 in Elsau und 2019 in Hegi den Jugendsporttag organisiert. Rund 1200 Knaben und Mädchen haben an je einem Wochenende um Medaillen gekämpft. Gemeinsam mit dem TV Rätterschen war das OK ein eingespieltes Team und alle im Vorfeld aufgetauchten Herausforderungen wurden durch die Organisatoren erfolgreich gelöst. Da die Schulanlage Neuhegi über keine Ausseranlagen verfügt, mussten sämtliche Leichtathletik-Anlagen installiert werden. So waren einige Helfer bereits am Donnerstag im Einsatz, um beispielsweise eine Weitsprunganlage aufzubauen. Am Montagmorgen wurden die letzten Spuren des Wettkampfs beseitigt.

JUGENDSPORTTAG 2019 IN ZAHLEN

2000 Helferstunden

1163 Teilnehmer/innen

800 Tassen Kaffee

400 Bratwürste

280 Nussgipfel

200 Kilogramm Pommes Frites

162 Kampfrichter

28 Vereine

2 Organisationsvereine

1 Organisationskomitee

Viele Freundschaften, Erlebnisse und Erfolge



Weil es uns grosse Freude bereitet hat, dass wir so viele junge Turnerinnen und Turner sowie motivierte Leiter und Kampfrichterinnen 2018 in Elsau und 2019 in Hegi begrüßen durften, konnten wir nicht widerstehen, ein weiteres Mal die Durchführung des Kantonalen Jugendsporttags zu übernehmen. Deshalb freuen wir uns auch 2020 auf euch, dieses Mal wieder in Elsau auf den Sportanlagen Ebnet!

Um einen solch grossen Anlass durchzuführen, sind wir immer wieder auf freiwillige Helfer angewiesen. 2018 und 2019 konnten wir auf den Gesamtverein TV Hegi, sowie auf viele Eltern und Freunde zählen. Wir hoffen, dass wir 2020 wieder auf eure tolle Hilfe zählen können.

Weitere Infos: www.juspo.ch



Stimmen der Mädchen



Léonie, Eline und Kira

Es ist grossartig, dass es verschiedene Spiele und immer regelmässig Wettkämpfe gibt.



Linda, Vanessa

Die Wettkämpfe sind immer toll! Das Training ist sehr lustig und man lernt sehr viel!

Verein



Beth, Damaris

Es ist cool im Training und an den Wettkämpfen.

Ladina, Maren



Die Mädchenriege ist das allerbeste Hobby. Im Training machen wir Turnen, Leichtathletik und Spiele und üben für die Wettkämpfe. Und es sind die besten Leiterinnen.

Vielleicht sind wir nicht immer zuoberst auf dem Podest bei den Wettkämpfen, dafür gewinnen wir immer, wenn es um den Spass geht!

Foto & Text Mario Margelisch



Einfach hier

Wir sind regional verankert und beraten Sie gerne persönlich an einem unserer Standorte.

www.zuercherlandbank.ch



**ZÜRCHER
LANDBANK**

Wir schaffen Möglichkeiten

DER WIND, DER WIND...

Früher oder später beschäftigt dieses Thema jeden Bewohner in Hegi.

Typische Situation: In der Stadt weht kein Lüftchen, es herrscht T-Shirt-Wetter. Man fährt mit dem Velo heim und der Luftwiderstand nimmt mit jedem Meter Richtung Hegi zu. Oder man steigt im Bahnhof Oberi aus und bereits am Bahnsteig zieht es aus allen Richtungen. Gänsehaut erinnert uns daran, dass unsere spärliche Körperbehaarung kaum noch als Kälteisolation dienen kann.

Aber woher kommt dieser Wind und warum scheint Hegi den Wind magisch anzuziehen?

Zwei kurze Physik-Exkurse: Kalte Luft hat einen höheren Druck als aufsteigende Warmluft. Sinkt kalte Luft ab, entsteht ein hoher Druck: ein Hochdruckgebiet. Steigt warme Luft auf, entsteht ein geringer Druck: ein Tiefdruckgebiet. Luft bewegt sich von Hoch- zu Tiefdruckgebiet, somit entsteht Wind.

Ist ein gasförmiges oder flüssiges Medium gezwungen durch einen Engpass zu schlüpfen, wird es beschleunigt. In

unserem Fall also die Luft. Dieser nach dem italienischen Physiker Gian Battista Venturi benannte Effekt ist wohl die Hauptursache für den «Hegi-Wind».

Um dies zu verstehen, werfen wir einen Blick auf die Geländeeigenschaften der Umgebung (siehe Grafik). Hegi ist mit einem gelben Kringel markiert. Die blauen Linien stellen grob die relevanten Stromlinien in Bodennähe dar. Je enger die Stromlinien beieinander sind, desto stärker weht der Wind. Die Hegi umgebenden Hügelzüge zwingen die Luft durch einen Engpass. Die engste Stelle ist dabei etwa der Bereich zwischen Hegiberg im Osten und Lindberg im Westen. Hinzu kommt, dass sich Hegi samt Eulachpark ziemlich genau in der Mitte der Engstelle befinden, also dort, wo der «Venturi-Effekt» am stärksten ist.

Zusammenfassend kann man sagen: Egal, wie die Wind- und Druckverhältnisse im Grossraum Winterthur sind, der «Venturi-Effekt» wird immer dafür sorgen, dass es bei uns noch einmal etwas windiger als anderswo ist. Und selbst wenn es mal fast windstill ist, wird es bei uns sprichwörtlich «aus dem Loch pfeifen».

So lästig der Wind auch manchmal sein mag, hat er auch seine positiven Seiten. Der Wind durchmischt die Luft und sorgt damit für eine bessere Luftqualität. Ausserdem kann man nirgends in der Umgebung Drachen besser steigen lassen als im Eulachpark.

Seit 1926 gibt es in Winterthur die Segelflugguppe. 1964 nahm sie den Flugbetrieb in den Hegmatten auf. Mehr dazu vielleicht in einem gesonderten Artikel?

Spannend ist auch, wie der Wind in Hegi auf manche Geräusche wirkt. Haben Sie auch schon erlebt, dass die Glocken vom Kirchturm in Oberi so klingen, als würde der Turm im alten Dorfkern von Hegi stehen? Wenn ich richtig orientiert bin, kommen wir besonders bei Nordwind zu diesem Vergnügen. Wobei, Vergnügen und Nordwind, das ist für die meisten dann doch nicht ganz so gut zu verbinden. (Den physikalischen Exkurs zu diesem Thema würde ich ja sehr gerne bringen, liebe Leserinnen und Leser, aber er ist zu hoch für meine Wenigkeit ;-)]





**ZEHNDER
HOLZ UND BAU**
100 JAHRE

Rümikerstrasse 42
8409 Winterthur-Hegi
Tel. 052 245 10 60
www.zehnder-holz.ch

Holzbau
Innenausbau
Umbau
Reparaturservice





yoga . pilates . personal training .

Studio Yopini Winterthur: Pilates-Unterricht für Einzelpersonen und Gruppen

«Pilates verleiht Kraft, stärkt das Körpergefühl und fördert die Balance»

Seit einem Jahr unterrichtet die Sportlehrerin Joannie von Ritter Pilates in ihrem sehr persönlichen Studio beim Winterthurer Eulachpark. Sie ist überzeugt, dass Pilates die Grundlage legt für ein gesundes Leben.

Joannie von Ritter, was genau ist Pilates?

Pilates ist ein hocheffizientes Ganzkörpertraining, bei dem mit Hilfe einer speziellen Atemtechnik die tiefliegende Bauch- und Rückenmuskulatur mit- samt dem Beckenboden gestärkt wird. Im Gegen- satz zu anderen Sportarten, werden beim Pilates aber die Gelenke geschont. Wer regelmässig trainiert tut sich viel Gutes: Durch das Stärken und Deh- nen der Muskulatur wird die Haltung verbessert und die Figur geformt. Zudem werden Körperwahrneh- mung und Koordination nebenbei gefördert – was sich langfristig positiv auf unser Hirn auswirkt.

Gibt es im Pilates – wie etwa im Yoga – auch unterschiedliche Richtungen?

Jein – Pilates wurde von Joseph Pilates entwickelt und wird in seinem Geist praktiziert. Entweder auf Matten oder auf den von ihm entwickelten Trainings- geräten. Es gibt aber verschiedene Unterrichtsme- thoden wie klassisches Pilates oder zeitgenössisches Pilates.

Was bieten Sie im Studio Yopini an?

Je nach Bedürfnis können meine Kunden Pilates Personal Training, Pilates im Duett oder im Quartett buchen. Die Stunde in einer Kleingruppe mit maxi- mal vier Personen heisst «Pilates mat&cadi» und ist eine Kombination aus klassischen Übungen auf der Matte und am Pilates Tower. Zusätzlich biete ich Pi- lates-Rückbildungskurse an, die man mit oder ohne Baby besuchen kann.

Für wen lohnt sich ein Personal Training?

Für alle, die Wert auf eine individuelle Betreuung le- gen. Dank meiner breitabgestützten Ausbildung und meiner Erfahrung, kann ich sehr persönlich auf die Bedürfnisse meiner Kunden eingehen. Diese kön- nen sehr unterschiedlich sein: Die einen kommen nach einer Verletzung oder mit Rückenproblemen zu mir. Andere haben Pilates als idealen Ausgleich zu anderen Sportarten entdeckt.

Und für die Sportmuffel unter uns?

Für die ist ein Personal Training die beste Art, re- gelmässig etwas für sich zu tun. Den abgemachten Termin im Studio lässt kaum jemand einfach so fal- len. Und wer einmal da ist, merkt schnell, wie gut Pi- lates tut. In den letzten Jahren konnte ich so schon zahlreiche «Sportverweigerer» überzeugen!

Und zum Schluss noch eine neugierige Frage: Was bedeutet Yopini?

Yopini ist eine eigene Wortschöpfung aus Yoga (das ich hier ebenfalls unterrichte) und Pilates. Und es tönt auch ein bisschen finnisch, was mich an meine Wurzeln erinnert. Genauso wie die Einrichtung mei- nes Studios, eine Mischung aus typischer nordischer Gemütlichkeit mit liebevollen Details und pragmati- schen Elementen.

«core&stretch»

Ein kräftiger und stabiler Rumpf (core) sorgt für ein besseres Körpergefühl, beugt Rückenprob- leme vor und verbessert die Haltung. Das Be- weglichkeitstraining (stretch) verhindert mus- kuläre Dysbalancen, wirkt gegen Verkürzungen und sorgt für mehr Wohlbefinden.

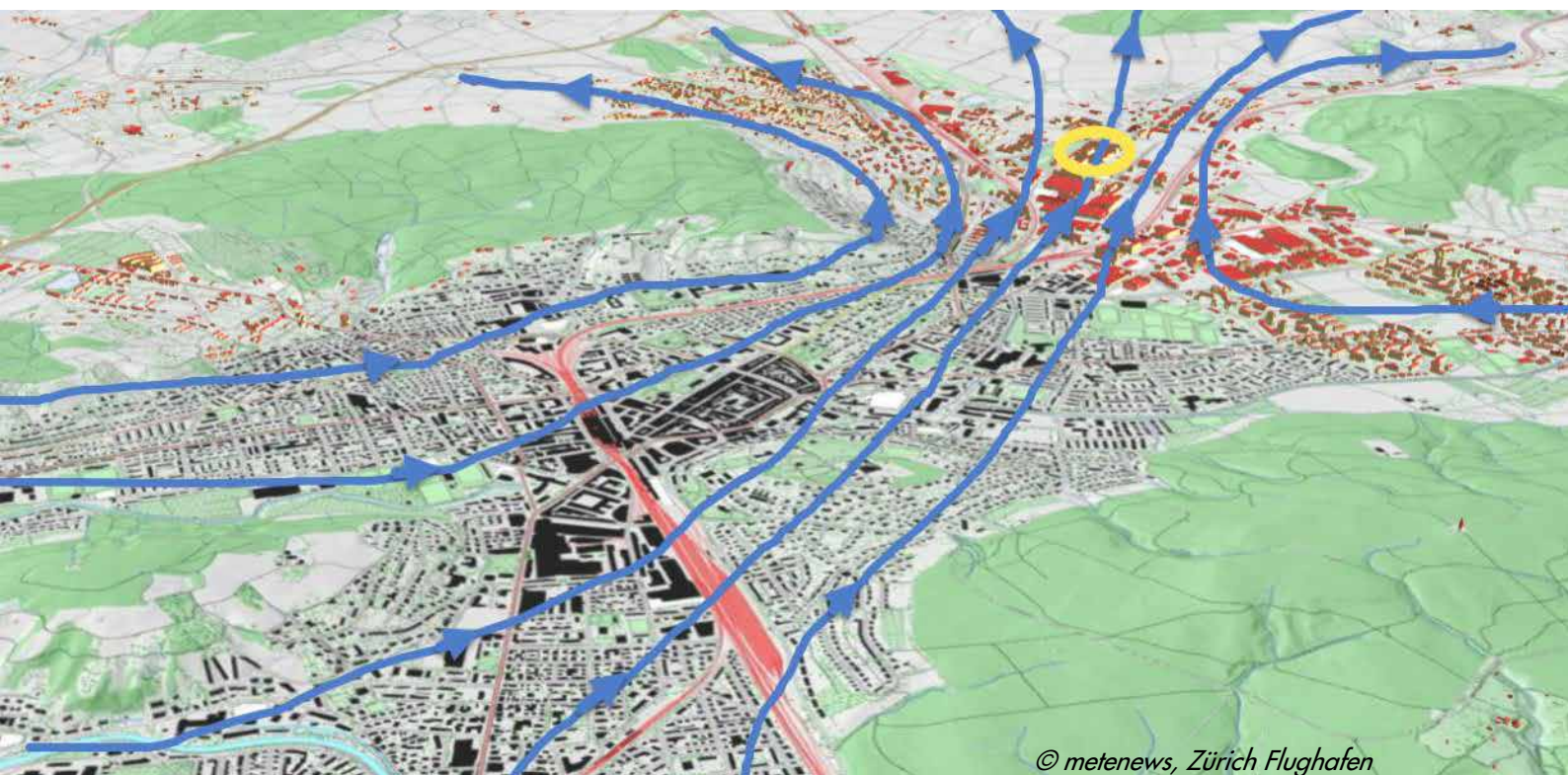
Joannie von Ritter

Joannie von Ritter ist die Gründerin und Besit- zerin des Studio Yopini. Die eidg. dipl. Turn- und Sportlehrerin ETH hat sich nach dem Studium zur Yogalehrerin und Pilatestrainerin weiterge- bildet. Nach über 10 Jahre Berufserfahrungen in unterschiedlichen Studios, hat sie vor einem Jahr das Studio Yopini eröffnet. Eine persönli- che Betreuung ist ihr sehr wichtig: Ihr breites Fachwissen, die langjährige Berufserfahrung und ihre empathische Art ermöglichen es ihr, optimal auf die Bedürfnisse ihrer Kunden und Kundinnen einzugehen.



www.yopini.ch

Yopini core&stretch · Ida-Sträuli-Strasse 87 · 8404 Winterthur · info@yopini.ch



© metenews, Zürich Flughafen

Beim Recherchieren für diesen Artikel ist mir eingefallen, dass ich schon bald nach meinem Umzug nach Winterthur an die Nordsee erinnert wurde. Temperaturen moderat, Himmel grau, bewegt und ein Wind, der mich manche Kindheitserinnerung hat auffrischen lassen.

Ich habe versucht, mich schlau zu machen. So ganz kräftig ist der Wind dann doch nicht. Warum würde sonst Stadt-

werk Winterthur sich an ausländischen Windparks beteiligen?

Wir in Hegi haben Glück: Wenn es «zapfig» wird, können wir uns auf die 8. Nordseeinsel zurückziehen. Sie grenzt an den Eulachpark, bietet Ostfriesentee und auch Witze von dort und noch manches Leckere mehr. Sie erraten bestimmt was ich meine?

Dieser Artikel entstand auf Basis eines Intranet-Beitrags der Giesserei von Alexander Giordano, Giesserei-Bewohner und Meteorologe bei MeteoSchweiz am Flughafen Zürich.

Nele Pintelon



Kundenarbeiten
Sanierungen
Renovationen
Schadstoffsanierung
Platten- und Gipsarbeiten
Neu- und Umbauten
Beratungen

ZANI⁺

Zani AG

Ohrbühlstrasse 13
 8409 Winterthur

052 234 12 12
www.zani.ch

HOCHBAU⁺

TIEFBAU⁺

GENERALBAU⁺



RÄTSELECKE

Als aufmerksame und treue Leserinnen und Leser unserer Hegi-Rätsel haben Sie die Absicht der „Rätsellecke“ bestimmt längst erkannt: Nämlich, dass Sie die Aufgaben nicht einfach als blossen Zeitvertreib lösen sollen, sondern vielmehr, dass Sie dank dem Auskundschaften der sich aus der Lösung ergebenden Örtlichkeit jedes Mal eine unscheinbare oder kaum bekannte Besonderheit Hegis kennen lernen können, wie beispielsweise die schlichte Aussenuhr im Dachgiebel des Hauses an der **Hegibergstrasse 15**, die Sie nach Ihren Erkundungen im Eulachpark (gemäss der „Rätsellecke“ im letzten Hegi Info) gewiss problemlos entdecken konnten! Diesmal erfahren Sie durch Ihre Rätsellösungen, dass in Hegi an derselben Strasse bei zwei verschiedenen Gebäuden zufälligerweise die gleiche Jahreszahl (über der Haustüre) entdeckt werden kann, die als Ausbeute Ihrer Sucharbeit auf dem Talon aber nur einmal anzugeben ist.

Als Einleitung zum Bestimmen der Strasse, wo Sie diese beiden übereinstimmenden Jahreszahlen antreffen können, fragen wir Sie: Was ist – dies jedoch nur hinsichtlich der Buchstabenfolge – die Gemeinsamkeit an der Strassentafel mit

dem Namen **ANNA** Barbara Reinhart (deren Beruf bei der letzten Rätsellecke ja eines der Schlüsselwörter war); am hölzernen und seiner natürlichen Grösse entsprechenden **UHU** (der unter dem vorragenden Dach an der Mettlenstrasse 18 entdeckt werden kann); dem Primarschüler **OTTO**, der (mit verschiedenartigen Legosteinen) einen **LEGOVOGEL** zusammenbaut; seiner Mutter, die in ihrer Jugendzeit (mit grosser Begeisterung) für die Popgruppe **ABBA** geschwärmt hat; der Tennisspielerin Monica **SELES** (die 1993 in Hamburg das Opfer einer Messerattacke war) und dem Fussballclub **XAMAX** Neuenburg (der letzte Saison dem Abstieg aus der Super League nur dank unglaublichem Glück entgehen konnte)?

Richtig: Alle sieben fettgedruckten Wörter lassen sich vor- und rückwärts genau gleich lesen und schreiben! Und dreizehn derartige Nomen – sie werden übrigens als „**Palindrome**“ (von palindromos [griechisch] = rückwärts laufend) bezeichnet – sollen Sie in unserem heutigen Rätsel bestimmen, denn alle **zweiten Buchstaben** dieser Begriffe ergeben (aufeinanderfolgend

Unter allen richtigen Lösungen wird ein **20 Franken Einkaufsgutschein von Coop** verlost.

gelesen) den Namen jener Strasse, an der

Sie die gesuchten gleichen zwei Jahreszahlen finden können – auch wenn diese nicht ganz so leicht auszumachen sind. Deshalb dieser zusätzliche, jedoch äusserst nützliche Hinweis für Sie: Wäre die kleinere Hausnummer nur um 1 grösser, entspräche sie genau der Hälfte der anderen Zahl!

Nun wünschen wir Ihnen erst ein erfolgreiches Bestimmen aller Palindrome, dann das hoffentlich erfolgreiche Auskundschaften der beiden übereinstimmenden Jahreszahlen und schliesslich auch viel Glück bei der Auslosung!

Lösungen der letzten Rätsellecke:
Aus Platzgründen können wir die Auflösung nicht publizieren.

Bei Interesse, wenden Sie sich bitte an die Redaktion: redaktion@ovhegi.ch

GARAGE TOP
Hegi

GARAGE TOP GmbH
Manfred Rentzsch
Hofackerstr. 15
8409 Winterthur
052/ 243 34 10

CARXPERT
www.garage-top.ch

Der Maler im Quartier



Daniel Bürgin

Daniel Bürgin | Reismühleweg 75 | 8409 Winterthur
078 648 45 37 | dani@malerdani.ch | www.malerdani.ch

**Jetzt sind Sie an der Reihe,
denn nun wissen Sie, was
für Wörter zu suchen sind!**

	Palindromwort:	2. Buchstabe:
Papagei mit langen Schwanzfedern	_____	_____
männliche Verwandte	_____	_____
leichtes Ruderboot als Beiboot	_____	_____
Kamin, Schmiedeherd	_____	_____
Schweizer Fluss	_____	_____
beliebtes Fruchtzelli	_____	_____
Helfer in grosser Not	_____	_____
Lebensgemeinschaft	_____	_____
altes Mass oder Unterarmknochen	_____	_____
Pensionär, Ruheständler	_____	_____
Volk und Sprache in Westafrika	_____	_____
Schweizer Liedermacher	_____	_____
landwirtschaftliches Gerät	_____	_____
Die gesuchte Strasse heisst:	_____	_____
Gesuchte Jahreszahl:	_____	_____

Die Lösung lautet:
Hegibergstrasse 15
und die glückliche
Gewinnerin heisst
Eva Schöni
Herzliche Gratulation !



WETTBEWERBSTALON

NAME: _____ VORNAME: _____

ADRESSE: _____

LÖSUNG: UM WELCHE JAHRESZAHL HANDELT ES SICH?: _____

Schicken Sie die richtige Lösung bis 1. Mai 2020 per E-Mail an redaktion@ovhegi.ch oder an Mario Margelisch, Hintermühlenstrasse 49, 8409 Winterthur. Der Gewinner/die Gewinnerin wird jeweils schriftlich benachrichtigt und in der nächsten Ausgabe des Hegi Info bekanntgegeben. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

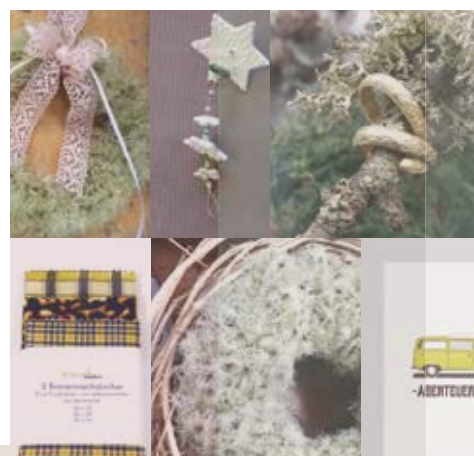


Kunsthandwerk im KafiMüli

15. und 16. November 2019

Freitag 18:00 Uhr bis 22:00 Uhr
Samstag 10:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Restaurant KafiMüli | Hegifeldstrasse 6 | 8404 Winterthur



EIN FRÄULEIN STEHT IM WALDE, GANZ FROH UND BUNT

Die Hagebutte bringt uns mit ihrer Farbe Freude in den herbstlichen Alltag. Sie wirkt fast so elegant wie die Blüte, an der wir uns im Frühjahr erfreut haben. In allen Orange- bis Rottönen, Grössen und Formen leuchtet sie sozusagen den Herbst ein.

Die Frucht des Rosenstrauchs ist quasi Weltspitze in Sachen Vitamin C: 10-30fach mehr als Kiwis hat sie zu bieten, und fast 100fach so viel wie die Kartoffel.

Vitamin C stärkt das Immunsystem,

- schützt die Zellen vor freien Radikalen,
- hilft Hormone und Botenstoffe zu bilden,
- unterstützt bei der Regeneration von Haut, Haaren, Nägeln und Bindegewebe,
- ist wichtig für das Cholesterin und den Fettstoffwechsel,
- hilft Eisen besser aufzunehmen.

In der Natur ist Farbstoff oft Wirkstoff, im Falle der Hagebutte Lycopin genannt. Es schützt die Zelle vor Schäden und potentiell auch vor Krebs.

Weiter liefert uns die Hagebutte wertvolle Pektine, sie gehören zu den Ballaststoffen und wirken abführend und entgiftend.

Weitere Inhaltsstoffe wie Vitamin A, B, E und K, Flavonoide, Calcium, Magnesium, Eisen machen die Hagebutte zum Superfood. Es könnte sich also lohnen, zu alten Traditionen zurückzukehren und frisch getrocknete, ganze Früchte für Tee und andere Köstlichkeiten zu sammeln.

Die Hagebutte vermag verschiedene Verdauungsbeschwerden zu lindern, kräftigt nach langwierigen Krankheiten, ist stark entzündungshemmend, aktiviert die Immunabwehr, längst nicht nur bei Erkältungen oder Blasen- und Nierenbeschwerden. Sogar Rheuma und Arthritis sprechen gut an. Schon die Pfahlbauer verwendeten die Hagebutte. Die alten Germanen verbrannten ihre Toten auf einem Scheiterhaufen, der u.a. auch das Holz der Hundsrose enthielt.

Unser Tagesbedarf an Vitamin C beträgt 90-110 mg. Rechnen Sie selbst!

Zu Paracelsus' Zeiten versuchte man an den Pflanzen und ihren Formen und Farben die Analogien zum menschlichen Körpergeschehen abzulesen. Wenn ich mir so eine Hagebutte anschau, muss ich an einen Blutropfen denken und an die unzähligen weissen Blutkörperchen, die er enthält. Ich staune, denn von der Zelle und ihren vielfältigen Ausprägungen und Funktionen wussten die Menschen damals noch sehr wenig. Aber

Frucht	Vitamin C (mg/100g Frucht)
Hagebutte	500-1500 mg
Sanddorn	bis zu 900 mg
Brennnessel	330 mg
Paprika	115 mg
Sauerampfer	115 mg
Rosenkohl	110 mg
Grünkohl	105 mg
Brokkoli	95 mg
Kiwi	92 mg
Kornelkirsche/«Tierli»	ca. 85 mg
Blumenkohl	65 mg
Löwenzahn	65 mg
Zitrone	53 mg
Weisse Grapefruit	44 mg
Kartoffeln gekocht	10 mg

die immun- und blutstärkende Wirkung war damals schon erprobt.

Erntereif ist die Hagebutte, wenn sie sich leicht eindrücken lässt. Meistens ist das nach dem ersten Frost der Fall. Nachhelfen mit Gefriertruhe ist erlaubt.

Am Rande: Auf besonderen Wunsch der Redaktion soll ich an einen alten Schülerscherz erinnern. Sie wissen schon: Hagebutten aufschneiden, sich unters T-Shirt schieben und rumzappeln, als hätte einem der ärgste Feind etwas angetan ;-]



Hagebuttenmakronen

125 g gestossene Mandeln und dieselbe Menge Zucker mischen

2 Eiweiss zu steifem Schnee schlagen

1 - 2 Esslöffel Hagebuttenmarmelade alles miteinander vermengen und in esslöffelgrossen Portionen auf Oblaten oder ein geöltes Backblech setzen und schonend bei 150 Grad 30 – 35 Minuten backen

Hagebutten Fruchtleider

Hagebutten waschen, putzen, in einen Topf geben, mit Wasser bedecken, aufkochen und ca. 10 Minuten köcheln, bis das Fruchtfleisch weich ist. Hagebutten in ein Sieb giessen und abtropfen lassen. Fruchtfleisch portionenweise durch das Sieb streichen

Fruchtfleisch mit einem Pürierstab fein pürieren. Ein Backblech mit einer Silikonbackmatte (ca. 30 x 40 cm) auslegen. Fruchtピューree auf der Matte möglichst gleichmässig verstreichen.

Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 75 °C/ Umluft: 50 °C/ Gas: s. Hersteller) ca. 8 Stunden trocknen, bis sich eine lederartige Konsistenz gebildet hat. Fruchtleider von der Backmatte lösen und in Streifen schneiden. In einem luftdichten Behälter aufbewahren.

Hagebuttenbowle

2 Esslöffel getrocknete Hagebutten

1 Flasche roter Johannisbeernektar

1 Flasche Zitronenlimonade

1 unbehandelte Zitrone

1/2 Liter Wasser aufkochen und die Hagebutten damit aufbrühen. Ca. 10-15 Minuten ziehen und erkalten lassen. In eine grosse Karaffe mit dem gut gekühlten Johannisbeernektar und Zitronenlimonade auffüllen.

Zitrone heiss waschen und die Schale dünn abschälen. Zitronenspirale in die Hagebuttenbowle hängen und gut gekühlt servieren.

Hagebuttenauflauf

(Originalrezept E.M. Helm)

1 Suppenteller reichlich gefüllt mit frischen Hagebutten zerteilen, Kerne ausputzen und tüchtig waschen. Mit einem Glas Weisswein und 50 g Zucker weichdünsten.

125 g Butter zu Schaum schlagen,

6 Eigelb,

125 g Zucker,

60 g gestossene Mandeln, etwas Zimt,

200 g geriebene Semmeln und die

erkalteten Hagebutten mischen, den

Eischnee langsam unterrühren. Den

Auflauf in einer gebutterten Form bei

200°C 1 Stunde lang backen.

Nele Pintelon



Hegi Domino-Interview

Info



MIT ANNEMARIE UND HAUSI SCHWAB VOM BIRCHHOF

Annemarie und Hausi Schwab wohnen auf dem Birchhof und führen dort den Landwirtschaftsbetrieb mit rund 70 Milchkühen, 2 Ziegen, dem Hofhund Mila sowie Hühner und Katzen. Annemarie backt sehr gerne und beliefert seit Jahren die Schloss-Schenke mit ihrem selbstgemachten Brot. Ihre zweite Leidenschaft ist die Kinderbetreuung: sie ist Co-Leiterin der Bauernhof- und Waldspielgruppe Hegi.

Das Interview führten Marisa und Jürg Rohner bei Wein, Kaffee und Zwetschkengucken.

Wann und warum seid ihr nach Hegi gezogen? Vreni und Heiri Ehrensperger suchten einen Nachfolger für den Birchhof. Sie sind befreundet mit Hausis Eltern und so erfuhren wir davon. Wir schauten uns den Betrieb an und waren sofort begeistert. So zogen wir im Frühjahr 2003 nach Hegi. Bis dahin führten wir zusammen mit Hausis Eltern einen Pachtbetrieb im Limmattal.

Wie seid ihr in Hegi aufgenommen worden? Durch die drei schulpflichtigen Kinder hatten wir schnell Kontakt. Beim Abschiedsfest von Heiri und Vreni Ehrensperger, haben wir viele Hegemer kennenlernen dürfen.

Zudem sind wir umgehend dem TV-Hegi beigetreten: Annemarie in die Frauenriege und Hausi in die Männerriege. Wir fühlen uns total wohl in Hegi und machen gerne bei Aktivitäten im Dorf mit.

Was hat sich in den 16 Jahren verändert? Wir realisierten den Bau der zwei Silos, den Einbau des Melk-Roboters und die Stallerweiterung gegen Norden.

Den Bauboom in und um Hegi, spüren auch wir. Die Anzahl Spaziergänger und Velofahrer hat stark zugenommen, und die für unsere Kinder gekauften Ziegen, sind nach wie vor eine Attraktion.



schlafpunkt

gesund schlafen

Schlafpunkt AG

Sulzerallee 65
8404 Winterthur/Neu-Hegi
Tel 052 214 30 90
www.schlafpunkt.ch

Schlafpunkt - Beratung durch ausgebildete Schlafexperten

Wo kann eine Schlafberatung helfen?

Durch die richtige Lagerung der Körpers in der Nacht werden schlaf- und liegerelevante Gesundheitseinschränkungen präventiv beeinflusst. Bei vielen Beschwerden empfiehlt sich eine fachspezifisch abgestimmte Schlafunterlage die Wohlbefinden und Lebensqualität deutlich verbessern kann:

- Schmerzen in Rücken, Nacken, Schultern, Hüfte oder Gesäss
- Rücken- u. Schultererkrankungen
- Hüft- und LWS Erkrankungen
- Herzkreislaufprobleme (Herz, Venen)
- Atemprobleme, Schnarchen
- Verdauungstrakt und Reflux
- Schwangerschaft und viele mehr

Vereinbaren Sie noch heute einen Termin für ein unverbindliches Beratungsgespräch mit unseren **Medical Sleep Experten** und freuen Sie sich auf erholsame Nächte.





Frage an Annemarie: Was hat dich motiviert für die Initiative zur Bauernhof- und Waldspielgruppe? Unser Hof wird oft von Schulklassen, Kindergärten und Spielgruppen besucht. Herrlich zu sehen, wie die Kinder den Hof mit allen Sinnen erleben. Wenn ich nach diesen Besuchen einer glücklichen Kinderschar Adieu winke, bin ich jedes Mal auch glücklich und dankbar. Das war für mich die Motivation, die Ausbildung zur Spielgruppenleiterin zu machen und regelmässig Hof- und Waldspielgruppe anzubieten.

Die Landwirtschaft wird häufig kritisiert wegen den Subventionen, den hornlosen Kühen oder dem Einsatz von Pestiziden. Wie geht ihr damit um? Wir versuchen, den Leuten zu erklären und zu zeigen, was wir machen. Viele sehen Landwirtschaft als heile Welt, nostalgisch, wie zu Zeiten von Spyris «Heidi». Dem ist aber nicht so: wir müssen uns wie andere Branchen dem Markt anpassen und unser Einkommen durch Arbeit sichern. Bis ein landwirtschaftliches Produkt beim

Konsumenten ankommt, sind zahlreiche Vorschriften einzuhalten. Wir arbeiten auf unserem Hof mit 70 Kühen zu zweit und manchmal zu dritt. Ferientage müssen gut organisiert werden. Aber das ist unser Job, und den machen wir gerne.

(Die engagierten Erklärungen zu den hornlosen Kühen, zum Pestizideinsatz und zu den Subventionen, können hier aus Platzgründen nicht aufgeführt werden)

Habt ihr die Nachfolge für den Birchhof schon geplant? Ja. Unser Sohn Marco hat seine Ausbildung zum Landwirt abgeschlossen und macht noch ein Studium in Agronomie an der HAFL in Zollikofen. Zwischendurch hilft er auf dem Hof mit.

Frage an Marco, der kurz dazu stösst: wie beurteilst du die Zukunft der Landwirtschaft und deine Zukunft auf dem Birchhof? Ich sehe das als grosse Herausforderung, aber auch als Chance. Wie in anderen Berufen ist auch in der Landwirtschaft vieles im Wandel und

keiner weiss, wie es in zwanzig Jahren aussieht. Mir gefällt der Beruf, und zur Ergänzung meines Wissens, hilft mir auch die aktuelle Weiterbildung.

Was wünscht ihr euch für Hegi? Weniger Verkehr über den Kistenpass, mehr Geschäfte im Dorf, vielleicht auch ein Café oder ein Restaurant für die lokalen Vereine.

Was ist euer Lieblingsort oder ein Lieblingsanlass in Hegi? Sicher der Birchhof, daneben auch das Schloss mit dem Chlauslauf und der Birchwald.

Hausi verrät uns noch einen weiteren Lieblingsort, aber mit der Auflage, dass wir ihn nicht erwähnen, da sonst alle anderen auch dorthin gehen!!

Wer soll als nächstes das Domino-Interview beantworten?

Die Familie Mastai.

Jürg Rohner

Immolution

Beratung Verkauf Bewirtschaftung Bewertung

Profitieren Sie mit 5% unseres Honorars, wenn Sie uns ein Verkaufsmandat vermitteln.

Professionalität muss nicht teuer sein...

Unser Angebot

Sämtliche Dienstleistungen im Bereich Ihrer Immobilie (Stockwerkeigentum, Vermietung, Wohnungs-/Hausverkauf, Bewertungen). Gerne offerieren wir Ihnen eine auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene **kostenlose Offerte/Beratung**.

Zögern Sie nicht uns zu kontaktieren. Es lohnt sich!

Immolution GmbH | Bahnhofplatz 17 | 8400 Winterthur
Telefon 052 243 14 11 | Mobile 079 276 39 27
daniel.langhart@immolution.ch | www.immolution.ch

Hier gewinnt Ihre Immobilie an Wert!

EIN PILOTVERSUCH FÜR NEUHEGI

Liebe Hegemer und Hegemerinnen

Die Stadt Winterthur ist dabei, eine neue App zu entwickeln, und Hegi darf bei diesem Pilotversuch an vorderster Front mit dabei sein. Sie können sich unter

<https://neuhegi.mopage.ch> anmelden und diese App nutzen.

Es können alle Personen, die in Hegi arbeiten oder wohnen, mitmachen. Die Stadt würde sich freuen, wenn möglichst viele an diesem Versuch teilnehmen und

ihre Meinung dazu abgeben.

Nutzen Sie die Chance und melden Sie sich an.

Der Vorstand
OV Hegi -
Hegifeld



TÖRLI UM TÖRLI

Ab dem **1. Dezember** wird von Tag zu Tag ein Geheimnis gelüftet. Welche Kunstwerke verstecken sich hinter den noch geheimen **24 Fensterscheiben** in Hegi? Was zaubern die Adventskünstler wohl dieses Jahr alles an ihre Fensterscheiben? Die letzten Jahre waren vor allem Tannenbäume und grosse Fensterbilder im Trend. Lassen wir uns von der Kreativität der Künstlerinnen und Künstler überraschen und freuen uns auf die bevorstehende Adventszeit. Tag für Tag wird ein Fenster nach dem anderen ge-

öffnet, darüber gestaunt und bei einem Glühwein miteinander geplaudert. Denn die Adventsfenster verbinden nicht nur Gwundernasen miteinander. Es ist auch die ideale Gelegenheit, die Nachbarschaft kennenzulernen und neue Freundschaften zu schliessen.

Die Liste liegt u.a. im **Mehrzweckraum** und im **Quartierraum** auf. Sie wird auch auf www.ovhegi.ch und auf Facebook www.facebook.com/ortsvereinhegi publiziert!



Interessenten bitte melden bei:
s.jenni77@bluewin.ch

musikschule - prova

Tag der offenen Tür: So 10. Nov. 10 - 12 Uhr

Vorführung: «Ein Haus voll Musik» •

erzählt und gespielt von Prova-Lehrkräften •
Instrumente ausprobieren •



Alle Angebote für Kleinkinder, Kinder,
Jugendliche und Erwachsene
sowie Chöre, Orchester, Bands... unter www.prova.ch

Musikschule Prova - Archstrasse 6 - Winterthur - www.prova.ch

Musik Zentrum

Veranstaltungen, Unterricht, Musizieren
musikzentrumgiesserei.ch

Helfer & Helferinnen gesucht!

Wer Lust hat, beim Kerzenziehen mitzuhelfen, meldet sich bei Melanie Jöhl, hegmer_kerzenziehen@gmx.ch

HEGEMER KERZENZIEHEN

Ob für den Adventskranz, für ein Weihnachtsgeschenk oder einfach so – auch diesen Herbst werden im Quartier-raum der Halle 710 fleissig Kerzen gezogen. Nebst dem Kerzenziehen können auch Fackeln gestaltet und Kerzen gegossen werden. Wer zwischen dem Kerzenziehen eine kleine Stärkung braucht, kann es sich im Fo-yer bequem machen und einen feinen Kuchen geniessen. Erwachsene ohne Kinder sind am Donnerstagabend will-kommen.

Im Quartierraum der Halle 710

Barbara-Reinhart-Strasse 27

Mittwoch, 20. Nov. 16 bis 20 Uhr
Donnerstag, 21. Nov. 19 bis 22 Uhr*

*Nur Erwachsene sind am Donnerstag herzlich willkommen mit Cüpli

Freitag, 22. Nov. 18 bis 21 Uhr
Samstag, 23. Nov. 12 bis 20 Uhr
Sonntag, 24. Nov. 10 bis 18 Uhr

Mitbringen: Baumwolllappen



WEIHNACHTSFEIER FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN 2019



Am Sonntag, 8. Dezember 2019, 12:45 Uhr, Türöffnung 12:30 Uhr, findet die alljährliche Weihnachtsfeier für in Hegi wohnende Seniorinnen und Senioren im Mehrzweckraum statt.

Herzlich willkommen sind Frauen mit Jahrgang 1955 und älter und Männer mit Jahrgang 1954 und älter. Da die Anzahl der Sitzplätze im Mehr-

zweckraum beschränkt ist, werden die Anmeldungen in der Reihenfolge des Einganges berücksichtigt! Für Personen die nicht so gut zu Fuss unterwegs sind, besteht die Möglichkeit eines Abholdienstes.

Anmeldung sind bis Montag, 25. Nov. zu senden an:

Yvonne Leuppi, Gernstrasse 3, 8409 Winterthur. Tel 052 242 75 52

ANMELDUNG FÜR DIE WEIHNACHTSFEIER 2019

NAME: _____

VORNAME: _____

GEBURTSDATUM: TAG _____

MONAT _____ JAHR _____

NAME: _____

VORNAME: _____

GEBURTSDATUM: TAG _____

MONAT _____ JAHR _____

ADRESSE: _____

TEL: _____

ICH/WIR MÖCHTEN GERNE ABGEHOLT WERDEN! JA ☐ NEIN ☐

27. HEGEMER CHLAUSLAUF

Am Sonntag, 17. November 2019 sind die attraktiven Laufstrecken vor dem historischen Schloss Hegi in der idyllischen Umgebung für die Läuferinnen und Läufer bereit. Die Organisatoren der Männerriege Hegi um den OK-Präsident Urs Rinklef sind bereit und erwarten wiederum eine tolle Beteiligung. Neu im OK sind Henrik Simon aus der Aktivriege und als erste Frau Daniela Basler aus der Damenriege. Die letztjährigen Verbesserungen im Zeiterfassungs- und Auswertungsablauf haben sich bestens bewährt. Die erfolgreiche Zusammenarbeit mit Fit for Kids wird fortgesetzt. Der Erlös geht wie immer an die Jugend des Turnvereins Hegi und die helfenden Riegen.

Verschiedene Laufstrecken für Jung und Alt

Von 10 bis 15 Uhr bietet sich jedem die Möglichkeit hauptsächlich auf Naturwegen zu laufen, zu joggen oder zu walken. Anmeldung und Start erfolgen individuell während dieser fünf Stunden in der Turnhalle Hegifeld oder im Schloss Hegi. Gestartet wird in den Kategorien

AktivPlus (Männer und Frauen, 10.3 km), Aktive (Männer und Frauen, 7.1 km), Fun-Walking (Männer und Frauen, 3.9 km, 7.1km oder 10.3 km), Familie (mindestens ein Erwachsener und ein Kind Jahrgang 2011 oder jünger, 3.9 km), Senioren (Frauen und Männer Jahrgang 1979 oder älter, 3.9 km), Junioren 1 (Mädchen und Knaben Jahrgang 2004-2007, 3.9 km) und Junioren 2 (Mädchen und Knaben, Jahrgang 2008 oder jünger, 3.9 km). Das Startgeld beträgt zwischen 5 und 15 Franken. Die Zeit wird mit einem Finger-Stick gemessen, der während der Laufstrecke getragen wird. Die Rangverkündung findet um 17.30 Uhr in der Turnhalle Hegifeld statt.

Fürs leibliche Wohl ist gesorgt

Nach der sportlichen Anstrengung lockt die gemütliche Festwirtschaft in der Turnhalle Hegifeld in wenigen Gehminuten. Ab 10 Uhr gibt es dort Suppe, Wienerli, und die bereits legendären, hausgemachten Kuchen und Torten sowie natürlich etwas gegen den Durst!

Das OK freut sich auf viele Lauffreudige jeden Alters, die in der idyllischen Umgebung um das Schloss Hegi die Natur mit sportlicher Aktivität geniessen!

Verein



Weitere

Informationen sind im Internet unter der informativen Homepage unter **www.hegemer-chlauslauf.ch** zu finden.

Urs Rinklef

OK Hegemer Chlauslauf, OK-Präsident / Marketing und Finanzen

Stationsstrasse 6a, 8406 Winterthur

Telefon 076 337 07 16

u.rinklef@bluewin.ch

Katholische Krankenpflege Oberi



Wir sind für Sie da!

Telefon: 052 242 37 31 | www.krankenpflegeoberi.ch



Kleinod.ch by Reni

für Blumen und kleine Geschenke

Donnerstag & Freitag
9.00 bis 12.00 Uhr & 13.30 bis 18.30 Uhr

Samstag
9.00 bis 14.00 Uhr

Reismühleweg 75 | 8409 Winterthur
078 890 04 64 | reni@kleinod.ch

QUARTETTOBASSO LÄSST DIE SAITEN S(CH)WINGEN

Ein Muss für alle, welche die bekannte Formation des Streichquartetts einmal in neuer Besetzung erleben möchten. Allein schon der Auftritt der vier Musiker, wie sie mit ihren grossen Instrumenten den Bühnenraum ausfüllen, ist ein Erlebnis ... sobald das QuartettoBasso zu gemeinsamen musikalischen Klängen aufbricht, ist für Ungehörtes garantiert. Der Kontrabass streift ein für allemal sein altes Kleid als im Hintergrund begleitendes Instrument ab: Über den Tonumfang von vier Oktaven spielen die

versierten Musiker und Musikerinnen mit einer reichen Ausdruckspalette und schöpfen das gesamte Potential des tiefsten Streichinstruments vollumfänglich aus. Schillernde Flageolettklänge werden von satten Begleitlinien getragen, ein kräftiger, kerniger Bass gibt den Boden, um das Streichinstrument mal mit vollem Volumen singen, mal ganz fein und fragil erklingen zu lassen. Dabei werden die Rollen durcheinandergewirbelt und immer wieder neu verteilt. Das sensible, fein aufeinander

abgestimmte Zusammenspiel wird getragen von der Energie der spürbar eigenwilligen Charaktere der vier Musiker.

Auftritte

Samstag, 2.11.2019 um 19:30 in der ref.
Kirche St. Arbogast, Hohlandstrasse 7

Samstag, 21.3.2020 um 20:30 in der
Schlosshalde Mörsburgstrasse 36

Jojo Kunz
www.jojokunz.ch



vom **eindruck** bis **hand**
zum **ausdruck** einer **alles** aus

deckdesign gmbh
grafik-layout-foto-video-internet-produktionen

tel.: +41 52 245 13 32 mobil: +41 78 775 08 55 info@deckdesign.ch



Veranstaltungskalender
ovhegi.ch

AGENDA – WANN, WAS, WO

- 26. Okt. **Jimmy Mustafa** - Balkan Musik, 20.30 - 22 Uhr, Musikzentrum Giesserei
- 27. Okt. **WEA Eisenbahnausstellung und Börse**, 10 - 16 Uhr, Schulhaus Hegifeld
- 28. Okt. **Kafi-Treff**, 9-11 Uhr, MZR* (immer Mo & Fr ohne Schulferien)
- 31. Okt. **GameZeit**, 16.30 Uhr, Bibliothek Hegi
- 2. Nov. **Fabien Sevilla - Rites**, Kontrabass pur, 20.30 - 22.30 Uhr, Musikzentrum Giesserei
- 3. Nov. **Kaspar Stünzi** (Flöte) - **Ai Furuya** (Klavier) - **Bach & Co**, 17 - 18 Uhr, Musikzentrum Giesserei
- 6. Nov. **Bücherzwerge**, 10 Uhr, Bibliothek Hegi (sowie am 11.12., 15.01., 19.02., 18.03., 15.04., 13.05., 10.06.)
- 6. Nov. **Spaghettiesen**, 11.45 - 13.30 Uhr, MZR (sowie am 04.12., 04.03., 01.04., 06.05., 03.06.),
Anmeldung an hegi@zh.ref.ch oder 052 242 28 81
- 6. Nov. **Pilgern aus Leidenschaft**, 19.30 - 22 Uhr, Anhaltspunkt (sowie am 20.11.)
- 13. Nov. **Mütter- und Väterberatung**, 14 - 16 Uhr, MZR (sowie am 11.12., 08.01., 12.02., 11.03., 08.04., 13.05., 10.06.)
- 14. Nov. **Geschichtenkiste**, 10 Uhr, Bibliothek Hegi (sowie am 19.12.)
- 15. Nov. **Räbeliechtli-Umzug**, 18 Uhr Abmarsch, 18.30 Uhr gemeinsames Schlussingen vor der Halle 710
- 16. Nov. **Ørefik - Rockmusik**, 21 - 23 Uhr, Musikzentrum Giesserei
- 17. Nov. **Hegemer Chlauslauf**, 10 - 16 Uhr, Schulhaus Hegifeld
- 20.-24. Nov. **Kerzenziehen**, Quartierraum Halle 710
- 21. Nov. **Hegi-Grandprix**, 16.30 Uhr, Bibliothek Hegi (mit Anmeldung)
- 22. Nov. **Frauen-Kino-Abend**, 19 - 23.30 Uhr, Anhaltspunkt (sowie am 28.02. und 27.03.)
- 23. Nov. **Saitwärts - Folk, Jazz, Blues**, 20.30 - 21.30, Musikzentrum Giesserei
- 27. Nov. **Mütter- und Väterberatung**, 14 - 16 Uhr, MZR (sowie am 22.01., 26.02., 25.03., 22.04., 27.05., 24.06.)
- 30. Nov. **Franz Hohler - Gedichte und Geschichten für Kinder**, 16 Uhr, Saal der Giesserei
- 1. - 24. Dez. **Hegemer Adventsfenster**
- 4./5. Dez. **Miniclub im Winter**, jeweils 9.30 Uhr, Bibliothek Hegi (mit Anmeldung)
- 6. Dez. **Adventsfenster**, ab 17.30 Uhr, Schloss Hegi (**de Samichlaus chunnt...**)
- 8. Dez. **Weihnachtsfeier für Seniorinnen & Senioren**, MZR
- 14. Dez. **Adventsfenster**, 17 - 19 Uhr, Anhaltspunkt
- 14. Dez. **Ear - Gitarrenrock** (Punk, Rock, Indie), 21 - 23 Uhr, Musikzentrum Giesserei
- 18. Dez. **Kamishibai im Advent**, 16 Uhr, Bibliothek Hegi
- 31. Dez. **Prosit auf dem Dorfplatz Hegi**
- 21. Jan. **Geschichtenkiste**, 16 Uhr, Bibliothek Hegi
(sowie am 25.02., 17.03., 07.04., 05.05., 02.06.)
- 24. Jan. **Märli und Chästeilete**, 18.30 - 21.30 Uhr, Anhaltspunkt
(sowie am 13.03.)
- 29. Jan. **GameZeit**, 16 Uhr, Bibliothek Hegi (sowie am 08.04.)
- 7. März **Kinderkleiderbörse**, Parkarena
- 25./26. März **Miniclub im Frühling**, jeweils 9.30 Uhr, Bibliothek Hegi
(mit Anmeldung)
- 27. März **GV Ortsverein Hegi-Hegifeld**, 20 Uhr, MZR
- 3. April **Hegemer Jassturnier**, 19 Uhr, MZR
- 6. Mai **Kinderflohmarkt**, 14 - 16 Uhr, Anhaltspunkt
- 21. Mai **Hegi Wanderung** (Ersatztermin 1. Juni)
- 13. Juni **Frühschoppenkonzert** mit Brunch, 9 - 12 Uhr, Schloss Hegi
- 20. Juni **Entenrennen** im Eulachpark

*MZR = Mehrzweckraum, Reismühleweg 48 in Hegi

