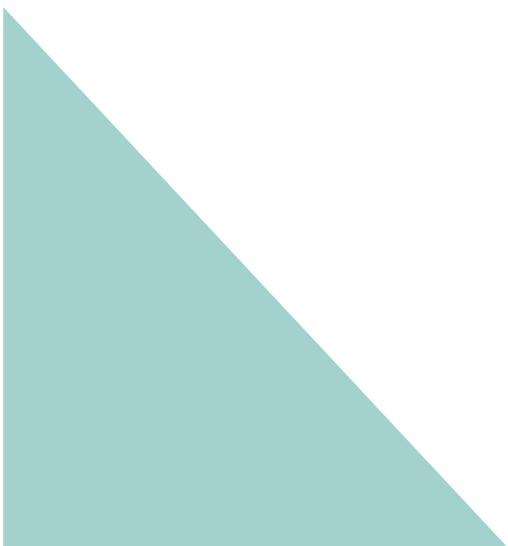


Jahresbericht

2024



Jahresbericht 2024

Unser Verein "lebensphase3" hat viel mit freiwilligen Arbeiten zu tun und trägt unentgeltlich zum Wohlergehen aller bei.

Mit ihren Angeboten und Aktivitäten will die lebensphase3 einen Beitrag leisten zur Bewahrung und Förderung einer möglichst hohen Lebensqualität im Alter.

Wiederum durften wir unseren Mitgliedern ein spannendes, abwechslungsreiches Angebot unterbreiten, von welchem auch rege Gebrauch gemacht wurde. Die Seniorinnen und Senioren unseres Vereins sind dankbar für jegliche Abwechslung und schätzen es, gemeinsam etwas zu erleben.

Gerade in dieser Zeit, wo in Osteuropa ein grausamer Krieg herrscht und wir nicht wissen, wohin das alles noch führen wird. Umfragen in der Bevölkerung haben gezeigt, dass uns gerade diese Unsicherheiten stark belasten.

Mitglieder und Personelles

Der Verein "lebensphase3" zählt per Ende dieses Berichtsjahres über 850 Mitglieder. Ein grosses Dankeschön an alle, die uns auch in diesem Jahr wieder treu geblieben sind.

Zusammensetzung von Vorstand und Geschäftsleitung nach der Versammlung von 2024:

Präsident	Bruno Lobsiger	*
Vizepräsidentin	Ursi Studer	*
Finanzen + Gruppe Pétanque	Christian Meyer	*
Aktuarin	Erika Graf	*
Bildung+Kultur/Geburtstagsgrüsse	Gloria Rauh	*
ComputeriA	Peter Rauh (Vorstandsmitglied mit beratender Stimme)	
Fahrdienst	Margrit Manser	*
Sprachen	Erica Dietrich-Bader	

Delegierte:

Stadt Illnau-Effretikon	Brigitte Rösli
Gemeinde Lindau	Pia Lienhard
Fachverantwortliche	
Alter und Gesellschaft ilef	Judith Hartmann *
Ref. Kirchgemeinde ilef	Patricia Gerber
Kath. Kirchengpflege St. Martin ilef	Christina Hürzeler
Ref. Kirche Breite	Cornelia Siegrist
Pro Senectute ilef	Ruth Hildebrand
Pro Senectute Lindau	Margrit Feierabend

* Auch Geschäftsleitungsmitglieder

Leider mussten wir uns von einem langjährigen, aktiven Mitglied verabschieden. Alwin Bachmann verschied am 26. Dezember 2024 unerwartet an seinem Wohnort. Wir werden Alwin ein ehrendes Andenken bewahren.

Versammlungen, Sitzungen, Anlässe

Es fanden statt: 1 Vereinsversammlung (Juni), 3 Vorstandssitzungen, 4 Sitzungen in der Geschäftsleitung.)

An der **Vereinsversammlung vom 7. Juni 2024** war eine Rekordzahl von Mitgliedern anwesend. Gemäss Präsenzliste fanden sich 160 Personen im Saal des Alters- und Pflegezentrums Bruggwiesen ein. Dass Begegnungen und die Aufrechterhaltung der sozialen Kontakte wichtig sind, haben uns die positiven Reaktionen verschiedener Mitglieder gezeigt. Das Motto «Ip3 bringt die Leute zusammen» wurde voll erfüllt.

Dass uns die Restaurantleitung das ganze Restaurant Pura Vida mit den Sitzgelegenheiten zur Verfügung stellte, wurde von den Gästen sehr begrüsst. Aufgrund der positiven Erfahrungen werden wir auch im 2025 die Vereinsversammlung im APZB abhalten. Vorbereitungen, Qualität und Aufmerksamkeit im Service waren top.

Herbstanlass

Verschiedene Mitglieder machten die Anregung, diese Veranstaltung an einem Nachmittag abzuhalten. So kam die Idee auf, einen Seniorennachmittag bei Kaffee und Kuchen anzubieten und für musikalische Unterhaltung sollte ebenso gesorgt sein.

Nach unsicherem Anmeldestart und einem erneuten Hinweis auf die Veranstaltung, durften wir am 15. Oktober 2024 schlussendlich 98 Mitglieder begrüssen. Es herrschte eine super Stimmung; einige Mitglieder nutzten die Gelegenheit, das Tanzbein zu schwingen.

Die Line Dance Gruppe demonstrierte ihr Können und sorgte mit einem kleinen Workshop für eine interessante Abwechslung.

Tag der offenen Tür im Alters- und Pflegezentrum Bruggwiesen

Am 8. Juni 2024 öffnete das APZB ihre Türen für die Bevölkerung. An mehreren Ständen haben verschiedene Organisationen ihre Arbeiten gezeigt. So war auch unser Verein aktiv mit einem Stand dabei. An diesem sehr gut organisierten Anlass, in einem tollen Ambiente, konnten viele Kontakte geknüpft werden. Wir werden wieder dabei sein, wenn das APZB dazu aufruft.

Freiwilligenarbeit

Freiwilligenarbeit ist das Fundament für gutes Funktionieren von Vereinen. Viele Aufgaben könnten wir in unserem Verein ohne das freiwillige Engagement nicht durchführen. Das im Jahre 2023 zusammengestellte Freiwilligenteam unterstützte uns auch im Jahre 2024 und half mit, verschiedene Projekte zu realisieren. Herzlichen Dank an alle. (siehe auch die Informationen im Bericht der Gruppe «Spiel, Spass und Bewegung»).

Finanzen

Das Vereinsjahr 2024 verlief aus finanzieller Sicht sehr zufriedenstellend. Alle Institutionen haben uns im gewohnten Ausmass unterstützt. Dafür sind wir sehr dankbar. Dank dieser verlässlichen Unterstützung konnten die Vereinsgruppen ihre Anlässe und Dienstleistungen im gewohnten Rahmen fortsetzen.

Im Endergebnis verblieb ein kleiner Überschuss von fast Fr. 3'000.-

Zu erwähnen sind folgende Sachverhalte:

- Es wurde kein «Salute 66» durchgeführt. Der Anlass wird generell neu überdacht. Pro Senectute Kanton Zürich richtete letztmals einen Beitrag aus, künftig wird Pro Senectute Ortsgruppe Illnau-Effretikon einen Beitrag leisten.
- Das Vorstands- und Helferessen fand erstmals im Alterszentrum APZB statt. Die höhere Teilnehmerzahl hat etwas höhere Kosten verursacht.
- Die Gruppe Bildung & Kultur konnte von der Stadt Illnau-Effretikon einen Beitrag an den Auftritt des Duos Full House erwirken.
- Die Gruppe Bildung & Kultur, ComputeriA und RepairShop wenden neu TWINT als Zahlungsmittel an. Noch wird die Möglichkeit nur vereinzelt angewendet, es funktioniert jedoch sehr gut.
- Die Tarifmassnahmen von 2022 bei den Sprachkursen haben sich bewährt. Das Gruppen-Defizit von rund Fr. 10'000.- im Jahr 2022 wurde auf ca. Fr. 5'200.- verringert.
- Die Gruppe Spiel, Spass & Bewegung umfasst zahlreiche Aktivitäten. Neu wurde ein Kochkurs sowie ein E-Bike-Kurs durchgeführt, was zu höheren Aufwendungen als budgetiert führte. Neu werden die Subventionen an die Qigong-Teilnehmenden und an das Ü60-Ensemble in dieser Gruppe kontiert, bisher waren sie in der Gruppe «200 Zentrale Organisation» enthalten.

Die Bilanz zeigt eine solide Finanzlage. Die flüssigen Mittel gewährleisten Zahlungsfähigkeit unseres Vereins. Das Vereinsvermögen (einschliesslich Jahresergebnis 2024) beläuft sich auf rund Fr. 74'130.-. Diese Reserve gibt der Geschäftsleitung und den Gruppenleitungen eine gewisse Sicherheit, dass der Verein fortbesteht und sein Angebot weiterhin aufrechterhalten kann.

Die Rechnung wurde durch die Revisoren Stefan Kammerlander und Kurt Eichenberger geprüft.

Für die Finanzen

Christian Meyer

Zusammenarbeit mit anderen Institutionen

Mit den Ortsvertretungen der **Pro Senectute** pflegen wir weiterhin eine gute Zusammenarbeit. Die Veranstaltungen sind für alle offen und die entsprechenden Programme werden jeweils in den Medien publiziert. Pro Senectute Kanton Zürich konnte uns im vergangenen Jahr wegen einer Praxisänderung des Bundes leider nicht mehr unterstützen. Die Ortsvertretung von Illnau-Effretikon jedoch hat uns nachträglich mit CHF 2'000.- unter die Arme gegriffen. An dieser Stelle bedanken wir uns bei Ruth Hildebrand für ihren Einsatz.

Im April und Oktober durften wir zusammen mit der Ortsvertretung Illnau-Effretikon einen Aussand an alle Einwohnerinnen und Einwohner 65+ durchführen. Dieser Versand gibt uns die Möglichkeit, unseren Verein einem grösseren Publikum bekannt zu machen und auf unsere vielseitigen Veranstaltungen und Kurse hinzuweisen. Wiederum führten wir diesen Aussand auch mit der Ortsvertretung Lindau durch.

Der Verein lebensphase3 ist nach wie vor Mitglied der **VASOS**, der grössten Vereinigung aktiver Senioren- und Selbsthilfevereinigungen der Schweiz.

Der musikalischen Förderung der älteren Generation nimmt sich die Musikschule **ALATO** mit Interesse an. Die Teilnehmenden der Seniorenensembles werden daher von uns auch entsprechend subventioniert.

Informationen und Öffentlichkeitsarbeit

Die Broschüre "Meine neue Freiheit" in der 3. Lebensphase fand wiederum grossen Anklang und bildet die Basis, um unsere Aktivitäten einer breiten Bevölkerung bekanntzumachen. Die vielen positiven Reaktionen bestätigen uns auch, dass wir immer noch auf dem richtigen Weg sind.

Der Aussand zweimal im Jahr an alle Einwohnerinnen und Einwohner ist ein wichtiges Bindeglied zur Bevölkerung (siehe auch weiter oben).

Für die Gemeinde Lindau bietet uns die monatliche Ausgabe des "Lindauers" eine ausgezeichnete Möglichkeit, uns an die Einwohnerinnen und Einwohner zu richten. Vielen Dank an die Gemeinde Lindau für diese Unterstützung, sind die Beiträge und Inserate doch für unseren Verein kostenlos.

In unregelmässigen Abständen orientieren wir unsere Seniorinnen und Senioren per E-Mail über unsere Geschäfte oder über angehende Projekte.

Wahlen

In diesem Zwischenjahr erfolgten keine Wahlen.

Vereinsgruppen

Unsere zahlreichen Vereinsgruppen konnten ihre geplanten Aktionen, Veranstaltungen und Kurse durchführen. Allen Beteiligten, den Gruppenleiterinnen und Gruppenleitern und den vielen Helfenden ein grosses Kompliment, verbunden mit einem riesigen DANKESCHÖN. Alle Informationen zu den Gruppen sind den Berichten der Vereinsgruppen zu entnehmen.

Im **Lesezirkel Französisch**, treffen sich jeweils 9 unentwegte «francophone» um in besonderen Büchern zu stöbern. Nach vielen Jahren hat Emma Kündig Ende Jahr die Leitung dieser Gruppe an Bruno Lobsiger übergeben. Wir danken Emma für ihren grossen Einsatz.
Das Weihnachtessen zeigte einmal mehr die schöne Zusammengehörigkeit in diesem Team auf.

Mittagstisch

Dem im Mai 2024 eingeführten Mittagstisch im Restaurant Pura Vida des APZB ist ein voller Erfolg beschieden. Dass dies einem Bedürfnis entspricht, zeigt der rege Besuch jeweils am Freitagsmittag. Per Ende 2024 konnten bereits über 400 Mahlzeiten serviert werden.

Projekte

Ein neues Team von Helfenden ist weiter daran, neue Projekte auszudenken und zu verwirklichen. *Spiel, Spass und Bewegung* wird auch 2025 unser Motto sein.

Jahresabschlussessen

Als Dank für die im ganzen Jahr geleisteten Dienste lädt der Verein, nebst dem Vorstand, alle Gruppenleitenden und Helfenden zum Jahresabschlussessen ein.

34 Personen konnten sich an den weihnachtlich geschmückten Tisch im Alters- und Pflegezentrum Bruggwiesen setzen und ein gutes Essen geniessen. Ein schöner Abschluss eines gelungenen Jahres.

Fazit

Abschliessend kann ich bestätigen, dass der Verein sehr lebendig ist und den Bedürfnissen dieser Generation entspricht.

Die vielen tollen Reaktionen, der grosse Aufmarsch an unseren Veranstaltungen belohnen uns für die vielen Stunden, die wir für unsere Mitglieder aufwenden. Es macht jedes Mal Freude, die lachenden Gesichter zu sehen und den vielen Diskussionen zuzuhören.

Dank

Ich danke allen Vereinsmitgliedern für die aktive Teilnahme. Auch den Mitgliedern der Geschäftsleitung, des Vorstandes, dem Revisoren Team, den Gruppenleitenden sei ein herzliches Dankeschön gewidmet. Dankbar sind wir auch den Behördenmitgliedern der Gemeinden und Judith Hartmann von der Fachstelle Alter und Gesundheit der Stadt Illnau-Effretikon für die Unterstützung.



13. März 2025

Bruno Lobsiger
Präsident "lebensphase3"

Jahresberichte 2024 der Vereinsgruppen

Bildung und Kultur

Das Jahr begann mit einem grossen Anlass im Stadthausaal, nämlich mit der Action Comedy des *Duo Full House* von Gaby Schmutz und Henry Camus: *Alta Cultura*. Das war ganz besonders, weil Gaby Schmutz in Effretikon aufgewachsen war und ihre Mutter lange Zeit in unserer Vorbereitungsgruppe mitgearbeitet hatte. Die Stadt Illnau-Effretikon unterstützte uns auch finanziell. Mit Freude begrüsst wir mehr als 100 Personen, die oft staunten und viel lachten.



Im Februar konnten wir mit Hans Jürg Gehri, früherer Stadtparlamentarier, nochmals eine lokal bekannte Person vorstellen. Er berichtet von seiner Kreuzfahrt von Italien nach Südafrika und die anschliessende Safari. Mit Wort und Bild nahm er uns mit auf eine auf eine besondere Reise. 60 Interessierte erschienen und schenkten uns ein kleines Plus in die Kasse.

Im März lautet unser Thema *Plastik und Umwelt, ein vielschichtiges Problem*. Wir hatten einen sehr kompetenten Referenten: Prof. Bernd Nowack von der Empa erklärte das komplexe Problem sehr gut. Leider liessen sich nur wenige Leute, nur etwa 20, vom Thema ansprechen.

Nach der langen Sommerpause beteiligten wir uns wieder an den Kulturwochen der Stadt. Im September präsentierten wir zusammen mit dem Familienverein Effretikon an einem Mittwochnachmittag einen Film. Leider war der von uns ausgewählte japanische Film nicht erhältlich. So zeigten wir den ursprünglichen Disney Film *Mulan*, eine chinesische Geschichte von einem mutigen Mädchen. Das Wetter war zu schön und auf dem Effimärt fand gleichzeitig ein Kinder Flohmärt statt, so dass sich – trotz viel Werbung – weniger als 20 Eltern und Kinder in den Stadthausaal wagten.

Im Oktober war eine Zusammenarbeit mit der Bibliothek Effretikon endlich möglich geworden. Ursula und Rüdiger Findeisen präsentierten auf ansprechende Art ihr Buch *Das Fräulein mit dem Roten Koffer* über die sehr spannende Geschichte von Rüdigers Flucht aus der DDR mit Ursulas Hilfe im Jahr 1972. Etwa 80 Personen erschienen. Zum ersten Mal benutzten wir auch TWINT an der Kasse!



Unsere letzte Veranstaltung im Stadthausaal war dem dramatischen Jahr 1939 – 1940 gewidmet. Der Redner, Hanspeter Amstutz, ehemaliger Sekundarlehrer in Effretikon, war auch sehr bekannt. Das gut 60-köpfige Publikum wünschte am Schluss eine Fortsetzung!

Unser gemütlicher Jahresabschluss fand wieder mit Theresia Baker im Hotzehuus in Illnau mit dem Thema *Königsgeschichten aus aller Herren Länder* statt. Theresia hatte Dani Wirth für die musikalische Begleitung angefragt, die sehr gut gelang. Auch mit weniger als 20 Besucherinnen und Besuchern waren wir zufrieden.

Wir sind sehr dankbar für die gute Zusammenarbeit mit der Redaktion des *Lindauer*, des *regio* und natürlich auch für die Verbreitung unserer Poster durch die Stadt Illnau-Effretikon.

Wir sind ein kleines Vorbereitungsteam, und im Berichtsjahr beschloss eines unserer ältesten Mitglieder, die Mitarbeit zu beenden. Das macht uns traurig, aber wir verstehen die Entscheidung. Nun hoffen wir auf eine Ergänzung des Teams durch jüngere Personen. Die tolle Zusammenarbeit ist sehr zu schätzen!

Für die Gruppe

Gloria Rauh

Geburtstagsgrüsse für Senioren

Gruppe Effretikon, Kyburg und Lindau

Wir freuten uns, auch im Berichtsjahr schöne Karten zu machen. Zuerst konnten wir unsere Serie mit aus farbigen Papierstreifen gewobenen Herzen fertig stellen, dann entschieden wir, mit Servietten und Sand zu arbeiten. Auf Karten mit einem quadratischen Stück doppelseitige Klebefolie entstanden wunderbare Kreationen mit von Servietten ausgeschnittenen Bildern, die mit Sand in passender Farbe umgeben wurden. Es machte Spass, und man kam schnell vorwärts.



Schon im Mai wurden wir von der Einladung des Lindauer Gemeindepräsidenten ins Raindli in Winterberg überrascht. Als Dank für unsere Arbeit wurden wir sowohl mit einem wunderbaren Essen als auch mit Geschenken zum nach Hause nehmen verwöhnt.

Während den Sommerferien trafen wir uns zu Glacé und Kuchen, spendiert von Geldgeschenken dankbarer Kartenempfängerinnen und -empfängern. Zum Jahresabschluss durften wir gemeinsam mit einem Mittagessen Weihnachten vor-feiern.

Gruppe Illnau und Höfe

Die Illnauer Gruppe war im Winterhalbjahr fleissig im Pfarrhaussaal Illnau tätig. Bis im April arbeitete sie mit Serviettentechnik, dekoriert mit Marienkäfer-Kleberli, an der Serie für 2024. Im Mai traf sich das Team im Restaurant Löwen zum gemütlichen Essen und Diskutieren über die weitere Arbeit.

Im Oktober begannen sie mit Fadengrafik die 2025er Serie. Nach der Arbeit geniessen sie selbst gebackenen Kuchen und Kaffee.

Leider verstarb im Dezember die aussergewöhnlich langjährige Leiterin der Illnauer Gruppe, Evi Fürst. Sie wird sehr vermisst.

Beide Gruppen sind immer froh um neue Mitarbeiterinnen und neue Ideen.

Für die Gruppe

Gloria Rauh

ComputeriA

Von den 52 möglichen Montagen war die ComputeriA im Berichtsjahr an 43 Tagen geöffnet. Es konnten gesamthaft 106 Ratsuchende unterstützt werden, 17 mehr als im Vorjahr. Wie schon in den letzten drei Jahren blieb die ComputeriA während der Sommerferien geschlossen. Einzelne Notfälle wurden per Telefon oder Hausbesuch behoben. Finanziell erreichten wir mit Unkostenbeiträgen von Fr. 1'341.60 gut 120% des Niveaus des Vorjahres.



Arbeitsmässig stieg der Anteil von Problemen mit der Bedienung von Smartphones weiter an. Dabei ging es häufig um den Transfer von Bildern vom Smartphone auf einen Computer. Gegen das Jahresende häuften sich Gesuche um Hilfe beim Umsteigen vom Gratis-E-Mailprogramm *Mail* auf die ebenfalls kostenlose *Outlook* Version, da erstere per 31.12.24 ausser Betrieb genommen wurde.

Seit der Pandemie zum ersten Mal trafen sich alle Teammitglieder zu einem gemeinsamen Ausflug mit anschliessendem Abendessen. Wir nahmen an zwei öffentlichen Führungen der Empa in Dübendorf Teil zum Thema *Innovative Bau- und Energietechnologien* und *Nachhaltige Mobilität*. Unsere Einsatzplanung erfolgte wie schon in den Vorjahren online.

Im kommenden Jahr wird wohl das Auslaufen der Sicherheits-Updates für Windows 10 ein Thema sein, das uns beschäftigt.

Wir schauen auf ein erfolgreiches Jahr zurück, das wir dank dem Engagement eines motivierten, bestens eingespielten Teams gut gemeistert haben.

Für die Gruppe

Peter Rauh

Fahrdienst

Der Fahrdienst ist im vergangenen Jahr sehr oft beansprucht worden: Vom 1. Januar bis 31. Dezember 2024 wurden 1'820 Fahrten durchgeführt. Dabei wurden 35'112 Kilometer zurückgelegt. Dieses Ergebnis entspricht praktisch demjenigen von 2019, also vor der Pandemie.



Unsere zwei Disponentinnen sind jeden Arbeitstag für die Fahrgäste erreichbar, damit deren Anfragen möglichst vollständig positiv beantwortet werden können. Im August und im Spätherbst waren wir voll ausgelastet und mussten uns überlegen, Anfragen abzuweisen. Aber etwas Glück – oder der Zufall – halfen uns aus der Patsche: Zur gleichen Zeit meldeten sich jeweils neue Interessenten, die wir sofort einsetzen konnten. Aktuell sind 22 Fahrer auf unserer Liste, um die Wünsche aller Fahrgäste zu erfüllen. Ihnen allen gebührt mein herzlicher Dank für diesen Einsatz!

Am 19. September konnten wir im Hotzehaus unser Fahrertreffen durchführen. Bei Speis und Trank konnten Probleme besprochen und Anregungen aufgenommen werden. Die Fahrerinnen und Fahrer schätzen diese Möglichkeit des Austausches sehr, da sie das ganze Jahr auf sich selbst gestellt sind.

Für die Gruppe

Margrit Manser

"Repair-Shop" Seniorenwerkstatt

Nun können wir schon zum zehnten Mal über ein weiteres erfolgreiches Jahr der Seniorenwerkstatt bzw. des Repairshops berichten. Auch im verflossenen Jahr konnten wir wöchentlich den Reparaturdienst anbieten. So kamen wir wieder wie in den früheren Jahren auf ca. 500 Mannstunden Reparaturzeit. Wir konnten viele defekte Gegenstände, Apparate, Elektrogeräte, wie Kaffeemaschinen, Handmixer und Bügeleisen, Kleinmaschinen und sogar Rollatoren für Bewohner des AZB reparieren. Für Jugendliche, die im Jugendhaus verkehren, reparierten wir Fahrräder Kickboards und manchmal gaben wir den Jugendlichen Hilfestellungen, wenn sie etwas selbst reparierten. Auch für das Jugendhaus konnten wir einige Reparaturen ausführen.



Viele Besitzer zeigten sich sehr dankbar, die liebgewordenen Sachen wieder funktionsfähig abzuholen zu können. Dies zeigten sie oft mit einem „Batzen“ in die Kaffeekasse. Die Reparaturerfolgsquote lag bei ca. 80%.

Nebst Nähmaschinen, Staubsaugern, Luftbefeuchtern und Kaffeemaschinen konnten wir Gartengeräte wieder funktionsfähig machen. Die Liste der zu reparierenden Sachen reichte vom Bügeleisen über Kinderspielsachen, Schmuck und elektrischen Apparaten zu elektronischen Geräten. Wir versuchen das Unmögliche möglich zu machen, nach dem Motto „Alle sagten: Das geht nicht. Dann kam einer, der wusste das nicht, und hat's einfach gemacht“. Die beruflichen Erfahrungen des Seniorenteams sind der Garant, dass wir kaum einen Auftrag zurückweisen müssen.

Dass Kunden und Kundinnen nicht mehr in die Werkstatt eintreten dürfen behalten wir bei. Nach der Anmeldung durch ein Klingeln holen wir ihre defekten Sachen vor der Eingangstüre ab.

Leider ist auch im Sommer ein qualifizierter und erfahrener „Tüftler“ des Reparaturteams verstorben. Seit Anfang Jahr können wir auf die Mithilfe eines „jungen“ Seniors zählen, der mit seiner beruflichen und Lebenserfahrung gut ins Team passt und arbeitet.

Die Arbeit erfüllt uns mit Freude, wenn wir damit für die Umweltschonung und gegen die Wegwerfgesellschaft einen kleinen Beitrag leisten können. Bei dieser Gelegenheit danken wir der Stadt und dem Team des Jugendhauses, dass wir die Werkstatt kostenlos betreiben dürfen.

Um weiterhin der grossen Nachfrage nach Reparaturleistungen Folge leisten zu können, ist die Werkstatt zu eng und zu klein.

Noch immer suchen wir deshalb in Effretikon Zentrumsnähe einen Werkstattraum von mindestens 40m².

Angebote bitte an die Werkstattleitung (052 346 01 08 oder 079 645 12 36)

E-Mail: d.a.nu@gmx.net.

Für die Gruppe

Daniel Nufer

Seniorenchor

Gleich nach dem Jahreswechsel hielt das Programm für das kommende Sommerkonzert Einzug: Chorproben nach dem üblichen Rhythmus; mit jeweils anschliessendem Zusammensein im Restaurant Pura Vida des Alters- und Pflegezentrums Bruggwiesen.



Nebst dem Üben für das nächste Konzert wurden auch mal Geburtstagswünsche besungen oder schon bekannte Lieder repetiert.

Einige Wochen vor einem Konzert ändert sich etwas: es findet jede Woche eine Probe statt. Am 12. Juli war es dann so weit: Das Sommerkonzert; es war gut besucht. Diesmal war der Anlass etwas speziell: der langjährige Verantwortliche für den Chor - Alwin Bachmann - hatte frühzeitig angekündigt, dass er seine Aufgabe niederlegen und nur noch im Chor mitsingen will. Mit allen Abschiedsworten, Danksagungen, Geschenken wurde das Konzert etwas länger als sonst.

Da sich niemand finden liess, der/die bereit war, die gesamte Verantwortung für den Chor zu tragen, wurde nach einer anderen Lösung gesucht: Mehrere Personen erklärten sich bereit, je eine Teilaufgabe zu übernehmen. Bis jetzt hat das gut geklappt.

Im August fand dann die jährliche Chorreise statt: in den Thurgau. Die Reise führte uns an einige schöne und interessante Orte in diesem Kanton. Der Höhepunkt war dann das gemeinsame Mittagessen im Restaurant Stelzenhof auf dem Ottenberg - dies bei wunderbar sonnigem Wetter, draussen im grossen Garten.

Und schon bald kam der jedes Jahr etwas seltsame Moment in den Choralltag: Ende September (!) muss der Chor damit beginnen, Weihnachtslieder einzuüben. Das Zeitfenster bis Mitte Dezember ist unbedingt nötig, um ein schönes Programm an bekannten, aber auch neuen Liedern einzuüben. Das ist uns auch dieses Jahr wunderbar gelungen. Das Weihnachtskonzert war gut besucht und hat vielen Menschen einen besinnlichen Moment in der Adventszeit beschert.

Leider mussten wir uns dieses Jahr von zwei langjährigen Mitgliedern verabschieden. Anfang Dezember ist unser lieber Paul Gschwend verstorben. Und in den allerletzten Tagen des Jahres ereilte uns die Nachricht, dass Alwin Bachmann, der langjährige Verantwortliche für den Chor, von uns gegangen ist.

Für die Gruppe

Bruno Schwarz

Sprachen

Der Start der Sprachkurse 2023 / 2024 war am 24. Oktober 2023 mit 117 Teilnehmenden.

11 Englisch-Kurse mit 57 Teilnehmenden
3 Französisch-Kurse mit 16 Teilnehmenden
7 Italienisch-Kurse mit 40 Teilnehmenden
1 Spanisch-Kurs mit 4 Teilnehmende



Unsere Lehrerinnen freuen sich, mit den Sprachkurs-Teilnehmerinnen und -Teilnehmern weiterhin mit abwechslungsreichen Stunden in die Unterrichtssprache einzutauchen.

Vielen herzlichen Dank für euren grossen, geleisteten Einsatz.

Manchmal werden von den Lehrerinnen Reisen ins Sprachgebiet angeboten, welche rege genützt werden.

In diesem Jahr kann Marie-Theres Weiss ihr 33-jähriges Jubiläum und Irene Hotz ihr 20-jähriges Jubiläum feiern.

Wir danken den beiden Lehrerinnen von Herzen für ihre Treue zu unserem Verein lebensphase3 und die stets interessant gestalteten Sprachstunden.

Für die Gruppe

Erica und Peter Dietrich-Bader

Spiel, Spass und Bewegung

Unter dieser Bezeichnung werden Aktivitäten zusammengefasst, die für sich allein zu wenig umfangreich sind, um eine eigene Gruppe zu bilden. Im Jahr 2024 waren dies:

Seniorenachmittag

Dem ersten Seniorenachmittag war ein voller Erfolg beschieden. Nach zögerndem Anmelde-Auftakt konnten wir dann 98 Anmeldungen entgegen nehmen. Zu Beginn hatten wir dann aber doch noch Platzprobleme zu lösen, da etwas 10 Teilnehmende erschienen, welche sich nicht angemeldet hatten.

Das tat der Stimmung jedoch keinen Abbruch. Kaffee und Kuchen gab es genug und das Musikduo O+M unterhielt uns mit flotten Klängen.

Und.... getanzt wurde auch von den Seniorinnen und Senioren.

Die LineDance Gruppe tat ihr Übriges dazu und mit dem Workshop war für Begeisterung gesorgt.



Kräuterspaziergang

An einem kühlen und regnerischen Aprilmittag fand der Kräuterspaziergang statt.

15 Mitglieder der Ip3 trafen sich beim Robinsonspielplatz und erkundeten den Wald mit Andrea Fürer (Phytopraktikerin). Obwohl es noch früh im Jahr war, staunten die Kräuterinteressierten nicht schlecht, was schon alles an Kräuter zu finden war. Selbst die falsche Teufelskralle hat sich schon aus der Erde getraut. Wir konnten einen ganzen Strauss an verschiedenen Kräutern - unter anderem auch den Hopfen - entdecken. Selbst die Tannen haben ihre Sprösslinge bereits freigegeben. Da erfuhren wir, für einen feinen «Tannenschösslinghonig» sollte man immer nur die Seitentriebe abnehmen, damit die Tanne sich weiter voll entwickeln kann. An einer idyllischen Waldlichtung genossen wir einmal mehr den feinen Apéro von Andrea, welcher sie mit den selbstgefundenen Kräutern für uns gebacken hat. Beim Robinsonplatz wieder angekommen, fanden wir einen wunderbaren Hanfstrauch, welcher sich von der schönsten Seite zeigte. Dies war ein schöner Abschluss des Kräuterspazierganges.



Pilzexkursion

Im September fand die beliebte Pilzexkursion statt. 12 Mitglieder trafen am Morgen beim Bruderhaus in Winterthur ein, um sich näher mit der Pilzkunde auseinanderzusetzen. Ralph Bigger (kantonaler Pilzkontrolleur) erklärte zu Beginn, welche Pilze in unseren Wäldern gefunden werden und welche geniessbar oder ungeniessbar sind. Grundsätzlich sind viele Pilze essbar nur wenige sind äusserst giftig. Daher ist es sehr wichtig, nach einer Pilzsammlung die Pilzkontrolle aufzusuchen, bevor man sie auf den Tisch bringt. Nach der ausführlichen Pilzkunde ging es dann auf die Pirsch. Da der August und September sehr trocken waren, zeigten sich die Pilzköpfe leider sehr spärlich. Trotzdem konnten noch ein paar wenige gefunden werden. Voller Stolz brachten die Mitglieder ihre Pilze zurück an den Ausgangsort, wo Ralph Bigger sie kontrollierte und mit einem Kontrollschein zum Verzehr frei gab. Nach einem gemütlichen Zusammensein mit Getränken und Grillwurst ging es wieder nachhause, wo die feinen Pilze zu einem Gericht verarbeitet wurden.



Für die Gruppe

Ursi Studer

E-Bike – Kurs

In Zusammenarbeit mit der Swiss Bike School Winterthur fand am 6. Juni der erste E-Bike Kurs statt. Obwohl sich lediglich 8 Personen für diese Weiterbildung interessiert, können wir von einem Erfolg sprechen. Die Teilnehmenden durften viel Neues über das E-Bike erfahren und auch, dass das Lenken eines solches Fahrzeugs mit einigen Schwierigkeiten verbunden ist.



Erkenntnis haben wir daraus gezogen, dass ein weiterer Kurs ein breiteres Publikum ansprechen soll.

Kochkurs

Verena Keller führte den Kurs mit tatkräftiger Unterstützung von Trix Groff und Paul Huber in der Schulküche in Grafstal durch. Er war als Pilotprojekt erfolgreich. Auch hier waren die Rückmeldungen mehrheitlich positiv. Bei einer allfälligen Wiederholung im nächsten Jahr sollten die Kursinhalte etwas vereinfacht werden und auf das Zeitmanagement und die Kosten geachtet werden. Da die Kosten höher als geplant ausfielen, muss ein klares Budget erstellt werden.



Line Dance

Auch in diesem Jahr konnte der Kurs mit 14 begeisterten Tänzerinnen durchgeführt werden. Jeden zweiten Mittwoch hat uns Mariella Schellenberg (Tanzlehrerin vom Winti Linedancers) wieder mit vollem Elan in die Tänze vertieft und neues beigebracht.



Am diesjährigen Herbstanlass trat als Einstieg in den Tanznachmittag die Line Dance Gruppe unseres Vereins auf. Im Anschluss an die Vorführung bot Margrith Marty (stellvertretende Leiterin von Marielle Schellenberg) mit der Tanzgruppe einen Workshop an. Die anwesenden Mitglieder machten mit grosser Begeisterung mit und hatten riesigen Spass daran.



Für die Gruppe

Ursi Studer

Minigolf

Auch im Jahre 2024 fanden zwei Minigolf-Plauschturniere statt. Das erste am Montag, 13. Mai 2024 bei frühlingshaftem Wetter. Es nahmen 14 Personen teil und alle hatten den Plausch beim Spielen. Nach dem Auswerten der Resultate konnten alle eine Stärkung, offeriert von Ip3, im Restaurant Eselriet zu sich nehmen.

Das Niveau der Teilnehmenden ist sehr ausgeglichen und reicht von halben Profis bis zu Anfängern, das Bestresultat war 47 Schläge. Die besten 3 Spielerinnen bzw. Spieler erhielten je einen schönen Preis.

Aber auch die anderen Teilnehmenden gingen nicht leer aus, weil sie mit einem «Schöggeli» als Trostpries rechnen konnten.

Viele Teilnehmer meldeten schon Interesse am Herbstturnier 2024 an.



Das zweite Turnier fand dann am Montag, 26. August 2024 statt und es konnten 16 Teilnehmende begrüsst werden.

Wie schon im Frühling, war auch dieses Mal das Wetter gut und alle Spieler/Spielerinnen freuten sich schon auf den von Ip3 offerierten Zvieri im Restaurant Eselriet.

Bei der anschliessenden Preisverteilung erkundigten sich schon die einen oder anderen Minigolfer nach den Durchführungsdaten von 2025.

Das OK, bestehend aus Friderike Strassmann, Franz Nägele sowie Catherine und Erwin Zehr, verwies auf den im Frühjahr 2025 erscheinenden Flyer.

Für die Gruppe

Erwin und Catherine Zehr

Pétanque

31 Spieltage waren eingeplant. Leider verhinderte der Regen, dass an 5 Spieltagen gespielt werden konnte. An den anderen 26 Spieltagen begegnete man auf bis zu 17 strahlende Gesichter auf den Spielbahnen, sie strahlten so hell, dass man beinahe eine Sonnenbrille tragen musste. Die Spielfreude war auch dieses Jahr sehr gross. Keine Kugel rollte allein über die Bahn, jede wurde mit träfen Sprüchen und «fachfraulichen/fachmännischen» Kommentaren begleitet. Neben der spielerischen Geselligkeit pflegten wir das Zusammensein auch bei einem Apéro zum Saisonbeginn sowie beim Saisonende. Dazwischen, am 26. Juli 2024 lockten die Rauchzeichen des Grills zum beliebten «After-Play-B-B-Q».



Damit die Pétanque-Kugeln über den Winter keine Standschäden erleiden, hat Dieter Becker wiederum ein Winterpétanque im Bocciodromo in Winterthur organisiert. Bis zu 18 Spielfreudige fanden sich an den jeweiligen Spieltagen am ersten Freitag des Monats ein. Zum Abschluss des Spielvormittags, gönnen sich die Teilnehmenden ein gemeinsames Pizzaessen. Auch hier steht die Geselligkeit im Vordergrund.

Für die Gruppe

Christian Meyer

Wandergruppe

Wir beabsichtigten 23 Wanderungen durchzuführen und bis auf eine fanden alle statt. Die Wanderungen waren mit insgesamt 525 Teilnehmenden, trotz teilweise regnerischen Wetters, rege genutzt worden.



Meistens waren wir im Mittelland unterwegs und haben wieder schöne neue Gegenden kennengelernt so im Kanton Aargau, Zug, Zürich, Thurgau, Schaffhausen usw.

Anfang Juli konnten wir unseren beliebten Grillplausch durchführen, welcher wiederum von vielen Teilnehmenden genutzt wurde. Vielen Dank allen für die Unterstützung.

Personelles:

Ende Jahr trat Marcel Grandchamp als Wandeleiter zurück und wir durften uns am Schlussanlass dankend von ihm verabschieden für all seine schönen Wanderungen, die er für uns all die Jahre durchgeführt hatte.

Ab 2025 wird Rolf Soltermann uns im Wanderleiterteam unterstützen, dankend hatte er im zweiten Halbjahr 2024 spontan eine Wanderung mit viel Engagement übernommen.

Das Wanderprogramm für das 1. Halbjahr 2025 ist auf der Internetseite des Vereins lebensphase3 für jedermann aufgeschaltet und wir freuen uns mit netten Wandersleuten wiederum unterwegs zu sein.

Für die Gruppe

Lothar Annaheim

Verein "lebensphase3"

Märtplatz 19
8307 Effretikon

www.lebensphase3.ch

E-Mail: admin.lp3@bluewin.ch
