



Mitteilungsblatt

1 / 2023

**Wanderkalender
Januar, Februar, März**



www.naturfreunde-senioren-zh.ch

Impressum

Herausgeber:

**Naturfreunde
Senioren Zürich**
8064 Zürich
naturfreunde-senioren-zh.ch

Erscheint 4 x jährlich

Léauva Ruth
Regina Kägi Hof 10
8050 Zürich
044 313 12 26
ruth.leauva@bluewin.ch

Auflage: 350

**Redaktionsschluss
nächste Ausgabe:
06. Februar 2023**

Inhaltsverzeichnis:

Grusswort	Seite	3
Einladung Hauptversammlung	Seite	4
Mitteilungen	Seite	5
Kriminalmuseum	Seite	6
Schaukäserei	Seite	7
2 oder 3 Tage Mendrisiotto	Seite	21/22
Wanderwochen Stubaital	Seite	23/24

Wanderkalender:	Januar	ab Seite 8
	Februar	ab Seite 12
	März	ab Seite 15

Vorstandsmitglieder

Präsidentin **Walcker Ruth**, Bändlistr. 61, 8064 Zürich
044 431 40 74 / 076 323 40 74 ruth_walcker@yahoo.de

Vizepräsidentin **Léauva Ruth**, Regina-Kägi-Hof 10, 8050 Zürich
Redaktion 044 313 12 26 / 079 610 52 31 leauva45@bluewin.ch
Mitteilungsblatt

Kassierin Frischknecht Ruth, Glatttalstr.37, 8052 Zürich
044 201 68 71 / 079 644 85 30 r.friweber@bluewin.ch

Aktuarin **Wirth Marianne**, Unterrütiweg 23, 8400 Winterthur
WL-Koordination 052 202 46 40 / 079 640 91 77 marywi@bluewin.ch

Mitgliederverwaltung **Götz Katrin**, Schönholdenstr. 16, 8708 Männedorf

Rechnungsrevisoren **Hänseler Otto, Wirth Herbert, Denzler Ueli**

Grusswort der Präsidentin

Liebe Naturfreundinnen und Naturfreunde

Die Erinnerung an die prächtigen und farbenfrohen Herbsttage nehmen wir gerne mit in die kommende Jahreszeit.

Mitte September fand die jährliche «Jubilarenfeier» mit 80- und 90- jährigen Mitgliedern statt. Acht Jubilarinnen und ein Jubilar folgten unserer Einladung und verbrachten ein paar unterhaltsame Stunden bei gutem Essen und einem Gläschen Wein.

Unsere Wanderleitenden boten wiederum abwechslungsreiche Tages- und Halbtageswanderungen an. Viele davon zum diesjährigen Thema Wasserfälle. Die Spaziergänger kamen auch «auf ihre Kosten».

Auch die angebotenen Mehrtageswanderungen und die zweite Wanderwoche in Zell am See wurden sehr geschätzt. Wie immer sind die Wanderberichte auf unserer Homepage zu lesen.

Die Doppelseite «Zukunft der Naturfreunde Senioren Zürich» brachte uns einen Hoffnungsschimmer...wir freuen uns auf weitere Angebote aus Euren Reihen. Besonders Wanderbegleitende sind herzlich willkommen.

Im letzten Mitteilungsblatt habe ich meinen Rücktritt als Präsidentin der Naturfreunde Senioren Zürich bekannt gegeben. Dabei ging leider ein Teil meines Textes verloren. Bis zur Hauptversammlung 2023 bin ich gerne im Vereinsvorstand tätig.

Ich wünsche uns allen eine schöne Adventszeit mit einem zuversichtlichen Ausblick auf das neue Jahr.

Herzlichst
Ruth Walcker



Einladung zur Hauptversammlung

Donnerstag, 16. März 2023

14.00 Uhr Alterszentrum Grünau

Bändlistrasse 10, 8064 Zürich

- **Ab Zürich HB Tram 17 (Richtung Werdhölzli) bis Grünaustrasse**
- **oder Bus 78 ab Bahnhof Altstetten bis Grünaustrasse**

Traktanden:

1. Begrüssung und Entschuldigungen
2. Wahl der Stimmzähler
3. Protokoll der schriftlichen Abstimmung (im MB03 2022)
4. Jahresbericht der Präsidentin
5. Abnahme der Jahresrechnung 2022 unter Entlastung des Vorstandes (Revisorenbericht)
6. Budget 2023
7. Festsetzung der Mitgliederbeiträge
8. Wahlen:
9. Antrag des Vorstandes: Statutenänderung
10. Anträge der Mitglieder
11. Verschiedenes
12. Umfrage

Anträge sind bis zum **16. Februar 2023** schriftlich der Präsidentin einzureichen.

Anmeldung zur Hauptversammlung bis **09. März 2023** an:

Ruth Walcker, Bändlistr.63, 8064 Zürich

Tel: 044 431 40 74, SMS 076 323 40 74, oder ruth_walcker@yahoo.de

Bemerkung zu Traktandum 9: Mitglieder mit bekannter E-Mail-Adresse erhalten den Statutenentwurf per Push-Mail zugestellt. Alle anderen Mitglieder können den Statutenentwurf bei der Präsidentin anfordern.

Mitteilungen

Von folgenden Mitgliedern mussten wir leider Abschied nehmen:

Pertula Sirpa 16.07.1947 – 18.09. 2022
Buijs Hetty 01.06.1935 – 28.08. 2022



Neues Mitglied seit dem Erscheinen des letzten MB

Eberle Erika



Wir freuen uns, das neue Mitglied bei uns zu begrüßen!

Monats – Treff Wanderungen

Mittwoch, 25. Januar 2023
Mittwoch, 22. Februar 2023
Mittwoch, 29. März 2023

Gemäss Angaben im Wanderkalender, einfachere Wanderungen von 2 – 2 ½ h mit Mittagessen im Restaurant (nähere Angaben siehe Wanderkalender)



Donnerstag, 16. Februar 2023
Führung im Kriminalmuseum der Kantonspolizei St. Gallen



Spannung ist angesagt nicht nur für Krimifans

Die Führung dauert knapp eine Stunde und kann in zwei Gruppen durchgeführt werden

Somit hat die andere Gruppe eine Stunde zur freien Verfügung, sei es um die schönen Gassen und die wundervoll verzierten Erker zu bewundern oder die Klosterkirche zu besichtigen.

Wir treffen uns danach Alle um 12:45 Uhr an der Bushaltstelle Marktplatz, von wo aus wir mit dem Bus Nr. 3 nach Westen, Haltestelle Moos fahren.

Mittagessen im Restaurant des «St. Galler Tagblattes» circa um 13:15 Uhr; der Kaffee ist offeriert.

Treffpunkt: Zürich HB (Details folgen nach der Anmeldung)

Kosten: CHF 5.00 / für Nichtmitglieder CHF 10.00

Anmeldeschluss: 16. Januar 2023 (maximal 40 Personen)

Marianne Wirth, E-Mail: marywi@bluewin.ch Tel: 052 202 46 40 oder 079 640 91 77

Organisation: Naturfreunde Senioren Zürich

Samstag, 11. März 2023
Schaukäserei Milchmanufaktur Einsiedeln



Schaukäserei – Blick hinter die Kulissen

Während einer Führung durch die Käserei erlebst Du die Milchverarbeitung hautnah und hast die Möglichkeit Produkte zu degustieren.

Offeriert durch Naturfreunde Kantonalverband Zürich

Organisiert: Naturfreunde Senioren Zürich

Unkostenbeitrag: NF-Mitglieder CHF 5.00 / Nichtmitglieder CHF 10.00

Treffpunkt: 08:30 Uhr, Zürich HB / Prellbock Gleis 6
Abfahrt: 08:43 Gleis 6 mit S25

Anmeldung bis Mittwoch 1. März 2023: Katrin Götz
E-Mail: bluebird48@bluewin.ch oder SMS 079 676 59 24

WANDERKALENDER JANUAR

Donnerstag, 5. Januar 2023

■ **Zugerberg-Rundgang im Winter, halbtags 2h 15 6.7 km**

HM auf 169 m, ab 169 m; Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 11:05/11:21, Gleis 4 / S 24

Billet: Zürich HB - Zug Bahnhof - Zug, Schöneegg - Zugerberg retour

Verpflegung: Rucksack, Ausrüstung: Schneekrallen

Standseilbahn Schöneegg - Zugerberg im GA inbegriffen;

Kosten HT retour CHF 7.00. **Anmeldung an WL**

Irene Mendoza

Donnerstag, 5. Januar 2023

■ **Nachmittagsspaziergang**

Anni Camastral, Auskunft Wandertelefon Donnerstag ab 8 Uhr

Samstag, 7. Januar 2023

■ **Ausweichdatum**

Dienstag, 10. Januar 2023

■ **Natur – und wir? (Ausstellung im Stapferhaus)**

1h 45 7.0 km

HM auf 100 m, ab 100 m; Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 08:30/08:38, Gleis 16 / RE

Billet: Zürich HB – Lenzburg

Retour: Othmarsingen – Zürich

Abbruch nach: Ausstellung in Lenzburg

Billet nach Abbruch: Lenzburg – Zürich

Verpflegung: Restaurant. Ausstellungsbesichtigung im Stapferhaus, Mittag,

Kurzwanderung nach Othmarsingen. **Anmeldung an WL**

Yvonne Walder-Horber

Wandertelefon 044 400 11 53 jeweils ab 17.00 Uhr abhören

Donnerstag, 12. Januar 2023

■ **Glarner Beggeli backen Café Müller in Näfels**

Klassierung: Event

Besammlung: Zürich HB 13:30/13:43, Gleis 6 / S 25

Billet: Zürich HB - Näfels und retour

Verpflegung: Verpflegt. Preis: CHF 15 - 20 je nach Anzahl Personen.

**Spaziergänger willkommen. Anmeldung bis Samstag, 7.1.2023 an WL
Katrin Götz**

Samstag, 14. Januar 2023

■ **Flurnamen: Weinfeld - Löölitobel - Stelzenhof -
Morgegoob - Schwaderloh 3h 11.0 km**

HM auf 370 m, ab 240 m; Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 09:20/09:35, Gleis 5 / IR75

Billet: Zürich HB - Weinfeld

Retour: Schwaderloh, Dorf - Weinfeld - Zürich HB

Verpflegung: Restaurant. **Anmeldung bis Di, 10.1.2023/18:00h an WL
Margret Schmid**

Dienstag, 17. Januar 2023

■ **Ämpächli - Munggenhütte - Ämpächli 2h 30**

HM auf 280 m, ab 280 m; Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 08:50/09:12, Gleis 11 / IR35

Billet: Zürich HB - Ziegelbrücke - Elm, retour

Verpflegung: Restaurant, Ausrüstung: Schneekralen

Billett Bergbahn retour: ca. CHF 15. **Anmeldung an WL
Gabi Ellmayer**

Donnerstag, 19. Januar 2023

■ **Flurnamen: Winterwanderung Hemberg - Salomonstempel
- Hemberg 3h 20 9.0 km**

HM auf 340 m, ab 340 m; Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 07:30/07:39, Gleis 33 / IC1

Billet: Zürich HB - Will SG - Wattwil - Hemberg retour

Verpflegung: Rucksack oder Restaurant, Ausrüstung: evtl. Schneekralen,
Stöcke empfohlen. **Anmeldung an WL**

Danièle Schlund

Wandertelefon 044 400 11 53 jeweils ab 17.00 Uhr abhören

Donnerstag, 19. Januar 2023

■ **Nachmittagsspaziergang**

Fridolin Landolt, Auskunft Wandertelefon Donnerstag ab 8 Uhr

Samstag, 21. Januar 2023

■ **Flurnamen: Über d`libruchstrasse uf Madlikon, Stürzikon, Strubikon 2h 30 9.0 km**

HM auf 210 m, ab 200 m; Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 10:10/10:19, Gleis 43/44 / S7

Billet: Zürich HB – Oberwil oder Zonen 110, 121, 122

Retour: Retour oder Tageskarte

Verpflegung: Rucksack. **Anmeldung an WL**

Yvonne Walder-Horber

Dienstag, 24. Januar 2023

■ **Flurnamen: Häggingen - Ämet – Erdmannlistein 3h 15 12.8 km**

HM auf 230 m, ab 270 m; Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 08:50/09:08, Gleis 17 / IR 37

Billet: Zürich HB – Lenzburg - Wohlen -Häggingen, Mitteldorf

Retour: Erdmannlistein - Bremgarten – Dietikon - Zürich

Verpflegung: Rucksack, Ausrüstung: Stöcke empfohlen

Leichte Winterwanderung. **Anmeldung an WL**

Walter Oettli, Begleitperson: Danièle Schlund

Mittwoch, 25. Januar 2023

■ **Monatstreff: La Neuveville - Twann - Treberwurstessen 2h 6.8 km**

HM auf 150 m, ab 150 m; Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 08:15/08:30, Gleis 17 / IC5

Billet: Zürich HB - Biel - La Neuveville

Retour: Twann - Biel - Zürich

Verpflegung: Weinkeller Tschanz, Ausrüstung: Wanderschuhe + Stöcke

Anmeldung bis SA, 21. 01.2023 an Gabi Ellmayer per Mail oder Telefon

Gabi Ellmayer

Wandertelefon 044 400 11 53 jeweils ab 17.00 Uhr abhören

Donnerstag, 26. Januar 2023

■ **Schneeschuhtour Wirzweli & Fondue auf der Gummenalp**

2h 30 4.0 km

HM auf 400 m, ab mit Bähnli; Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 08:00/08:10, Gleis 8 / IR70

Billet: Zürich HB - Luzern – Dallenwil retour

Verpflegung: Fondue auf der Gummenalp, Ausrüstung: Schneeschuhe + Stöcke. Schneeschuhe können für CHF 20 gemietet werden

(Vor Anmeldung erforderlich). Die Variante blau (2.5km, 100HM auf) ist auch für Anfänger geeignet. **Anmeldung an WL**

Hans Wiesner, Begleitperson: Fridolin Landolt

Donnerstag, 26. Januar 2023

■ **Nachmittagsspaziergang**

Anni Camastral, Auskunft Wandertelefon Donnerstag ab 8 Uhr

Samstag, 28. Januar 2023

■ **Ausweichdatum**

Dienstag, 31. Januar 2023

■ **St. Margarethenberg - Golerberg - St. Margarethenberg**

3h

HM auf 300 m, ab 300 m; Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 08:00/08:12, Gleis 8 / IR35

Billet: Zürich HB - Bad Ragaz - Pfäfers - St. Margarethenberg, retour

Verpflegung: Rucksack oder Restaurant, Ausrüstung: Schneekralen

Anmeldung an WL

Gabi Ellmauer

SALINGER

Die Grafiker der Sautercopy

Malergasse 3 | 8001 Zürich | www.salinger.ch

Wandertelefon 044 400 11 53 jeweils ab 17.00 Uhr abhören

WANDERKALENDER FEBRUAR

Donnerstag, 2. Februar 2023

■ **Winterwanderung: Euthal - Unteriberg 2h 30 6.5 km**

HM auf 55 m, ab 22 m; Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 08:30/08:43, Gleis 6 / S 25

Billet: Zürich HB - Wädenswil - Einsiedeln - Euthal, Schulhaus

Retour: Oberiberg - Einsiedeln - Wädenswil - Zürich HB

Verpflegung: Rucksack oder Restaurant,

Ausrüstung: Wanderschuhe + Stöcke. **Anmeldung an WL**

Katrin Götz

Donnerstag, 2. Februar 2023

■ **Nachmittagsspaziergang**

Anni Camastral, Auskunft Wandertelefon Donnerstag ab 8 Uhr

Samstag, 4. Februar 2023

■ **Flurnamen: Über Spitz und Stuhl, durch das Klangreservoir in die Wanne 3h 11.8 km**

HM auf 280 m, ab 280 m; Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 08:55/09:05, Gleis 5 / RE

Billet: Zürich HB - Schaffhausen – Wilchingen/Hallau – Osterfingen retour

Verpflegung: Rucksack, Ausrüstung: Wanderschuhe + Stöcke

eine zackige Ansteigung auf «wilden» Treppenstufen. **Anmeldung an WL**

Yvonne Walder-Horber

Dienstag, 7. Februar 2023

■ **Gerzensee - Belperberg - Belp 2h 45 9.7 km**

HM auf 350 m, ab 470 m; Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 08:15/08:32, Gleis 32

Billet: Zürich HB - Bern - Wichtrach - Gerzensee, Studienzentrum

Retour: Belp - Bern - Zürich HB

Verpflegung: Rucksack, Ausrüstung: Stöcke empfohlen

Nach Start steigt es ca 180m. **Anmeldung an WL**

Walter Oettli, Begleitperson: Katrin Götz

Wandertelefon 044 400 11 53 jeweils ab 17.00 Uhr abhören

Donnerstag, 9. Februar 2023

■ **Wildhaus – Gamplüt – Wildhaus 2h 14 5.9 km**

HM auf 290 m, ab 290 m, Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 08:30/08:40, Gleis 11

Billet: Zürich HB – Wildhaus retour

Verpflegung: Restaurant, Ausrüstung: Wanderschuhe, Stöcke

Anmeldung an WL

Jürg Studer

Donnerstag, 9. Februar 2023

■ **Nachmittagsspaziergang**

Yvonne Walder-Horber, Auskunft Wandertelefon Donnerstag ab 8 Uhr

Samstag, 11. Februar 2023

■ **Ausweichdatum**

Dienstag, 14. Februar 2023

■ **Halbtageswanderung Mettmenstetten, Rossau -
Steinhauserwald - Uerzlikon ZH 2h 15 7.5 km**

HM auf 139 m, ab 111 m; Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 11:25/11:39, Gleis 41/42 / S 5

Billet: Zürich HB - Mettmenstetten Bahnhof - Mettmenstetten, Rossau

Retour: Uerzlikon, Kappelerstrasse - Baar Bahnhof - Zürich HB

Verpflegung: Rucksack, Ausrüstung: Wanderschuhe + Stöcke

Anmeldung an WL

Irene Mendoza

Donnerstag, 16. Februar 2023

■ **Zäme durestarte: Führung im Kriminalmuseum der
Kantonspolizei St. Gallen**

Klassierung: Event

siehe Ausschreibung Seite 6. Weitere Details folgen nach Eingang der

Anmeldungen. **Anmeldung bis 16. Januar 2023 an Marianne Wirth**,

marywi@bluewin.ch, Tel. 052 202 46 40 oder 079 640 91 72.

Spaziergänger sind herzlich willkommen.

Danièle Schlund & Fridolin Landolt

Wandertelefon 044 400 11 53 jeweils ab 17.00 Uhr abhören

Samstag, 18. Februar 2023

■ **Ausweichdatum**

Dienstag, 21. Februar 2023

■ **Schwägalp Rundtour 1h 04 3.8 km**

HM auf 142 m, ab 142, Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 08:55/09:09, Gleis 3

Billet: Zürich HB – Schwägalp Passhöhe retour

Verpflegung: Rucksack, Ausrüstung: Wanderschuhe + Stöcke

Anmeldung an WL

Jürg Studer

Mittwoch, 22. Februar 2023

■ **Monatstreff: Attinghausen, Pouletburg - A Pro - Flüelen
2h 20 9.0 km**

HM auf 80 m, ab 20 m; Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 09:50/10:05, Gleis 7 / IR 46

Billet: Zürich HB - Altdorf - Attinghausen, Post

Retour: Flüelen - Zug - Zürich HB

Abbruch nach: 1h in: Seedorf, Schloss A Pro

Billet nach Abbruch: Seedorf UR, Schloss A Pro - Altdorf - Arth-Goldau - Zürich HB

Verpflegung: Restaurant Nur Bargeld im Restaurant.

Vor Mittagessen Spaziergang zur Pouletburg. Nach Mittagessen

Wanderung = 2h 10. **Anmeldung an WL bis 15.02.2023!**

Margret Schmid

Donnerstag, 23. Februar 2023

■ **Stockalp - Klewenalp 2h 30**

HM auf 400 m, ab 80 m; Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 08:00/08:10, Gleis 8

Billet: Zürich HB - Luzern - Stans - Emmetten - Stockalp, retour oder TK

Retour: Klewenalp - Beckenried - Stans - Luzern - Zürich HB

Verpflegung: Rucksack, Ausrüstung: Schneekralen. **Anmeldung an WL**

Gabi Ellmauer

Donnerstag, 23. Februar 2023

■ **Nachmittagsspaziergang**

Danièle Schlund, Auskunft Wandertelefon Donnerstag ab 8 Uhr

Wandertelefon 044 400 11 53 jeweils ab 17.00 Uhr abhören

Samstag, 25. Februar 2023

■ **Ausweichdatum**

Dienstag, 28. Februar 2023

■ **Schneeschuhtour Spirstock - Holzegg 3h 6.0 km**

HM auf 200 m, ab 500 m; Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 08:30/08:43, Gleis 6 / S25

Billet: Zürich HB - Wädenswil - Einsiedeln - Weglosen Talstation

Retour: Brunni, Talstation - Einsiedeln - Wädenswil - Zürich HB

Verpflegung: Restaurant, Ausrüstung: Schneeschuhe + Stöcke

Schöne Höhenwanderung in der Zentralschweiz. **Anmeldung an WL**

Hans Wiesner

WANDERKALENDER MÄRZ

Donnerstag, 2. März 2023

■ **Ausweichdatum**

Donnerstag, 2. März 2023

■ **Nachmittagsspaziergang**

Anni Camastral, Auskunft Wandertelefon Donnerstag ab 8 Uhr

Samstag, 4. März 2023

■ **Flurnamen: Itschnach - Blüemlisalp – Küsnacht**

3h 20 11.0 km

HM auf 250 m, ab 430 m; Klassierung: rot

Besammlung: Zürich, Bellevue Busstation 912 09:45/09:50, Bus 912

Billet: Zürich, Bellevue - Itschnach, Fallacher (ZVV-Tageskarte 3 Zonen:

110, 140)

Abbruch nach: 2h in: Blüemlisalp

Billet nach Abbruch: Herrliberg, Kirche Wetzwil - Zürich (+ Zone 141)

Verpflegung: Rucksack oder Restaurant, Ausrüstung: Stöcke empfohlen

ein paar steilere Abschnitte mit Stufen. **Anmeldung an WL**

Danièle Schlund

Wandertelefon 044 400 11 53 jeweils ab 17.00 Uhr abhören

Dienstag, 7. März 2023

■ **Oberdorf - Wildenstein - Bubendorf 3h 15 11.7 km**

HM auf 370 m, ab 502 m; Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 08:15/08:30, Gleis 16

Billet: Zürich HB - Liestal -Oberdorf BL

Retour: Bubendorf - Liestal - Zürich HB

Verpflegung: Rucksack, Ausrüstung: Stöcke empfohlen

Bahnfahrt mit den neuen Zügen der Waldenburgerbahn. Nach Start

Anstieg ca. 165 m. **Anmeldung an WL**

Walter Oettli

Donnerstag, 9. März 2023

■ **Ausweichdatum**

Donnerstag, 9. März 2023

■ **Nachmittagsspaziergang**

Fridolin Landolt, Auskunft Wandertelefon Donnerstag ab 8 Uhr

Samstag, 11. März 2023

■ **Zäme durestarte: Schaukäserei in der Milchmanufaktur**

Einsiedeln 0h 30 1.1 km

HM auf 4 m, ab 12 m; Klassierung: Event

Besammlung: Zürich HB 08:30/08:43, Gleis 6 / S25

Billet: Zürich HB - Einsiedeln retour

Weitere Details siehe Ausschreibung Seite 7.

Verpflegung: Möglichkeit im Restaurant zu essen. Bitte bei der

Anmeldung angeben. Anmeldung bis Mittwoch, 1. März 2023 an WL

Katrin Götz

Dienstag, 14. März 2023

■ **Elm (Sonnenergebnis am Martinsloch) und**

Rundwanderung 2h 24 8.1 km

HM auf 363 m, ab 363 m, Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 07:00/07:12, Gleis 7

Billet: Zürich HB – Elm retour

Verpflegung: Rucksack, Ausrüstung: Wanderschuhe + Stöcke

Wir beobachten in Elm das Sonnenergebnis am Martinsloch. Findet nur bei

guter Sicht statt. **Anmeldung an WL**

Jürg Studer

Wandertelefon 044 400 11 53 jeweils ab 17.00 Uhr abhören

Donnerstag, 16. März 2023

■ **Hauptversammlung AZ Grünau**

Samstag, 18. März 2023

■ **Ausweichdatum**

Dienstag, 21. März 2023

■ **Halbtageswanderung Schlossrueder Erlebnis-Höhenweg im Kanton Aargau 2h 15 6.5 km**

HM auf 232 m, ab 217 m; Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 11:20/11:38, Gleis 14 / RE

Billet: Zürich HB - Aarau - Schöffland, Bahnhof - Schlossrued, Dorf

Retour: Kirchrued, Kirche - Schöffland, Bahnhof - Aarau - Zürich HB

Verpflegung: Rucksack, Ausrüstung: Wanderschuhe + Stöcke

Anmeldung an WL

Irene Mendoza

Donnerstag, 23. März 2023

■ **Fondue in der Waldschenke: Würenlos, Raiffeisenbank – Altberg – Gubrist – Grünwald 3h 15 11.0 km**

HM auf 630 m, ab 290 m, Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 09:45/10:01, Gleis 41/42 / S6

Billet: Zürich HB – Würenlos – Würenlos, Raiffeisenbank

Retour: Zürich, Grünwald – Zürich HB

Verpflegung: Restaurant, Ausrüstung: Stöcke empfohlen

Bei Regenwetter nur Würenlos-Altberg retour = je 1Std 15 Wanderzeit.

Bei Unwetter Absage. Fondue: CHF 24 / Gerstensuppe CHF 9.50.

Anmeldung mit Menuwunsch bis 13. März 2023 an WL

Margret Schmid

Donnerstag, 23. März 2023

■ **Nachmittagsspaziergang**

Fridolin Landolt, Auskunft Wandertelefon Donnerstag ab 8 Uhr

Wandertelefon 044 400 11 53 jeweils ab 17.00 Uhr abhören

Samstag, 25. März 2023

■ **Stille Wege: Vom Orserental aufs Süüstallchäppli**

3h 11.5 km

HM auf 410 m, ab 280 m; Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 08:55/09:05, Gleis 5 / RE / Bus 4

Billet: Zürich HB – Schaffhausen BH – Schaffhausen, Birch

Retour: Hemmental – Schaffhausen – Zürich

Abbruch nach: 1h 30 – 2h in: Hemmental

Billet nach Abbruch: gleiches Billet

Verpflegung: Rucksack oder Restaurant, Ausrüstung: Wanderschuhe + Stöcke. Höhenmeter seeehr gut verteilt. **Anmeldung an WL**

Yvonne Walder-Horber

Dienstag, 28. März 2023

■ **Kradolf – Burgruine Last / Heuberg – Neukirch a.d. Thur –**

Ruine Anwil – Bürglen 3h 45 13.0 km

HM auf 265 m, ab 285 m; Klassierung: rot

Besammlung: Bahnhof Kradolf 09:00/07:35, Gleis 10 / IR 75

Billet: Zürich HB - Weinfelden – Kradolf

Retour: Bürglen - Weinfelden - Zürich HB

Verpflegung: Rucksack, Ausrüstung: Wanderschuhe + Stöcke

Anmeldung an WL

Sabrina Geissler, Begleitperson: Margret Schmid

Mittwoch, 29. März 2023

■ **Monatstreff: Um den Flaachsee bis Rottenschwil**

1h30 - 2h 30 9.8 km

HM auf 70 m, ab 70 m; Klassierung: blau

Besammlung: Zürich HB 09:00/09:09, Gleis 41/42 / S5

Billet: Zürich HB – Birmensdorf – Unterlunkhofen, Gemeindehaus

Retour: Rottenschwil – Birmensdorf – Zürich

Verpflegung: Restaurant, Ausrüstung: Wanderschuhe + Stöcke

Nachmittag stille Reuss. **Anmeldung an WL**

Yvonne Walder-Horber

Wandertelefon 044 400 11 53 jeweils ab 17.00 Uhr abhören

Donnerstag, 30. März 2023

■ **Narzissenwanderung: Chavornay - Moulin de Bavois - Anc. Canal d'Enterroches - Eclépens 3h 50 14.0 km**

HM auf 360 m, ab 360 m; Klassierung: rot

Besammlung: Zürich HB 07:50/08:04, Gleis 32 / IC5

Billet: Zürich HB - Yverdon-les-Bains - Chavornay

Retour: Eclépens - Yverdon-les-Bains - Zürich HB

Verpflegung: Rucksack, Ausrüstung: Wanderschuhe + Stöcke

Immer wieder einmal Asphalt. Kein Restaurant. **Anmeldung an WL**

Margret Schmid

Donnerstag, 30. März 2023

■ **Nachmittagsspaziergang**

Anni Camastral, Auskunft Wandertelefon Donnerstag ab 8 Uhr

Tabelle Schwierigkeitsgrade

Schwierigkeitsgrad / Kategorie	Reine Wanderzeit circa	Distanz	Aufstieg verteilt auf Strecke	Abstieg verteilt auf Strecke
Spaziergang	2 x 30 Min	max. 4km	max. 80 HM	max. 80 HM
blau	Bis 3 1/2 h	8 - 10 km	max. 250 HM	max. 300 HM
rot	Bis 4 1/2 h	10 - 14 km	max. 400 HM	max. 500 HM
schwarz	> 4 1/2 h	> 14km	> 400 HM	> 500 HM

Wandertelefon 044 400 11 53 jeweils ab 17.00 Uhr abhören

Achtung:



- Wir bitten alle Wanderteilnehmenden immer einen Notfallausweis im Portemonnaie mitzunehmen.
- Auch die regelmässig eingenommenen Medikamente sollten darauf vermerkt sein.

Abkürzungen bei den Ausschreibungen im Wanderkalender

- Stundenzahl hinter der Angabe der Route = reine Wanderzeit (ohne Pausen)
 - HM Höhenmeter resp. Höhenunterschied insgesamt für die ganze Wanderung
 - Zürich HB Besammlungsort im Hauptbahnhof Zürich für **Wanderungen und Monatstreff** je nach Gleis des abfahrenden Zuges:
 - Gleis 3-18: am Anfang des Gleises (= Prellbock)
 - Gleis 21/22: auf dem Perron der Gleise 21/22 beim Kiosk
 - Gleis 31-34: auf dem Perron der Gleise 31-34 im Sektor B
 - Gleis 41-44: vor dem Blumenladen 3000 unten
- Besammlungsort für **Spaziergänge** gemäss Telefonansage
- Zeiten: 1. Zeit: Besammlungszeit, 2. Zeit: Zugsabfahrt.



gute Kondition, Ausdauer und/oder Trittsicherheit erforderlich
steile Auf- und/oder Abstiege
schmale oder schwierige Wegsituationen, Bergwanderweg

Ausrüstung: Dem Wetter angepasste Ausrüstung, wie Kleidung, Schuhe und Regenschutz sind Sache der Teilnehmenden.

Versicherung: Der Verein übernimmt keine Haftung. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Das Mitteilungsblatt der Naturfreunde-Senioren-Zürich erscheint alle drei Monate, in der Regel auf Ende März, Juni, September und Dezember.

Manuskripte / Beiträge einsenden an die Redaktion (siehe auf Seite 2).

Adressänderungen und Anforderungen von **Probenummern** an: Katrin Götz, Schönhaldenstr. 16, 8708 Männedorf (044 920 39 16 / bluebird48@bluewin.ch)

Jahresabonnement Mitteilungsblatt für Nichtmitglieder Fr. 40.—



2 oder 3 Tage im Mendrisiotto:

Dienstag, 31.01. + Mittwoch, 01.02./Verlängerung: 02.02.2023

Leitung: Margret Schmid

Tag 1: Mendrisio – Castel S. Pietro – Breggia-Schlucht - Balerna
9km, 340Hm auf, 400Hm ab, 3h 10 Wanderzeit

Tag 2: Ligornetto, Paese – Stabio – Brusata, Dogana
13km, 460Hm auf, 480Hm ab, 3h 50 Wanderzeit

Tag 3 = Verlängerung:

Südlichster Punkt der Schweiz = Seseglio – Pedrinete

9,5km, 510Hm auf, 350Hm ab, 3h 15 Wanderzeit

Bei guter Sicht = Bruzella – S.Martino – Vacallo

9km, 415Hm auf, 645Hm ab, 3h 10 Wanderzeit

Klassierung: rot/T2, in Breggia-Schlucht ist Trittsicherheit gefragt

Begrenzte Teilnehmerzahl = min. 9 / max. 14 Personen

Höhepunkte: Breggia-Schlucht, Nachtessen im Grotto Bundi (Polenta über Feuer), Grenzschlängeln entlang alter und neuer Grenzsteine.

Verlängerung: südlichster Punkt der Schweiz oder Sicht bis Mailand.

Übernachtung im 3-* Albergo Milano vis-à-vis Bahnhof Mendrisio.

Kosten pro Person. Bar zu zahlen an Wanderleitung am 1. Tag

2 Tage Doppelzimmer CHF 100.00 p.P. Einzelzimmer CHF 143.00

3 Tage Doppelzimmer CHF 183.00 p.P. Einzelzimmer CHF 270.00

Beinhaltet: Übernachtung (Zimmer m. Dusche/WC), Frühstück.

Gepäckdepot in Mendrisio (1.Sack pro Pers./kein Koffer!).

Wanderleitung.

Zusätzlich: Bahnkosten. Zürich HB – Mendrisio HAT CHF 35.00 /

Bellinzona – Zürich HB HAT CHF 29.50 (Busfahrten + Bahn bis Bellinzona mit Ticino Tourismus-Karte gratis), Nachtessen im Grotto Bundi, Pick-nick für 2. Tag (Migros in Nähe Hotel)

Wir übernehmen keine Haftung. Unfall- und

Reiseannulationsversicherung sind Sache der Teilnehmenden. Die

Wanderungen werden nur bei gutem Wanderwetter durchgeführt

(Entscheid am 24. Januar 2023). Bei Nichtdurchführung ist keine

Entschädigung geschuldet.

Anmeldung mit dem Talon auf Seite 22 bis 28. Dezember 2022 an Margret Schmid, Wydäckerring 89, 8047 Zürich

**Definitive Anmeldung für 2 oder 3 Tage im Mendrisiotto
vom 31. Jan. – 1. Feb./Verlängerung 2. Feb. 2023 (Blockschrift)**

2 Tage: DZ CHF 100.00 p.P EZ CHF 143.00 p.P

3 Tage: DZ CHF 183.00 p.P EZ CHF 270.00 p.P

Name / Vorname _____

Strasse _____

PLZ / Ort _____

Natel.Nr / E-Mail _____

Spezialmenü/Unverträglichkeit _____

Wenn bekannt; teile Zimmer mit _____

Ort / Datum _____

Unterschrift _____

Bei Notfall bitte verständigen:

Name / Vorname _____

Tel.Nr. / E-Mail _____

Verwandschaftsverhältnis _____

Ausgefüllte Anmeldung bis 28. Dezember 2022 einsenden an:

Margret Schmid, Wydäckerring 89, 8047 Zürich



Breggia-Schlucht



histor. Grenzstein

Wander- und Erlebniswoche in Neustift im Stubaital

Freitag, 9. bis Freitag, 16. Juni 2023 oder
Samstag, 9. bis Samstag, 16. September 2023

mit Gabi Ellmayer und Karl-Heinz Walcker

Das **** Hotel «Der Sonnhof» befindet sich im Zentrum von Neustift und verfügt über eine Sommerterrasse mit Panoramablick



Jedes Zimmer verfügt über einen Balkon, Sat-TV und ein Badezimmer.

- Frühstücksbuffet, am Abend Salatbuffet und 4-Gang-Wahlmenü
- Der Wellnessbereich umfasst 4 verschiedene Saunen und zwei Dampfbäder, zudem lädt ein Whirlpool zum Entspannen ein.
- Kostenloser Internetzugriff
- Inbegriffen ist die Stubai Supercard, mit der wir Bergbahnen, den öffentlichen Verkehr und vieles mehr benutzen können.

Auf dem Programm stehen schöne, leichte Wanderungen von 2 - 2 ½ Std. im Stubaital und Umgebung.

Arrangement mit HP:	mit GA	mit Halbtax
Doppelzimmer	CHF 980.00	CHF 1010.00
Einzelzimmer	CHF 1050.00	CHF 1080.00
Nichtmitgliederzuschlag	CHF 60.00	

Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmenden

Zuschlag bei Währungssteigerung des Euro vorbehalten

Anmeldung: mit dem Talon auf Seite 24 **bis spätestens 31. Januar 2023 an:** Karl-Heinz Walcker, Bändlistrasse 61, 8064 Zürich
044 431 40 74 / 078 637 16 95, kwalcker@yahoo.de

Anmeldung für eine Wanderwoche Neustift im Stubaital 9. bis 16. Juni oder 9. bis 16. September 2023

Ich melde mich definitiv an für die Wanderwoche vom:

Freitag, 9. – Freitag, 16. Juni 2023

Samstag, 9. – Samstag, 16. September 2023

Name / Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ / Wohnort: _____

Tel. Nr./ Natel: _____

E-Mail: _____

Geburtsdatum: _____

Ich teile ein Doppelzimmer mit: _____

Ich wünsche ein Einzelzimmer

Mitglied der Naturfreunde Sektion: _____

Ich benötige ein Spezialmenü: _____

Ich besitze ein **GA** ein **Halbtax**

Bei einem Notfall bitte verständigen:

Name: _____ Tel./Natel _____

Adresse/E-Mail: _____

Bemerkungen: _____

Datum: _____ Unterschrift: _____

Anmeldung bis spätestens 31. Januar 2023 schriftlich an:

Karl-Heinz-Walcker, Bändlistr. 61, 8064 Zürich

oder E-Mail: kwalcker@yahoo.de

Kurze Weihnachtsgeschichte zum Nachdenken

Weihnachten alleine

(Oder wie eine streunende Katze die Einsamkeit am Weihnachtsabend vertreibt.)

Jedes Jahr kam pünktlich der Weihnachtsblues zu Besuch. Die Menschen um mich herum waren aufgeregt und besorgten Geschenke oder sprachen von ihrem Weihnachtsfest. Und ich? Ich würde wieder alleine in meiner Wohnung sitzen und den Fernseher mit meiner Anwesenheit beglücken, wie auch schon all die vergangenen Jahre. Die Filme waren schon alte Bekannte, manche konnte ich schon mitsprechen.

Mit dieser Erwartung stellte ich also pünktlich am 24. Dezember den Fernseher an. Meine Weihnachtsnudeln würde ich wie immer in Gesellschaft meiner Flimmerkiste essen. Nach den Nachrichten dachte ich an die anderen Häuser. Dort strahlten die Weihnachtsbäume und die Kinder um die Wette. Spielsachen und Geschenkpapierfetzen lagen sicher auf dem Boden verstreut, eben ein glückliches und lebendiges Durcheinander. Der Vorspann meines Films lief noch, als ich ein ungewohntes Geräusch an meiner Wohnungstüre hörte. „Es ist bestimmt nur der Wind.“ Das Wetter war wie all die letzten Jahre weihnachtlich grau und regnerisch. Es war kalt und nass. Wer sollte da an meiner Wohnungstüre sein? Ich litt wohl schon unter Wahnvorstellungen. Doch da war das Geräusch wieder. Ein ganz sanftes und zaghaftes Scharren direkt an der Türe.

Als ich die Türe einen Spalt weit öffnete, kam eine nasse Katze in meine Wohnung. „Wer bist Du denn?“ Sie kam einfach herein, stolzierte ins Wohnzimmer und setzte sich ganz ungeniert auf meinen Sessel. Neugierig schnupperte sie an meinen Nudeln. Die kleine Nase zuckte empört zurück und sie machte ein meckerndes Geräusch. „Falls Du etwas Besseres willst, hast Du Dir die falsche Türe ausgesucht. Einen leckeren Weihnachtsbraten findest Du bei mir sicher nicht.“ Die Katze schaute mich mit ihren großen Augen direkt an.

Das nasse Fell stand kreuz und quer vom Körper ab und sie schien zu zittern. Mit einem alten Handtuch näherte ich mich vorsichtig. „Du bist

ja ganz nass. Lass mich Dich ein bisschen abtrocknen.“ Die aufmerksamen Augen der Katze behielten mich immer genau im Blick. Ganz langsam begann ich die nasse Katze mit dem Handtuch zu streicheln. Ich konnte jetzt fühlen, dass sie nicht nur nass, sondern auch sehr dünn war. Vorsichtig rubbelte ich das nasse Fell trocken.

„Na, Du hattest auch noch kein schönes Weihnachtsessen. Hast Du auch Hunger? Ich gucke gleich nach, ob ich etwas für dich finde.“ Jetzt wo sie trocken war erkannte ich, dass sie tatsächlich eine dreifarbige Katze war, eine Glückskatze. Mit ihr ist Weihnachten das Glück bei mir eingezogen. Sie ist geblieben. Fortuna habe ich sie genannt, denn jetzt bin ich auch an Weihnachten nicht mehr alleine.



Wanderleitende

Ellmayer Gabi	Kleindorfstr. 15 gabiellmayer@yahoo.de	8707 Uetikon	044 920 28 39 079 785 17 89
Götz Katrin	Schönhaldenstr. 16 bluebird48@bluewin.ch	8708 Männedorf	044 920 39 16 079 676 59 24
Geissler Sabrina	Kirchstrasse 15 geisslersabrina@gmx.ch	8556 Wigoltingen	079 539 34 05
Halter Jörg	Langmauerstrasse 7 Joerg.halter@gmx.ch	8006 Zürich	079 549 10 93
Mendoza Irene	Naglerwiesenstr. 62 irene.mendoza@sunrise.ch	8049 Zürich	043 818 49 68 076 408 86 99
Oettli Walter	Wagenrainstrasse 13a,5620 Bremgarten walter.oettli@outlook.com		079 249 21 10
Schlund Danièle	Ringstr. 26A schlund@gmx.ch	8057 Zürich	079 638 74 76
Schmid Margret	Wydäckerring 89 kreativ.toepfern@gmail.com	8047 Zürich	044 462 01 39 079 813 92 32
Studer Jürg	Mühlezelgstr. 45 juerg.studer@spektramedia.ch	8047 Zürich	079 484 06 05
Walder Yvonne	Rautistr. 383 walder.yvonne@gmx.ch	8048 Zürich	044 432 64 37 076 357 33 57
Wiesner Hans	Am Schachenbach 7 hans.w.wiesner@bluewin.ch	8906 Bonstetten	044 764 14 03 079 542 99 01

WL-Begleitung, Monatstreff, Spaziergänge

Aragno Jean-Maurice	jean-maurice.aragno@hispeed.ch		044 940 16 57 076 513 36 06
Camastral Anni	anni.camastral@bluewin.ch		044 748 18 20 079 581 67 63
Landolt Fridolin	sfk.landolt@bluewin.ch		044 361 95 01 079 362 88 92
Ryffel Esther	estherryffel@gmx.ch		078 677 99 59
Steng Monika	Monika.steng@gmx.ch		044 492 23 16 079 363 30 48
Walcker Karl-Heinz	kwalcker@yahoo.de		044 431 40 74 078 637 16 95

WL-Admin, Webmaster

Jaecklin Alexander	Restelbergstrasse 7 alexander@jaecklin.ch	8044 Zürich	079 407 13 35
Schmid Ueli	schmidu@gmx.ch		079 636 74 11

P.P.

8708 Männedorf

Post CH AG

Retouren und Adressänderungen bitte an:
Katrín Götz, Schönhaldestr. 16
8708 Männedorf

Vorankündigung von Wanderungen mit Anmeldung

Donnerstag, 25. Mai 2023 Jahresausflug; Natur für - Freunde, auch mit Schirmwunderschön.

Di 27. – Mi 28. Juni 2023/ Strela mit Margret (Klassierung schwarz)

1. Tag; Arosa – Medergen – Tritt – Strelapasshütte

2. Tag; Strelapasshütte – Panoramaweg – Gotschna – Wolfgang

Übernachtung: 3er – 4er Zimmer in Strelapasshütte.

Di 17. – Mi 19. Okt. 2023/ Puschlav mit Margret (Klassierung rot)

1. Tag; Cavaglia (Gletschermühlenführung) – Alp -Grüm

2. Tag; Brusio, Ginetto – Kreisviadukt Brusio – Tirano

3.Tag, Bever – Madulain – Zuoz – S-chanf

Übernachtung: 2er-Zimmer Hotel Alp Grüm (Bahnhof Berninalinie.)