



lokal

Reformierte Kirche Dübendorf-Schwerzenbach

Das duftende Kreuz und andere Ostergeschichten

Seit der Kindheit liebe ich das keltische Kreuz. Ein Hoffnungssymbol. Der Kreis ist wie die aufgehende Sonne am Ostermorgen. Das Leid im Licht der Auferstehung.

Seit Tagen steht ein keltisches Kreuz bei mir im Arbeitszimmer. Es ist aus Arvenholz geschnitzt und verströmt eine Atmosphäre von Ruhe und Frieden, während ich schreibe. Mir kommen Ostergeschichten in den Sinn, Geschichten von Heil, die das Leben schreibt. Ich erzähle hier eine davon.

Sie handelt von zwei Schwestern, die bis vor fünf Jahren «ein Herz und eine Seele» waren. Nach dem Tod ihres Vaters gerieten sie aber in einen furchtbaren Streit. Die Jüngere wurde auf die Ältere so wütend, dass sie den Kontakt komplett abbrach. Abmachungen über Besuche bei der kranken Mutter liefen über Dritte. Gemeinsame Freunde und die eigenen Kinder redeten auf sie ein, aber sie blieben stur. Das Umfeld litt unter der Feindseligkeit, auch die Mutter der beiden, obwohl sie sich Mühe gaben, den Streit zu verbergen. Ich schreibe von den Töchtern meiner Gotte.

Vor einigen Wochen schrieb mir die Ältere, dass etwas Furchtbares geschehen sei. Während eines Besuchs der Jüngeren sei ihre Mutter aus dem Stuhl nach vorne gekippt und mit dem Gesicht auf dem Boden gelandet. Das Röntgenbild zeigte einen akuten Oberschenkelbruch. Zudem war ein Teil ihres Kniegelenkersatzes abgebrochen und fast durch die Haut durchgebrochen. Ein Bein müsse amputiert werden, um den Schmerz zu lindern.

Wie viel dunkler muss die Welt in diesem Moment geworden sein für beide Töchter? Nach menschlichem Ermessen war eine Versöhnung schier unmöglich geworden. Nun möchte ich erzählen, wie aus einer Karfreitagsgeschichte eine Ostergeschichte wurde. Meine Gotte war die beste Jugendfreundin und Trauzeugin meiner Mutter. Meine Eltern sind wie gute Paten zu beiden Töchtern. Seit fünf Jahren beten sie täglich für die zerstrittenen



Keltisches Kreuz der Künstlerin Corinne Frauchiger aus Schwerzenbach

Schwestern. Am Morgen der Operation schrieb mein Vater an beide:

«Wir wollten euch beide wissen lassen, dass wir euch und eurer Mutter heute im Gebet beistehen. Sie ist gesegnet, zwei solch liebende Töchter zu haben. Ihr beide bedeutet ihr die Welt, besonders in den letzten Jahren, die gesundheitlich so schwierig waren. Es war eine grosse Freude für eure Eltern, als sie euch beide miteinander adoptierten. Wir haben unentwegt für euch gebetet, dass ihr euch wieder näherkommt, weil ihr auch ein Teil unserer Familie seid. Aber das kann nur geschehen durch das Zeigen

von bedingungsloser Liebe. Es wäre sicher das, was eure Eltern und Grosseltern wollten. Das bedeutet nicht, dass ihr in allen Dingen miteinander einverstanden sein müsst. Aber es bedeutet, dass ihr eure Liebe zueinander zeigt und dass ihr das Beste füreinander wünscht. Das wäre das grösste Geschenk, das ihr eurer Mutter machen könntet.»

Nachts kam dann von der jüngeren Tochter die Nachricht, dass der Eingriff gut verlaufen sei. Sie und ihre Schwester hätten während der ganzen OP zusammengesessen und miteinander geredet. Sie hätten abgemacht, dass die Jüngere anrufen

solle, um die gute Nachricht mitzuteilen.

Das ist für mich eine Ostergeschichte, denn Ostern bedeutet Versöhnung und ein neuer Anfang, wo kein Weg mehr frei war. Ein Doppelpunkt, wo ein «Punkt-Schluss-Fertig-Aus» stand. Ein Sonnenaufgang nach einer dunklen Nacht, neues Leben nach dem Tod. Keltische Symbole mit ihren nie endenden Knoten bringen es zum Ausdruck. Hinter dem Sichtbaren ist das Unsichtbare. Das Leben geht weiter. Und wir sind aufgehoben in der dreifaltigen Liebe Gottes.

Catherine McMillan, Pfarrerin

Editorial

Trotzdem hoffen

Hinter mir liegt eine Auszeit. Anfang März sind wir zurückgekommen von der Reise durch Argentinien. Wir haben die Pause genossen: Pause von der Arbeit, vom Umfeld, von den Nachrichten, ja sogar vor der Angst.

Erst bei der Rückkehr bemerkte ich, dass die latente Angst sofort wieder präsent war, dass sich der Krieg in der Ukraine oder in Nahost bis zu mir und meiner Umgebung ausweitete.

In Argentinien waren die Kriege in Europa und Nahost kein Thema. Dort sind die Leute sehr besorgt, wie ihr eigenes Leben weitergehen soll. Die politischen Umwälzungen und die hohe Inflation haben direkte Auswirkungen auf das Leben der Menschen.

Ich erschrak über die permanente Sorge, dass Krieg in ganz Europa wieder eine Möglichkeit ist. Den Nachrichten und den Diskussionen mit Freunden und Bekannten konnte ich nicht ausweichen.

Ja, ich bin nicht die Einzige: Viele Leute haben «Schiss». Kennen Sie diese Angst?

Sie lässt Menschen ohnmächtig zurück. Denn die meisten haben keinen Einfluss auf den weiteren Verlauf der Konflikte. Man ist ausgeliefert, aber dennoch direkt betroffen. Diese Angst hat eine lähmende Kraft, sie nimmt einem den «Schnuf».

Die christliche Antwort darauf ist die Perspektive der Hoffnung, die sagt: «Es kommt gut. Vertraut trotz allem aufs Gute.» Diese Hoffnung trotz der Ohnmacht und wehrt sich gegen die Angst, die einen hilflos zurücklässt: Sie hofft und trotzt.

Bald ist Ostern. Die Geschichte von der Auferstehung von Jesus Christus, die wir an Ostern erzählen, ist eine Trotzgeschichte gegen Gewalt, Krieg, ja sogar gegen den Tod. Ostern erzählt von der Hoffnung, dass es gut kommt. Dass die Mächte, welche das Tödliche bringen, nicht das letzte Wort haben, sondern überwunden werden können. Ostern fordert uns heraus, immer wieder von neuem mutig fürs Leben einzustehen. Und das braucht die Welt: Dass Menschen hoffen und mutig trotzen.

Rahel Strassmann, Pfarrerin



Gottesdienst



Dübendorf

TV-Gottesdienst aus Dübendorf

Am Karfreitag, 29. März um 10.00 Uhr wird der Gottesdienst in der Kirche im Wil im Fernsehen SRF 1 und im Radio auf SRF 2 Kultur übertragen. Keltische Musik mit Dudelsack und Orgel, Piano und Cello, sowie ein Ad hoc Chor umrahmen und unterstreichen die Botschaft vom Kreuz und

die Feier des Abendmahls. Besucherinnen und Besucher sind gebeten, ab 9.30 Uhr anzukommen. Um 9.45 Uhr wird die Gemeinde schon begrüsst. Viele Mitwirkende hoffen auf eine volle Kirche. Für Personen aus Schwerzenbach gibt es einen Fahrdienst.

Catherine McMillan, Pfarrerin

Karfreitag, 29. März 2024, 9.30 Uhr, Kirche im Wil

Kind und Familie

«Gwunderig» auf Ostern

Dübendorf

«Gwunderig» auf Ostern

Wir treffen uns noch in der Dunkelheit am Osterfeuer vor der Kirche.

Mit der neuen Osterkerze gehen wir in die dunkle Kirche. Wir hören auf die uralte Geschichte von der Auferstehung und von Gott, der mit den Menschen unterwegs ist. Wir sind «gwunderig» auf das Ostergeheimnis.

Langsam wird es hell: Wer möchte, kann sich an die eigene Taufe erinnern oder einen Segen empfangen. Die Kinder singen mit uns die am Kiki-Tag eingeübten Lieder.

Anschliessend sind alle, Familien, Erwachsene, Jugendliche, also KLEIN und gross, zum Eiersuchen und zum Osterzmorge mit Kinderprogramm eingeladen!

Das Coloria-Team mit Theo Handschin, Rahel Aschwanden, Anette Rolli und Pfrn. Rahel Strassmann freut sich sehr.

Infos zu Coloria unter [www.rez.ch/Familien und Kinder/Coloria](http://www.rez.ch/Familien%20und%20Kinder/Coloria)
Rahel Aschwanden, Sozialdiakonin



Ostersonntag, 31. März 2024 am Osterfeuer um 5.45 Uhr vor der Kirche im Wil

Dübendorf-Schwerzenbach

Fiire mit de Chliine

Schwerzenbach

Wir erzählen von Ostern, von der Auferstehung von Jesus Christus, lebendig und kindgerecht. Die Sonne lässt den Zauber und das Geheimnis des Ostergeschehens aufleuchten. Passend zur Geschichte basteln und singen wir miteinander. Anschliessend sind wir alle zum Zmittag in den Pfarrhausaal eingeladen, bewirbt von Silvia Ziegler und ihrem Team.

Kinder bis ca. 7 Jahre sind mit ihren Begleitpersonen eingeladen.

Euer Fiire mit de Chliine-Team: Kristina Behrens, Anna Rogerie, Katechetin Regina Budel, Pfrn. Rahel Strassmann



Bild: © 2003 Die Ostergeschichte Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh

Samstag, 6. April 2024, 11.00 Uhr, ref. Kirche Schwerzenbach, anschl. Zmittag

Dübendorf

Zur Geschichte: Jesus und der Gelähmte.

Vier Freunde scheuen keine Mühe, sondern bringen ihren Freund, der Schmerzen in den Armen und Beinen hat und nicht mehr laufen kann, zu Jesus. Sie kommen nicht durch die Menge und tragen ihren Freund über das Dach und lassen ihn direkt bei Jesus hinab. Die-

ser heilt den Gelähmten. Denn Jesus sieht: da geschieht etwas aus Liebe und Solidarität. Die Geschichte wird kindgerecht erzählt. Dazu wird gebastelt und gesungen.

Es laden herzlich ein: Hedy Raymann, Katechetin und Pfrn. Rahel Strassmann

Samstag, 20. April 2024, 10.30 Uhr in der katholischen Kirche Maria Frieden

Jubiläums-Erlebniswoche

Dübendorf

Was für ein Geschenk, dass wir dieses Jahr das 30-jährige Jubiläum feiern dürfen! 1994 feierte die damalige Chrischona Dübendorf ihr 125-jähriges Jubiläum, weshalb sie einen besonderen Beitrag für Dübendorf leisten wollte. Sie machte verschiedene Aktionen – unter anderem die Erlebniswoche. Sie sollte den Kindern, die in den Frühlingferien zuhause blieben, eine sinnvolle Freizeitaktivität bieten. Zwar kamen bei dieser ersten Erlebniswoche nur 30 Kinder, diese Zahl hat sich aktuell bei etwa 130 Kindern eingependelt, doch die positiven Rückmeldungen der Eltern ermutigten das Team weiterzumachen. Seither sind nicht nur immer

mehr Kinder dazugekommen, sondern auch Mitarbeitende des Cevi, der reformierten Kirche, der EMK und der Pfingstgemeinde und die Erlebniswoche ist aus Dübendorf nicht mehr wegzudenken!

Das 30-jährige Bestehen ist ein guter Moment, um endlich neben Jimmy auch Lucy auf die Plakate zu holen. Wir dürfen stolz unser neues Erscheinungsbild präsentieren.

Neben der ganz normalen Erlebniswoche, von Montag, 22. bis Freitag, 26. April 2024 von 14.00 bis 17.00 Uhr und am Mittwoch mit dem Ausflug schon ab 10.00 Uhr, gibt es einen speziellen Jubiläumsabend, zu dem alle herzlich eingeladen sind. Am Donnerstag, 25. April, gibt es auf der Badiwiese das traditionelle Grillieren mit aller-

lei kulinarischen und spielerischen Jubiläumsüberraschungen. Happy Birthday, liebe Erlebniswoche!

Mit dem offiziellen Erlebniswochestart, dem Gottesdienst am Sonntag, 21. April um 16.00 Uhr, beginnen wir die Erlebniswoche. Das grosse Leitungsteam aus der Jungschi, dem Cevi, der Viva und der reformierten Kirchgemeinde freut sich auf alle Kinder, die gerne dabei sind. Seit 30 Jahren dürfen wir den Kindern Geschichten aus der Bibel näherbringen. Die fröhliche und unbeschwertere Atmosphäre, die während der Erlebniswoche auf der Badiwiese herrscht, berührt jedes Kind, die Eltern und Leiterinnen und Leiter.

Bis bald im Zirkuszelt – wir freuen uns auf alle Kinder!

Fürs EWO Team, Rahel Aschwanden

«Das 30-jährige Bestehen ist ein guter Moment, um endlich neben Jimmy auch Lucy auf die Plakate zu holen.»



Das bekannte blaue Zelt auf der Badiwiese

Freiwilligenarbeit



Hinten links: Christine Gut konzentriert und in vollem Einsatz beim Dog-Turnier vom Samstag, 3. Februar 2024. Beim abgebildeten Stand des Dog-Spiels wird es eng. In diesem Jahr reichte es nicht auf das Siegespodest. Aber vielleicht beim nächsten Turnier?

«Helfende Hände» an den Spielnachmittagen

Dübendorf-Schwerzenbach

Einmal im Monat findet der Spielnachmittag in Dübendorf statt (zudem wird einmal im Monat ein Spielabend respektive ein Jassnachmittag in Schwerzenbach angeboten, unter der Leitung von Kirchenpfleger Hans Hausammann). Für die gut besuchten Anlässe in Dübendorf, im Piazzasaal im Guggelhuus, ist Christine Gut verantwortlich. Wenn möglich legt sie ihren Kocheinsatz im Subito auf den gleichen Tag, so dass der Nachmittag um 12.00 Uhr mit einem feinen Essen beginnt und dann nahtlos um 14.00 Uhr zum Spielnachmittag übergeht. Die Teilnehmenden dürfen aus einer Anzahl an Gesellschaftsspielen ihren Favoriten vorschlagen, der bei genügender Zustimmung dann auch gewählt wird; meistens ist dies das beliebte Dog-Spiel (siehe Bild). Bei Kaffee und Dessert wird gespielt. Christine Gut ist für die Organisation und Kommunikation verantwortlich, damit alles in geordneten Bahnen abläuft, dass die Spielregeln eingehalten werden und dass sich jeder und jede wohlfühlt. Auf ihre Initiative hin wurde in diesem Jahr auch ein ganztägiges Dog-Turnier veranstaltet.

Wie bist du zu dem Spielnachmittag gekommen?

ChG: Das Spielen begeistert mich

seit jeher. Ich habe früher im Verein «Ludothek» mitgewirkt. Damals habe ich festgestellt, dass manchmal Spiele ausgeliehen werden, aber dass die Spielanleitung zu kompliziert war, so dass die Spiele ungespielt zurückgebracht wurden. Die Idee entstand, Spielanlässe zu organisieren, damit man auch neue Spiele entdecken kann. Eine Gleichgesinnte fand ich in der einstigen Kirchenpflegerin Ellen Schmid, die Spielnachmittage anbot und deren Nachfolgerin ich wurde.

Was ist herausfordernd?

Was begeistert dich?

ChG: Herausfordernd ist, alle Wünsche der Mitspielenden zu berücksichtigen. Manchmal findet ein Wunsch-Spiel an einem Nachmittag keinen Anklang. Alle sollen aber grundsätzlich ihren Platz haben – und alle, die kommen, sollen auch spielen können. Meine Bedürfnisse stelle ich manchmal zurück, damit alle ihren Ort finden. Es bereitet mir aber grosse Freude, wenn sich alle glücklich fühlen und ihren Platz finden. Wenn ich nach dem Anlass die Rückmeldung erhalte, dass es ein schöner Nachmittag war, erfüllt mich dies selber mit Freude

Wie erlebst du die Nachmittage?

ChG: Eine Person erzählte mir, dass sie an die Nachmittage kommt, damit sie ihre «Hirnzellen» trainieren

kann und fit bleibt. Auch dies ist ein Grund zu kommen. Die Anlässe bereiten grundsätzlich Freude und das Zusammensein ist schön. Aus Menschen, die miteinander spielen, entstehen Spielfreundschaften und schlussendlich Freundschaften – man sieht sich gerne. Es gab Zeiten, in denen ich mich zusätzlich mit weiteren Personen ausserhalb der Nachmittage traf. Wer verlor, musste Fr. 5.– bezahlen. Wenn dann wieder eine Summe von ca. Fr. 120.– zusammengekommen war, planten wir einen Ausflug und genossen zusammen ein Essen. Heute wird ja auch viel «digital» gespielt. Auch wenn ich selbst ab und zu ein Computerspiel schätze, so fehlt mir das Zusammensein mit anderen Menschen, das gemeinsame Lachen und der Spass. Dies macht schlussendlich glücklich und zufrieden.

Was möchtest du sonst noch zur Arbeit als Engagierte sagen?

ChG: Mein Wunsch ist es, dass sich alle Menschen irgendwo sozial engagieren. Dies macht unsere Gesellschaft «menschlicher» und man lernt sich kennen und rückt näher zusammen.

Benjamin Wildberger, Pfarrer

Nächster Termin:

Donnerstag, 11. April 2024, 14.00 Uhr,

Piazzasaal im Guggelhuus.

Alle sind herzlich willkommen, auch ohne Voranmeldung.

«Aus Menschen, die miteinander spielen, entstehen Spielfreundschaften und schlussendlich Freundschaften.»



Gottesdienst

Impuls-Gottesdienst

Der Mann im Frauenkloster hilft, wo er kann, zu einem Gotteslohn...

Fridolin Schwitter ist unser Gast im Impuls-Gottesdienst vom 14. April 2024. Der sehr weltgewandte und, wie man ihm aus früherer Zeit nachsagt, «König der Apéros», ist eine bekannte Grösse in der Medienwelt. Mit seinem engagierten Wirken in verschiedenen Klöstern hat er Aufsehen erregt. Seine sehr sympathischen Auftritte sind beeindruckend. Was hat wohl Nelson Mandela, der Kämpfer gegen die Apartheid, mit unserem Gast zu tun? Wie wirkt eine Mönchskutte auf die Menschen? Der Frater Familiaris im Franziskanerinnenkloster Notkersegg hat einiges zu erzählen aus seiner bewegten Vergangenheit, und wie er sich sein heutiges Leben gestaltet. In der Predigt wird er zum «Gottvertrauen» und «zum Sarg ohne Tresor» sicher einige, für uns wertvolle Gedanken für unseren Alltag überbringen können.

Wir freuen uns auf einen wiederum interessanten und bereichernden Impuls-Gottesdienst mit einem Mut machenden Gast.



Fridolin Schwitter

Ab 9.30 Uhr gibt es ein feines Zopf-Zmorge im Lindensaal des ReZ und um 10.30 Uhr beginnt der Gottesdienst im Glockensaal. Familien mit Kindern sind herzlich willkommen. Es gibt ein Kinderprogramm.

Diesem Gottesdienst kann man auch per Livestream beiwohnen oder ihn später als Gottesdienst-Video anschauen.

Für das Impuls-Team:

Markus Tanner und Markus Haltiner

Sonntag, 14. April 2024, 10.30 Uhr, ReZ Dübendorf

Musik

Dübendorf

Freiheit in Harmonie: Ein Konzert für Klarinette, Cello und Klavier/Orgel

Erleben Sie eine musikalische Reise durch die Epochen und Stile, während wir uns dem tiefgreifenden Thema «Freedom» widmen. Dieses besondere Konzert mit Klarinette, Cello und Klavier/Orgel entführt Sie in die Welt der Klänge zwischen Krieg und Frieden und führt Sie dann zu den harmonischen Melodien der Freude am Frieden.

Programmübersicht:

Teil 1: Zwischen Krieg und Frieden

Von den kraftvollen Klängen des Kampfes über die Sehnsucht nach Frieden bis hin zu Träumen von einer harmonischen Welt, erkunden wir die vielschichtigen Emotionen, die mit dem Streben nach Freiheit verbunden sind. Klassische Meisterwerke, Filmmusik, berührende

Gospels und Volksmusik werden zu einem eindringlichen Erlebnis vereint.

Teil 2: Freude am Frieden

Tauchen Sie ein in die beruhigenden Klänge des Friedens, die sich allmählich in lebendige Melodien der Freude verwandeln. Von zeitlosen klassischen Stücken bis zu inspirierendem Jazz und Volksmelodien schaffen wir eine Atmosphäre der Einheit und des gemeinsamen Friedens, die auch die Freude über das Erreichen dieses Zustands zelebriert.

Interaktive Elemente:

Einzigartig an diesem Konzert ist die Gelegenheit für das Publikum, aktiv am musikalischen Erlebnis teilzunehmen. Machen Sie sich bereit, Ihre eigene Stimme in einem Moment der kollektiven Musik zu finden und teilen Sie Ihre Freiheit durch Klänge.

Yun Zaunmayr, Organistin

Sonntag, 14. April 2024, 17.00 Uhr, Kirche im Wil, Dübendorf



Rückblick



Eine Gruppe von Eltern und Kindern leitete die Weltgebetstagsfeier am 1. März 2024 in der Kirche Schwerzenbach.

Frischer Wind im Weltgebetstag

Schwerzenbach

Zum ersten Mal wurde der Weltgebetstag in Schwerzenbach von und mit Familien gefeiert. Unter der Leitung von Christiane Dasen gestalteten Eltern mit ihren jugendlichen Kindern den Gottesdienst. Eindrücklich klärten Schülerin-

nen und Schüler über das Leben in Palästina auf und zeigten dabei, wie geübt sie schon in der Kunst der Präsentation sind. Der generationenübergreifenden Vorbereitungsgruppe ist es gelungen, eine bewegende, informative und partizipative Feier zu gestalten. Dank des frühen Beginns um 18.00 Uhr

blieb viel Zeit für das feine Essen mit Köstlichkeiten aus dem Liturgieland wie Taboulé, Humus und selbstgebackenes Pita-Brot, alles von den Familien zu Hause liebevoll vorbereitet und mitgebracht.

Catherine McMillan, Pfarrerin

Erwachsenenbildung

Schwerzenbach

Kurs «Letzte Hilfe»

Erste Hilfe nach Unfällen zu leisten, wird in unserer Gesellschaft als eine selbstverständliche Aufgabe angesehen. Doch wie helfen wir Menschen, deren Lebensende angebrochen ist?

Das Lebensende und Sterben macht uns als Mitmenschen oft hilflos. Uraltes Wissen zum Sterbegericht ist mit der Industrialisierung schleichend verloren gegangen. Wir bieten einen kompakten Kurs zur «Letzten Hilfe» an. Sie lernen da, was Sie für die Ihnen Nahestehenden am Ende des Lebens tun können.

Der eintägige Kurs beinhaltet vier Themenschwerpunkte.

1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Leiden lindern
4. Abschied nehmen

Diesen Kurs bietet Ihnen die reformierte Kirche Dübendorf-Schwerzenbach kostenlos an. Ein Unkostenbeitrag ans gemeinsame Mittagessen wird am Kurstag erhoben. Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen beschränkt. Berücksichtigung in der Reihenfolge der Anmeldung.

Anmeldungen bis am 31.5.2024 ans Sekretariat (sekretariat@rez.ch, Tel. 044 801 10 10). Auskunft erteilt Pfarrer Markus Haltiner (markus.haltiner@rez.ch, Tel. 079 467 14 64).

Markus Haltiner, Pfarrer

Samstag, 22. Juni 2024,

10.00 – 16.00 Uhr,

Pfarrhaussaal Schwerzenbach



Kirche und Umwelt

Der Mensch als Bakterien-Metropole

Ein Mensch besteht aus etwa 10 Billionen Zellen. In und auf dem Menschen befinden sich etwa zehnmal so viele Bakterien. Unser Körper hat also sehr viel mehr Einwohner als Menschen auf der Erde leben. Doch was machen diese Bakterien auf und in uns Menschen und warum bemerken wir sie nicht? Bakterien sind Lebewesen, die aus nur einer einzigen Zelle bestehen, und diese Zelle ist sehr viel kleiner als eine einzelne menschliche Zelle. Sie sind also so klein, dass wir sie mit unseren Augen nicht wahrnehmen können. Unsere Wahrnehmung passiert auf andere Art. Wir können zum Beispiel ihre Anwesenheit riechen. Auf

der menschlichen Haut befinden sich bei durchschnittlicher Hygiene etwa eine Billion Bakterien, allerdings sehr unterschiedlich verteilt: An den Armen sind es nur wenige tausend, in fettigeren Regionen wie der Stirn einige Millionen und in feuchten Regionen wie den Achseln mehrere Milliarden Bakterien pro Quadratzentimeter. Die Bakterien auf unserer Haut ernähren sich von Hautschuppen sowie von Mineralstoffen und Fetten, die aus den Hautporen abgeschie-

den werden. Sie sind die Hauptverantwortlichen, wenn es um unseren Körpergeruch geht. Unbewusst nehmen wir über die Nase wahr, wer unser Gegenüber ist. Manche Menschen können wir buchstäblich «nicht riechen». Forschungen zeigen auch, dass unser Riechorgan massgeblich mitbestimmt, in wen wir uns verlieben. Uns Menschen ist unser Körpergeruch allerdings unangenehm. Wir brauchen Deos, von welchen nicht wenige antibakterielle Stoffe enthalten, und wir mögen gut riechende Seifen und Parfums. Allerdings erhalten die Bakterien auf unserer Haut auch den sogenannten Säuremantel und schützen unsere Haut vor

Krankheitserregern. Eine übermässige Hygiene kann diesen Schutz zerstören.

99% der Mikroorganismen in unserem Körper leben in unserem Dickdarm. Unsere Darmflora besteht aus etwa 100 Billionen Mikroorganismen von mindestens 400 verschiedenen Arten. Sie unterstützen unsere Verdauung, produzieren Vitamine und kurzkettige Fettsäuren. Dabei entstehen auch Gase, die von Zeit zu Zeit hörbar und riechbar entweichen. Eine gesunde Darmflora schützt uns auch vor Krankheiten. Wenn ihre Balance durcheinander gerät, nehmen wir dies durch Verdauungsbeschwerden wahr. Ist unsere Darmflora gesund aufgebaut, können ein paar wenige Krankheitserreger sich darin nicht vermehren. Schwierig wird es erst, wenn wir zu viele aufgenommen haben. Einer gesunden Person können ein paar wenige Salmonellen in einem weichgekochten Ei nichts anhaben. Lässt man aber ein frisches Tiramisu zu lange bei warmer Temperatur stehen, können sich die Salmonellen darin so stark vermehren, dass nach dessen Verzehr quasi eine ganze Armee unsere friedliche



Darmflora überfällt und diese radikal reduziert. Anschliessend befallen die Salmonellen unsere Darmzellen und lösen eine Entzündung aus, die manchmal nur noch mit Hilfe von Antibiotika behandelt werden kann. Antibiotika retten Leben, doch sie greifen nicht nur die krankmachenden Bakterien an, sondern auch die Bakterien, die zu unserer Darmflora gehören. So kann die Darmflora derart reduziert werden, dass Durchfall als Nebenwirkung auftreten kann. Wird die Darmflora nachhaltig gestört, kann das zu Verdauungsschwierigkeiten oder sogar zu schwerwiegenden chronischen Darmerkrankungen führen.

Anthea Tyndall



Auf einer Endo-Agar-Platte gezüchtete Escherichia coli

Bild: LenkaM, wikipedia

«Unser Körper hat sehr viel mehr Einwohner als Menschen auf der Erde leben.»

Senioren



Eine Rundreise im Camper durch Namibia

Ökum. Seniorenkafi

Jürg Ziegler erzählt und zeigt Bilder der Rundreise von Silvia und ihm im Camper durch Namibia.

Nachdem unsere ursprünglich geplante Reise 3 Tage vor Beginn dem Corona Lockdown zum Opfer fiel, konnten wir im November 2023 endlich unser kleines Abenteuer einer individuellen Rundreise von Campground zu Camp-

ground durch Namibia antreten. Wir starteten in der Hauptstadt Windhoek, fuhren auf guten und weniger guten Schotterpisten südwärts bis an die Grenze zu Südafrika. Dem Oranjeriver entlang und wieder nordwärts erreichten wir bei grenzwertigen Temperaturen die Namibwüste mit ihren berühmten Dünen. Wieder unterwegs durch die scheinbar unendliche Weite machten wir Pause an einer

Strassenkreuzung bei Kaffee und frisch gebackenem Apfelkuchen und erreichten über eine katastrophale Schotterpiste den kalten Atlantik bei Swakopmund. Immer weiter nordwärts durch felsige Landschaften und über Gebirgspässe erreichten wir den Etoshapark, den wir nach vielen Tierbegegnungen und 4 Übernachtungen wieder südwärts verliessen. Nach vier Wochen und 4500 Kilometern endete unsere Reise wieder in Windhoek. Beeindruckt von den gewaltigen Landschaftsbildern, den allseits freundlichen Menschen und den vielen Tieren, verliessen wir das sehr warme Namibia um wieder in kältere Gefilde zurückzukehren.
Jürg Ziegler

Donnerstag, 18. April 2024, 14.00 Uhr,
Pfarrhaussaal Schwerzenbach

«Wir starteten in der Hauptstadt Windhoek, fuhren auf guten und weniger guten Schotterpisten südwärts bis an die Grenze zu Südafrika.»

Senioren-Träff

Urwälder der Schweiz



«Nebel-Märchen-Urwald» Bödmeren

Bild: Barbara Schudel

Zu Gast im Senioren-Träff ist die beliebte Referentin Barbara Schudel. In ihren eigenen Worten beschreibt sie ihren Vortrag wie folgt:

«Zu Beginn schauen und hören wir in einen ganz normalen Zürcher Wald hinein ... um dann Vergleiche zu ziehen zum Urwald in Form von tropischem Regenwald.

Vorgestellt in Wort und Bild werden natürlich die drei Urwälder der Schweiz: Scatlè – Brigels GR, Bödmeren – Muotathal SZ und Ecorcha – Derborence VS. Weiter befassen wir uns mit den Pionierpflanzen Flechten, Moos und Farne, aber auch andere typische Pflanzen, entsprechende Bäume sowie eine Sammlung von faszinierenden Pilzen kommen zur Sprache. Zum Schluss geniessen wir die Urwälder Ecorcha und Bödmeren im farbenprächtigen Herbstkleid, ebenfalls den Sihlwald, der aber erst in Jahrzehnten ein richtiger Urwald sein wird.»

Sie sind herzlich eingeladen auf eine Entdeckungsreise durch die schweizer Urwälder! Anschliessend an den Vortrag wird ein kleines Zvieri serviert.

Thomas Wüest, Sozialdiakon

Mittwoch, 3. April 2024,
14.00 – 16.00 Uhr, ReZ Dübendorf

Ökum. Senioren-Nachmittag

Judas – Ein Theatermonolog mit Hanna Eichel

Sehr gerne laden wir alle Interessierten ein zum ökumenischen Senioren-Nachmittag im ReZ!

Zu Gast ist Hanna Eichel, Schauspielerinnen am Zürcher Theater Neumarkt. Sie bringt ein Stück von Lot Vekemans auf die Bühne im Glockensaal. Dieses beschäftigt sich mit einer der kontroversesten Figuren der Bibel, nämlich mit Judas.

Es ist auffällig, dass in den Porträts, die über die Jahrhunderte entstanden sind, Judas immer hässlicher und böser dargestellt wurde. Judas wird von Menschen verhöhnt, damit sie ihre eigenen Seelen reinwaschen, schreibt Lot Vekemans zu ihrem Anti-Helden. JUDAS handelt von einem Mann, dessen Name für Verrat steht. Einem Mann, der jahrhundertlang von jedem geschmäht wurde. Doch wäre ohne diesen Menschen und ohne seinen Judaskuss das Christentum nie zu einer der grossen Weltreligionen geworden. Seitdem gibt es unzählige Spekulationen über den Zweck seiner Tat, seinen Zorn und seine Selbstbehauptung. Nach zweitausend Jahren ist es an der Zeit, dass Judas selber spricht und seine Tat wieder auf ein menschliches Mass zurückführt.

Genau dies wird Hanna Eichel tun und beim Publikum sicher einiges auslösen. Überraschungen,

neue Perspektiven und Gedankenanstösse sind so gut wie garantiert. Im Anschluss an den kostenlosen Anlass wird ein Zvieri offeriert.

Am Anlass gibt es die Möglichkeit für eine freiwillige Kollekte.

Wir bitten um Anmeldung beim Sekretariat bis Montag, 29.4.2024, 11.30 Uhr per Mail: sekretariat@rez.ch oder Tel. 044 801 10 10.

Thomas Wüest, Sozialdiakon

Dienstag, 30. April 2024,
14.00 – 16.30 Uhr, ReZ Dübendorf,
Bahnhofstrasse 37



Schauspielerinnen Hanna Eichel

Für Ihn

Ökum. Männerforum

Die weisse Wüste

Die weisse Wüste im ägyptischen Teil der libyschen Wüste ist ein faszinierender Naturschutzpark, bekannt durch seine eigenwilligen

Kalkstein-Formationen. Göpf Peter zeigt Bilder seiner zwei Reisen dorthin und erzählt von seinen Erfahrungen mit Beduinen.

Benjamin Wildberger, Pfarrer

Freitag, 12. April 2024, 19.30 Uhr,
Pfarrzentrum Leepünt Dübendorf



Formation in der weissen Wüste

Bild: Wikipedia

Weitere Themen und Termine des Ökum. Männerforums

Mit der Glattalbahn unterwegs

Wir fahren mit Matthias Keller, Direktor Verkehrsbetriebe Glattal (VBG), von Station zu Station. Dabei gewährt er uns einen Einblick in den Betrieb. Wir hören Geschichten von der Entstehung und Entwicklung der Bahn und wohin die Reise führen wird. Wir schliessen mit einem Umtrunk. Anmeldung bei Pfr. Benjamin Wildberger mit Angabe bzgl. Streckenabo (Halbtax, GA, ZVV Zone 121).

24. Mai 2024, 18.30 Uhr, Bahnhof Stettbach (vor Coop Pronto)

Waldanlass

Traditioneller Sommeranlass mit Grillieren. Förster i.R. Markus Tanner lädt uns ein zu einer kurzen Exkursion zum Thema «Ist der Wald auf dem Holzweg?». Wir hören Geschichten beim Feuer und stossen auf die Sommerzeit an. Essen und Getränk bitte mitbringen.

21. Juni 2024, 19.00 Uhr, Holzcorporation, untere Geerenstrasse 61

Agenda

Gottesdienste

Karfreitag, 29. März

9.45 Uhr, Kirche im Wil
TV-Gottesdienst (SRF) mit Abendmahl
Live ab 10.00 Uhr im Fernsehen und Radio
9.30–9.45 Uhr, Ankommen
Pfrn. Catherine McMillan
Mitwirkung Ad-hoc-Chor,
Leitung Theo Handschin
Yun Zaubmayr, Orgel
Sebastián Tortosa, Flügel
Daniel Bron, Cello
Ruedi Attinger, Dudelsack
Fahrdienst ab Kirche Schwerzenbach, 9.00 Uhr

17.00 Uhr, Kirche Schwerzenbach
Musik und Wort
Pfr. Markus Haltiner
Yun Zaubmayr, Orgel
Sebastián Tortosa, Klavier

Ostersonntag, 31. März

5.45 Uhr, Kirche im Wil
Gottesdienst für KLEIN und gross mit Tauferinnerung
Pfrn. Rahel Strassmann und Team
Anschl. Zmorge und Kinderprogramm

10.00 Uhr, Kirche im Wil
Gottesdienst mit Abendmahl
Pfr. Benjamin Wildberger
Mitwirkung Jubilatechor, Quartett und Bläser
Anschl. Eiertütschen

10.00 Uhr, Kirche Schwerzenbach
Gottesdienst mit Abendmahl
Pfr. Daniel Schaltegger
Anschl. Eiertütschen

Sonntag, 7. April

10.00 Uhr, Kirche im Wil
Pfr. Daniel Schaltegger

10.00 Uhr, Kirche Schwerzenbach
Pfr. Markus Haltiner
Anschl. Kirchenkaffee

18.30 Uhr, Guggelhuus Dübendorf
Go4
Pfr. Daniel Schaltegger und Team

Sonntag, 14. April

10.30 Uhr, ReZ Dübendorf
Impuls-Gottesdienst
Pfr. Markus Haltiner
Gast: Fridolin Schwitter,
Frater Familiaris
Thema: Der Mann im Frauenkloster
Ab 9.30 Uhr Zmorge
Kinderprogramm, Musik-Band
Zusätzlich Livestream
via www.rez.ch

10.00 Uhr, Kirche Schwerzenbach
Pfrn. Rahel Strassmann
Anschl. Kirchenkaffee

11.15 Uhr, Lazariterkirche Gfenn
Taufgottesdienst
Pfr. Daniel Schaltegger

Sonntag, 21. April

9.30 Uhr, Kirche im Wil
Pfr. Benjamin Wildberger
Mitwirkung Flötenensemble
Anschl. Kirchenkaffee

11.00 Uhr, Kirche Schwerzenbach
Pfr. Benjamin Wildberger
Mitwirkung Flötenensemble
Anschl. Kirchenkaffee

16.00 Uhr, Zelt auf der Badiwiese
Erlebniswoche-Gottesdienst
Pfrn. Rahel Strassmann

Sonntag, 28. April

9.30 Uhr, Kirche im Wil
Pfr. Daniel Schaltegger

11.00 Uhr, Kirche Schwerzenbach
Pfr. Daniel Schaltegger
Anschl. Kirchenkaffee

Jeden Mittwoch

Wochengottesdienst
10.00 Uhr, Alterszentrum IMWIL,
Fällandenstrasse 22, Dübendorf

Mittwoch, 10./24. April

Ökum. Andachten im Tertium Giessenturm
14.30 Uhr, Giessenplatz 1,
Dübendorf

Freitag, 5./19. April

Ökum. Andacht im «Vieri»
10.00 Uhr, Alterszentrum
«Im Vieri», Schwerzenbach

Wünschen Sie einen Fahrdienst zu den Gottesdiensten?
Bitte melden Sie sich bis jeweils Freitag 11.30 Uhr im Sekretariat 044 801 10 10.
Kinderinsel während den Gottesdiensten in der Kirche im Wil Dübendorf.

Gebet & Meditation, Andacht

Dienstag, 2./16. April

Sitzen in der Stille / Meditation
ReZ Dübendorf, Raum der Stille,
18.15 Uhr

Mittwoch, 10. April

Abendgebet «Zeit mit Gott»
ReZ Dübendorf, Raum der Stille,
18.30 Uhr

Montag, 15. April

Agapefeier mit Leib und Seele
Kirche im Wil, 19.30 Uhr

Mittwoch, 17. April

Morgengebet
Kirche Schwerzenbach, 7.30 Uhr
Anschl. Zmorge

Freitag, 19. April

Ökum. Taizé-Gebet
Pfarreizentrum St. Gabriel
Schwerzenbach, 20.00 Uhr

Kinder

Ostersonntag, 31. März

Coloria Gwunderchile
Pfrn. Rahel Strassmann und Team
Gottesdienst für KLEIN und gross mit Tauferinnerung
Anschl. Zmorge und Kinderprogramm
Kirche im Wil, 05.45 Uhr

Samstag, 6. April

Fiire mit de Chliine
Kirche Schwerzenbach,
11.00 Uhr
Anschl. Zmittag

Samstag, 20. April

Fiire mit de Chliine
Kath. Kirche Dübendorf,
10.30 Uhr

Montag, 22. bis Freitag, 26. April

Erlebniswoche
Zirkuszelt auf der Badiwiese in Dübendorf, 14.00–17.00 Uhr
Infos: www.erlebniswoche.ch

Jeden Dienstag und Mittwoch (ausser Schulferien)

Zäme singe für Kinder
Von 0–4 Jahren mit Begleitung
Guggelhuus Dübendorf,
9.30 bis 10.15 Uhr
anschl. gemeinsam Znüni essen

Veranstaltungen

Mittwoch, 3. April

Senioren-Träff
Urwälder der Schweiz
Bildervortrag von Barbara Schudel
ReZ Dübendorf, 14.00–16.00 Uhr

Donnerstag, 11. April

Spielnachmittag
Guggelhuus Dübendorf,
14.00–17.00 Uhr

Freitag, 12. April

Ökum. Männerforum
Die weisse Wüste
Pfarreizentrum Leepünt
Dübendorf, 19.30 Uhr

Sonntag, 14. April

Orgeltrio Freedom
«Freiheit in Harmonie»
Ein Konzert für Klarinette, Cello und Klavier/Orgel
Kirche im Wil, 17.00 Uhr

Dienstag, 16. April

Jassnachmittag
Pfarrhaussaal Schwerzenbach,
14.30 Uhr

Mittwoch, 17. April

Spielabend
Pfarrhaussaal Schwerzenbach,
19.30 Uhr

Donnerstag, 18. April

Ökum. Seniorenkafi
Eine Rundreise im Camper durch Namibia
Bildervortrag von Jürg Ziegler
Pfarrhaussaal Schwerzenbach,
14.00 Uhr

Dienstag, 30. April

Ökum. Senioren-Nachmittag
Theateraufführung «Judas» mit Hanna Eichel

Chumm cho baschtle
ReZ Dübendorf, 14.00 Uhr

Jeden Freitag (ausser 26. April)

Zmittenand
ReZ Dübendorf,
ab 12.00–13.15 Uhr
Anmeldung bis Mittwochmittag,
Tel. 044 801 10 10

Jeden Mittwoch

Café Welcome
Treffpunkt für Flüchtlinge und Deutschsprachige. Mittagessen um 13.00 Uhr, danach Kaffee, Spiel und Zusammensein bis 15.00 Uhr.
Lindensaal ReZ,
13.00 bis 15.00 Uhr
Ausser 3./24. April:
EMK, Adlerstrasse 12

Öffnungszeiten Sekretariat

Montag bis Freitag:
8.30 bis 11.30 Uhr

Adressen

Dübendorf-Schwerzenbach

Sekretariat
Bahnhofstrasse 37
8600 Dübendorf
Tel. 044 801 10 10
sekretariat@rez.ch
www.rez.ch

Pfarramt

Pfarrkreis «Wil-Berg»
Daniel Schaltegger
076 546 17 59
daniel.schaltegger@rez.ch

Pfarrkreis «Glatt»

Benjamin Wildberger
044 801 10 22
benjamin.wildberger@rez.ch

Pfarrkreis «Birchlen»

Markus Haltiner
079 467 14 64
markus.haltiner@rez.ch

Pfarrkreis «Flugfeld»

Rahel Strassmann
044 801 10 23
rahel.strassmann@rez.ch

Kirchenkreis «Schwerzenbach»

Catherine McMillan
044 825 32 02, 079 378 26 52
catherine.mcmillan@rez.ch

Sozialdiakone

Thomas Wüest
Seniorenarbeit
044 801 10 13
thomas.wueest@rez.ch
Hanna Baumann
Jugendarbeit, Sozialberatung,
Flüchtlingstreff
044 801 10 30
hanna.baumann@rez.ch

Rahel Aschwanden
Kinder und Familienarbeit
Telefon 044 801 10 24
rahel.aschwanden@rez.ch

Standorte

ReZ (Reformiertes Zentrum) mit Guggelhuus, Dübendorf
Bahnhofstrasse 37
8600 Dübendorf

Kirche im Wil, Dübendorf
Fällandenstrasse 1
8600 Dübendorf

Kirche Schwerzenbach
Kirchstrasse
8603 Schwerzenbach

Pfarrhaussaal Schwerzenbach
Kirchstrasse 10
8603 Schwerzenbach

Impressum

reformiert.lokal erscheint monatlich als Beilage der Zeitung «reformiert.»

Herausgeberin:
Reformierte Kirche
Dübendorf-Schwerzenbach

Redaktion:
Sabina Kaiser
Bahnhofstrasse 37,
8600 Dübendorf
Telefon 044 801 10 17
sekretariat@rez.ch

Layout: kolbgrafik.ch

Druck: swissprinters.ch

Gemeinsame Beilage:
Trägerverein reformiert.zürich in Zusammenarbeit mit der reformierten Kirchgemeinde Dübendorf-Schwerzenbach

myclimate
Wirt. Nachhaltig
Drucksache
myclimate.org/01-24-625131

Schnappschuss



Bei schönstem Wetter unterwegs beim Sponsorenlauf.