

Rafzer weibel



Wiedereröffnung **Gasthaus «Zum Golden Kreuz»**

ab 1. September 2017 Bewirtung und Besichtigung

30. September Eröffnungsanlass / Oktoberfest, lesen Sie auf Seite 45

8/2017

1. August 2017 · 46. Jahrgang
Erscheint alle zwei Monate

Herausgeber: Gemeinde Rafz
Auflage 2050

Für Susanna war es das letzte Hortfest: wir hatten uns einige Überraschungen ausgedacht. Mit einem Rätsel über Susanna erspielte sich Salma die Möglichkeit Susanna zu füttern. Dies wurde eine lustige und fleckige Angelegenheit. Es wurde viel gelacht. Zum Schluss übergaben wir Susanna ein Album mit verschiedenen Abschiedsbriefen unserer Hortkinder.



NEU – Mittagstisch – NEU

Im Kinderhort gibt es neu einen Mittagstisch für alle Kinder vom Kindergarten bis zur Oberstufe. Ab Schulbeginn 2017 von Montag bis Freitag, 12.00 bis 13.00 / 14.00 Uhr – je nach Schulbeginn. Eine Anmeldung ist jederzeit möglich.

Wir freuen uns auf eine grosse hungrige Kinderschar.

Auskunft unter www.kinderhort-rafz.ch oder per Telefon unter 043 433 57 47.



Kinderhort Rägeboge, Landstrasse 21, 8197 Rafz
Erreichbar sind wir unter: www.kinderhort-rafz.ch, Telefon 043 433 57 47 oder via E-Mail (info@kinderhort-rafz.ch)

Andrea Stamm

Frauenverein
Rafz

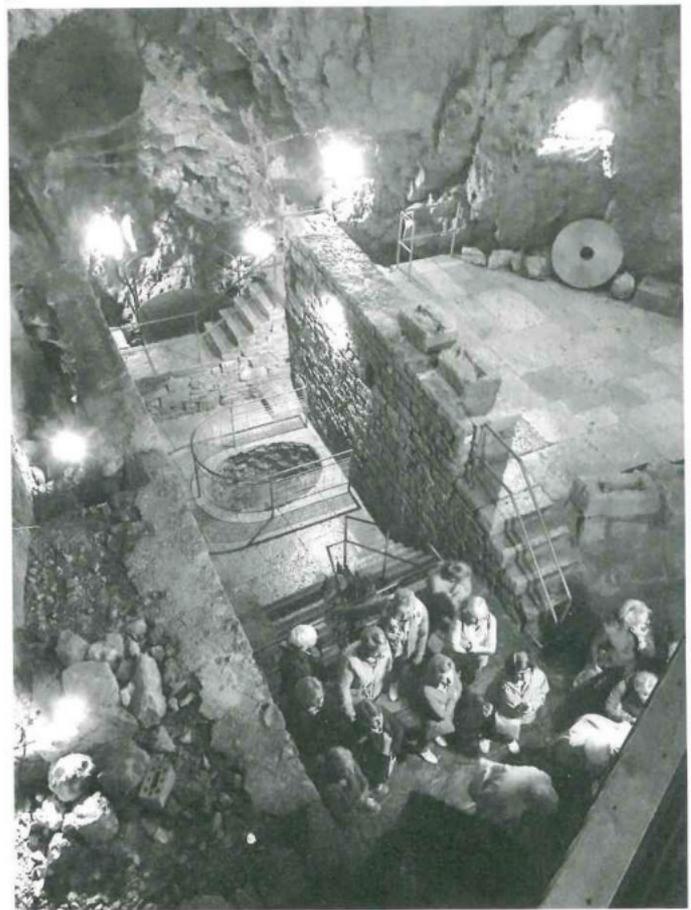
Mitgliederreise – Mittwoch, 21. Juni 2017

Am längsten Tag des Jahres pünktlich um 7.00 Uhr starteten 65 Reiselustige bei schönstem Sommerwetter in den Jura. Am Steuer Kurt Hess von Hess-Carreisen. Der erste Stau war, wie

zu erwarten um diese Zeit, in Eglisau. Anschliessend ging es dann aber flott weiter via Dielsdorf Richtung Baden und ab Wettingen auf der Autobahn bis Oensingen. Den Kaffee und das Gipfeli durften wir in der schönen grossen Gartenwirtschaft vom Tea Room Knaus geniessen. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön unserem Kaffeesponsor Sandro Rusconi. Die Kosten für die Gipfeli übernahm der Frauenverein.

Weiter ging die Fahrt auf der Autobahn Richtung Biel entlang dem Jurasüdfuss. Eine abwechslungsreiche Berg- und Talfahrt brachte uns durch das St. Immortal nach Le Locle zu den unterirdischen Höhlenmühlen von Col-des-Roches.

In drei Gruppen aufgeteilt wurden wir mit je einer Führerin durch die Höhle gelotst und erhielten dabei viel Erstaunliches zu hören und sehen. Die unterirdischen Wassermühlen zeigen eine ganze Epoche der regionalen Geschichte. Es ist kaum vorstellbar, unter welchen Bedingungen die unterirdische Fabrik vor 400 Jahren angelegt und wie dort gearbeitet wurde. Nach einer guten Stunde waren wir dann froh, wieder in den Sommer zurückkehren zu können. War es doch nur gerade 7 Grad in der Höhle.



Langsam knurrte auch der Magen. Abhilfe schaffte das gute Mittagessen auf der Terrasse des Restaurants Les Rivières du Doubs mit einer schönen Aussicht auf den Lac des Brenets.

Um 14.30 Uhr brachte uns ein Schiff zum Saut du Doubs. Nach einem kurzen Spaziergang entlang dem Doubs erreichten wir den Wasserfall, der allerdings wegen der anhaltenden Trockenheit nicht viel Wasser führte. Zurück ging es wieder mit dem Schiff nach Les Brenets, wo uns unser Chauffeur bereits erwartete.

Die Rückfahrt über die Vue des Alpes war eigentlich nicht geplant. Kurt Hess wollte uns die einmalig schöne Fahrt aber nicht vorenthalten. Herzlichen Dank, wir haben es genossen.



In Niederbipp gab es nochmals einen Trinkstopp. Im angenehm klimatisierten Car fuhren wir ohne Zwischenhalt weiter nach Rafz, wo wir um 20.30 Uhr eintrafen. Der «Längste Tag» wurde also zu einem langen Tag. Herzlichen Dank, Sonja, für den tollen Reisevorschlag und die Organisation. Wir durften eine andere schöne Ecke unserer vielfältigen Schweiz kennen lernen.

Besuch im Altersheim Peteracker – Donnerstag, 31. August 2017

Wie jedes Jahr besuchen wir unsere Betagten im Altersheim. Bei Kaffee und Kuchen wird geplaudert, gespielt oder es lockt ein kurzer Spaziergang. Das Duo Dorli und René Trudel wird den musikalischen Teil bestreiten. Kommen Sie doch einmal mit. Unser Besuch wird im Heim sehr geschätzt. Treffpunkt ist direkt im Altersheim um 14.00 Uhr.

Unsere nächsten Veranstaltungen

Donnerstag, 31. August	Besuch im Altersheim Peteracker
Dienstag, 5. September	Frauezmorge / -Kafi 8.00–10.00 Uhr im Zentrum Casa

Im Ferienmonat August findet kein Frauezmorge statt. Gerne begrüssen wir Sie wieder am Dienstag, 5. September, von 8.00 bis 10.00 Uhr im Zentrum Casa. Auch Mütter mit Kindern sind herzlich willkommen.

Trudi Hottinger

**PRO
SENECTUTE**
Kanton Zürich

Fitness und Gymnastik für Frühaufsteher – Wer macht mit?

Mit Spass (und einem Schweisstropfen) zu einer ganzheitlichen Fitness

Wir treffen uns

jeden Montag, 7.15–8.05 Uhr, in der Turnhalle Götzen, Rafz

Wir trainieren

- Ausdauer, Koordination und Balance
- vorbeugend gegen Osteoporose
- den Bewegungsradius der Gelenke
- auch mal unsere Lachmuskeln

Wir bezahlen

Fr. 6.– pro Lektion, zahlbar pro Quartal

Wir melden uns bei

keine Anmeldung nötig, Auskunft erteilt aber gerne Sylvia Sigris, Leiterin Erwachsenensport, Telefon 044 869 06 01 oder sylvia.sigris@gmx.ch.

Neustart

nach den Sommerferien, 21. August 2017

Unser Profit

Wir sind fit für die Anforderungen des Alltags.

Sylvia Sigris

Dieses Angebot steht unter dem Patronat von Pro Senectute Kanton Zürich.



Im Sommer unterwegs



Koffer und Rucksäcke sind gepackt. Für die Reise fehlen nur noch ein paar Kleinigkeiten für zwischendurch. Je nachdem, wohin die Reise oder der Ausflug führt, kann ein Schokoladensnack gute Dienste leisten.

Führt die Reise in eher wärmere Gefilde, empfehlen wir zum Beispiel unsere Rohkostriegel mit exotisch aromatischem Geschmack oder jene mit Datteln und Cashewkernen. Beide Riegel liefern in Kürze wieder die nötige Energie, um weiterzureisen. Unsere verschieden gewürzten Nüsse und gedörrte Mangos sollten im Rucksack auch noch Platz haben.

Mit bio- und fairtrade-Gummibären ist bei Kindern bestimmt gute Laune angesagt.

Angekommen am Reiseziel fehlt für die perfekte Entspannung nur noch eine erfrischende Abkühlung unter der Dusche – natürlich mit einem Duschgel aus dem claro-Laden!

Wir wünschen Ihnen eine fröhliche und energiegeladene Ferienzeit, gut ausgerüstet mit dem Nötigen aus unserem Laden.

*Für den claro-Laden
Maja Hophan und Regina Schweizer*