

## Jahresbericht des 22. Vereinsjahrs von Frauen plus...

Liebe Vereinsfrauen,

wieder einmal liegt ein Vereinsjahr hinter uns, und das neue steht bereits vor der Tür. Bei Frauen plus konnten wir alle geplanten Veranstaltungen erfolgreich durchführen und können somit auf ein spannendes und abwechslungsreiches Vereinsjahr zurückblicken.

Im vergangenen Jahr traf sich der Vorstand zu vier Vorstandssitzungen, um anstehende Aufgaben und Veranstaltungen zu besprechen, zu organisieren und mit der Unterstützung zahlreicher Vereinsmitglieder durchzuführen. Unser Vereinsblatt "Informiert" wurde im Mai, August, Oktober, November, Dezember und März in der Ausgabe des Poschtab in Büron veröffentlicht. In Schlierbach wurde das "Informiert" durch Flugblätter an alle Haushalte verteilt. Wir schätzen es sehr, dass unser Verein eine ansprechende und informative Homepage besitzt und diese von immer mehr Personen besucht und genutzt wird. In diesem Sinne einen herzlichen Dank an Sylvia Schubkegel für die Pflege der Homepage.

Dank des grossen Engagements des Vorstands, der verschiedenen Frauen aus den Ressorts und der Unterstützung vieler Helferinnen konnte im vergangenen Vereinsjahr erneut ein abwechslungsreiches, grossartiges und interessantes Programm für unsere Mitglieder, Frauen, Familien, Kinder und Senioren aus Büron und Schlierbach angeboten werden.

### Berichte und Informationen des Vorstands und der Ressorts unseres Vereins:

**Am 27. April 2024** lud der Vorstand von Frauen plus alle Helferinnen zu einem gemütlichen Brunch ein. Die Einladung erfolgte als Ausdruck der Wertschätzung für ihre grossartige Unterstützung während des gesamten Jahres. Der Brunch bot nicht nur einen feinen Zmorge, sondern auch die Gelegenheit für die Helferinnen, sich zu entspannen und sich untereinander auszutauschen. Der Dankeschön-Brunch war nicht nur ein Moment des Zusammenseins, sondern auch eine Möglichkeit, den Helferinnen für ihre unermüdliche Unterstützung und ihren Einsatz zu danken, der die Arbeit von Frauen plus erst möglich macht.

**Am Morgen des 1. Mai 2024** machten sich 15 Erstkommunikanten von Schlierbach und Büron mit Begleitpersonen auf den Weg Richtung Innerschweiz. In der Hostienbäckerei des Klosters St. Anna in Gerlisberg/Luzern erhielten sie einen köstlichen und interessanten Einblick in die Herstellung der Hostien. In der Pfarrkirche von Sachseln zeigte und erklärte die Sakristanin die Kutte von Bruder Klaus sowie sein Meditationsbild und auch die Grabkapelle. Das Andenken wurden dort von Priester Joseph Kalariparampil gesegnet. Nach einem feinen Mittagessen, gestiftet von Frauen plus, machten sie sich in zwei Gruppen auf, um das Geburts- und das Wohnhaus von Niklaus von Flüe zu besichtigen. Einen dankbaren Abschluss feierten die Erstkommunikanten bei einer gemeinsamen Eucharistiefeier in der oberen Ranftkapelle. Glücklich, dankbar und mit vielen Eindrücken kehrten sie nach Hause zurück.



Im Namen von Frauen plus möchten wir uns bei der Pfarrei Büron-Schlierbach sowie bei den Begleitpersonen Dorothea Risi und Elisabeth Estermann für die grosszügige finanzielle und organisatorische Unterstützung bedanken.


**Am 21. Mai 2024** begann der diesjährige Pfingstausflug der Senioren frühmorgens bei regnerischem Wetter. 55 Senioren nahmen daran teil, begleitet von vier Betreuerinnen und Priester Joseph. Chauffeur Andy von der Firma Zemp fuhr die Gruppe sicher durch den Tag und unterhielt sie mit interessanten Informationen über die durchfahrenen Regionen. Sonja Wilhelm, Pia Kirchhofer sowie Beatrix Zust und Lisbeth Schwegler kümmerten sich aufmerksam um die Teilnehmer.



Die erste Etappe führte nach Altreu, wo ein von der Kirchgemeinde Büron-Schlierbach gesponserter Kaffeehalt eingelegt wurde. Hier konnten die Senioren die vielen Störche auf den Dächern bewundern. Danach ging es weiter nach Le Roselet zur Pferdedepension der Stiftung für das Pferd, wo rund sechzig Pferde, Ponys und Esel ein Zuhause gefunden haben. Zum Mittagessen fuhr die Gruppe nach Breuleux ins Hotel de la Balance, wo ein köstliches Essen serviert wurde. Am Nachmittag besuchten sie Courtelary und den Fabrikladen von Camille Bloch, bevor es



über Biel und Solothurn zurück nach Büron und Schlierbach ging. Gegen 18.00 Uhr kehrten die Senioren begeistert und wohlbehalten nach Hause zurück.



**Am Sonntag, dem 30. Juni 2024**, fand der Gedächtnisgottesdienst für die verstorbenen Frauen statt. Pastoralraumleiter Roland Bucher gestaltete gemeinsam mit Lisbeth Schwegler und Edith Gisler eine besinnliche Feier zum Thema „Dankbar sein“. Dieses Thema zog sich wie ein roter Faden durch den gesamten Gottesdienst, unter anderem durch die Geschichte einer alten Frau, die stets eine Handvoll Bohnen bei sich trug. Jede Bohne, die von einer Tasche in die andere wanderte, erinnerte sie an die kleinen Freuden des Lebens. Die Gottesdienstteilnehmenden konnten ebenfalls Bohnen aus einem Korb nehmen – als Symbol für Dankbarkeit im Alltag. Die Geschichte von Maria und Marta regte zur persönlichen Reflexion an: Sie verdeutlichte, wie wertvoll es ist, unterschiedliche Charaktere und Ansichten zu akzeptieren und das Besondere in ihnen zu erkennen. In tiefer Dankbarkeit wurde auch jener Frauen gedacht, von denen wir uns im letzten Vereinsjahr verabschieden mussten. Ihre Hingabe und Fürsorge haben unsere Gemeinschaft bereichert und inspiriert. Der Frauenchor verlieh der Feier mit seinen wunderschönen Liedern eine besondere Atmosphäre. Nach dem Besuch der Gräber wurden den Anwesenden Kaffee/Tee, Kuchen und Zopf angeboten.

**Am Kilbi-Sonntag, dem 20. Oktober 2024**, öffneten wir bei schönem Herbstwetter bereits nach dem Gottesdienst um 11.00 Uhr die Türen. Zum Mittagessen in der Turnhalle wurde ein feines Rindsgeschnetzeltes mit Knöpfli und Gemüsebouquet angeboten und serviert. Am Nachmittag füllte sich die Turnhalle und Dorfstube mit vielen Gästen. Diese konnten aus einer grossen Auswahl, feiner Torten, Vermicelles, gebrannte Creme und selbstgebackenen Kuchen von unseren Mitgliedern, "Huuskaffi", Kaffee, Mineral usw. geniessen. Ein grossartiges Helferteam von freiwilligen Helferinnen hat diesen Anlass tatkräftig unterstützt. Dank dieser Unterstützung ist es möglich diesen Anlass durchzuführen.

**Am 8. Dezember 2024** fand in Büron die Ü65-Adventsfeier von Frauen plus statt. Über 40 Gäste wurden herzlich willkommen geheissen. Zur Einstimmung wurde die Geschichte „Der Beginn der Weihnachtszeit“ vorgelesen, die die Gäste in das Motto der Feier einführte: „Die Adventszeit ist wie eine Melodie, die berührt und ein Gefühl von Geborgenheit und Frieden weckt.“ Für die musikalische Gestaltung sorgte die Musikschule unter der Leitung von Silvia Fischer.



Mit festlicher Musik und gemeinsamen Liedern entstand eine feierliche Stimmung, die zum Mitmachen einlud. Besinnliche Impulse wurden ebenfalls von Pfarreileiter Roland Bucher vermittelt. Nach dem Dessert sorgte der Besuch des Samichlaus für ein besonderes Highlight. Er erzählte eine Geschichte und erhielt als Dank selbst verfasste Gedichte. Zum Abschluss erhielten alle Gäste als süsse Überraschung einen Grittibänz. Die Ü65-Adventsfeier von Frauen plus war ein Ausdruck von Gemeinschaft und Wertschätzung und bot allen Anwesenden einen stimmungsvollen und herzlichen Nachmittag. Die Türkollekte, welche von Frauenplus auf 200.- aufgerundet wurde, wurde an die LZ-Weihnachtsaktion gespendet.

**Im Dezember 2024** erfreuten sich die Adventsfenster in Büron und Schlierbach erneut grosser Beliebtheit. Viele engagierte Privatpersonen und Institutionen gestalteten die Fenster liebevoll, was zahlreiche Besucher anzog. Wärmende Feuer, köstliche Getränke und Kuchen schufen eine entspannte Atmosphäre, in der sich Besucher angeregt unterhielten. Die Adventsfenster boten nicht nur festlich geschmückte Anblicke, sondern auch die Möglichkeit, neue Bekanntschaften zu schliessen und sich auszutauschen. Die Organisatoren, Rita Hutmacher und Frauen plus Büron-Schlierbach danken allen, die mit ihrer Kreativität die Adventsfenster bereichert haben, sowie den zahlreichen Besuchern für ihr Interesse. Die gelungene Veranstaltung zeigt erneut, wie Gemeinschaft und festliche Traditionen die Menschen in der Vorweihnachtszeit zusammenbringen können.



### **Pföderi-Träff Büron:**

Wir, vom Pföderi-Träff Team, konnten auf ein erfolgreiches Jahr 2024 zurückblicken.

**Die Träffs** waren immer gut besucht von den Mamis, Papis und ihren Kindern. Wir hatten interessante Gespräche, die Kinder konnten miteinander spielen und wir lernten neue Eltern und ihre Kinder kennen. Wir trafen uns in der Dorfstube oder beim Weiherspielplatz zum Spielen, Kaffee trinken und Austausch. Es fand auch ein **Ostern- und Herbstbasteln** statt. Die **Neugeborenenbegrüssung** mit einem Brunch war ein Hit. Es kamen viele Eltern mit ihren Kindern. Für uns war es immer schön, so viele tolle Eltern zu sehen und zu wissen, dass der Pföderi-Träff im Dorf Anerkennung gefunden hat. Es war für uns ein interessantes und schönes Jahr. Unsere langjährige Kollegin, Lea Künzli-Stillhard, gab nach einem Jahr Pause ihre Position im Pföderi-Träff Ende 2024 ab.



Das Pföderi-Träff Team Büron: Lea Arnet, Andrea Blättler, Stefanie Bögli, Lea Künzli-Stillhard,

## Pföderi-Träff Schlierbach:

**Pföderi-Träff im Weierbach** Der erste Pföderi-Träff im neuen Jahr fand im Weierbach statt. Bei Kaffee und Kuchen konnten sich die Pföderis mit ihren Mamis gemütlich verweilen und sich austauschen.

**Vortrag zum Thema Wut** Anfang Mai wurden die Eltern zu einem spannenden Referat über das Thema Wut eingeladen. Manuela Schwarz vermittelte interessante Infos zu diesem Thema wie beispielsweise die Eskalationsstufe sowie Tipps und Tricks im Umgang mit Wut.

**Neugeborenenbegrüssung bei strahlendem Sonnenschein** Bei strahlendem Sonnenschein und warmen Temperaturen fand die alljährliche Neugeborenenbegrüssung statt. Im Garten von Daniela Troxler trafen sich vier von neun Neugeborenen mit ihren Mamis und älteren Geschwistern. Es wurde gespielt, geplaudert, sich ausgetobt sowie Kaffee und Kuchen genossen. Edith Gisler nutzte zudem die Gelegenheit, den Verein Frauenplus vorzustellen.

**Neues OK-Mitglied ab Juli 2024** Nach mehreren Jahren im Pföderi-Träff verabschiedete sich Daniela Troxler. Wir danken Daniela für ihr grosses Engagement. Neu im OK dürfen wir Sabrina Hofer begrüßen.

**Erster Pföderi-Träff im «Sonnestöbli»** Ende September fand der Pföderi-Träff erstmals im Tagesstruktur-Lokal «Sonnestöbli» der Schule Schlierbach statt. Rund 20 Kinder und Eltern trafen sich zum Spielen, Austoben, Plaudern und Znüni essen.

**Räbeliechtli-Umzug** Am Samstag, 2. November 2024 fand der alljährliche Räbeliechtli-Umzug in Schlierbach statt. Erfreulicherweise versammelten sich über 100 Kinder und Erwachsene auf dem Dorfplatz, um an diesem besonderen Ereignis teilzunehmen. Der Platz wurde von wunderschön gestalteten Räbeliechtli erhellt, die eine zauberhafte Atmosphäre schufen. Gemeinsam starteten wir den Anlass mit einem Räbeliechtli-Lied. Anschliessend spazierte der lange Zug aus Lichtern in Richtung Schulhaus. Dort angekommen, wurde erneut gemeinsam gesungen, bevor der Abend mit Wienerli, Brot und leckerem Punsch gemütlich ausklang.



Das Pföderi-Träff Team Schlierbach: Isabel Galliker, Sabrina Hofer, Daniela Troxler, Vanessa Troxler

## Familienplus:

Für unseren ersten Anlass **im Januar** war wieder einmal ein **Schlittel-Plausch in Schlierbach** geplant. Es schneite einige Tage zuvor, doch einen Tag vor dem Schlitteln hatte der Regen leider den Schnee „weggeputzt“. So konnte in diesem Jahr kein gemeinsames Schlitteln stattfinden. Wir freuen uns jedoch auf die kommenden Jahre, in denen es wieder möglich ist, vielen Kindern die Gelegenheit zu bieten, gemeinsam im Schnee zu toben, zu schlitteln und einen warmen Punsch mit der Mami/Papi oder einer lieben Begleitperson zu geniessen.

**Im März** hatten rund 50 Erwachsene mit Kindern die Gelegenheit, einen Einblick in das Tätigkeitsfeld der **Feuerwehr Region Sursee** zu bekommen. Zu Beginn wurden uns unter Leitung von Robi Duss über PowerPoint sehr interessante Informationen über die Einsatzbereiche und das Verhalten in einem Brandfall präsentiert. Danach wurden uns gruppenweise die verschiedenen Räume, Löschschläuche, Sauerstoffflaschen, Feuerwehrbekleidung, Löschfahrzeuge und die Drehleiter von Feuerwehrleuten nähergebracht. Besonders eindrücklich waren wohl die Erlebnisse mit der Drehleiter auf 15 m Höhe zu steigen und auf einem Wasserschlauch-Parcours selbst Hand anzulegen. Das Wissen eine Feuerwehr zu haben, die 24/7 für uns im Einsatz ist, hinterliess ein dankbares Gefühl.



Die Tage wurden schon etwas kühler als **im September** zwei Gruppen à je 15 Kindern, die warme **Backstube der Bäckerei Schell in Büron** betraten. Es war ein spezieller Moment, nicht wie alle anderen Kunden beim Verkaufstresen stehen zu bleiben, sondern weiter in die Hinterräume zu gelangen, wo wir als erstes ein wichtiges Credo der Backkunst mitbekamen: gute Hygiene. Nach dem Händewaschen zeigte der neue Geschäftsführer Erik Schell, wie man aus der Teigmasse eine Schildkröte formen oder seine eigene Idee verwirklichen konnte. Erik erklärte uns die Arbeitsschritte beim Backen, angefangen damit, dass das Mehl durch ein Rohr vom Keller direkt in die Teigrührmaschine gelangte. Der grosse Backofen und der Kühlraum waren sehr eindrücklich und zeigten, dass hier mit viel grösseren Mengen gebacken wird als zuhause. Auch für die Dekoration der Patisserie brauchen die Bäckerleute viel Geschick, was bei den schön geformten Marzipanmarroni zum Ausdruck kam. Der krönende Abschluss war es, das eigene Gebackene nach Hause zu nehmen

Das Familienplus Team: Melanie Bucher, Andrea Hanimann, Jasmin Kirchhofer, Merita Kuhn, Karin Schmidlin

## Infoträff:

Im Juni 2024 hat sich das Infoträff Team zum ersten Mal zusammengesetzt, um das neue Kursprogramm für 2025/26 zusammenzustellen. Ende August wurden die zusammengetragenen Angebote diskutiert und das neue Kursprogramm danach von den verschiedenen Verantwortlichen ausgearbeitet.

Das Infoträff Team mit Andrea Wyss, Damara Schmidlin, Nicole Nufer und Beatrix Zust hatte für das vergangene Jahr 2024/25 ein interessantes Kursprogramm gestaltet. Die Idee bei diesen Anlässen ist es Frauen jeder Altersklasse und Nationalität zusammenzubringen und neue Erfahrungen zu sammeln. Beim **Nachtschmökern** haben die zahlreichen Teilnehmerinnen einen interessanten Abend erlebt. Bücher wurden vorgestellt und bei einem grosszügigen Aperó konnten sich die Gleichgesinnten austauschen. Die Erfahrungen beim **Hypnose-Abend** mit Doris von Däniken, mit einem theoretischen Teil und einem praktischen Teil waren eindrücklich. Beim **Kneippabend** konnte entspannt werden. Rita Kaufmann vom Risihof hat uns das Kneippen mit viel Engagement erklärt. Es wurde gekneippt, selbstgestrickte Socken angezogen, Unterlagen abgegeben und ein Dessert genossen. Einen eindrücklichen **Yoga-Abend** mit Renata Kaufmann wurde im November durchgeführt. Die zahlreichen Anwesenden haben eine vollständige Lektion erhalten und anschliessend wurde mit einem Chai-Tee der Abend abgerundet. Ein fesselnder Abend für **Geschenkverpackungen** mit Iris Wouters Wespi, welche mit viel Freude diverse Verpackungsmöglichkeiten für kleine Geschenke gezeigt hat. Drei Verpackungen wurden erklärt und angefertigt. Grosse Auswahl an Deko-Möglichkeiten standen zur Verfügung. Iris hat sich sehr viel Mühe bei der Vorbereitung und Ausführung gegeben. **Die Winterwanderung** wurde bei trockenem Wetter und angenehmen Temperaturen durchgeführt, und die Frauen genossen die Stimmung. Mit einem gemütlichen Fondueessen bei interessanten Gesprächen wurde der Abend abgerundet.

Das Infoträff Team freut sich, wenn die ausgearbeiteten Angebote von 2025/26 wieder Anklang finden werden. Gerne nehmen sie Vorschläge entgegen und würden sich auch über neue Frauen im Team freuen.

Infoträff Team: Andrea Wyss, Damara Schmidlin, Nicole Nufer und Beatrix Zust

## Babysitter-Vermittlung / Babysitterkurs:

Der Babysitter-Kurs 2024 mit der Kursleiterin Martina Waldisberg vom SRK fand im September an einem Mittwochnachmittag und Samstag den ganzen Tag statt. Wir durften ein grosszügiges und helles Klassenzimmer an der Schule Büron für den Kurs benutzen, was bei der Kursleiterin und den Jugendlichen sehr gut ankam. Der Kurs wurde von 3 Jungs und 14 Mädchen aus Büron, Schlierbach, Triengen, Winikon und Schenkon erfolgreich abgeschlossen. Die motivierten Babysitter\*Innen von Büron und Schlierbach sind nun auf der Vermittlungsliste der jeweiligen Gemeinde und freuen sich, ihr erworbenes Wissen anzuwenden. Die Listen können bei Sandra Baumgartner angefordert werden: [sanba.79@hotmail.com](mailto:sanba.79@hotmail.com) oder 079 477 65 04  
Die Babysitter-Vermittlung Büron -Schlierbach hat sich bei der Neugeborenenbegrüssung in Büron vorgestellt. Es kam zu einem regen Austausch mit den Müttern und Babys. Unter dem Jahr gab es diverse Anfragen von Eltern, die in der Nachbarschaft einen Babysitter gesucht haben. Der Babysitter-Kurs 2025 wird im Oktober wieder in Triengen stattfinden.



Babysitter Vermittlung: Sandra Baumgartner


## Ludothek:

Wir sind erfolgreich ins neue Vereinsjahr gestartet und haben viele neue Spiele eingekauft und erfasst, sodass wir vielen Familien mit unserer Sortimentserweiterung eine Freude machen. Des Weiteren wurde in der Ludothek fleissig geputzt und auch die «älteren» Spiele gereinigt und wieder in Schuss gebracht damit nach den Sommerferien alles bereit ist für die Ausleihe.

Vergangenen Frühling haben wir gemeinsam mit der Schule und der Gemeinde beschlossen, dass das Schüler-Abo weiterlaufen kann, und begrüsst nach den Sommerferien wieder viele Kinder in der Ludothek. Im Rahmen des Abos haben wir auch bereits am letzten Schultag vor den Herbstferien die Spielzeit für die Klassen 3-6 durchgeführt. Es war auch dieses Jahr wieder ein toller Tag mit den Kids, für die wir viele Spiele und Fahrzeuge bereithielten.

An unserem Kilbi-Stand konnten sich auch diesen Herbst viele freudige Besucher tolle Preise «erwerben». Nach den Faschnachtsferien führten wir auch für die «Kindergartenkids» und die 1./2. Klässler einen Spieltag durch und waren mit vielen tollen Spielen zu Besuch im Schulhaus Burgacker. Es war eine Freude mit den Kindern diesen Tag spielend zu verbringen.

Auch diesen Mai konnten wir wieder viele Kinder zu unserem Spielnachmittag beim Träffpunkt begrüssen, der ein grosser Erfolg war.



Auch unser Team durfte fernab vom Ludo-Alltag einen tollen Abend in Luzern verbringen wo wir zuerst im «Gameorama» unser Spieltalent unter Beweis stellten und dann anschliessend den Abend noch bei einem Getränk in der Stadt ausklingen liessen.

Im Juni durfte dann unser jährliches gemeinsames Bräteln am Weiher nicht fehlen, und wir genossen den Tag bei schönstem Wetter und tollen Gesprächen, während sich unsere Kids auf dem Spielplatz vergnügten.

Ludothek-Team: Tina Willkomm, Büron, Portmann Rebecca, Büron, Ramona Shkorreti Büron, Hans Stocker Büron, Annabelle Helfenstein, Schlierbach, Irene Thürig, Schlierbach, Angela Da Silva, Geunsee, Beatrix Zust, Knutwil, Helen Affolter, Schlierbach, Petra Kirchhofer, Büron

**Vielen Dank für euren unermüdlichen Einsatz!**

Vielen Dank auch an alle, welche die Ludothek direkt oder indirekt in irgendeiner Form unterstützen!

### **Seniorenwandern:**

Die naturbegeisterte Wandergruppe traf sich im vergangenen Jahr wöchentlich bei jedem Wetter am Dienstagnachmittag zu einer Wanderung. Die Rundwanderungen waren in der Regel 4-6 km lang und dauern 1½ -2 Stunden, ebenfalls durfte ein Kaffeehalt nicht fehlen. Die Wanderungen führten z.B. von Oberkirch zum Paraplegiker-Zentrum, ins mystische Wauwilermoos, von Büron über das Moos nach Triengen ins Bahnhöfli, am wunderschönen Uferweg in Sempach zur Seebadi entlang und .... Auch hatten wir das Bräteln einer Wurst am Feuer geplant, doch im vergangenen Jahr war das Wetter an den Dienstagen nicht optimal – dies werden wir aber sicher in diesem Jahr nachholen.

Bei unseren Wanderungen steht nicht nur die Bewegung und die frische Luft im Mittelpunkt, sondern auch der Austausch und die Möglichkeit neue Kontakte zu treffen. Neue Gesichter sind herzlich willkommen, wir sind eine kleine sympathische und humorvolle Truppe – **wir freuen uns auf Dich!**

### **Seniorenturnen Büron:**

Im Januar 2024 starteten wir wieder mit unserem geliebten Seniorenturnen. Wie gewohnt trafen wir uns jeden Mittwoch um 14.00 Uhr bis 15.00 Uhr im Träffpunkt Büron - ausgenommen der Schulferien. Das «Ostereier tütschen» vor den Osterferien ist ein fester Bestandteil in unserem Jahresprogramm und ist nicht wegzudenken.



Vor der verdienten Sommerpause verweilen wir bei Kaffee und Glacé. Dem Start nach den Sommerferien blickten wir gefreut entgegen. Vielfältige Lektionen mit den unterschiedlich gesetzten Schwerpunkten motivierten alle Turnerinnen. Im Herbst genossen wir ein gemeinsames Mittagessen im Restaurant Panorama in Schlierbach.

Mit grosser Freude und Stolz durften wir eine neue Turnerin in unserer Mitte begrüssen. Wir alle freuen uns über weitere neue Turner/innen. Im vergangenen Jahr durften wir mit zwei Turnerinnen den 90igsten Geburtstag feiern. Ein herzliches Danke schön an die beiden Jubilarinnen für die gespendeten Köstlichkeiten. Im Anschluss

an die letzte Lektion vor den Weihnachtsferien genossen wir das gemütliche Beisammensein und prosteten zusammen auf ein gesundes, glückliches neues Jahr 2025 an.

Wir freuen uns auf weitere aktive Turnstunden. Sportliche Grüsse, Leiterin Luzia Albisser

### **Gesundheitsturnen / Fitgym, Gesundheitsturnen / Fitgym Büron:**



Im Januar 2024 starteten wir erneut mit dem Gesundheitsturnen / Fitgym. Wir trainierten mittwochs von 9.00 Uhr bis 10.00 Uhr im Träffpunkt Büron – ausgenommen der Schulferien.

Das regelmässige Training fördert Kraft, Beweglichkeit, Koordination, Gleichgewicht sowie Ausdauer und bereitet grossen Spass. Es besuchten durchschnittlich 15-18 sportbegeisterte Frauen die Lektionen von Fitgym.

Freudig durften wir sieben neue Turnerinnen in unserer Gruppe willkommen heissen. Es hat genug Platz für weitere Interessierte!

Auch das Zwischenmenschliche durfte bei unserer Gruppe nicht zu kurz kommen.

Wir genossen daher nach den Sommerferien wie auch vor den Weihnachtsferien ein gemütliches Apéro.

Wir freuen uns auf weitere gemeinsame Turnstunden, die unser Wohlbefinden stärken.  
Sportliche Grüsse, Leiterin Luzia Albisser

## Seniorenturnen Schlierbach:

### Jahresbericht 2024, Fitgym, Seniorenturnen Schlierbach

Unsere Turnstunden fanden auch dieses Jahr am Mittwochnachmittag von 13.20 bis 14.20 Uhr in der Mehrzweckhalle statt. Die Lektionen stehen unter dem Motto «lernen, leisten, lachen» und sehen in etwa so aus: Nach der Begrüssung und einer Eröffnungsübung wird der Herzkreislauf durch Gehen zu Musik in der Halle angeregt. Danach mobilisieren wir unsere Gelenke. Im Hauptteil trainieren wir das Gleichgewicht und kräftigen die Bein-, Arm- und Bauchmuskeln. Bei einer Stafette wird die Ausdauer trainiert und bevor wir die Stunde mit Dehnübungen abschliessen, gibt es ein Geschicklichkeitsspiel oder etwas Gehirnjogging. Wir turnen in der freien Halle, auf und neben dem Stuhl.



Am 3. Juli 2024 trafen wir uns im Gschweich zum Bräteln und ein weiteres Highlight war der Ausflug nach Kehrsiten am 18. September 24. Die Schwester von Hans Troxler hatte uns in ihren Garten, direkt am See zu einem gemütlichen Nachmittag mit Kaffee und Dessert eingeladen. Am 18. Dezember liessen wir das Jahr bei einem Mittagessen im Restaurant Panorama ausklingen.

Unser Wunsch fürs neue Jahr ist, dass wir gesund bleiben und dass wir ein oder zwei neue Mitturner/innen begrüssen können. Ein Probettraining ist jederzeit und kostenlos möglich. Mach doch mit!

Das Leiterteam Schlierbach: Judith Schmid und Georgette Geisseler

## Frauentreff:

Dieses Jahr haben wir uns wieder privat sechs Mal bei verschiedenen Frauen zu Hause und einmal beim Weiher getroffen. Es gab immer etwas Feines zum Knabbern, die Gespräche waren angeregt, der Austausch über unsere Lebenssituationen und Meinungen belebend. Dieses Jahr hatten aber auch zwei Frauen und ihre Angehörigen schwere Schicksalsschläge zu ertragen. Das tut uns leid. Mithilfe einiger Ehepartner haben wir an der Kilbi zudem Cevapcici angeboten. Den Erlös spenden wir jeweils einer Familie, die wir persönlich kennen und die gerade Hilfe braucht.



Das Frauentreff-Team: Renate Gschwend, Safeta Fetahovic

## Weihnachtsbesuche:

Auch in diesem Jahr wurden die Heimbewohner von unseren Mitgliedern Priska Huber, Pia Kirchhofer und Sonja Wilhelm in der vorweihnachtlichen Adventszeit besucht. Der Besuch wurde durch die Übergabe eines Präsensts, feiner selbstgebackener Weihnachtsguetzli, versüsst – herzlichen Dank für die grosszügigen, unentgeltlichen Guetzli. Die Geste wurde von den Bewohnern mit grosser Freude und Dankbarkeit angenommen, und sie schätzten die liebevolle Aufmerksamkeit in dieser besonderen Zeit des Jahres.

## Geburtstagsbesuche:

Die Geburtstagsjubilare wurden von unseren verantwortlichen Geburtstagsbesucherinnen jeweils mit einem Besuch und einem kleinen Geschenk überrascht. Herzlichen Dank an die beiden Besuchergruppen, ihr habt mit eurem Besuch Zeit und Freude geschenkt. Diese Gesten der Aufmerksamkeit und Wertschätzung trugen dazu bei, dass die Geburtstagsjubilare sich besonders geschätzt und beschenkt fühlten.

Das Team Geburtstagsbesucherinnen: Ursi Hodel, Astrid Troxler, Lydia Muff, Bernadette Wyss, Anita Wyss herzlichen Dank für euren Einsatz.

Wir möchten unseren herzlichen Dank an alle Ressorts aussprechen, die mit ihren spannenden und interessanten Jahresberichten viele Einblicke in ihre Abteilungen ermöglicht haben. Der grossartige Einsatz vieler Freiwilliger, die den Verein mit unzähligen unentgeltlichen Stunden unterstützen, trägt massgeblich zum Gelingen von Frauen plus Büron-Schlierbach bei. Ihre unermüdliche Arbeit war und ist von unschätzbarem Wert.

Mit diesem positiven Rückblick und dem Elan, den wir aus den Erfahrungen des vergangenen Jahres gewonnen haben, freuen wir uns nun voller Vorfreude auf ein ebenso aufregendes neues Vereinsjahr 2025/26. Wir planen viele spannende Aktivitäten und Begegnungen, die unsere Gemeinschaft weiter stärken und bereichern werden.

Der Vorstand von Frauen plus... Büron-Schlierbach im März 2025