

MeilenerAnzeiger

AZ Meilen

Amtliches, obligatorisches Publikationsorgan der Gemeinde Meilen
Erscheint einmal wöchentlich am Freitag
Nr. 33 | Freitag, 15. August 2025

Redaktion & Verlag:

Bahnhofstrasse 28, 8706 Meilen
Telefon 044 923 88 33, E-Mail info@meileneranzeiger.ch
www.meileneranzeiger.ch, www.facebook.com/meileneranzeiger

Wir haben für Sie die richtige Lösung
im Bereich Lebensversicherungen!



die Mobiliar

Generalagentur Meilen, Tel. 044 925 03 03
Fredy Bircher
Versicherungs- und Vorsorgeberater

meilen
Leben am Zürichsee

Aus dem Gemeindehaus



Sonderabfallmobil am
Dienstag, 19. August 2025
auf dem unteren
Dorfplatz

musik **spiri** klingt gut

spiri.ch Winterthur
Gossau SG
Meilen

COIFFURE
tissot
haar-mode.ch

Marktgasse 20
Telefon 044 923 11 91

Ihr Schreiner
am Zürichsee

GEMI
seit 1948

- Schreinerel
- Serviceschreiner
- Küchen

Ihr Schreiner am Zürichsee.

**Reparaturen
vor Ort**

Küchen • Bäder • Möbel • Reparaturen
044 915 3168 • www.gemi.ch

The Mama Shakers are in Town!

Schöner, tanzbarer und wilder Jazz und Blues



Angela Strandberg ist die Gründerin und Frontfrau der Band.

Foto: Agentur Nentwig



Stimme, Trompete und Waschbrett

Die fünf liefern neuen frischen Sound im alten Jazz & Blues und sind die Wilden aus Paris – die derzeit erfolgreichste junge Jazzgruppe Europas. Angela Strandberg, die Gründerin der Band, ist erst 30 Jahre alt. Geboren in Schweden, lebt sie heute in Paris. Sie bringt mit ihrer quirligen Art, mit ihrer starken Stimme, ihrem Trompetenspiel und den Rhythmen, die sie bisweilen mit dem Waschbrett erzeugt, den frischesten Wind in das Genre. Spielfreude und instrumentales Können ihrer ebenfalls jungen Bandmitglieder sorgen zusätzlich dafür, dass

man ein Konzert der Mama Shakers so schnell nicht vergisst.

Die «Roaring Twenties» zu neuem Leben erweckt

Die Liebe zum ganz alten, wilden Jazz der «Roaring Twenties», vereint mit jugendlichem Elan führt zu einer erfrischenden Performance. Die Mama Shakers spielen eine bunte Mischung aus tanzbaren Jazz- und Blues-Titeln der 1920er- und 30er-Jahre, gewürzt mit schönen und wilden Songs aus dem Fundus von Jazz, Blues und Chanson.

Bereits beim Nachwuchswettbewerb des Jazzfestivals im französischen

Megève im Mai 2017 gewannen sie den 1. Preis der Jury und wurden vom Publikum zur beliebtesten Band des Festivals gewählt, und dies unter 20 Interpreten aus ganz Europa. Seitdem haben die Mama Shakers in diversen Ländern begeistert, und am kommenden Donnerstag spielen sie direkt vor der Haustüre in Meilen.

The Mama Shakers, Donnerstag, 21. August, Türöffnung 18.00 Uhr, Konzertbeginn 20.00 Uhr, Jürg-Wille-Saal im Gasthof Löwen. Tickets 35 Franken, Members 10 Franken.
/best

Altpapiersammlung Meilen: Morgen Samstag, 16. August 2025, ab 7.00 Uhr

- Papier kreuzweise geschnürt **gut sichtbar an der Strasse bereitstellen**
- **Bündel** max. 30 cm hoch
- **Kein beschichtetes Papier** (Milchpackungen usw.), keine Fremdstoffe
- **Nicht** in Schachteln, Kunststoff- oder Papiertaschen

Kontakt-Telefonnummer für diese Sammlung:
Tel. 077 453 66 61, Schwimmclub Meilen

• **Nächste Papiersammlung:** Samstag, 20. September 2025

Handballclub Meilen

Tiefbauabteilung



Kartonsammlung Meilen: Am Freitag, 22. August 2025, ab 7.00 Uhr

- **Gebündelt und kreuzweise verschnürt an der Strasse bereitstellen** (Kehricht-Standplatz)
- In Papiertragetaschen erlaubt

• **Nächste Kartonsammlung:** Freitag, 19. September 2025

Tiefbauabteilung





Massnahmen gegen Unfälle beim Schulanfang

Überall lauern Gefahren



Das Unfallrisiko macht keine Ferien, wenn die Schule wieder beginnt. Ob auf dem Schulweg, auf dem Spielplatz, in der Turnhalle, im Schwimmbad oder im Schulhaus – jedes Jahr werden zu viele Kinder Opfer vermeidbarer Unfälle.

Nach den Sommerferien drücken über eine Million Schulkinder wieder die Schulbank, einige von ihnen zum ersten Mal. Der Schulanfang ist ein wichtiger Meilenstein im Leben eines Kindes. Obwohl Schulen in der Schweiz ein besonderes Augenmerk auf die Sicherheit legen, geschehen jedes Jahr zahlreiche Unfälle – sei es auf dem Pausenplatz, im Sportunterricht oder bei Aktivitäten im Schulzimmer.

Vor allem im Sportunterricht kommt es zu einer alarmierend hohen Zahl von Unfällen: Jedes Jahr verletzen sich 31'000 Kinder und Jugendliche, was fast zwei Drittel aller Unfälle in

der Schule ausmacht. Auch Schulreisen, Chemieexperimente und technische Gestalten bergen besondere Risiken. Und schliesslich gibt es auch auf dem Schulweg Gefahren, die nicht zu unterschätzen sind.

Der Schulanfang ist eine gute Gelegenheit, um daran zu erinnern, wie wichtig es ist, Kinderunfälle zu verhindern – und zwar im Einklang mit der «Vision Zero» der BFU (Beratungsstelle für Unfallverhütung): Kein Kind soll mehr bei einem Unfall sterben.

Auf dem Schulweg hat Wachsamkeit oberste Priorität

Jedes Jahr verunfallen 760 Kinder im Strassenverkehr – zu Fuss, mit dem Trottinett oder mit dem Velo.

Gerade von kleinen Kindern darf man nicht erwarten, dass sie sich jederzeit sicher und zuverlässig im Strassenverkehr bewegen. Denn für ein sicheres Fortbewegen braucht es viele Fähigkeiten. Diese befinden sich bei Kindern jedoch noch in der Entwicklung. Neben einer guten Verkehrsbildung ist für die Sicherheit der Kinder auf dem Schulweg entscheidend, dass alle Verkehrsteil-

nehmer mögliche Fehler der Kinder vorhersehen und ihr Verhalten entsprechend anpassen.

Sicherheit der Schulhaus-Infrastruktur verbessern

In den Schulen erfolgt die Prävention über die sichere Gestaltung von Treppen, das Anbringen von Geländern dort, wo das Sturzrisiko es erfordert, oder auch über den Unterhalt der Böden, um Ausrutschen und Stolpern zu verhindern. Gerade bei einem Neubau oder bei der Renovation eines Schulgebäudes müssen der Sicherheit und der Unfallprävention bereits in der Planungsphase Rechnung getragen werden.

Spielplätze und Sportanlagen

Jährlich verletzen sich fast 7500 unter 16-Jährige im schulischen Umfeld. Spielplätze und Sportanlagen sind Orte des Lernens und der sozialen Interaktion, bergen aber auch Gefahren.

Einfache Massnahmen wie das Anbringen von stossdämpfenden Bodenbelägen oder die schnelle Reparatur beschädigter Strukturen können viele Unfälle verhindern.

Die wichtigsten Tipps zum Schulanfang

Im Schulsport sollten die Aktivitäten an das Niveau der Schülerinnen und Schüler angepasst werden. Dabei sind die Kinder aufmerksam zu überwachen, und die Sportausrüstung muss regelmässig gewartet werden, um Risiken zu begrenzen. Defekte oder beschädigte Elemente ersetzen.

Auf Schulreisen und Exkursionen: Vorgängig die Örtlichkeiten rekonozieren, genügend Begleitpersonen organisieren, Aktivitäten planen, die dem Alter und den Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler entsprechen.

Im Chemieunterricht sind Anweisungen strikt zu befolgen. Bei Bedarf persönliche Schutzausrüstung (PSA) verwenden, Produkte mit der gebotenen Vorsicht behandeln und verschlossen aufbewahren.

Im technischen und textilen Gestalten (TTG): Altersgerechte Werkzeuge, Materialien und Produkte auswählen, klare Anweisungen geben und dafür sorgen, dass sie eingehalten werden, alle geeigneten Sicherheitsvorkehrungen treffen.

Im Fach «Wirtschaft, Arbeit, Haushalt (WAH)»: Räumlichkeiten aufräumen und warten, Haushaltsgeräte vorsichtig handhaben, Verbrennungen, Schnittverletzungen und Stürzen vorbeugen (Trittleitern verwenden).

Im Schulgebäude müssen Treppen gesichert werden, Geländer auf ihre Eignung überprüft, Klettermöglichkeiten eingeschränkt, Rutsch- und Stolpergefahren verringert und für gute Beleuchtung gesorgt werden.

Für Spielplätze gilt: Regelmässige Wartung sicherstellen, beschädigte Elemente sofort reparieren, Oberflächen und stossdämpfende Bodenbeläge instandhalten, Nutzungshinweise und -vorschriften beachten.

Auch für die Eltern ist der Tipp gedacht, Kinder so lange wie nötig auf dem Schulweg zu begleiten und den sichersten (nicht kürzesten) Weg mit sicheren Querungsstellen zu wählen und gefährliche Stellen zu erkennen.

Wo sinnvoll, können auch organisatorische Massnahmen ergriffen werden (Schulbus, Pedibus usw.).

/bfu



Sonderabfall
Zurück für die Zukunft

Das Sonderabfallmobil kommt. Kommen Sie auch.



Dienstag, 19. August 2025, 8.00–11.30 Uhr
Unterer Dorfplatz Meilen
(gebührenfrei, mobile Sammelstelle)

Wichtig:
Sonderabfälle sind gefährlich, besonders für Kinder, deshalb sind die Sonderabfälle persönlich abzugeben.

Tiefbauabteilung



Bauprojekte

Bauherrschaft: Herr Tim Marahrens, Plattenstrasse 15, 8706 Meilen. Projektverfasser: MD-Plan GmbH, Schanzstrasse 17, 8330 Pfäffikon ZH: Nachrüstung Klimaanlage (Splitgerät) innen und aussen für zwei Räume, Vers. Nr. 3204, Kat. Nr. 11536, Plattenstrasse 15, 8706 Meilen, W 1.4

Die Baugesuche liegen während **zwanzig Tagen** ab Ausschreibedatum bei der Hochbauabteilung Meilen, Bahnhofstrasse 35, 8706 Meilen, auf. Begehren um Zustellung des baurechtlichen Entscheides können innert der gleichen Frist schriftlich bei der örtlichen Baubehörde gestellt werden. Wer das Begehren nicht innert dieser Frist stellt, hat das Rekursrecht verwirkt. Die Rekursfrist läuft ab Zustellung des baurechtlichen Entscheids (§§ 314–316 PBG).

Bauherrschaft: Swisscanto Anlagestiftung, c/o ZKB, Bahnhofstrasse 9, 8001 Zürich. Pro-

jektverfasser: lilin architekten sia GmbH, Schöntalstrasse 21, 8004 Zürich: Festlegung des historischen Terrains als massgebendes Terrain, Vers. Nr. 2543, Kat. Nr. 10609, In der Au, 8706 Meilen, W 2.2

Obenstehendes eBaugesuch kann auf eAuflageZH (<https://portal.ebaugesuche.zh.ch>) digital eingesehen werden. **Die digitale Einsichtnahme auf eAuflageZH ist nur während der Dauer der Planaufgabe möglich.** Die physische Planeinsicht bei der Hochbauabteilung Meilen, Bahnhofstrasse 35, 8706 Meilen wird nicht mehr angeboten. Begehren um Zustellung des baurechtlichen Entscheides können innert der gleichen Frist schriftlich bei der örtlichen Baubehörde gestellt werden. Wer das Begehren nicht innert dieser Frist stellt, hat das Rekursrecht verwirkt. Die Rekursfrist läuft ab Zustellung des baurechtlichen Entscheids (§§ 314–316 PBG).

Baubabteilung Meilen



Besuchen Sie uns auf www.meileneranzeiger.ch



Beerdigungen

Goldschmid, Urs

von Hombrechtikon ZH + Winterthur ZH, wohnhaft gewesen in Meilen, Herrenweg 101. Geboren am 5. Januar 1968, gestorben am 9. August 2025. Die Abdankung findet am Mittwoch, 20. August 2025, 14.00 Uhr in der ref. Kirche Hombrechtikon statt.

Der Maler für Ihr Haus

Innen- und Aussenarbeiten
Fassaden, Gartenzäune, Dachuntersicht, Fenster, Zimmer, usw.
Wir haben unser eigenes Gerüst.

Aktion im August
20% Rabatt

Rufen Sie uns an unter:
079 510 33 22, AC-Reno.ch
Wir machen Ihnen gerne einen Gratis-Kostenvoranschlag.

Achtung!
Kaufe laufend
Blas-/Blech-
instrumente

Saxophon, Klarinette usw.
Zahle bar. Wird abgeholt.

Tel. 079 356 54 06

Meilen stellt vor: Sportschützen Feld-Meilen

Ein Ganzjahres-Sport für alle

Eine gute Gelegenheit, die Sportschützen Feld-Meilen kennenzulernen, ist der Besuch des Volksschiessens: Es findet jedes Jahr an mehreren Terminen im Sommer im Schützenhaus Büelen oberhalb von Meilen statt.

Dort, mit wunderbarer Sicht über See und Berge, kann man ein Kleinkalibergewehr aus dem Fundus des Vereins in die Hand nehmen, unter Anleitung eines Vereinsmitglieds in liegender Position auf 50 Meter Distanz auf die Zielscheibe schiessen und spüren, wie sich dabei die Welt auf den schwarzen Kreis in der Ferne verengt. Dank moderner Technik wird auch sofort elektronisch angezeigt, ob der Schuss gegessen hat oder nicht. «Ich habe schon mehr als einmal gehört, wie Leute sagten, dass es ihnen guttut, sich nach einem stressigen Arbeitstag ganz auf etwas anderes zu fokussieren. Bis alle Sorgen weit weg sind und man viel entspannter ist, weil alle Gedanken nun beim Zielen und Schiessen sind», beschreibt Martin Seyfried, der Präsident der Sportschützen Feld-Meilen, den beruhigenden Effekt des Schiesssports.



In der Schiessanlage auf der Büelen oberhalb von Meilen kann kniend geschossen werden (vorne) oder liegend (wie im Hintergrund). Foto: zvg

Für Anfänger stellt der Verein die Gewehre zur Verfügung

Er selber ist dabei, seitdem er zum ersten Mal ein Sportgewehr in der Hand hatte. Das war im Jahr 1991, und Martin war ein Elfjähriger, der gerne wie der ältere Bruder am Zürcher Knabenschiessen teilgenommen hätte, dafür aber noch zu jung war. «Am Ende war das Knabenschiessen gar nicht mehr so wichtig. Es ist ein cooler Anlass, aber sportlich gesehen sicher nicht erste Wahl: Man kommt und hat fünf Schuss zur Verfügung, keine Probe, kein Anpassen aufs eigene Auge. Es klappt – oder eben nicht», sagt er heute schmunzelnd.

«Beim Schiessen kann man nach einem stressigen Arbeitstag auf etwas ganz anderes fokussieren.»

Ab einem gewissen Leistungsstand ist es sinnvoll, ein eigenes Gewehr zu kaufen – es gibt diverse Modelle von unterschiedlichen Herstellern. Um die tausend Schrauben und Rädchen sind darin verbaut. Allein bei den Schäften kann man wählen zwischen breiten, schmalen, kürzeren, längeren Versionen aus Alu, Holz oder anderen Materialien. Der Verein stellt Standardgewehre zur Verfügung, doch wer den Sport als Vereinsmitglied ernsthaft ausüben will, probiert mit Gewehren von Kolleginnen und Kollegen aus, was am besten passt, bevor er oder sie sich festlegt.

Im Training hilft man sich gegenseitig

Um das Niveau zu halten, sollte man regelmässig mindestens einmal pro Woche trainieren, «und um vorwärtszukommen, mehr», sagt Martin Seyfried. Dabei gibt es im Vereinstraining keinen eigentli-

chen Trainer, doch man hilft sich gegenseitig und gibt Tipps. In der Sommersaison ab Ende März bis Ende September wird auf der Büelen mit dem Kleinkalibergewehr auf 50 Meter geschossen, in der kalten Jahreszeit in der Schiessanlage beim Sportzentrum Allmend mit dem Luftgewehr auf 10 Meter – hauptsächlich dienstags, aber auch an anderen Wochentagen. Mit Pistolen schiessen die Sportschützen Feld-Meilen nicht.

Ein Vereinsmitglied nahm an den olympischen Spielen teil

Sportlich haben sie in ihrer inzwischen 128-jährigen Vereinsgeschichte immer wieder ansehnliche Erfolge vorzuweisen: In der kommenden Saison wird der Verein mit einer Mannschaft in der NLB und einer in der 1. Liga starten, dazu ist man mit dem Kleinkaliber mit zwei Mannschaften in der 3. Liga vertreten. Mitglieder holten auch wiederholt Schweizermeistertitel und Medaillen an anderen Meisterschaften, so etwa Max Gugolz (78), Vereinspräsident bis 2006 und bis heute ein aktives Mitglied, oder Stephan Martz, der 2019 Schweizermeister im Luftgewehr auf 10 Meter wurde. Toni Müller, auch er heute 78-jährig und weiterhin aktiv, erreichte an den olympischen Sommerspielen in Montreal im Liegendmatch im Jahr 1976 sogar den sagenhaften vierten Platz.

«Man sollte mindestens einmal pro Woche trainieren, und um Fortschritte zu machen, noch etwas mehr.»

Er selber schieße auf mittlerem Niveau und sei nie ein Topschütze gewesen, sagt der Vereinspräsident «trotzdem macht es mir spannenderweise auch nach 35 Jahren immer noch Freude». Wes-

halb? «Ich habe bei jedem Programm ein wenig 'Wettkampf mit mir selbst'. Und neben dem Schiessen an sich sind es die Leute. Man ist eine grosse Familie, schliesst Freundschaften.» Weil der Verein den Fokus auf das Sportliche legt, stehen auf dem Jahresprogramm vor allem Wettkampftermine. Oft, wenn auch nicht immer, kämpft man in Gruppen von vier bis fünf Personen: «Da reisen wir dann gemeinsam durch die Schweiz, um einen Final oder ein Schützenfest zu besuchen.»

Männer, Frauen und Jugendliche besuchen die Kurse

Manchmal bietet der siebenköpfige Vereinsvorstand anschliessend noch ein Zusatzprogramm an. Dieses Wochenende wird im Weinland das Zürcher Kantonalschützenfest eröffnet, und im Anschluss ans Schiessprogramm besuchen die Sportschützen Feld-Meilen den Hopfenlehrpfad in Stammheim inklusive kleinem Braulehrgang.

«Die sportliche Herausforderung dreht sich um Präzision, Ruhe und Kontrolle.»

Gibt es Nachwuchsprobleme? «Wir können eigentlich nicht klagen», sagt Martin Seyfried, «wir haben Männer und auch Frauen aus allen Altersklassen im Verein, und die Jugendkurse sind immer gut besucht.» Diese Kurse werden zweimal im Jahr für 10- bis 20-Jährige angeboten. Für die Erwachsenen gibt es immer wieder, tendenziell in der ersten Saisonhälfte, einen Einsteiger- bzw. Schnupperkurs mit drei Terminen. Damit ist man aber nicht automatisch Vereinsmitglied – für den Club-Beitritt soll man sich bewusst entscheiden.



Sportschützen Feld-Meilen

Gründungsjaar: 1897

Anzahl Mitglieder: 38 (ausserdem haben im letzten Jahr 24 Jugendliche und 3 Erwachsene einen Kurs besucht)

Vereinszweck laut Statuten:

Der Verein bezweckt die Erlernung des Schiessens mit Kleinkaliber- und Luftgewehren. Er fördert das Schiesswesen und pflegt gute Kameradschaft und Geselligkeit.



Infos zu den Sportschützen Feld-Meilen

sportschuetzen-feld-meilen.ch

«Bei uns findet man eine sportliche Herausforderung, die nicht primär die Muskelmasse anspricht», sagt Martin Seyfried, «es geht eher um Präzision, Kontrolle und Ruhe.» Es sei für ihn immer wieder faszinierend, wie man in der Wettkampfsituation negative und schädliche Gedanken «abstellen» könne, um positiv auf das Richtige zu fokussieren.

Auf die Scheibe des Nachbarn geschossen

Allerdings geht auch den erfahrensten Schützen ab und zu etwas daneben. Der Clubpräsident erinnert sich: «Ich war vor einigen Jahren an den Schweizermeisterschaften so nah an einem persönlichen Rekord wie schon lange nicht mehr. Dies allerdings nur, bis ich bei der zweitletzten Schussabgabe auf die Scheibe des Nachbarn geschossen habe. Das war dann ein Nuller und definitiv kein persönlicher Rekord.» In dieser Situation heisse es, zu reflektieren, was bei einem selber schiefgelaufen ist, statt den Fehler ausserhalb zu suchen – also beim Gewehr oder bei der Scheibe: «Etwas, was fürs Leben ganz allgemein noch ganz gut ist.»

/ka

Dieser Beitrag wurde ermöglicht durch die Gemeinde Meilen.

meilen
Leben am Zürichsee

Schiesstage in Meilen 2025

Obligatorisches Bedingungsschiessen			
Donnerstag	21. August	18.00 – 20.00 Uhr	300 m
Samstag	30. August	08.30 – 11.30 Uhr	25 m / 300 m

Weitere Schiesszeiten können der Webseite des Schützenvereins www.schuetzenverein-meilen.ch entnommen werden.

Gemeindeverwaltung Meilen

talendo

Maturierenden-Messe Zürich

Samstag, 13. September 2025
Was macht dein Kind nach der Matura? Unterstütze es bei dieser Entscheidung!
Jetzt anmelden: www.mmzuerich.ch

Meilenstein Mentoring – eine Schule mit Vision.

Gymnastik, Probenzeittraining, Lesekompetenzförderung und viele weitere Bildungsangebote an der Kirchgasse 35/37 in Meilen.

Ihr Schlosser in Meilen

- Metallbau
- Geländer / Handläufe
- Türen Stahl + Alu
- Tore
- Glasbau
- Fenstergitter
- Reparaturen
- Schmiedeisen

Martin Cenek
Telefon 043 843 93 93
www.martin-schlosserei.ch
E-Mail martin@martin-schlosserei.ch

1a autoservice Räber

Räber Pneuhaus + Garage AG
Reparaturen + Service aller Marken

Feldgüetliweg 70, 8706 Feldmeilen, Tel. 044 923 65 69
info@pneu-garageraeber.ch www.pneu-garageraeber.ch

Besuchen Sie uns auf Instagram und Facebook
[/meileneranzeiger](https://www.instagram.com/meileneranzeiger)

Ratgeber

Schlaf, Erholung und das Wohlbefinden

In der heutigen, von digitaler Technologie dominierten Welt sind Schlafstörungen und Stress zu weit verbreiteten Herausforderungen geworden.

Die ständige Erreichbarkeit, der Einfluss der sozialen Medien und die Informationsflut führen dazu, dass viele Menschen Schwierigkeiten haben, zur Ruhe zu kommen und einen erholsamen Schlaf zu finden.

Schlafstörungen können unterschiedliche Formen haben

Schlafstörungen äussern sich in verschiedenen Formen wie Einschlaf- und Durchschlafprobleme, frühes Erwachen oder das Gefühl, nach dem Schlaf nicht erfrischt zu sein. Begleitende Symptome sind häufig Müdigkeit, Konzentrationsschwierigkeiten, Reizbarkeit und ein allgemeines Gefühl der Anspannung.

Die Ursachen dafür sind vielfältig: Stress, Angstzustände, ungesunde Lebensgewohnheiten und nicht zuletzt die intensive Nutzung digitaler Geräte vor dem Schlafengehen. Das blaue Licht von Smartphones und Tablets stört die Produktion des Schlafhormons Melatonin und kann den natürlichen Schlafrhythmus erheblich beeinträchtigen.

Wechselwirkungen zwischen Schlaf und Stress

Die Auswirkungen von Schlafstörungen und Stress auf das körperliche und geistige Wohlbefinden sind gravierend. Chronischer Schlafmangel kann zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen führen! Psychisch kann anhaltender Stress Angststörungen, Depressionen und einen allgemeinen Rückgang der Lebensqualität verursachen. Und auch die Wechselwirkungen zwischen Schlaf und Stress sind komplex: Stress kann Schlafstörungen verursachen, während Schlafmangel wiederum den Stresspegel erhöht.

Einschlafmeditation hilft

In einer Welt, die oft hektisch und überwältigend erscheint, ist es entscheidend, dass man sich aktiv um sein eigenes Wohlbefinden kümmert. Eine bewährte Methode ist die Einschlafmeditation: Geführte Meditationen helfen, den Geist zu beruhigen und leichter einzuschlafen. Eine ruhige Schlafumgebung, feste Schlafzeiten und weniger Bildschirmzeit vor dem Zubettgehen helfen ebenfalls. Regelmässige Entspannungsübungen und achtsame Routinen können Wunder wirken. Durch die Implementierung dieser einfachen Strategien kann man seine Schlafqualität nachhaltig verbessern und zu einem gesünderen, ausgeglicheneren Leben finden.

www.back-to-well-being.com

Anna Victoria Burgard,
Well-Being-Coach, 076 604 49 80,
coaching@back-to-well-being.com

Kontaktieren Sie uns
telefonisch
044 923 88 33

Kindermalwettbewerb zur Sonderausstellung



Im Rahmen der Ausstellung «Von Gipfeln inspiriert – Die Gilde stellt sich vor» der Gilde Schweizer Bergmaler, die sich ganz der Faszination alpiner Landschaften widmet, lädt ein kreatives Mitmachprogramm speziell Kinder zum Entdecken und Gestalten ein.

An den beiden Samstagen 16. und 23. August veranstaltet die Gilde einen Malwettbewerb für Kinder von 6 bis 12 Jahren. Die jungen Teilnehmerinnen und Teilnehmer dürfen mit Pinsel, Farbe und Fantasie ihre ganz persönliche Berglandschaft gestalten. Materialien werden vor Ort zur Verfügung gestellt – einfach vorbeikommen und mitmachen! Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Kleine Überraschungspreise warten auf die jungen Künstler und vielleicht ist dieser Nachmittag auch der erste Schritt in eine kreative Zukunft. Die schönsten Werke werden an der Finissage vom Sonntag, 24. August ab 14.00 Uhr prämiert.

Die Gilde organisiert zudem offene Plain-Air-Maltreffs, bei denen gemeinsam direkt in den Bergen gemalt wird. In diesem Jahr findet das Treffen auf dem Männlichen im Berner Oberland statt. Weitere Informationen dazu gibt es auf der Webseite unter www.gsbm.ch.



An zwei Samstagen im August können Kinder im Ortsmuseum ihre Berge malen.

Foto: zvg

Kindermalwettbewerb, Samstag, 16. und 23. August von 14.00 bis 16.00 Uhr, Ortsmuseum Meilen, Kirchgasse 14. Prämierung Kindermalwettbewerb: Sonntag, 24. August ab 14.00 Uhr.
www.ortsmuseum-meilen.ch /zvg

Leserbrief



Zum Glück habe ich vorgesorgt

Ich wohne allein im Haus mit meiner Hündin. Auf dem Weg zum Arzt, ohne Zeitdruck, wollte ich die Treppe hinuntergehen. Linke Hand auf dem Treppenhandlauf, rechts gestützt durch meine Gehhilfe. Da verdreht sich plötzlich mein rechtes Bein massiv und ich liege schmerzvoll auf der nächsten Treppenstufe. Fazit: massiver Oberschenkel-Bruch.

Und jetzt? Gerettet werden oder langsam vor sich hin verzweifeln und vergeblich um Hilfe schreien, bis, ja, bis ich nicht mehr kann? Das kann Tage dauern, bis zufällig Hilfe kommt... oder auch nicht.

Doch zum Glück oder dank meiner Entscheidung vor knapp einem Jahr, einen Notfall-Knopf zu tragen, konnte ich die Feuerwehr und den Krankenwagen alarmieren, um mich schnellstens ins Spital zu bringen.

Es liegt mir sehr am Herzen, alle Menschen darauf aufmerksam zu machen, wie lebensrettend so ein «Rettenknopf» oder Notruf am Handgelenk ist... obwohl man sich, wie ich auch, lange dagegen wehrte und es eigentlich nicht nötig fand: «Für die anderen und Alten schon, aber doch nicht für mich sehr rüstige Rentnerin mit 78 Jahren...!»

Myrta Heiniger, Meilen

100. Schwimm- und Quartierfest in der Badi Feldmeilen

Beliebter Treffpunkt für Jung und Alt



Am Samstag, 23. August, findet das traditionelle Schwimm- und Quartierfest in der Badi Feldmeilen statt.

Der Anlass beginnt um 15.00 Uhr mit dem Wettschwimmen der Primarschülerinnen und -schüler der Schule Feldmeilen und dauert bis nach Mitternacht.

Vor den Sommerferien haben alle Schülerinnen und Schüler der Schule Feldmeilen einen Flyer erhalten mit Einladung und Anmeldetalon für das Wettschwimmen, das traditionsgemäss am ersten Samstag nach den Sommerferien stattfindet. Wer sich bis jetzt noch nicht angemeldet hat und doch teilnehmen möchte, kann die Anmeldung via Mail nachholen (info@qvf.ch, bis spätestens Freitag, 22. August).

Bluetooth-Boxen als Hauptgewinn

Jedes der teilnehmenden Kinder erhält einen Preis, und es besteht die Chance, einen portablen Bluetooth-Lautsprecher zu gewinnen.



Feldner Primarschüler und Primarschülerinnen schwimmen um die Wette.

Foto: Archiv Dieter Stokar

Nach den Rangverkündigungen geht der Anlass ab 19.00 Uhr direkt ins Quartierfest über, einen beliebten Treffpunkt für alle Feldnerinnen und Feldner, für Jung und Alt, Alt-eingesessene und Neuzugezogene. Grillspezialitäten, ein reichhaltiges

Salat- und Kuchenbuffet sowie musikalische Abendunterhaltung laden zum Verweilen ein.

Helferinnen und Helfer gesucht

Wie jedes Jahr ist das OK des QVF auf Helferinnen und Helfer angewiesen,

die einen Kuchen oder Salat bringen oder beim Aufbau oder am Abend mit anpacken. Weitere Informationen dazu (inklusive Link zu einer Helferliste oder Mitbringliste) gibt es online unter www.qvf.ch.

/kje

Feldmeilen entdecken!

Dorfgrundgang vom 30. August



Der Verein Heimatbuch Meilen lädt auf Samstag, 30. August zum traditionellen Dorfgrundgang ein. Dieser führt durch den westlichen Teil von Feldmeilen – eine Chance für Dorf-, Ober- und Bergmeilerinnen und -meilemer, auch diesen Teil der Gemeinde näher kennenzulernen.

Die Teilnehmer werden unter faktenkundiger Führung in überschaubaren Gruppen Verschwundenes, Verborgenes, Vergessenes, noch Vorhandenes oder neu Hinzugekommenes auf einer Route von der Stöckenweid hinunter bis zur Hasenhalde entdecken.

Was war vor der Stöckenweid? Wo hat der Maler Max R. Geiser gewirkt? Warum ist der Hauptsitz der Alusuisse nicht in Meilen? Welche Gründe führten zum Bau der Siedlung Bettenen? In welchem Bach wurden die Pferde der Herren von Bünishofen getränkt? Wo hat «Pitschi» seine Geburtsstunde erlebt? Was hat es mit dem «Chestenacher» auf sich? Wie hat sich der Weinbau in Meilen entwickelt? – Antworten dazu und weitere historische oder zeitgeschichtlich interessante Details werden während dem Bummel vermittelt.

Treffpunkt: ab 08.45 bis 09.00 Uhr beim Werkheim Stöckenweid, Bünishoferstrasse 295 (gestaffelter Start in Gruppen). Zum besseren Verstehen werden die Teilnehmer mit einem Audio-Guide ausgestattet.

Der Rundgang endet gegen 12.00 Uhr mit einem von der Gemeinde Meilen gestifteten Apéro im Weingut Hasenhalde.

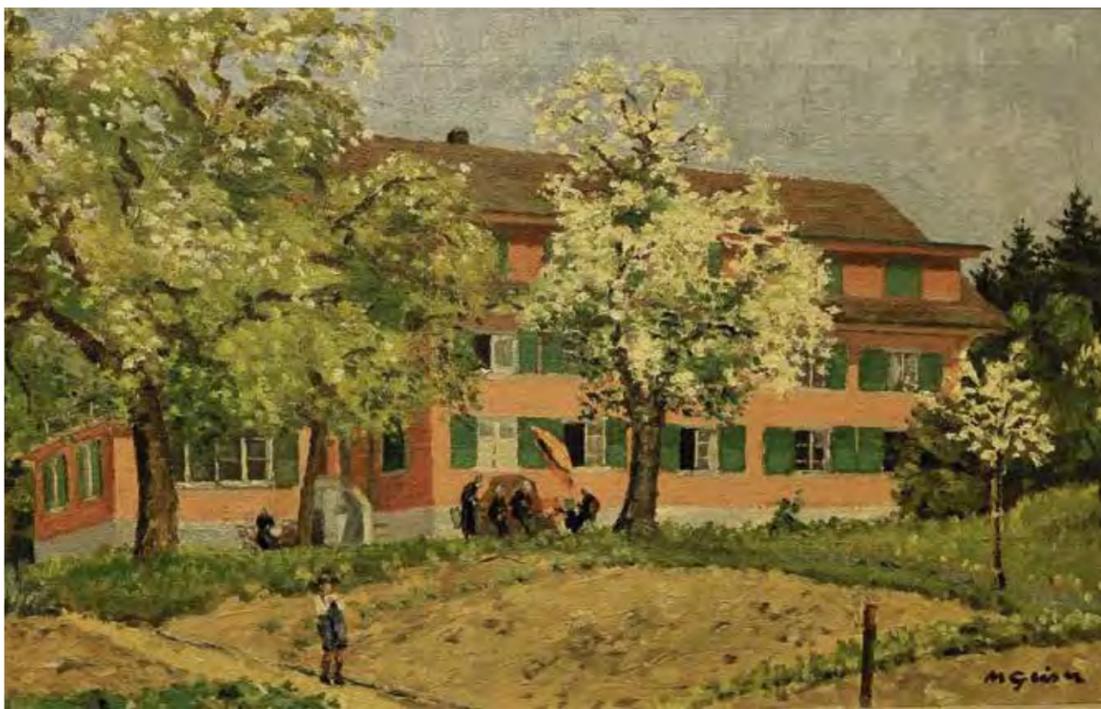
Eine Anmeldung ist aus organisatorischen Gründen erwünscht bis



Als im «Trüggeler» noch die Kühe weideten...



Der Hof «Schönacher» vor knapp 50 Jahren.



Bevor die «Stöckenweid» eröffnet wurde: Das Altersheim «Waldheim» in einem Bild von Max Rudolf Geiser, ca. 1950. Fotos: zvg

Dienstag, 26. August direkt mit Web-Formular (anmelden.heimatbuch-meilen.ch/dorfgrundgang/), via Website (heimatbuch-meilen.ch, Link «Anlässe») oder telefonisch unter

076 363 63 40. Bitte Anzahl Personen nicht vergessen. ÖV-Verbindungen: Ortsbusnetz Meilen, Bus 921, 08.27 Uhr ab Bushof Meilen oder 08.38 Uhr ab Bahnhof

Feldmeilen nach Eichholz, ca. 10 Minuten zu Fuss bis zur Stöckenweid. Bei der Stöckenweid stehen keine Parkplätze zur Verfügung.

/is

«Feel Good Morning» in der Badi

Event am 24. August



Joy Movement organisiert einen Community-Event in der Badi Dorf. Geeignet ist er für alle, die sich für Barre interessieren, und für die Bewegung und gute Stimmung zum eigenen Wohlbefinden beitragen.

Normalerweise bieten Marta Horn und ihr Team vom Studio Joy Movement an der Bahnhofstrasse 18 in Meilen Fitnesskurse wie Barre in unterschiedlichen Kategorien sowie Yoga an.

Barre Workout ist ein Ganzkörpertraining, das sich an Figuren und Bewegungen aus dem klassischen Ballett orientiert und diese mit Gymnastikelementen, Yogaübungen und Bewegungen aus dem Pilates kombiniert. Der Name Barre ist aus dem englischen und bedeutet Ballettbarren. Die Trainings verhelfen zu



Barre-Klasse mit Aussicht: am 24. August wird die Badi Meilen zum Outdoor-Fitnessstudio.

Foto: zvg

Fitness, einem guten Bindegewebe und innerem Wohlbefinden. Am Sonntag, 24. August findet ein öf-

fentlicher Anlass in der Badi Meilen statt, der für Anfänger wie auch Barre-Liebhaber geeignet ist. Begonnen

wird um 9.30 Uhr mit behutsamen Stretching-Übungen und Journaling, bevor um 10.30 Uhr die eigentliche Barre-Stunde startet. Im Anschluss gibt es erfrischende Getränke und Snacks, und beim gemütlichen Beisammensein können Gutscheine für weitere Barre-Stunden und andere Preis gewonnen werden.

Der Anlass steht allen offen, die älter sind als 12 Jahre, und die über ausreichend Beweglichkeit für Stretching und Fitnessübungen verfügen. Der Fitnesslevel spielt dabei keine Rolle. Der Anlass ist kostenlos, einzig der Badi-Eintritt für 4 Franken muss gelöst werden. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, eine Anmeldung via Website (joymovementstudio.ch/events) ist obligatorisch.

Mitgebracht werden sollen eine Yogamatte oder ein Badetuch, ein Notizheft (Journal) mit Stift für den ersten Teil des Morgens sowie bequeme Kleidung und Schuhe. Es besteht auch die Möglichkeit, sich nur für einen Teil des Programms anzumelden.

/fho

Neulich in Meilen



Scherben wegwischen

Neulich sass ich in der Bar und trank ein Bier. Jimmy kam gerade mit einer kleinen Schaufel voller Glasscherben herein. «Das gehört auch zum Business», sagte Roger mit Blick auf die kaputte Bierflasche. «Da hätte ich doch gleich mal eine Frage», brachte ich mich ein. «Was machst du, wenn ein Gast ausserhalb des Restaurants ein Glas fallen lässt?» – Jimmy schüttete die Scherben in den Abfallsack. «Ich hab's gern ordentlich um meinen Laden herum. Darum interpretiere ich meinen Zuständigkeitsbereich grosszügig», antwortete er. Roger sah mich an. «Wieso fragst du?» – «Vor ein paar Tagen fiel mir eine zerbrochene Flasche weiter unten an der Strasse, wo ich wohne, auf. Ich hätte ihr keine weitere Beachtung geschenkt, wenn nicht zwei Tage später ein Kind in einen kleinen Splitter gestanden wäre. Das war keine grosse Sache. Der Vater hat es hochgehoben und kurz darauf war die Welt wieder in Ordnung.» – «Aber?», fragte Roger weiter. «Ich habe mir überlegt, wer denn so etwas wegräumen muss?» – «Das wäre doch eine Aufgabe für den Strassendienst, nicht wahr?», meint Roger. «Das war auch mein erster Gedanke», sagte ich. «Aber weisst du, wie oft die kommen und die Strassen reinigen? Den Abfall holen sie jede Woche, aber wie oft kommt die Putzkolonnen?» – «Keine Ahnung», gab Roger zu. Und Jimmy fragte: «Und es selber einsammeln war keine Option?» – «Das habe ich mir tatsächlich auch überlegt. Ich hätte auch selber den Besen in die Hand nehmen können.» – «Und wieso hast Du nicht?» Roger blieb im Fragemodus. «Ich fühlte mich irgendwie nicht verantwortlich, kann aber nicht wirklich erklären, weshalb nicht. Es war wohl zu weit weg von meinem Hauseingang.» – «Darum werden die Steuern immer höher», warf Jimmy von hinter Theke ein. «Wir delegieren alles, an den Staat, der soll's richten. Dafür müssen wir dann mehr bezahlen.» – «Ist doch interessant, was man am Beispiel einer zerbrochenen Flasche alles lernen kann», sagte ich und nahm einen grossen Schluck. Es gab dann noch ein zweites und ein drittes Bier. Schliesslich zahlte ich. «Bis in einer Woche», sagte ich zu Jimmy. «Bis nächste Woche», antwortete er. Ich trat nach draussen und nahm mir vor, es künftig ähnlich zu machen wie Jimmy und mich auch für das Umfeld jenseits meiner Grundstücksgrenzen verantwortlich zu fühlen.

/Beni Bruchstück

Coffure
KOTAS
Damen und Herren
General-Wille-Str. 127 · 8706 Feldmeilen · Tel. 044 923 04 15

«Tartuffe oder der Heuchler» von Molière

Freilichtkomödie in Uetikon, Herrliberg und Feldmeilen



Die Herrliberger Compagnia Za-Zà macht auf ihrer Schweizer Tournee durch fünf Kantone mit 21 Vorstellungen auch mehrmals Halt zu Hause am Zürichsee.

Mit Witz, Live-Musik, Tanz, Poesie und Sprachvielfalt präsentiert die junge Compagnia Za-Zà einen Klassiker der Theaterliteratur: Molières «Tartuffe oder der Heuchler» ist eine leichtfüssige, hochaktuelle Komödie voller Situationskomik und inhaltlicher Sprengkraft, die bis heute amüsiert, begeistert und inspiriert.

Sie zeigt die «Tartuffisierung» einer kleinen Hausgemeinschaft, welche für die Welt steht. Diese stellt sich mit Witz und Leidenschaft der drohenden Machtergreifung durch den Heuchler und Betrüger Tartuffe entgegen. Die Compagnia Za-Zà spielt auf ihrer mobilen Wanderbühne schmissig im Geist der Commedia dell'arte dynamisches Bewegungstheater. Aber auch Poesie und Traumhaftes, stille und zarte Momente wehen durch Za-Zàs Molière.

Ihr Tartuffe zeigt eine extravagante, explosive Welt, in der Narretei Tür an



Ivan Georgiev, Annina Gieré, Carlos Becker und Matz Hoby (v.l.).

Tür mit eisalter Strategie wohnt, bangende Liebe, ehrliche Unschuld und mutige Geständnisse sich ebenso in Perücken verheddern wie List und Hinterlist – eine Welt, die zwischen Sein und Schein, Spiel und Wirklichkeit, Höhenflug und Absturz schwankt. Unter der Leitung des Herrliberger Künstlerpaars Annina Gieré und Carlos Becker finden in der Compagnia Za-Zà neun Künstlerinnen und Künstler aus diversen Sprachbereichen und Landschaften (von der Schweiz über Kanada bis Chile) zusammen und freuen sich auf ihre

«Heimspiele» in Herrliberg, Feldmeilen und Uetikon.

Za-Zà spielt unter dem Sternenhimmel und sorgt so für ein Theatererlebnis besonderer Art. Die Aufführungen finden bei jedem Wetter statt. Bei Regen werden Zelte aufgestellt. Sie finden statt am 16. August auf dem Vorplatz des Haus Wäckerling in Uetikon, am 20. August auf dem Vogteivorplatz in Herrliberg und am 22. und 23. August auf dem Hof im Mariafeld, (Atelier Theater Meilen), jeweils 20.00 Uhr. Der Eintritt ist frei und es gibt eine Kollekte. Über einen Beitrag



Intensiver Moment bei den Proben: Ivan Georgiev und Annina Gieré.

Fotos: Nino Gloor

ab 30 Franken würden sich die Künstler sehr freuen.

Freilichttheater «Tartuffe oder der Heuchler», Samstag 16., Mittwoch 20., Freitag 22. und Samstag 23 August jeweils 20.00 Uhr, Uetikon, Herrliberg und Feldmeilen. Eintritt frei, Kollekte.

/agi

Seeüberquerung morgen Samstag



Vom linken Ufer aus wird knapp zwei Kilometer weit nach Obermeilen geschwommen.

Nachdem der Sommer treuherzig doch noch zurückgekommen ist und den See auf eine angenehme Temperatur aufgeheizt hat, steht der geplanten Seeüberquerung von morgen nichts mehr im Weg.

Die 100 Plätze für die Online-Anmeldung sind bereits voll gebucht, es stehen aber noch einige wenige Restplätze für spontane Schwimmerinnen und Schwimmer ab 14 Jahren zur Verfügung.

Die Wachtvereinigung Obermeilen (WAVO) und der Seerettungsdienst freuen sich auf einen erfrischenden Sportanlass mit anschliessendem gemütlichem Zusammensitzen im Ländeli bei heisser Suppe und Grillangebot. Natürlich machen auch die vielen Besucher, «Mentoren» und Badetuchhalter, welche die Wasserratten und Sportschwimmer am Ländeli mit Badetuch und trockenen Kleider empfangen, diesen Meilemer Traditionsanlass so speziell.

Besammling für alle Schwimmerinnen und Schwimmer ist um 9.30 Uhr beim Ländeli, das Startgeld beträgt 10 (WAVO-Mitglieder) respektive 20 Franken. Nach dem Einschreiben werden alle Wasserratten und Halbdelfine mit dem Boot zum Start auf die Halbinsel Au gebracht. Um etwa 10.30 Uhr fällt der Startschuss für die Überquerung der 1,9 Kilometer breiten Stelle des Zürichsees. Begleitet werden die Schwimmerinnen und Schwimmer von Privatschiffen sowie dem Seerettungsdienst.

Im Ziel wird auf Wunsch ein Finisher-Zertifikat ausgestellt und zum Aufwärmen gibt es gratis eine heisse Bouillon.

Über die definitive Durchführung wird am Freitagabend auf der Website der Wachtvereinigung (www.wavo.ch) informiert.

/zvg



Ob kraulen oder Brustschwimm – jeder durchquert den See so, wie es am besten passt.

Fotos: zvg

Musik für die Ukraine

Benefizkonzert in Männedorf



Valmez4Shelter

Am Sonntag, 24. August – dem Nationalfeiertag der Ukraine – findet in Männedorf ein Benefizkonzert zugunsten ukrainischer Flüchtlinge statt.

Die ukrainische Spitzengeigerin Vladyslava Luchenko und ihr Ensemble erfreuen das Publikum mit hochkarätiger Klassik und Folklore. Die Kollekte kommt vollumfänglich ukrainischen Kindern, Jugendlichen und Müttern zugute, die wegen des Krieges nach Tschechien geflohen sind.

Für die Unterstützung von Flüchtlingen in Tschechien

Seit bald dreieinhalb Jahren tobt der Krieg in der Ukraine. Nach wie vor bombardiert Russland die Zivilbevölkerung, nach wie vor fliehen Menschen in sichere Länder. Besonders viele Flüchtlinge suchen Schutz in Tschechien. Die Schweizer Hilfsorganisation Valmez4Shelter unterstützt seit Kriegsbeginn eine lokale Initiative in der osttschechischen Kleinstadt Valašské Meziříčí, kurz Valmez.

Der Verein leistet Nothilfe für die bedürftigsten Neuankömmlinge. Zudem betreibt er zwei Tagestätten für Kleinkinder, damit die Mütter einer Erwerbsarbeit nachgehen können, und leistet damit Hilfe zur Selbsthilfe. Der dritte



Die ausdrucksstarke ukrainische Violinistin Vladyslava Luchenko und weitere Musiker treten auf.

Foto: Vladyslava & Sviatoslava Luchenko

Unterstützungsbereich sind Freizeitangebote für Kinder und Jugendliche, zum Beispiel Sport, Musik und Tanz. Dadurch erhalten sie trotz Flucht und traumatischen Erfahrungen die Chance, sich altersgemäss zu entwickeln und am sozialen Leben teilzunehmen.

Hilfe von Anfang an

Im Vorstand des Vereins engagierte sich von Anfang an auch Dominik Brunner aus Männedorf. Um die Unterstützung am Laufen zu halten, organisiert er nun am 24. August in der reformierten Kirche Männedorf ein Benefizkonzert mit ukrainischen Musikerinnen. Die künstlerische Leitung hat die ukrainische Spitzengeigerin Vladyslava Luchenko inne.

Luchenko ist ein Ausnahmetalent. Die aus Kyiv stammende Musikerin gewann bereits im Alter von elf Jahren einen internationalen Violinwettbewerb. Anschliessend durfte sie zusammen mit dem Sinfonieorchester Kyiv auftreten. Mit 18 Jahren kam die talentierte Violinistin mit einem Künstlerstipendium in die Schweiz und konnte ihr Studium an der ZHdK in Winterthur fortsetzen. Die ausdrucksstarke, warmherzige, mittlerweile 37-jährige Violinistin ist seit 2018 Konzertmeisterin im Sinfonieorchester Biel Solothurn und wurde gerade zur Konzertmeisterin der Staatsoper Stuttgart gewählt.

Mit dem ukrainischen Nationalinstrument Bandura

Gemeinsam mit Vladyslava Luchenko treten vier weitere ukrainische Musikerinnen und Musiker auf. Dazu gehört auch ihre Schwester Sviatoslava Luchenko, Sängerin und Meisterin der Bandura, der ukrainischen Lautenzither. Das Zupfinstrument mit bis zu 65 Saiten verkörpert wie kein anderes die ukrainische Kultur und wird als Nationalinstrument bezeichnet.

Einige der Mitwirkenden mussten Krieg und Flucht selbst erleben. Dadurch wird dieses Konzert zu einem Zeugnis von Verlust, Hoffnung und Menschlichkeit. «Für uns ukrainische Musikerinnen und Musiker ist es eine Ehre und eine Freude, auf diese Art etwas zur Milderung des unermesslichen Leids unserer Landsleute beitragen zu können. Es ist die Art, wie wir mit dem, was wir können, mit

unserer Musik und unseren Herzen, helfen können – deshalb tun wir es gerne», sagt Vladyslava Luchenko.

Zu hören sind unter anderem das Largo aus der Solosonate Nr. 3 für Violine von Johann Sebastian Bach, eine Arie aus Antonin Dvořáks Oper «Rusalka» sowie Werke ukrainischer Komponisten wie Myroslaw Skoryk, Serhij Bashtan und Kyrylo Stezenko. Deren Musik spricht eine eigene, eindringliche Sprache – kraftvoll, zart und tief verwurzelt in einer reichen kulturellen Tradition. Ein Höhepunkt wird die Passacaglia für Violine und Viola von Johann Halvorsen/G.F. Händel sein, die durch das Duo Itzhak Perlman/Pinchas Zukerman weltberühmt und zu einer Hymne des Friedens wurde.

Apéro, organisiert von ukrainischen Flüchtlingen

Anschliessend ans Konzert sind alle herzlich eingeladen zu einem reichhaltigen Apéro. Er wird von ukrainischen Flüchtlingen organisiert, die in Männedorf und Umgebung leben. Die Kollekte kommt dem Verein Valmez4Shelter zugute und fliesst direkt in die Flüchtlingsprojekte.

Benefizkonzert, Sonntag, 24. August, 17.00 Uhr, reformierte Kirche Männedorf. Eintritt frei, Kollekte zugunsten von Ukraine-Flüchtlingen in Tschechien.

valmez4shelter.ch

/zvg

Kirchliche Anzeigen

reformierte kirche meilen 

www.ref-meilen.ch

Sonntag, 17. August

9.45 Gottesdienst, Kirche Pfr. Karola Wildenauer, anschliessend Apéro

Montag, 18. August

9.00 Café Grüezi, Bau

Donnerstag, 21. August

10.00 Andacht in der Platten



KATH. KIRCHE ST. MARTIN MEILEN

www.kath-meilen.ch

Sonntag, 17. August

10.30 Eucharistiefeier

Mittwoch, 20. August

8.45 Rosenkranz
9.15 Eucharistiefeier



ROTHAUS APOTHEKE



Dorfstrasse 70, Meilen
Tel. 044 923 00 24
www.rothaus-apotheke.ch

MeilenerAnzeiger

Meilener Anzeiger AG
Bahnhofstrasse 28
Postfach 828 · 8706 Meilen
Telefon 044 923 88 33
info@meileneranzeiger.ch
www.meileneranzeiger.ch

Amtliches, obligatorisches Publikationsorgan der Gemeinde Meilen

80. Jahrgang
«Bote am Zürichsee»,
1863 – 1867,

«Volksblatt des Bezirks Meilen»,
1869/71 – 1944

Erscheint einmal pro Woche und wird am Freitag durch die Post den Meilener Haushalten zugestellt.

Auflage: 8400 Exemplare

Abonnementspreise für Meilen:

Fr. 100.– pro Jahr

Fr. 1.24/mm-Spalte

Redaktionsschluss: Montag, 14 Uhr

Annahmeschluss Inserate: Dienstag, 16 Uhr

Herausgeberin:

Christine Stückelberger-Ferrario

Redaktion:

Christine Stückelberger-Ferrario,

Karin Aeschlimann, Fiona Hodel

Inserate:

Christine Stückelberger-Ferrario,

Fiona Hodel

Druckvorstufe, Typografie:

Philipp Mischler, Feldner Druck AG

Druck: Somedia Partner AG

somedija PARTNER AG
ZEITUNGSDRUCK

Veranstaltungen

Der Natur auf der Spur!

reformierte kirche meilen 

Der Lebensraum kleiner Tiere wie Insekten, Käfer und Bienen ist bedroht. Denn viele Gärten sind zu aufgeräumt, zu steril. Dieser Entwicklung will die reformierte Kirche entgegenhalten.

Sie hat die Kirchenwiese schon vor Jahren den Bedürfnissen dieser Lebewesen angepasst, und mit dem Bau eines «Lebensturms» zur Artenförderung auf kleinem Raum leisten nun auch Kinder einen Teil für eine bessere Umwelt.

Der Familiengottesdienst ist der Abschluss einer spannenden und lehrreichen Lagerwoche. Er ist so aufgebaut, dass Kinder und Erwachsene freudig mitfeiern können, denn eine grosse Gruppe von Kindern im Alter von fünf bis elf Jahren wird den Gottesdienst mitgestalten. Herzlich willkommen im fröhlichen Gottesdienst!

Schulanfang-Gottesdienst, Sonntag, 17. August, 9.45 Uhr, reformierte Kirche, Pfarrerin Karola Wildenauer, Lagerteam und Kinder des Erlebnislagers.

/mgr

Singe mit de Chliine im Herbst

reformierte kirche meilen 

Es wird wieder gesungen! Der grosse Stoffelch Elki lädt alle Kinder mit ihren Eltern, Grosseltern oder Betreuungspersonen zum gemeinsamen Musizieren ein.

Dort werden altbekannte Finger-, Abzähl- und andere Verse, Tischlieder und gesungene Abendgebete, Bewegungsspiele, Jahreszeiten- und Tanzlieder sowie alte und neue Kinderlieder gelernt. Die Erwachsenen singen, spielen und tanzen zusammen mit ihren Kindern und für ihre Kinder. Auch Zeit für ein gemeinsames Znüni, Gespräche und Spiel soll nicht fehlen.

Im Herbst-Kurs wird das Thema «Bäume, Früchte, Gemüse, Ernte» musizierend und singend erlebt. Der 6-teilige Kurs findet am Dienstag oder Mittwoch statt. Startdatum ist der 26. bzw. 27. August jeweils um 9.00 (Frühgruppe) und 10.15 Uhr (Spätgruppe) – dazwischen gibt es einen Znüni, der von der reformierten Kirche offeriert wird. Der Kurs ist kostenfrei. Anmeldungen bis 22. August an barbara.meldau@ref-meilen.ch oder über das Onlineformular unter www.ref-meilen.ch.

Singe mit de Chliine, Kursstart am 26. und 27. August, jeweils dienstags oder mittwochs 9.00 und 10.15 Uhr, Kirchenzentrum, Kirchgasse 2, 2. Stock.

/bme

Stamm 56+



Am Donnerstag, 21. August, findet der nächste Stamm56+ von Senioren für Senioren statt. Das Thema lautet «Die Vogelwelt im Neeracherried».

Stefan Heller, Leiter Birdlife-Naturzentrum Neeracherried, referiert über seine Arbeit, gibt Beobachtungstipps und vermittelt einen Überblick über Anlässe und Sonderausstellungen im Naturzentrum. Er führt vor Augen, wie man individuell oder in Gruppen die Natur in ihrer Vielfalt hautnah erleben kann. Er zeigt auch auf, wie und wo sich Birdlife Schweiz mit Projekten aktiv für den umfassenden Schutz gefährdeter Arten einsetzt.

Das Naturzentrum

Das Neeracherried ist mit 105 Hektaren eines der letzten grossen Flächenmoore der Schweiz und von nationaler Bedeutung. Es bietet mit einer Vielfalt von Pflanzen Lebensraum für unzählige Vögel, Amphibien, Reptilien und Kleintiere. Eine spezielle Bedeutung hat das Gebiet für Vogelarten wie Kuckuck, Nachtigall, Kiebitz und weitere. Anmeldungen online unter <https://sfs-meilen.ch/anmelden/stamm>.

Stamm 56+, «Die Vogelwelt im Neeracherried», Donnerstag, 21. August, 14.35 Uhr, Foyer des «Löwen», Meilen.

/emu

Neue Nähkurse



Nach den Sommerferien starten wieder die Nähkurse für alle, die Freude am Nähen haben: Anfänger, Wiedereinsteiger oder Fortgeschrittene.

Angeboten werden folgende Kurse: Kurs 2, Nähkurs für jedermann bei Lucie Ursprung ab 20. August (jeweils Mittwochabend von 19.00 bis 21.30 Uhr). 10 Lektionen kosten 300 Franken. Kurs 1, individuelles Nähen bei Isabelle Zaugg-Reusser ab 21. August (jeweils donnerstags von 13.00 bis 15.30 Uhr). 6 Lektionen à 2,5 Stunden kosten 180 bis 210 Franken, je nach Anzahl Teilnehmerinnen.

Kurs 6, Nähwerkstatt bei Esther Bongard ab 18. September. In diesem Kurs ist die Zeit frei wählbar zwischen 10.30 und 15.00 Uhr. 6 Lektionen à 3 Stunden kosten 250 Franken.

Genäht werden nach gekauften oder selbst gefertigten Schnittmustern Kleider oder Accessoires. Die Kursleiterin unterstützt auch beim Flickern oder Ausbessern und berät kompetent bei Fragen zum Zuschneiden oder zur Verarbeitung und steht bei den Anproben zur Seite.

Weitere Informationen und Anmeldungen gibt es online unter www.fvmeilen.ch/naehschule/kurse oder unter der Telefonnummer 079 755 67 69.

/zvg

Florian Fox auf dem Country-Schiff



Zum ersten Mal sticht das Country-Schiff der Zürichsee Schifffahrtsgesellschaft mit Florian Fox an Bord in See.

Am Samstag, 6. September verwandelt sich die «Helvetia» in eine schwimmende Honky-Tonk-Location. Alle, die Lust haben, auf dem Zürichsee zu Country-Klängen das Tanzbein zu schwingen, sind hier richtig: Abfahrt ist um 20.00 Uhr am Zürcher Bürkliplatz, und dort legt die «Helvetia» nach drei Stunden Rundfahrt um 23.00 Uhr auch wieder an. Unterwegs ist für das leibliche Wohl gesorgt, Speisen und Getränke gibt es à la carte.

Der Abend beginnt mit einem kostenlosen Line-Dance-Schnupperkurs zum Aufwärmen, bevor der Meilemer Florian Fox die Schiffsbühne betritt. Mit seiner markanten Bass-Bariton-Stimme bringt er den echten Nashville-Sound aufs Wasser. Ob er auch seinen Song «Home» vortragen wird? Der kraftvolle, eingängige Song handelt von der tiefen Verbindung des Künstlers zu seinem persönlichen «inneren Zuhause». Mit «Home» ist Florian Fox in den USA auch für einen der Country Music Awards nominiert worden, die am 2. November im berühmten Grand

/maz



Häkeln lässt sich fast alles: Die Kreationen einer Bibliothekskundin. Foto: zvg

Ole Opry House in Nashville verliehen werden. Und während «Home» als «Song of the Year» für einen Award vorgeschlagen ist, tritt Florian Fox zudem als «Artist of the Year» und als «Vocalist of the Year» an – also in insgesamt gleich drei Kategorien.

Tickets fürs Country-Schiff sind auf der Website der Zürichsee Schifffahrtsgesellschaft (www.zsg.ch) erhältlich und kosten 38 Franken.

/maz

Von Maschen und Menschen



Die Bibliothek ist längst mehr als ein Platz «nur» für Bücher – sie ist ein Ort der Begegnung. Mit «Von Maschen und Menschen» wird diesem Bedürfnis Rechnung getragen.

Die Bibliothek Meilen verfügt über einen grossen Bestand an Handarbeitsbüchern, die sehr gerne ausgeliehen werden und viele Meilemerinnen und Meilemer zu kreativen Projekten inspirieren.

In der modernen, digital geprägten Welt gewinnt das traditionelle Handwerk wieder an Popularität – gerade auch unter jungen Menschen. So häkeln etwa Biologiestudentinnen und -studenten DNA-Stränge, Jeansjacken werden mit gehäkelten Totenköpfen verziert, aber auch selbst produzierte edle Pullover oder sommerliche Garntops sind wieder en vogue.

Die Initiative zweier Kundinnen

Nun wird die Idee zweier Kundinnen Wirklichkeit: Unter dem Titel «Von Maschen und Menschen» lädt die Gemeindebibliothek Meilen zum Häkel- und Stricktreff zwischen Büchern. Häkel- und Strickbegeisterte können in entspannter Atmosphäre gemeinsam stricken, häkeln, fachsimpeln und plaudern. Gegenseitige Inspiration und Hilfestellung sowie nette Gespräche bereichern das gemeinsame Werken. Von der Häkelanfängerin bis zum absoluten Maschenprofi sind alle herzlich willkommen. Eine Anmel-



Häkeln lässt sich fast alles: Die Kreationen einer Bibliothekskundin. Foto: zvg

dung ist nicht erforderlich – der Einstieg ist jederzeit möglich. Das Material muss selbst mitgebracht werden. Weitere Daten: 30. September, 21. Oktober und 25. November.

Bibliothek ergänzt Angebot des Treffpunkts

Übrigens: Wer lieber tagsüber stricken und häkeln möchte, findet auch dazu ein Angebot. Im Treffpunkt Meilen begegnen sich Handarbeitsbegeisterte jeweils am letzten Donnerstag im Monat von 14.00 bis 16.00 Uhr. Geleitet wird der Strick- und Häkeltreff von Mirjam Volkart, die als ausgebildete Handarbeitslehrerin fachkundige Unterstützung für jedes Projekt bietet. Auch dieses Angebot ist kostenlos und kann ohne Anmeldung besucht werden.

Von Maschen und Menschen, Dienstag, 26. August, 19.00 – 21.00 Uhr, Gemeindebibliothek Meilen, Kirchgasse 50. Eintritt frei, ohne Anmeldung.

/zvg

Kari Kangbing – Lammhaxen-Curry

Rezept der Woche

Die malaysische Küche ist noch nicht so bekannt wie andere asiatische Kochtraditionen. Christopher Aziz Krebs möchte das mit seinem Kochbuch «Malaysia – Familienrezepte aus der vielseitigsten Küche Asiens» ändern. Erschienen ist das Buch im AT Verlag.

Warum «Familienküche»? – Christopher Aziz Krebs ist zwar in der Schweiz aufgewachsen, wurde aber von seiner malaysischen Mutter tagtäglich mit Gerichten aus deren Heimatland verwöhnt. So bestand der Znüni des kleinen Christopher zum Beispiel aus Snacks wie Cekodok, frittierten Bananenbällchen.

Später verbrachte die Familie die Sommerferien regelmässig in Malaysia, wo das Kochen und die gemeinsamen Mahlzeiten stark in der Kultur verankert sind. Auf üppigen Tafeln waren immer Dutzende von verschiedenen Gerichten versammelt, von Fisch und Fleisch bis zu süssen Desserts, und gegessen wurde mit Löffel und Gabel oder mit den Händen. Jeder nimmt sich, was ihm gerade gefällt, und es gibt keine strenge Einteilung von Gerichten für morgens, mittags oder abends.

Zurück in der Schweiz besuchte Christopher Aziz Krebs eine Kochlehre und beschloss irgendwann, ein Stück Malaysia nach Europa zu bringen. In seinem Kochbuch locken denn auch wunderbar farbenfrohe Gerichte, und die Rezepte sind reich an Gewürzen, die man schon beim Lesen förmlich zu riechen und zu schmecken glaubt.

Unser Rezept der Woche benötigt etwas Zeit; für die gesamte Zubereitung muss man mit rund zwei Stunden rechnen.

Als Alternative zu Lammhaxe oder -schulter kann übrigens auch Rindfleisch verwendet werden.

Lammhaxen-Curry mit gewürztem Butter-Basmatireis

Zutaten für 4-6 Personen

Fleisch
1 Stück Ingwer (3x3cm)
1 rote Chilischote

2 mittelgrosse rote Zwiebeln
6 Knoblauchzehen
100 g Currypulver
Wasser
50 ml Rapsöl
1 Zimtstange
8 Gewürznelken
6 Kardamomkapseln
3 Sternanis
2 Zweige Curryblätter
4 gleich grosse Lamm-Vorderhaxen, alternativ 1 kg Lammschulter mit Knochen, in Würfel von ca. 4x4 cm geschnitten
Salz (1 gestrichener EL pro kg Fleisch)
1 grosse Karotte
2 grosse Kartoffeln
3 Schlangenbohnen, alternativ Buschbohnen
2 mittelgrosse Tomaten
500 ml Kokosmilch

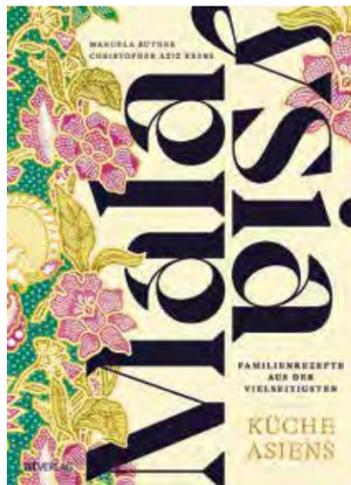
Reis

500 g hochwertiger Basmatireis
1 Knoblauchzehe
1 Stück Ingwer (2x2cm)
500 g Ghee oder Butterschmalz
3 Kardamomkapseln
5 Gewürznelken
1 Zimtstange
1 Sternanis
1 Pandanblatt
750 ml Wasser
1 gehäufte TL Salz
50 g Korinthen
75 g Cashewkerne
75 g ganze, ungeschälte Mandeln

Zubereitung

Fleisch
Ingwer schälen und grob zerkleinern. Chilischote putzen und grob zerkleinern. Zwiebeln schälen und grob zerkleinern. Knoblauchzehen schälen. Die Blätter von den Curryzweigen zupfen. Karotte schälen und in 8-10 Stücke schneiden (alternativ in Scheiben schneiden). Kartoffeln in Sechstel schneiden. Bohnen in mundgerechte Stifte schneiden. Tomaten vierteln.

Ingwer, Chili, Zwiebeln und Knoblauch in einem Mörser oder mit einem Mixer zu einer groben Paste verarbeiten.



Die Hälfte der Paste mit dem Currypulver und 50-100 ml Wasser in einer Schüssel zu einer homogenen Masse verrühren.

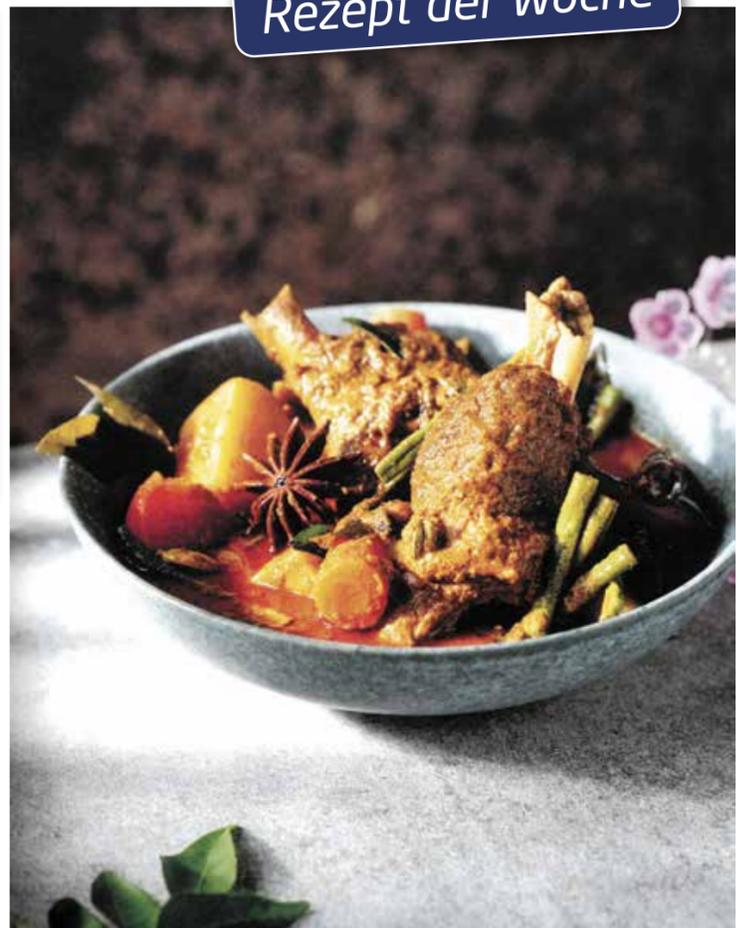
In einem ausreichend grossen Topf das Öl bei mittlerer Temperatur erhitzen und darin die Gewürze zusammen mit den Curryblättern kurz anrösten. Die restliche Paste dazugeben und mit anrösten, bis sie goldbraun ist.

Nun die Currypaste dazugeben und alles so lange anbraten, bis sich das Öl von der Masse zu trennen scheint. Das Fleisch dazugeben, mit Salz abschmecken und weiterhin bei mittlerer Temperatur braten, bis das Fleisch von allen Seiten etwas Farbe annimmt. Dann mit 800 ml Wasser auffüllen.

Das Fleisch zugedeckt bei niedriger Temperatur unter gelegentlichem Rühren so lange köcheln, dass, wenn man mit einem scharfen Messer hineinsticht, noch ein leichter Widerstand spürbar ist. Das dauert etwa 60 Minuten.

Dann nach und nach das Gemüse dazugeben. Zuerst die Karotte und diese etwa 5 Minuten köcheln lassen. Die Kartoffeln und die Bohnen weitere 5 Minuten köcheln lassen. Dann die Tomaten und zum Schluss die Kokosmilch hinzufügen. Bei Bedarf nochmals nachsalzen.

So lange zu Ende garen, bis das Fleisch schön zart und alles Gemüse weich geworden ist.



Nicht alle mögen Korinthen im Curry – man kann sie auch einfach weglassen!

Foto: Manuela Rüther, AT Verlag, www.at-verlag.ch

Reis

Knoblauchzehe, Ingwer und Schalotten schälen. Pandanblatt gut waschen, in der Mitte knoten oder in drei Stücke schneiden. Die ungeschälten Mandeln und die Cashewkerne in der Pfanne rösten.

Den Reis in einer grossen Schüssel dreimal auswaschen und anschliessend mit Wasser bedeckt beiseitestellen.

Bei jedem Waschvorgang das Wasser abgiessen.

In der Zwischenzeit den Knoblauch, den Ingwer und die Schalotten grob hacken oder zerstoßen. Gegebenenfalls mit einem Stabmixer möglichst gros zerkleinern.

Nun den Reis in ein Sieb abgiessen. In einem grossen Topf das Ghee bei

mittlerer Temperatur erhitzen und die Gewürze darin kurz anrösten.

Anschliessend die Ingwer-Knoblauch-Schalotten-Mischung dazugeben und leicht braun mitrösten. Den Reis und das Pandanblatt dazugeben und mit dem Wasser aufgiessen. Mit dem Salz abschmecken.

Die Korinthen sowie die gerösteten Cashewkerne und die Mandeln dazugeben.

Einmal gut umrühren und zugedeckt auf höchster Temperatur aufkochen.

Danach direkt auf die niedrigste Temperatur stellen und zu Ende köcheln. Das dauert etwa 20 Minuten. Den Herd ausschalten und 10 Minuten ziehen lassen.

Vor dem Servieren nochmals behutsam, aber gründlich verrühren und das Pandanblatt entfernen.

www.meileneranzeiger.ch



The Mama Shakers

Donnerstag, 21. August 2025
20.00 Uhr, Jürg-Wille-Saal, Löwen Meilen

Türöffnung 18.00 Uhr, Eintritt Fr. 35.–, Members Fr. 10.–



Angela Strandberg tp, washb & voc, Hugo Proy cl & voc,
Baptiste Hec g, dobro & voc, William Ohlund bj, Gabriel Seyer b

Meilen ist überall

Bild der Woche
von Priska Lutta



«Nicht nur in Meilen sind die gelben Säckli auf den Hundespaziergängen mit Filou meine ständigen Begleiter, sie erweisen uns auch auf unserer Adventure-Bikereise ihren Dienst – für ein sauberes Namibia», schreibt uns Priska Lutta aus den Ferien und grüsst herzlich aus der traumhaften namibischen Wüste.

Wir veröffentlichen jeden Freitag das «Bild der Woche». Senden Sie uns Ihre Schnappschüsse in möglichst hoher Auflösung, zusammen mit ein paar Angaben zum Motiv und Ihrer Adresse, an info@meileneranzeiger.ch. Einsendeschluss ist jeweils Montag, 14.00 Uhr. Jedes veröffentlichte Foto wird mit 20 Franken belohnt.