

## **Jahresbericht 2019**

Auch im Jahr 2019 durften wir wieder einige Aktivitäten anbieten. Ausser den alljährlichen Angeboten, auch neue und interessante Anlässe für Jung und Alt.

Viele engagierte Mitglieder und Nichtmitglieder beteiligten sich an unseren Vorschlägen für unseren Aktivitäten. Es mangelte uns auch dieses Jahr nicht an Ideen.

Der Vorstand hat sich 2019 drei Mal getroffen. Viele Mails und digitale Nachrichten wurden untereinander ausgetauscht. Wir nahmen an 2 IGL Sitzungen teil.

In November hatten wir unser jährliches Vorstandessen und durften ein feines Znacht im Hexenhüsli in Reinach geniessen.

Letztes Jahr verabschiedeten wir Rosanna Blum aus dem Vorstand und konnten dafür neu Minke Brouwer gewinnen.

Bei dieser Gelegenheit möchte ich hier noch erwähnen, dass jede Frau oder Mann dem forum lupsingen beitreten kann. Dies darf ruhig an Nachbarn, Bekannte, Familien und Freunde in Lupsingen weitergeleitet werden.

Wir bedanken uns noch ganz herzlich bei allen aktiven Mitgliedern und vor allem auch bei den Helfern und Kuchenbäckerinnen, die uns an den Kinderkleiderbörsen, dem Openairkino, dem 4419-Fest unterstützt haben. Nicht zuletzt auch fürs Mitmachen an all unseren Anlässen.

Jetzt werden wir euch über die einzelnen Aktivitäten im Jahre 2019 berichten und ich gebe das Wort weiter an .....

Vorstand forum lupsingen

## **4419 Fest**

Donnerstag, 4. April – Türöffnung 17.30

Ein OK organisierte dieses Fest und alle Vereine halfen mit.

Ab 17 Uhr setzten sich 12 Mitglieder des forums für das Wohl der vielen Gäste ein. In der Turnhalle fanden beinahe nicht alle Platz und auch die Männerkochgruppe versuchte den grossen Ansturm zu bewältigen. Kuchen- und Dessertspenden nahm das Buffet gerne in Empfang und den Lupsibärger schmeckte dies wohl auch.

Nach Begrüssung und Informationen spielte die MGL und Seltisberg, Mädchenriegen und Turnerinnen traten auf, Zauberer Beat gab sein Bestes und die Lupo-Rueche schmetterten Töne in den Saal.

Zum Schluss noch Abendunterhaltung und viele zogen müde dann müde nach Hause.

Annamarie

## **Bericht Seniorenreise nach Seebodenalp und Besuch in Küssnacht am Rigi in der Firma Omida vom 09.05.2019**

Bereits um 08.50 Uhr konnten wir Lupsingen in Richtung Innerschweiz verlassen und um 10.50 Uhr erreichten wir die Seebodenalp. Unser Chauffeur Max beherrschte die sehr schmale Strasse, mit vielen Kurven, souverän und so kamen wir heil auf der Seebodenalp an.

Das Wetter hat es doch noch gut mit uns gemeint und die Aussicht war herrlich. Ein Teil von uns unternahm vor dem Essen noch einen kleinen Rundgang.

Auch im Speisesaal hatten wir eine super Aussicht, so konnten wir während dem Essen immer wieder einen Blick auf die Berge den Vierwaldstätter- und Zugersee werfen. Das nette Personal servierte uns ein wunderbares Essen, welches sehr schön angerichtet war.

Um 13.30 Uhr bestiegen wir den Car der uns nach Küssnacht am Rigi in die Firma Omida brachte.

Dort erwartete uns Frau Schwerzmann. Sie stellte uns die Firma Omida vor und erzählte uns viel Interessantes über die Gründung der Firma und die Produktion. Omida zählt zu den führenden Anbietern von homöopathischen Produkten und Schüssler Salzen. Sie ist der Überzeugung, dass nur streng kontrollierte Herstellungsprozesse zu hochwertigen homöopathischen Arzneimitteln führen. So werden nur solche Ausgangsstoffe verwendet, die den vorgeschriebenen Qualitätskontrollen des Homöopathischen Arzneibuches, der Swiss Medic und des Hauses Omida entsprechen.

Die Omida ist seit 1982 eine Tochterfirma der in Deutschland in Karlsruhe stationierten Firma Schwabe.

Nach der Kaffeepause führte uns Frau Schwerzmann noch durch die Produktion, welche wir mit Haube, Plastikmantel und Schuhschütze in Angriff nahmen.

Zum Schluss übervielen wir noch den Laden und deckten uns mit Globulis, Cremes etc. ein. Frau Schwerzmann verabschiedete sich von uns und überreichte jedem noch ein kleines Präsent.

Um 18.30 Uhr erreichten wir Lupsingen.

Zum Schluss möchte ich noch ein Gedicht von Goethe über den Baum Ginkgo Biloba vorlesen, dieses hat mir Doris Reichert, anlässlich unseres Besuches in der Omida, überreicht.

Lupsingen, 10.05.2019 Susanne

## **Bericht Lottomatch vom 15.05.2019**

Kurz nach 14.00 h konnten wir mit 28 Lottobegeisterten Lupsibürger/Innen unseren diesjährigen Lottonachmittag starten. Jeder Spieler durfte sich 2 Gratiskarten aussuchen. Es gab wieder tolle Preise zu gewinnen, wie zum Beispiel: Apérokörbli, Orchideen, eine Flasche Wein, selbstgemachter Zopf mit Marmelade, Gutzi usw.

Annamarie Scheidegger war die Speakerin und zog die Zahlen. Die meisten hatten Glück: einige etwas mehr, andere etwas weniger. Aber auch diejenigen die nichts gewonnen hatten, bekamen noch ein paar Schoggistängeli als Trostpreis. Es musste also niemand mit leeren Händen nach Hause gehen.

Beim 3. Durchgang durften die Spielerinnen und Spieler die Karten nach dem 5. Preis noch nicht abräumen, denn es ging noch um einen 40 Franken Gutschein vom Volg Lupsingen. Um diesen Preis zu gewinnen, musste man eine ganze Karte voll haben. Nach vielen Zahlen und spannenden Augenblicken kam endlich der „Lotto“ Ruf von Klärli Frischknecht. Sie durfte den Volg Gutschein entgegennehmen.

Anschliessend an die Lottorunden konnten die Anwesenden den gelungenen Nachmittag noch bei Kaffee und hausgemachtem Kuchen ausklingen lassen.

Ich freue mich bereits auf den Lottomatch 2020 und hoffe auf eine rege Beteiligung.

Bis dann!

Petra Thommen

## **Openair**

Freitag, 9. August 2019

Nachmittag 32 Grad

Essen organisiert von Kochen und Geniessen

passend zum Film ein italienisches Essen:

Salat

Risotto con funghi oder ohne

Saltimbocca

6 Frauen halfen dem Küchenteam, d.h. wir schöpften den Gästen, halfen beim Abräumen

Annamarie

## **Bericht Seniorenausflügli, 11. September 2019**

Sissacherfluh

Nun schon zum 6. Mal durfte ich diesen Nachmittag organisieren. Weil der Wetterbericht prächtiges Herbstwetter voraussagt, erhalte ich noch kurzfristig viele Anmeldungen! Dank der Flexibilität einiger Teilnehmer und Teilnehmerinnen hat es für alle einen Platz in den Autos.

An dieser Stelle sei ein großer Dank ausgesprochen an Erna Salathé, Irma Gschwind, Monika Gloor und Heinz Frech welche ihre Fahrdienste spontan zur Verfügung stellten.

Ohne eure Mithilfe wäre die Ausfahrt so nicht möglich!

So machen sich 21 Personen verteilt auf 5 Autos auf den Weg auf die Sissacherfluh. Dort angekommen begeben wir uns unmittelbar zum Aussichtspunkt auf die Fluh. Für einige das erste Mal, für viele einfach „immer wieder schön“ dazu sein. Es wird gerätselt welches Dorf nun Lupsingen ist und welche Hügelzüge und Dörfer sonst noch auszumachen sind.

Etwas weiter hinten, unter den Bäumen, steht schön arrangiert bereits der Apéro für uns bereit! Hier stößt auch Vincenzo Polsini mit seinem Akkordeon zu uns. Er begrüßt uns musikalisch und vom ersten Takt an hat er unsere volle Aufmerksamkeit! Sofort wird mitgesungen zu den wohlbekannten Melodien! Es ist ein Genuss ihm zuzuhören! Er zieht uns alle in seinen Bann und lässt einige sogar zu einem spontanen Tänzchen hinreißen.

Auf dem Rückweg zum Restaurant bestehen alle auf eine Polonaise angeführt von Vincenzo und dem „Baselbieter Lied“. Herrlich!!

Das Restaurant-Team hat die Tische für uns schon vorbereitet unter der „Laube“. Bestens gelaunt nehmen wir Platz und bald schon genießen wir das obligate „Zvieriplättli“. Zwischen den musikalischen Darbietungen bleibt immer Platz zum plaudern und erzählen. Einfach die Geselligkeit und die Gemütlichkeit genießen tut allen gut.

Schliesslich verabschiedet sich Vincenzo von uns und bedankt sich bei seinem tollen Publikum. Wir geben ihm einen riesigen Applaus für seine Darbietung mit auf den Heimweg.

Am Schluss runden Kaffee und Kuchen den gelungenen Nachmittag ab.

Langsam wird es frisch und es ist Zeit wieder heimzukehren nach Lupsingen.

Vorher versammeln wir uns noch zum obligaten Gruppenfoto wo ich nur zufriedene und lachende Gesichter erkennen kann.

Was will man mehr!...

Lupsingen, 23. Oktober 2019, Regina Amiet

## **Forum Vereinsausflug nach Schaffhausen und zum Rheinfall**

Gemütlich mit dem Zug fahren am 19. September die rund 20 Teilnehmerinnen nach Schaffhausen.

Dort empfängt uns zuerst ein zügiger Wind. Tapfer marschieren wir durch die Gassen zum Herrenacker. Dort können wir sogar an der Sonne unseren Kaffee mit Gipfeli konsumieren. Pünktlich um halb Elf empfängt uns die mittelalterliche Krämerin «Brunhilde von Wunderstätten» aus dem 16. Jahrhundert.

Sie erklärt uns die Altstadt aus der Sicht aus dem Jahr 1520. Davon können wir sie nicht abbringen, auch wenn wir noch so neuzeitliche Fragen stellen.

Diese Führung ist sehr interessant und spannend gestaltet. In Schaffhausen stehen noch sehr viele schöne, alte und wichtige Häuser. Wir erfahren von Sündern, welche an den Pranger gestellt wurden, obwohl die Straftat nicht besonders schlimm war (aus unserer heutigen Sicht). Ebenfalls war damals das Einkaufen für eine Mutter und Krämerin nicht gar so einfach. Auf jeden Fall kein „online einkaufen!!“ im Gegenteil, die Krämerin musste einen weiten Weg zum Krämerladen unter die Füße nehmen.

Nach der sehr aufschlussreichen Zeit sind wir ja auch wieder hungrig. Am Rhein im wunderschönen, altherwürdigen Güterhof wird uns ein sehr gutes Mittagessen serviert. Das Stadtzügli fährt uns gemütlich durch Schaffhausen über Neuhausen zum Rheinfall. Auch hier erwartet uns eine Führung über die ganze Anlage des Rheinfalls. Leider rauscht der Wasserfall sehr und wir können die Worte und Erklärungen nicht immer verstehen. Nichts destotrotz marschieren wir an alle schönen Plätze mit Sicht auf das ungestüme Wasser.

Ein weiterer Höhepunkt war dann aber die Fahrt zum Mittelfelsen mit dem Holzboot. Der Aufstieg zum Felsen ist dann recht steil, aber die rundum Aussicht lohnt es. Steht man dort oben auf der Klippe und rings herum tosen die Wassermassen in die Tiefe.

Glücklich und nicht einmal nass kehren wir zur Stadt zurück. Nach einer guten Stunde „lädele“ oder Glace schlecken, treffen wir uns am Bahnhof zur Rückfahrt nach Lupsingen. An diesem Tag erleben wir sehr viel Schönes und sogar alles bei herrlichem Sonnenschein.

## **Blumensteckkurs mit Barbara Baumgartner vom Mittwoch, 16. Oktober 2019**

Langsam füllte sich der Gemeindesaal mit 15 motivierten und erwartungsvollen Frauen, ausgerüstet mit Schere und Messer, zum gemeinsamen Trockenkranz binden.

Barbara Baumgartner hatte bereits ihr mitgebrachtes Material, bestehend aus Gräsern, Erika, getr. Blätter, Beeren etc, auf drei Tischen verteilt.

Wir konnten wählen zwischen einem wilden oder ruhigen Kranz. Nun zeigte sie uns, wie wir diese Kränze binden mussten.

Auf zwei grossen Tischblocks wurde nun fleissig gearbeitet. Langsam nahm das Material ab und unsere Kränze nahmen Formen an.

Nach Fertigstellung der Kränze legten wir alle zusammen. Bei Mineralwasser und Muffins bewunderten wir unsere Kunstwerke und diskutierten über dies und das.

Ein schöner Abend ging zu Ende.

Lupsingen, 26.01.2020 Susanne

## **pa!!as Selbstbehauptung und Verteidigungskurs für Girls**

Am 23. November 2019 fand der Selbstverteidigung-/Behauptungs-Kurs für die jüngeren Mädchen der 6. & 7. Klasse statt.

Genau 9 Mädchen haben sich angemeldet und sind pünktlich um 09.30 Uhr in der Turnhalle erschienen.

Die Woche darauf, ähnlich aufgebaut, jedoch etwas auf das Alter angepasst, wurde der 2te Kurs für 8. & 9. Klasse durchgeführt.

Die beiden Samstage waren die Mädchen am Verteidigen, Rollenspiele üben und lernten, was für Kräfte in Ihnen «stecken».

Der Kurs dauerte den ganzen Tag bis um 15.30 Uhr.

Silvia Bren konnte den Girls vieles übermitteln und hat mit viel Freude und Engagement den Kurs durchgeführt.

Die Mädchen fanden den Kurs SUPER und kamen motiviert aus der Halle.

Silvia Bren bietet auch Frauen-Selbstverteidigungskurse an. Fall das Interesse da ist, bitte melden.