

*Aus vielen Tropfen wird MEHR* - das erfuhren viele Frauen im letzten 60. Vereinsjahr.

Gerne berichten wir von den verschiedenen Anlässen:

### **Kurse und Workshops**

---

#### **Etagèren, die wiederentdeckten Klassiker**

Mit prächtigen Geschirrfunden aus dem Brockenhaus oder aus Schrankräumungen erschienen die vielen Teilnehmerinnen an den Etagèren-Kurs. Die Kursleiterin Cornelia Zehnder instruierte die spezielle Bortechnik und schliesslich das Aufbauen der Teller. Entstanden sind viele persönliche Glanzstücke.

#### **Bar-Kurs**

Benoît Meny, *Chef de Bar* vom Swiss Chalet in Merlischachen, liess die Gruppe nach seinen Anweisungen abwechslungsweise verschiedene Drinks zubereiten. Gemeinsam wurde dann probiert. Mojito, Manhattan, Swimming Pool, Moscow Mule, Planter's Punch etc. - jetzt kennen wir sie alle. Leider ging der lustige und informative Abend viel zu schnell vorbei.

#### **Wasser – eine Entdeckungsreise**

Die Teilnehmerinnen konnten unter der Führung von Rolf Asal das geheimnisvolle Wasser schmecken, verkosten, hören und verstehen. Weiter informierte der Brunnermeister der Wasserversorgung Adligenswil, Sepp Appert, über Eigenheiten und Herkunft unseres Leitungswassers.

#### **Café lokal-global**

Durchs ganze Jahr verteilt trafen sich sechsmal in Adligenswil wohnhafte AsylantenInnen aus verschiedenen Ländern. Begleitet wurden diese Treffen durch die ökumenische Gruppe "Eine Welt" und der Asylbegleitgruppe Adligenswil. Jedes Mal brachte eine andere Familie Leckerbissen aus ihrem Heimatland mit. Es ergaben sich trotz gewissen Sprachbarrieren schöne Gespräche und neue Kontakte.

#### **WirkShop Meditation & SelbstHypnose**

Die Adliger Hypnose Therapeutin, Georgia Bucher Dittrich, verlieh an drei Abenden neue Lebensenergien. Die Frauen wurden in die Meditationsformen, SelbstHypnose-Techniken und passende, sanfte Bewegungen eingeführt. Die verschiedenen Tools können sie jetzt einfach in ihren Alltag integrieren.

#### **Wichtel basteln**

Wichtel mit spitzigen Mützen, pummeligen Nasen und langen Bärten zieren seit November ein paar Wohnstuben in Adligenswil. Denn in einfacher Handarbeit kreierte die Teilnehmerinnen ihre eigenen Wichtel. Die fachliche Anleitung erhielten sie von Magie Krieger Feyer.

### **Ausflüge / Besichtigungen**

---

#### **Brunnentratsch**

23 Interessierte folgten dem Duft des Sees, tauchten in die Wasserstadt Luzern ein und lauschten den Erzählungen der Führerin. Es war ein wunderbarer Abend bei tollem Wetter und die Silent Walkers haben sich sehr bewährt.

## **Jahresausflug**

Im Juni reisten rund 30 Frauen mit dem Car durchs schöne Seetal in Richtung Baden. Kaffeehalt machten sie auf der Klosterhalbinsel Wettingen, im Gasthof Sternen.

Angekommen in Baden, ging es weiter mit einer Stadtführung, wo auch über die Badesitten im Mittelalter und die vielen Heilquellen erzählt wurde.

Im Atrium Hotel Blume, mit der einzigartigen Galerie rund um den Innenhof, haben alle fürstlich gespiesen. Ausgestattet mit einem Stadtplan erkundeten die Frauen am Nachmittag die Altstadt. Beim Zwischenhalt auf der Heimfahrt deckten sich alle mit Dubler Mohrenköpfen ein.

## **Höllenritt ins Paradies**

32 Frauen und Männer fahren voller Vorfreude im Car Richtung Winterthur an die Karl's kühne Gassenschau, Sektor 1. Auf dem originell eingerichteten Theatergelände angekommen konnten sie sich die Füsse vertreten und stärkten sich vor der grossen Vorstellung im Culinarium mit feinen Speisen aus aller Welt. Es bot sich ein wunderschöner Sommerabend mit lauem Windchen. Alle waren begeistert vom theatralen Höllenritt voller traumhafter Bilder, waghalsiger Maschinen, atemberaubender Stunts und intensiver Gefühle. Nach der Vorstellung chauffierte der Fahrer der Firma Heggli AG die Gruppe sicher zurück nach Adligenswil.

## **Knutwiler Mineralwasser und Jugenddorf St. Georg**

Mit einer Führung bekamen die paar Teilnehmerinnen im Knutwiler Bad Einblick ins Jugenddorf mit ihren hauseigenen Produktionsbetrieben und erfuhren Wichtiges über die Massnahmen der Jugendhilfe.

Nach dem Mittagessen besichtigten die Besucher die Abfüllanlage der Knutwiler Mineralwasser, welche pro Stunde bis 16'000 Flaschen befüllt. Zum Abschluss war Kneippen im Quellpark ein weiteres Erlebnis.

## **Christkindlimärt Montreux**

Auch in der Westschweiz kann *frau* schöne Weihnachtsmärkte besuchen und feiner Glühwein bekommen. Umgeben von See und Bergen liessen sich in Montreux rund 25 Frauen in Weihnachtsstimmung versetzen und erfreuten sich über die Attraktion des fliegenden Weihnachtsmannes.

## **Spezielle Anlässe**

---

### **Dankes-Zmorge**

Als inzwischen fixes Datum Mitte Januar ist das Dankes-Zmorge. Als Zeichen des Dankes für ihre Freiwilligenarbeit werden alle HelferInnen mit einem Zmorge verwöhnt.

### **Tulpencafé**

Tulpen und nochmals Tulpen sind von Ende März bis Mitte Mai bei Luzerner Garten zu sehen. So vielfältig wie man sie nirgends in der Schweiz sieht. Entsprechend war auch das Tulpencafé einzigartig. Die beiden Gastrofrauen, Nathalie Schreiber und Marie-Claire Regli, führten das Frauenbund-Café souverän und mit toller Unterstützung von Adliger Frauen am Buffet oder Kuchenbacken. Letztlich blieben trotz unterschiedlich guter und schlechter Umsatztage ein Gewinn und positive Eindrücke.

### **Maiandacht**

Sternmarschförmig trafen die Adliger und Udliger auf dem Dottenberg ein. In der Kapelle St. Jost feierten alle gemeinsam eine andachtsvolle Maiandacht, vorbereitet von Frauen des FrauenNetzes Udligenswil und Frauenbundes Adligenswil. Beim anschliessenden Apéro begegneten sich UdligenswilerInnen und AdligenswilerInnen zu einem Schwatz.

## **Stand-Up Paddling**

Bei sommerlich warmen Temperaturen wurden die neun Teilnehmenden von einer SUP-Expertin im Strandbad Lido instruiert. Mit Ausrüstung auf dem Wasser angelangt fühlten sich die SUP-Frauen fast wie in Hawaii. Alle zeigten sich motiviert auf dem Brett zu paddeln, um möglichst nicht ins Wasser zu fallen, was leider nicht allen gelang.

## **Marroni Anlass am 11.11.**

Heissi Marroni ganz heiss - immerhin 15 kg wurden an diesem Samstagvormittag auf dem Coop-Platz an unsere treuen Frauen und Interessierten verteilt.

## **Sportangebote**

---

### **Fit mit Thera-Band**

Fitness daheim - mit Thera-Band und einfachen Übungen. Die Teilnehmerinnen lernten verschiedene Anwendungen für zu Hause.

**Turnen für Frauen** wird in der Turnhalle Dorf in Adligenswil durchgeführt. Es sind jederzeit Neumitglieder herzlich willkommen.

**Walking** - dieser Kurs wird für routinierte bis ausdauernde Walkerinnen angeboten. Auch hier sind Neumitglieder herzlich willkommen.

*Adligenswil, im Februar 2018 / Monika Käch*

## **Chilbi – Jahresbericht 2017 der Chilbi-Verantwortlichen**

---

Der Chilbi-Sonntag, 3. September 2017, begann nach ein paar Regentagen mit viel Sonnenschein. Nach dem Chilbi-Gottesdienst auf dem Schulhausplatz startete der Chilbi-Betrieb auf allen Plätzen, Buden und Gastronomiebetrieben. So drehte auch das Karussell wieder seine Runden. Vor allem der Nachmittag zog viele Chilbi-Besucher an. Nach etwas zögerlichem Start versuchten immer mehr Besucher ihr Glück an unserem Glücksrad, um eines der Lebkuchenherzen zu gewinnen.

Dank dem angenehmen Wetter wurde an unserem Aussenstand-Häuschen gerne ein Kaffee getrunken und dazu ein Chilbigebäck oder Stück Kuchen genossen. Es wird sehr geschätzt, dass man unser Angebot auch auf dem Chilbiplatz kaufen kann.

Die Kaffeestube im Restaurant Rössli, die uns freundlicher Weise wieder von der Familie Sager zur Verfügung gestellt wurde, war den ganzen Tag gut besucht. Vor allem die Plätze auf der Terrasse, mit direktem Blick auf das Chilbigelände, sind sehr begehrt.

An unserem Kuchenbüffet verkauften wir Spitzbuebe, Nussecken, Zigerkrapfen und Zigerkugeli, die wir mit unseren Backfrauen während der Woche gebacken haben. Die Schenkeli wurden von zwei Adligenswilerinnen zu Hause gebacken. Ergänzt wurde unser Angebot mit Schwarzwälder Torten, gebacken von Pia Fölml, und weiteren Torten, Kuchen und Cakes gebacken von freiwilligen Bäckerinnen.

Am Samstag, 13. Januar 2018 luden wir zum traditionellen Dankeszmorge ein. Als Dank für die Unterstützung während des ganzen Jahres offerierten wir ein feines Zmorge-Büffet und durften mit vielen freiwilligen Helferinnen und Helfer einen gemütlichen Morgen verbringen. Einen Dank geht dabei an die Pfadi, die uns mit fleissigen Helfern unterstützt hat.

*Adligenswil, im Februar 2018 / Martha Hofstetter*

## Sprachkurse – Jahresbericht 2017 der Sprachkurs-Verantwortlichen

---

Nach wie vor behauptet sich der Frauenbund Adligenswil mit seinen Sprachkursen neben all den Angeboten anderer Anbieter. Viele Leute schätzen es, direkt hier im Dorf einen Sprachkurs besuchen zu können. Die Donnerstagvormittagskurse in Englisch und Spanisch laufen mittlerweile seit vielen Jahren. Selbst der Spanisch B2 Kurs, von dem wir im letzten Jahr berichtet hatten, dass er sich auflöst, läuft in der Kleingruppe weiter.

Das Schicksal der Auflösung traf dafür einen anderen Spanischkurs am Montagabend.

Grundsätzlich sind unsere Kurse jedoch relativ konstant. Wir bieten weiterhin 3 Spanisch- und 2 Englischkurse an in verschiedenen Niveaus. Und von Herbst bis Frühling läuft seit vielen Jahren unser Italienischkonversationskurs.

Im Frühjahr hatten wir ein weiteres Mal einen Italienisch-Kofferkurs mit Luana Huwyler-Modenini im Angebot.

Unsere Sprachlehrerinnen Angela Odermatt-Phillips (Englisch), Maria Sigrist-Mallqui und Marisa Frei-Noreña (Spanisch) und Eleonora Benvenuti (Italienisch) unterrichten mit viel Freude und Interesse am Lernerfolg unserer Kursteilnehmenden.

In Zukunft werden wir in den Sprachkursen enger mit dem Frauennetz Udligenswil zusammenarbeiten und unsere Kurse dort auch ausschreiben.

Wir sind sehr interessiert, neue Teilnehmende für unsere Kurse zu gewinnen.

*Adligenswil, im Februar 2018 / Gisela Ravicini*

## Seniorenanlässe – Jahresbericht 2017 der Seniorenarbeit

---

Rund ums Jahr organisieren wir verschiedene Anlässe für die Senioren. Wir geben Gelegenheit in gemütlicher Atmosphäre sich zu treffen und ein Gefühl der Zusammengehörigkeit zu schaffen.

Im März luden wir zusammen mit der Pfarrei St. Martin zum **Besinnungsnachmittag** mit Krankensalbung ein. Nach einem schön gestalteten Gottesdienst, der Kraft und Trost spendet, wurden den Senioren ein Zvieri serviert, das von Monika Degen und ihren Helferinnen organisiert wurde.

Zur **Adventsfeier** durften wir rund 90 Personen im geschmückten Teufmatt-Saal willkommen heissen. Mit dem Chor der 3. Oberstufe und der Unterstützung des Mariahilf-Chors von Luzern, unter der Leitung von Pierre Pfister, startete die Feier. Nach den schönen Klängen gab es zuerst Kaffee und Lebkuchen. Auch dieses Jahr durften die Religionsschüler von Agnes Kehrlin ein selbstgemachtes Geschenk abgeben. Anschliessend besuchte uns der «Samichlaus» und brachte die feinen selbstgemachten Zöpfli mit. Mit dem obligaten Zvieriplättli beendeten wir diesen Anlass, nachdem die letzten gegangen sind.

Die **Weihnachtsbescherung** wurde von Stefanie Conzé und ihren Helferinnen organisiert. Im Namen des Frauenbundes besuchten sie in der Adventszeit alle Seniorinnen ab 85 Jahren.

Maria Amrein besuchte durchs ganze Jahr alle Seniorinnen zum **runden und halbrunden Geburtstag ab 85**. Neben einem Präsent schenkt sie so vielen Seniorinnen ein offenes Ohr und Zeit.

Wir danken der Pfarrei St. Martin für die gute Zusammenarbeit und die Unterstützung bei den gemeinsamen Anlässen sowie den finanziellen Zustupf.

Ein weiteres Dankeschön geht an die Gemeinde sowie die reformierte Kirchgemeinde, welche die Seniorenarbeit des Frauenbundes ebenfalls finanziell unterstützen.

In unseren Dank einschliessen möchten wir vor allem Stefanie Conzé, Maria Amrein, Josef Durrer vom Aktiven Alter und allen anderen freiwilligen Helferinnen und Helfer, welche uns in irgendeiner Form bei unserem Engagement für die Senioren unterstützen.

*Adligenswil, im Februar 2018 / Nicole Evers*