

## Ein buntes Fest zum Internationalen Tag der Frau

Am 8. März findet in Affoltern wieder ein Fest statt



Ein feines Mittagessen gehört zum Programm am Fest zum Tag der Frau. (Bild vzg.)

**Auch 2020 findet dieser unterdessen traditionelle Anlass am Sonntag, 8. März, im Kasino in Affoltern statt. Er ist ein Erbe der bosnischen Flüchtlingsfrauen vom Lilienberg und von hier ansässigen Frauen, die sich solidarisch zeigten.**

Immer wieder gibt es auch heute Gelegenheit, diese Solidarität mit anderen Menschen zu teilen. Dieser Sonntag

bietet so einiges. Von der Schmuckbörse – die Einnahmen aus dieser Börse kommen einer karitativen Organisation zugute – über ein feines Mittagessen (13 Uhr), gekocht von der internationalen Frauengruppe aus Zug, bis zu einem moderierten Sofagespräch mit drei Frauen aus der Region (14.30 Uhr) und natürlich Musik.

So wird DJ Ms Hyde Vinyl-Platten auflegen und es darf getanzt, geplaudert, geschmökert werden und Zeit für Austausch und Zusammensein bleibt

auch noch. Gerne darf es weitererzählt werden, dass Frauen und auch Männer willkommen sind, diesen Sonntag gemeinsam zu verbringen. Die Tür öffnet um 12 Uhr. Organisiert wird dieser Nachmittag vom OK Frauenfest, zusammen mit Kultur Affoltern.

OK Frauenfest.

Infos: [www.kulturaffoltern.ch](http://www.kulturaffoltern.ch). Tickets zu 40/30 Franken im Vorverkauf: Buchhandlung Scheidegger, Affoltern.

## Fasnachtstage im Emmen Center

Während den «rütigen» Tagen ist auch im Emmen Center immer etwas los. Die «Födliätscher Lozärn» krönen ihr 40-Jahre-Jubiläum mit einer Ausstellung. Diverse Guggenmusiken sorgen für fasnächtliche Stimmung und Kinder können sich jeden Tag gratis schminken lassen.

Die Guggenmusik Födliätscher Lozärn, welche 1980 gegründet wurde, prägt das Fasnachtsbild in und um Luzern mit. Nebst der kreativen Gestaltung der Sujets und dem Fördern des unverkennbaren Födliätscher-Sounds sind die Aktivitäten der Guggenmusik über die Jahre gewachsen. Im EG des Emmen Centers finden die Besucher eine Ausstellung inklusive Wettbewerb über die «Födliätscher». Nebst Fakten über die letzten 40 Jahre sind auch viele ältere und neuere Sujets zu sehen sowie ein drei Meter hoher Guggerbaum.

Morgen Mittwoch, 19. Februar, können Kinder in der Kinderwelt bunte Fasnachtsmasken basteln. Ab dem 20. Februar (Schmutziger Donnerstag) bis am Gütisdienstag, 25. Februar, werden den Kindern jeweils von 14 bis 17 Uhr (Samstag 10 bis 15 Uhr) kostenlos kleine Kunstwerke ins Gesicht gezaubert. Egal ob gefährliche Tiger, wunderschöne Prinzessinnen oder freche Clowns – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Die hochwertige Theaterschminke besteht aus ungiftigen, kräftigen Farben auf Wasserbasis, juckt nicht und ist einfach wieder abwaschbar.

Auch der Guggenmusik-Sound kehrt natürlich ein ins Emmen Center in Emmen. Diverse Guggenmusiken aus der Region spielen jeweils zur vollen Stunde für ungefähr 15 bis 20 Minuten.

## Ottenbach lässt Konfetti regnen

Kinderfasnacht am Mittwoch, 26. Februar

Endlich rückt die 5. Jahreszeit näher und auch in Ottenbach regen sich die Narren und warten mit dem berühmten Konfettiregen auf viele kleine und grosse Gäste von nah und fern.

Die Konfettiparty verspricht viel Spass und eine ausgelassene Stimmung mit farbenprächtigen, fantasievollen Kostümen, der Lieblingstanzmusik der Kinder und natürlich der beliebten Konfettischlacht mit über zehn Kilogramm Konfetti.

Wer mag, kann sich vor Ort kostenlos schminken lassen. Wer vom Tanzen

müde ist, kann sein Geschick beim Päcklifischen ausprobieren, am Glücksrad drehen oder beim Wettbewerb sein Glück versuchen. Auf hungrige Fasnachtsfreunde warten Hotdogs, Kuchen und Getränke.

Um 14.30 Uhr geht es los im Gemeindesaal am Schulrain. Gefeierte wird bis 17 Uhr. Es sind Parkplätze vorhanden, der Eintritt ist frei. Es wird gebeten, die Kinder an die Fasnacht zu begleiten – die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Man darf sich auf einen farbigen und lustigen Nachmittag freuen, auf gemeinsames Tanzen, Lachen und Spielen. (pd.)



Wildwest und Clownerie vereint an einem bunten und lustigen Fasnachtsnachmittag im Ottenbacher Gemeindesaal. (Bild vzg.)

## Der Weg zu sich selbst

Meditation im Familienzentrum

Entspannungsmethoden aller Art gewinnen immer mehr an Bedeutung und gehören für viele Menschen zum Alltag, um einen körperlichen und geistigen Ausgleich zu erhalten. Meditation geht noch einen Schritt weiter.

Meditation ist viel mehr als einfach nur dasitzen und die Augen schliessen. Es ist bei sich sein, um den Moment im Hier und Jetzt ganz bewusst zu erleben, sich Zeit für sich zu nehmen, um in Ruhe zu kommen und Abstand zu den Beschwerlichkeiten des Alltags zu erhalten. Meditation beruhigt den Geist und die ständig wandernden Gedanken und schafft Raum für neue Ansichten und Möglichkeiten im Leben. Meditieren kann inspirieren und stärken für kommende Aufgaben und Situationen. Menschen, die meditieren, sind ausgeglichener und können mit Veränderungen und Stresssituationen besser umgehen.

Ab Montag, 2. März, jeweils von 19.30 bis 21 Uhr, startet erneut ein sechstägiger Meditationskurs mit der einfühlsamen dipl. Wellnesstrainerin Gabriella Steiner. In diesem Kreis geht es darum, verschiedene Meditations-techniken kennen zu lernen und eine eigene Meditationspraxis aufzubauen. Die Abende werden jeweils von einem bestimmten Thema begleitet, wie zum Beispiel inneres Kind, Vergebung, Dankbarkeit, Selbstliebe, Glaubenssätze, Atemtechniken, Klänge und viele weitere spannende Themen rund um Persönlichkeitsentwicklung und das, was den Menschen ausmacht. Einem



Meditation mit Gabriella Steiner. (vzg.)

persönlichen Austausch wird in diesem vertrauten Kreis ebenfalls angemessen Raum gegeben. Ein Schnupperbesuch an einem der Abende ist für einen Unkostenbeitrag von 30 Franken jederzeit möglich. (GS)

Familienzentrum Bezirk Affoltern, Zürichstrasse 136, Affoltern. Anmelden unter Tel. 044 760 12 77 oder [kurse@familienzentrum-bezirk-afolltern.ch](mailto:kurse@familienzentrum-bezirk-afolltern.ch). Informationen und komplettes Kursangebot: [www.familienzentrum-bezirk-afolltern.ch](http://www.familienzentrum-bezirk-afolltern.ch).

## Waffelpass im Familienzentrum

Sportferien, das heisst ausruhen und Freunde treffen – wieso nicht im Familienzentrum? Das Kafi verwandelt sich erneut in eine duftende Waffelbackstube, wo süsse Kreationen entstehen.

Der beliebte Waffelpass-Nachmittag findet wieder an beiden Donnerstagen, 20. und 27. Februar, jeweils ab 14 bis 17 Uhr im Familienzentrum statt. Die frischen Waffeln können nach Lust und Laune mit allerlei Belägen, wie Streu-

sel, Schokoladencreme, Puderzucker, Konfitüre, Zimt, Apfelmus und vielem mehr verfeinert und dekoriert werden. Fleissige Waffelbäcker können ihre kleinen Kunstwerke sofort geniessen, aber auch mit nach Hause nehmen. Kind und Kegel sind herzlich willkommen und den erwachsenen Besuchern werden feiner Kaffee, Tee oder verschiedene Erfrischungsgetränke serviert. Das Kafi-Team freut sich auf viele Besucher. (pd.)

Infos: [www.familienzentrum-bezirk-afolltern.ch](http://www.familienzentrum-bezirk-afolltern.ch).

## Tanz in der katholischen Kirche

Einmal im Monat, an einem Mittwochabend, lädt die katholische Kirche Affoltern zum Tanz «Spirit in Motion» ein.

«Spirit in Motion» bedeutet als Gemeinschaft in Bewegung zu sein, tanzend im Kreis, getragen von Musik. Den Kreistänzen liegt oft ein Wort aus der Bibel zugrunde. Im Tanzen können die Teilnehmenden diese Worte neu erleben, intensiv, mit ihrem ganzen Körper. Im Miteinander spüren sie die Kraft der Gemeinschaft.

Die professionelle Sakraltanzleiterin Claudia Schüpbach leitet mit viel Liebe und Können diesen Anlass, der jeweils um 19 Uhr beginnt und bis 21 Uhr dauert. Eingeladen sind alle, unab-



«Spirit in Motion». (Bild vzg.)

hängig von ihrer Kirchenzugehörigkeit. Anmelden ist nicht erforderlich.

Claudia Bruckner

Weitere Infos unter [www.kath-afolltern.ch](http://www.kath-afolltern.ch).

## SPORT

### Hintermann hervorragender Fünfter

Die Schweizer Abfahrer trumpften in der Weltcup-Abfahrt in Saalbach-Hinterglemm am vergangenen Donnerstag gross auf. Hinter dem Deutschen Thomas Dressen platzierten sich vier Schweizer.

Niels Hintermann fuhr auf den hervorragenden 5. Platz. Hintermann, aufgewachsen in Hausen und Mitglied

des SC Hausen, schaffte damit eine neuerliche persönliche Bestleistung in der Abfahrt. Im zweiten Rennen in Bormio kurz vor dem Jahreswechsel hatte der Zürcher den 6. Rang erreicht. Vor ihm platzierten sich in Saalbach-Hinterglemm Beat Feuz, Mauro Caviezel, Carlo Janka auf den Plätzen 2 bis 4. (sts)