

## **Jahresbericht 2018** **Kommission für Öffentlichkeitsarbeit und Weiterbildung (KÖW)**

---

Der frostige Sturmwind «Evi» hat uns beinahe vom Münsterplatz gefegt. Eine irrsinnige Idee aber auch, mitten im Januar eine Städtebesichtigung zu machen. Kälte und Wetter zu trotz, nahmen 80 Zürcher Landfrauen aus allen Ecken des Kantons am **Impuls-Ausflug** nach Basel teil. In kleinen Gruppen entdeckten wir hübsche Altstadtgassen, erfuhren herzhaft Geschichten aus dem «Daig» (der Basler Oberschicht) und nicht zuletzt Insider Tipps zur Basler Fasnacht. Zum Zmittag genossen wir unter anderem eine wärmende Basler Mehlsuppe und ein feines Lächerli-Parfait. Der Nachmittag stand zur freien Verfügung und lud ein zum Abtauchen in Haushaltsgeschäfte und warme Strassencafés.

Das Älterwerden der Eltern und der Umgang mit den Kindern – und umgekehrt. Das Referat am Landfrauen-Zmorge, von Dr. Bettina Ugolini, war inspirierend und voll von klaren Ansätzen und praxisnahen Beispielen vom gesunden Miteinander. Der **Landfrauen Zmorge** war mit rund 300 Frauen ausgebucht. Die Gäste wurden mit einem erstklassigen Frühstücksbuffet und einem engagierten Referat verwöhnt.

Inseln im Alltag schaffen, Entspannung zulassen oder gar einplanen, sich Seelenfutter gönnen – auftanken auf allen Ebenen. Die zwei herbstlichen **Weiterbildungsvormittage** luden ein, all unsere Bedürfnisse zu stillen und die Batterien aufzutanken. Am ersten Morgen erlebten wir einen aktiven Postenlauf. Wir erfuhren, wie wir sowohl Bewegung als auch Entspannung mit wenig Aufwand in den Alltag integrieren können. Der zweite Kursmorgen verbrachten wir nicht nur in der Schulbank, sondern auch in der Küche und an der gemeinsamen Mittagstafel. Nicht nur die soziale und die psychische sondern auch die physische Gesundheit trägt viel zu einem guten Gleichgewicht des Menschen bei. So stellten wir, unter fachkundiger Leitung von Martina Dumelin, aus winterlich-regionalen Zutaten eine ganze Tafel mit herzerwärmendem Seelenfutter her.

Die **Vorstandsweiterbildung** im November thematisierte den Umgang mit Krisen. Wie reagieren Menschen in Krisensituationen? Wieso werden Abschiede unterschiedlich erlebt – seien es Abschiede von Menschen, Beziehungen, Hoffnungen oder Träumen. Welche Fragen stellt man jemandem, der gerade Schreckliches durchmacht? Tiefgreifend und eindrücklich berichtete Peter Schulthess aus seinen Erlebnissen als Notfallseelsorger und Pfarrer. Die bewegende Thematik liess ganz offensichtlich keine der anwesenden Frauen unberührt.

Am Ende des Vereinsjahres gilt mein grosser Dank meinen Kommissionskolleginnen für ihre motivierte und schwingvolle Mitarbeit. Mit vielen bevorstehenden Highlights im Landfrauen-Kalender, freue ich mich auf ein neues, erlebnisreiches Jahr.

Susanne Fuster, Turbenthal  
Präsidentin KÖW

Bild:  
Die Zürcher Landfrauen vor dem «Rothuus» in Basel – Momentaufnahme des Impuls-Ausflugs 2018.