

Senioren-Treff

Leitung: Ueli Stalder und Team
Tel. 076 761 75 24

Programm Juni – September 2022
Dienstag, 14.00 – 16.00 Uhr



Emanuel Keller/pixelio.de

**Euer Herz wird sich freuen, und eure
Freude wird niemand von euch nehmen.**

Johannes 16,22

Korps Huttwil



Heilsarmee.huttwil.ch | korps.huttwil@heilsarmee.ch
Tel. 062 962 27 11 | Höhenweg 6 – 4950 Huttwil

Programm Juni - September 2022

Juni

- 14. Geh aus mein Herz
- 28. Wunderwerk Füße, Abendmahl



Juli

- 12. Bräteln
- 26. Wer cha ufem Wasser laufe?

August

- 09. Schweizer Psalm, Abendmahl
- 23. Wunderwerk Herz



September

- 03. Lotto
- 20. Wie lange will ich leben?
Abendmahl

Oktober

- 04. Gott wird dich tragen



Geburtstage

01.06. Hermine Ryser
09.06. Yvonne Christen
10.06. Maya Heiniger
11.06. Fritz Ryser
12.06. Werner Müller
29.06. Dora Schneider



17.07. Ueli Leibundgut
27.07. Magdalena Bussmann
28.07. Jürg Hess

13.08. Herbert Steffen
16.08. Fritz Bärtschi
27.08. Paul Grädel

02.09. Ueli Lüthi
08.09. Ursula Grossenbacher
08.09. Eduard Schneider
20.09. Franz Schneider
23.09. Beatrice Müller
24.09. Andreas Meier
29.09. Vreni Kurth

**Allen Geburtstagskindern ganz
herzlichen Glückwünsche und Gottes Segen
Kranke**

Ganz besonders wollen wir auch unsere leidenden und kranken Geschwister in unsere Gebete einschliessen. Wir danken Gott für alle Versorgungen und Gebetserhörungen.

Jahreslosung 2022



Jahreslosung 2022 Seniorentreff



Jahreslied – Kommt und lasst uns zieh'n



Kommt und lasst uns zieh'n
hinauf zum Berge unsres Herrn,
zum Hause Gottes lasst uns geh'n.

Und er wird uns seine Wahrheit lehr'n,
und wir werden seine Wege geh'n,
und Weisung wird ausgeh'n von Zion
und das Wort unsres Herrn von Jerusalem



Sabine Leibundgut stellt sich vor:



Seit Januar 2022 bin ich im Korpsrat (operative Leitung) der Heilsarmee Huttwil und vertrete das Ressort Senioren. Ich bin das Bindeglied zwischen der Seniorenarbeit und der Gemeindeleitung. Ich bin schon 27 Jahre Mitglied der Heilsarmee Huttwil. Über 20 Jahre habe ich in Musicallagern mitgearbeitet.

Zu meiner Person: ich bin seit 27 Jahren mit Roy verheiratet, wir haben 2 erwachsene Töchter und wohnen in Huttwil. Ich arbeite als Krankenpflegerin in einem Pflegeheim in Huttwil.

Ich bin mit 2 jüngeren Schwestern aufgewachsen. Meine Eltern haben als Gemeindeleiter bei der Heilsarmee gearbeitet, darum sind wir auch oft umgezogen. Ich ging im Kanton Graubünden in den Kindergarten, die 1.- 4. Klasse besuchte ich im Kanton Zürich, die 5.- 9. Klasse im Kanton Baselland. Für Jesus habe ich mich im Kindesalter entschieden. Ich ging in die Sonntagschule, durfte auch in vielen Lagern der Heilsarmee teilnehmen. Dort hörte ich auch viel von Jesus. Ich bin froh, darf ich täglich mit ihm unterwegs sein. Er gibt mir Halt und Hoffnung in meinem Leben. Durch ihn hat sich schon Vieles positiv in meinem Leben verändert. Wenn ihr noch Fragen habt, freut es mich, wenn ihr auf mich zukommt.

Herzliche Grüsse

Sabine

Ausflug 19.04.2022 - Zollbrück

Bei wunderschönem Wetter und Ausblick auf die Berge durften wir die Fahrt mit dem Bus über die Hügel genießen.

Im Sternen Neumühle in Zollbrück gab es ein feines Zvieri! Beim gemütlichen Beisammensein in fröhlicher Runde verbrachten wir den Nachmittag. Es hat allen Spass gemacht.



Wissenswertes

Seit über 100 Jahren fährt die **Jungfraubahn** hinauf zu Europas höchstgelegenen Bahnhof auf 3454 m ü. M.

Neben mehr als 1500 Seen unter freiem Himmel befindet sich in der Schweiz auch Europas grösster unterirdischer **See Saint-Léonard**, Wallis.

In der Schweiz gibt es unweit von Bern einen Berg, den **Niesen** (2363 m ü. M.), dessen Gipfel über die längste Treppe der Welt erreicht werden kann. Diese Treppe führt über 11 674 Stufen parallel zur Niesenbahn die steilen Bergflanken hinauf bis nach oben.

Die weltweit erste Brücke zwischen zwei Berggipfeln: **Les Diablerets, Waadtland**. Glacier 3000 betreibt die erste und einzige Hängebrücke der Welt, die zwei Berggipfel miteinander verbindet. Von der 107 m langen Brücke aus sieht man sogar das Matterhorn, das Mont-Blanc-Massiv sowie Eiger, Mönch und Jungfrau.

Die grösste Gewichtsstaumauer liegt in den Schweizer Alpen: **Staumauer Grande Dixence, Wallis**

Die Grande Dixence ist die höchste Gewichtsstaumauer der Welt. Der zugehörige Stausee fängt Schmelzwasser von den umliegenden Gletschern auf und kann ein Volumen von bis zu 400 Milliarden Litern fassen.

Schweizer Eisenbahn – zu 90 % mit Wasserkraft betrieben.

Öffentlicher Verkehr

Der Bahnverkehr bildet das Rückgrat der nachhaltigen Mobilität in der Schweiz. Über 90 % der Züge fahren mit Strom aus Wasserkraft und der öffentliche Verkehr ist ausserdem die sicherste Art, zu reisen.

- **1,500** Anzahl der Seen in der Schweiz
- **20 000 km** Gesamtstrecke an ausgewiesenen Velorouten
- **48** Anzahl der Berge auf über 4000 m ü. M.
- **7108** km Gesamtlänge der Skipisten
- **Davos** Höchstgelegene Stadt Europas (1560 m ü. M.)
- **2,433** Anzahl der Seilbahnen
- **690** Anzahl der Käsereien in der Schweiz
- **60%** Anteil der Alpen an der Gesamtfläche der Schweiz
- **66 000** km Gesamtstrecke an ausgewiesenen Wanderwegen
- **180 000** Tonnen pro Jahr Menge an Schokolade, die 17 Schweizer Schokoladenhersteller jährlich produzieren
- **12** Anzahl der UNESCO-Welterbestätten in der Schweiz

Altbewährtes

Kartoffel sind im Haushalt universal einsetzbar. Natürlich lassen sich daraus leckere Gerichte zaubern, das weiß jeder. Kartoffeln besitzen aber auch natürliche Heilkräfte, Putzeigenschaften und leisten hervorragende Arbeit in der Hautpflege. Es ist überraschend, was die tolle Knolle alles kann.

Es gibt mehr als 100 Kartoffelsorten und alle besitzen sie ähnliche Heilkräfte. Wie alle Nachtschattengewächse enthalten Kartoffel geringe Mengen Atropin. In hohen Dosen kann es tödlich wirken, in kleinen Mengen hat es krampflösende Effekte, womit sich beispielsweise Krämpfe oder Magen-Darmschmerzen lindern lassen. Der Saft der Kartoffel ist leicht alkalisch und kann als natürliches Mittel gut gegen Magenverstimmungen oder Sodbrennen eingesetzt werden. Eine breite Palette wichtiger Nährstoffe sind ebenfalls in der

Kartoffel enthalten, die auch gut als Kosmetikum nutzen lassen. Rohe Kartoffeln oder Kartoffelwasser sind aber auch erstaunlich vielseitig im Haushalt einsetzbar. Flecken verschwinden, Edelstahl glänzt und Wäsche wird angenehm weich.

Kartoffeln bei Sodbrennen

Bei Sodbrennen oder Magendrücken hilft es, entweder ein Stück rohe Kartoffel zu essen oder den Saft von 1-2 rohen, ungeschälten Kartoffeln zu sich zu nehmen. Es werden 1-2 Esslöffel vor dem Essen empfohlen.

Muskel- oder Knochenschmerzen lindern

Heiße Kartoffeln speichern sehr lange ihre Wärme und sorgen für Entspannung bei Schmerzen in den Muskeln oder Knochen. Dafür kochte man ca. 500g Kartoffel weich und püriert sie im Anschluss. Den Kartoffelbrei in ein Leinen- oder Baumwolltuch einwickeln und auf die betroffenen Stellen legen. Nochmals mit einer Decke einhüllen und genießen, wenn die Wärme tief in das Gewebe dringt. usw.



Scherzfragen

In welchen Zug passt nur ein Mensch, egal wie man sich anstrengt?

- In den Anzug!

Was schwimmt in einem See und fängt mit Z an?

- Zwei Enten.

Wer knurrt, wird aber niemals beißen?

- Unser Magen.

Bei welchem Stich blutet man nicht?

- Beim Sonnenstich.

Was überwältigt auch den stärksten Mann?

- Der Schlaf.

Wie schreibt man den Postboten ohne das O?

- Briefträger.

Wer verdient Geld ohne dafür auch nur einen Tag zu arbeiten?

- Der Nachtwächter.

Wer hat Federn aber keine Flügel?

- Dein Kopfkissen



Schwärmst du auch immer von einem Gugelhopf?

200g	Butter, weich
200g	Zucker
1 Prise	Salz
4	Eier
2 dl	Milch

400g	Mehl
1 TL	Backpulver
1	Vanillestängel
1 Päckli	Vanillezucker

100g	dunkle Schokolade
	Wasser, siedend
	Puderzucker zum Bestäuben



Und so wird's gemacht:

Ofen auf 180 Grad vorheizen.

Butter in eine Schüssel geben, Zucker und Salz darunter rühren. Ein Ei nach dem andern darunter rühren, weiter-rühren, bis die Masse heller ist. Milch darunter rühren.

Mehl und Backpulver mischen, unter die Masse rühren. Teig in 2 Portionen teilen. Vanillestängel längs aufschneiden, Samen auskratzen, Samen mit dem Vanillezucker unter eine der Teighälften mischen.

Schokolade zerbröckeln, in eine Schüssel geben, mit dem Wasser übergießen, ca. 2 Min. stehen lassen. Das Wasser sorgfältig abgiessen, Schokolade glattrühren, unter die andere Teighälfte rühren.

Den hellen Teig in die vorbereitete Form füllen. Den dunklen Teig darauf verteilen, mit einer Gabel spiralförmig unter den hellen Teig ziehen.

Backen: ca. 50 Min. in der unteren Hälfte des Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, auf ein Gitter stürzen, auskühlen. Gugelhopf mit Puderzucker bestäuben.



Missions-Projekt 2021 Dankeschreiben

Liebe Mitglieder von Frauen- und Seniorengruppen

Wir möchten uns herzlich für die grosszügige und sehr willkommene Unterstützung für unser Projekt in Nicaragua bedanken. Das unterstützte Projekt stärkt die sozialen Kompetenzen der Kinder und hilft ihnen bei der Bewältigung von Traumata sowie beim Umgang mit Stresssituationen.

Von ihrer Division haben wir für das Projekt 5'712 Franken erhalten, das ist grossartig!

Die Kinder lernen durch professionelle psychologische Betreuung, wie sie Emotionen erkennen, gewaltlos ausdrücken und dadurch eine positive emotionale Entwicklung durchlaufen können. Das Projekt trägt so zu einem friedlichen, hoffnungsvollen Zusammenleben in den betroffenen Regionen bei und stärkt die Zukunftschancen der Kinder.

Erste Interviews mit Familienmitgliedern und Eltern von Mädchen und Jungen haben ergeben, dass die Kinder bereits signifikante Veränderungen im emotionalen, sozialen und verhaltensbezogenen Bereich aufweisen. Zu Beginn des Projekts waren die Kinder gehemmt, hatten Angst, ihre persönliche Meinung zu äussern und waren unsicher in Bezug auf ihre Fähigkeiten.

Nach den Workshops wurde jedoch eine Veränderung des Selbstbewusstseins beobachtet.

Die zwischenmenschlichen Beziehungen zu Familienmitgliedern und Menschen ausserhalb der Kernfamilie haben sich verbessert

Wir lassen Ihnen angehängt auch einige aktuelle Fotos von durchgeführten Workshops mit den Kindern zukommen.

Wir danken allen Mitgliedern von den Frauen- und Seniorengruppen für den wertvollen Beitrag ans Projekt und wünschen Ihnen ein schönes und gesegnetes 2022.

Herzliche Grüsse

André Chatelain

Produktmanager Kommunikation, Internationale Entwicklung



Was ist der Senioren-Treff?

Hier treffen sich Frauen und Männer
im Alter von 60 plus-minus:

zum fröhlichen Beisammensein

zum Kontakte pflegen

um auszutauschen

um neue Kraft zu schöpfen

um ein feines Z'vieri zu geniessen

um Interessantes zu hören

um Gott persönlich kennen zu lernen

und ihn im Alltag zu erleben

um gemeinsam Ausflüge zu machen

und vieles mehr

Fühlen Sie sich angesprochen, dann kommen Sie doch
unverbindlich an ein Treffen.



Herzlich willkommen!