



Geh aus, mein Herz und suche Freud

«Geh aus, mein Herz und suche
Freud in dieser lieben Sommer-
zeit an deines Gottes Gaben:
schau an der schönen Gärten Zier
und siehe, wie sie mir und dir
sich ausgeschmücket haben...».

*Deutsches Volkslied von Paul
Gerhardt, geschrieben 1653.*

Gut einen Monat lang pflege ich
die Pflänzchen auf der Terrasse
meiner Kollegin. Eine schöne,
gleichzeitig aber auch eine ver-
trauensvolle Aufgabe.

Ich kann die Pflänzchen wohl
pflegen und giessen, für das
wachsen und gedeihen bin ich
aber nicht allein verantwortlich.

Beim genauen betrachten fällt
mir auf, dass die Orchidee 4 neue
Knospen hat, die Erdbeeren ihre
allerersten Früchte tragen und
neue Zucchetti zu wachsen be-
ginnen.

Geh aus, mein Herz und suche
Freud... Ich kann dem Zustim-
men, wenn ich die schönen Dinge
der Sommerzeit mit all meinen
Sinnen betrachte.

Dabei wird mir bewusst, dass al-
les was wir zur Verfügung haben
und alles was wir besitzen, ein
Meisterwerk von Gott unserem
Schöpfer ist.

Ramona Voser, Katechetin



Foto: Vincent Chaignat, Anfang Juli 2016

Clean Eating und Erntezeit

Vor einiger Zeit habe ich eine
Sendung gesehen, da ging es um
Clean Eating. Es scheint, dass
Clean Eating ein absoluter Me-
gatrend ist und heute super mo-
dern und salonfähig in den Me-
dien und am Fernsehen daher-
kommt. Aber eigentlich ist es
überhaupt nichts Neues. Vor 30
Jahren haben das bereits die so-
genannten alternativen Men-
schen, in ihren selbstgestrickten
Pullovern, Jesussandalen und
nicht sonderlich gepflegten
Bärten, propagiert und auch da-
nach gelebt. Damals stellte sich
die konservensüchtige Gesell-
schaft die Frage: Bäh - was essen
dann diese «Körnlipicker» da?
Eben genau das, was heute
die Clean-Eating-Spezialisten in
höchsten Tönen loben. Wichtigste
Regel: Das Essen soll naturbe-
lassen sein – unverarbeitete, na-
türliche Rohstoffe wie Gemüse,
Obst, Salat, Fleisch, Fisch, Voll-
kornprodukte stehen im Vorder-
grund. Fertige, vorgekochte
Menüpackungen à la Züri-
gschnätzletes mit Reis, Pizzas

und Fertiglasagne – das ist ein
No Go! Es wird automatisch auf
alle synthetischen Zusatzstoffe
verzichtet, die in allen industriell
verarbeiteten Lebensmittel vor-
kommen und immer zu viel Zu-
cker enthalten. Die Clean Eater
berufen sich auch auf die Tier-
welt. Tiere wissen instinktiv, was
gesunde Ernährung ist. Diese
Antenne ist uns Menschen längs-
tens abhandengekommen – wir
essen fast alles. Das Tier ernährt
sich aber artgerecht – oder haben
sie schon einen Üdiker Milan ge-
sehen, der auf einem Apfelbaum
sitzt und Äpfel frisst? Das wird
er nicht tun. Erstaunlicherweise
konnte in der wildlebenden Tier-
welt auch keine einzige typische
Zivilisationskrankheit diagnos-
tiziert werden, mit denen sich
der Mensch herumärgern muss
(Diabetes, Laktoseintoleranz
oder Karies). Nun Blick in unse-
ren Garten Anfang Juli: Him-
und Brombeeren gut. Heidelbee-
ren und Cherrytomaten gut.
Zitronenbaum gut. Olivenbaum
– ich juble – gut, denn dieses Jahr

könnte es sogar Oliven geben.
Bereits im April entschliesse ich
mich einen 3m2 grossen Gemüse-
garten anzulegen. Setzlinge und
Gemüseerde stehen bereit:
Lauch, Fenchel, Broccoli, Zuc-
chini und Zwiebelknospen. Frei-
zeit. Ausgerüstet mit Hacke und
Schaufel bereite ich das Gemüse-
beet vor. Nach 10 Minuten geht es
mir nicht so gut: Leichte unange-
nehme Schmerzen im Rücken,
die Muskeln in den Armen sind
nicht wirklich à jour. Der
Schweiss läuft die Stirn herunter.
15 Minuten Pause – Wasser trin-
ken und erholen. Schliesslich ha-
be ich es geschafft. Meine Güte –
isch das en Chrampf gsi. Ja, so
leicht kommt man nicht an sein
eigenes Clean-Eating-Gemüse.
Ich bin aber zuversichtlich, dass
es gut kommt (siehe Foto). Ein
Grund genug, allen Menschen zu
danken, die tagaus tagein durch
harte Arbeit dafür sorgen, dass
wir uns – wenn wir es denn auch
wollen - gesund ernähren kön-
nen.

Vincent Chaignat, Pfarrer

Gottesdienste

Donnerstag, 1. September
10:30 Uhr, Im Spilhöfler 2a
Kurz-Gottesdienst

Sonntag, 4. September
10:00 Uhr, ref. Kirche
Tauf-Gottesdienst
Predigt: Vincent Chaignat
Orgel: Livio Castioni
Kollekte:
Fragile Suisse Hirnverletzte
Anschliessend Apéro

Mittwoch, 7. September
07:00 Uhr, ref. Kirche
Morgen-Input
Pfarrer Vincent Chaignat

Sonntag, 11. September
10:00, ref. Kirche
Gottesdienst
Predigt: Pfr. Peter Abraham
Orgel: Livio Castioni
Kollekte: Christuszentrum
Schlieren - Pfarrer Sieber

Donnerstag, 15. September
10:30 Uhr, Im Spilhöfler 2a
Kurz-Gottesdienst

Sonntag, 18. September
10:00 Uhr, ref. Kirche
Ökum. Gottesdienst zum Eidgenössischer Dank-, Buss- und Bettag mit Agapemahl
Predigt: Thomas Leist, röm.-kath. Gemeindeleiter
Vincent Chaignat, ref. Pfarrer
Orgel: Livio Castioni
Kollekte: Ök. Kollekte
Anschliessend Bettagsapéro im ref. Kirchgemeindezentrum
Details siehe Seite 4.

Mittwoch, 21. September
07:00 Uhr, ref. Kirche
Morgen-Input
Pfarrer Vincent Chaignat

Sonntag, 25. September
10:00 Uhr, ref. Kirche
Erntedank-Gottesdienst mit Abendmahl und «Teilete»
Predigt: Pfr. Vincent Chaignat
Mitwirkung: Kolibri-Kinder und Let's Sing Choir
Kollekte: Ländliche Familienhilfe Kanton Zürich
Details siehe Seite 4.

Donnerstag, 29. September
10:30 Uhr, Im Spilhöfler 2a
Kurz-Gottesdienst

Taufsonntage

4. September, 2. Oktober,
13. November + 18. Dezember

Autofahrtdienst:
jeweils 15 Minuten vor Gottesdienstbeginn bei den Ortsbus-Haltestellen Ringlikon-Langwis, Ringlikon-Dorf, Gättern und Katholische Kirche

Chinder Chile

Samstag, 3. September
9:00 Uhr,
ref. Kirchgemeindezentrum
Unti-Zmorge
Details siehe Seite 3.

Mittwoch, 7./14./21.+28. Sept.
9:30 Uhr,
ref. Kirchgemeindezentrum
Singe mit de Chliinschte

Mittwoch, 7. September
12:00 Uhr
ref. Kirchgemeindezentrum
Minichile Gruppe A

Freitag, 9. September
15:45 Uhr
ref. Kirchgemeindezentrum
Club 4 Gruppe A

Samstag, 10. September
9:00 Uhr,
ref. Kirchgemeindezentrum
Minichile Gruppe B

Mittwoch, 21. September
12:00 - 14:30 Uhr,
ref. Kirchgemeindezentrum
Kolibri-Zmittag
Details siehe Seite 3.

Donnerstag, 22. September
17:00 Uhr, ref. Kirche
Fiire mit de Chliine
Thema: «Erntedank»

Samstag, 24. September
9:00 Uhr,
ref. Kirchgemeindezentrum
3. Klass-Unti Gruppe B

Mittwoch, 28. September
12:00 Uhr,
ref. Kirchgemeindezentrum
3. Klass-Unti Gruppe A

Jungi Chile

Donnerstag, 1./15./22. + 29. September
19:15 Uhr
ref. Kirchgemeindezentrum
Konf-Unti

Donnerstag, 8. September
20:00 Uhr
ref. Kirchgemeindezentrum
Konf-Unti-Elternabend
Kein Konf-Unti!

Erwachsene

Montag, 5. + 19. September
20:15 Uhr, Bühstrasse 3
Ringliker Hauskreis

Dienstag, 6. September
12:00 Uhr, grosser Saal im Üdiker-Huus
Zmittag für alli
Anmeldung bis Freitag,
2. September an Telefon
044 200 17 00 oder per Mail
zmittag@uitikon.ch

Mittwoch, 7./14./21.+28. Sept.
20:00 Uhr,
ref. Kirchgemeindezentrum
Probe Let's Sing Choir

Donnerstag, 15. September
12.00 Uhr, Rest. Uto Kulm
«Zmittag am 15.»
Anmeldung bis 14. Sept.
Telefon 044 491 91 92
Bitte die SZU um 11.18 Uhr benützen!

Änderungen möglich. Aktuellste Daten im Gemeinde-Kurier.

«Fiire mit de Chliine»



Bild: Pixabay.com

Donnerstag, 22. September
17:00 Uhr, ref. Kirche

«Erntedank»

Der Gschichte-Höck ist eine Feier für Kinder ab ca. 3 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen. Wir hören eine Geschichte und singen gemeinsam Lieder. Es sind alle herzlich willkommen.

Das Leiter-Team:
Brigitte Bosshard, Viola Kunz und Martina Oetiker

Kollekten

05. Juni: Ancora Stiftung:
CHF 105.--

12. Juni: Schlupfhuus Zürich:
CHF 532.70

19. Juni: HEKS Flüchtlingskollekte: CHF 131.--

26. Juni: Therapiehunde Schweiz
CHF 291.20

03. Juli: SEK Fonds für Frauenarbeit: CHF 74.--

10. Juli: Insieme Limmattal, geistige Behinderung:
CHF 185.30

17. Juli: bif - Beratung/Info Frauen gegen Gewalt: CHF 108.--

24. Juli: Waldenserkomitee der deutschen Schweiz:
CHF 120.--

31. Juli: Lungenliga ZH:
CHF 30.--

Freud und Leid

Trauerungen

2. Juli: **Kerstin Teuchner & Michel Rasi**
Dorfstrasse 11,
8904 Aesch ZH

16. Juli: **Pamela Böni & Andreas Herrmann**
Alte Hedingerstrasse 24,
8910 Affoltern am Albis

Taufen

10. Juli:
Joel Fritz Fuchs
Schlierenstrasse 11

10. Juli:
Eleni Flückiger
Gutstrasse 95, 8055 Zürich

Abschiede

28. Juni
Max Deflorin, geb. 1942
Ringlikerstrasse 73

29. Juni
Gertrud König, geb. 1926
Im Spilhöfler 2

5. August
Erika Dietsch, geb. 1931
Zürcherstrasse 12

Unti-Zmorge

Samstag, 3. September 2016

09:00 Uhr, ref. Kirchgemeindezentrum im Üdiker-Huus

Wie jedes Jahr veranstalten wir zum Schuljahresbeginn anstelle eines Elternabends unseren beliebten Unti-Zmorge. Mit dem gemeinsamen Essen und gemütlichen Beisammensein verbinden wir das gegenseitige Kennenlernen mit ein paar kurzen Infos zum Unterricht.

An diesem Morgen kann auch unser neuer Unterrichtsraum im Matthäus-Zimmer besichtigt werden.

Bitte melden Sie sich rechtzeitig an, am besten auf unserer Webseite www.refkirche-uitikon.ch oder im Sekretariat, Telefon 044 200 17 00.

Wir freuen uns auf viele neue und bekannte Gesichter.

Ramona Voser, Katechetin; Vincent Chaignat, Pfarrer; Anita Tschudi, Kirchenpflegerin



Limmattaler 2-Stunden-Lauf
3. September 2016 Die Benefizveranstaltung im Limmattal

Samstag, 3. September

Start: 14:00 Uhr

Schulhaus Weihermatt

Weihermattstrasse 50

in Urdorf

Für LäuferInnen und auch zum Spazieren, Flanieren, Walken, Joggen ...

Infos und Anmeldung unter www.limmtaler2hlauf.ch

Eine Aktion der 7 ref.

Limmattaler Kirchgemeinden.

Kolibri-Zmittag

Mittwoch, 21. September 2016

12:00 - 14:30 Uhr, ref. Kirchgemeindezentrum im Üdiker-Huus

Teilen macht Spass

Max Maus will ein Apfelfest feiern und er weiss, wo es im Wald, in einer Lichtung, einen Apfelbaum gibt. Als Max und sein Freund Ivan dort ankommen, sind alle Äpfel weg.

Golo Gartenschläfer hat sie alle für sich eingeheimst und will sie nicht teilen. Max und Ivan sind traurig und empört. Sie wollten doch eine «Apfel-Fête» mit allen machen. Ob es wohl eine Lösung gibt? Das hört ihr dann im Kolibri-Zmittag.



Wir treffen uns um 12 Uhr im reformierten Kirchgemeindezentrum (Üdiker-Huus, 1. Stock).

Nach einem feinen z'Mittagessen hören wir die Geschichte zum Thema und gestalten ein Plakat, das wir am Sonntag, 25. September 2016 am Erntedank-Gottesdienst in unserer Kirche aufhängen.

Schluss des Anlasses 14.30 Uhr

Am Sonntag, 25. September feiern wir den Erntedank-Gottesdienst mit Teilette um 10 Uhr in unserer Kirche und anschliessend im Üdiker-Huus (siehe Erntedank-Gottesdienst). Die Teilnahme der Kinder und Eltern am Erntedank-Gottesdienst ist deshalb sehr erwünscht!

Melden sie ihre Kinder gleich an – am besten online (www.refkircheuitikon.ch) oder per Mail oder Telefon 044 200 17 00.

Herzlich laden ein: Vincent Chaignat, Pfarrer und Helferinnen

Zmittag für alli

Dienstag, 6. September 2016

Zeit: ab 12:00 Uhr im grossen Saal im Üdiker-Huus

Wichtig:

Ihre Anmeldung erwarten wir jeweils bis spätestens am vorhergehenden Freitag, Telefon 044 200 17 00, per Mail zmittag@uitikon.ch oder mittels Onlineformular auf unserer Webseite: www.refkirche-uitikon.ch

Impressum

Herausgeberin

Ev.-ref. Kirchgemeinde
Uitikon Waldegg

Nächster Redaktionsschluss:
12. September 2016

Redaktion und Sekretariat

Iris Reisacher
Zürcherstrasse 61
Tel. 044 200 17 00
refkircheuitikon@uitikon.ch

Öffnungszeiten:

Dienstag - Freitag
8.30 - 11.00 Uhr, übrige Zeit
Telefonbeantworter

Druck

Druckerei Ritschard
8032 Zürich

Pfarramt

Pfr. Vincent Chaignat
Chapfstrasse 12
Tel. 044 491 99 91
pfr.v.chaignat@uitikon.ch

**Mitarbeiterin Diakonie
und Gemeindeaufbau**

Martina Oetiker
Tel. 044 200 17 03
m.oetiker@uitikon.ch

Anwesenheit:

Di - Fr 8.30 - 11.00 Uhr
übrige Zeit nach Absprache

www.refkirche-uitikon.ch

Monats-Tipps

Ökumenischer Gottesdienst zum Eidg. Dank-, Buss- und Bettag mit Apagemahl

Sonntag, 18. September
10:00 Uhr, ref. Kirche

Martin Luther:

«Das Gebet ist ein Reden des Herzens mit Gott, in Bitte und Fürbitte, in Dank und Anbetung.»



Predigt und Liturgie:

Thomas Leist, röm.kath. Gemeindeleiter
Vincent Chaignat, ref. Pfarrer, Uitikon

Die Chorgemeinschaft Männerchöre Birmensdorf – Uitikon singen unter der Leitung von Christian Schmidt, Lieder aus der Deutschen Messe:

- Zum Eingang «Wohin soll ich mich wenden?»
- Zum Gloria «Ehre, Ehre sei Gott in der Höhe»
- Zum Sanctus «Heilig, heilig, heilig ist der Herr»
- Zum Agnus Dei «Mein Heiland, Herr und Meister»
- Zum Apagemahl Andachts-Jodler aus Tirol

Nach dem Gottesdienst sind alle zum Bettagsapéro im reformierten Kirchgemeindezentrum in Uitikon eingeladen.

Freundlich laden ein: Oekumene Uitikon

Erntedank-Gottesdienst

Sonntag, 25. September, 10:00 Uhr, ref. Kirche
anschliessend «Teilete» im Üdiker-Huus

«**Erde, die uns nährt**»

Die Erde ist der tragende Mutterboden, woraus wir geschaffen werden, wodurch wir bestehen und wohin wir zurückkehren. Wir erinnern uns, dass die Erde uns täglich ernährt mit Speis und Trank, vorbereitet durch unzählige, fleissige Hände. Von der Erde sind wir auch beatmet und belebt und dafür sagen wir in diesem Gottesdienst: Danke!

Sie bringen Ihre Gaben/Ihr Mitgebrachtes* in die Kirche. Um 10 Uhr feiern wir miteinander Gottesdienst und Abendmahl. Anschliessend gehen wir ins Üdiker-Huus und teilen miteinander die mitgebrachten Gaben.

Gestaltung des Gottesdienstes durch:

- die Kinder des Kolibri
- den Let's Sing Choir unter der Leitung von Livio Castioni
- Pfarrer Vincent Chaignat

Info: Gerne erwarten wir ihre Kinder zur Vorbereitung zu diesem Fest am Kolibri-Zmittag am **Mittwoch, 21. September von 12:00–14.30 Uhr**.

Kollekte zu Gunsten von **Ländliche Familienhilfe Kanton Zürich**

Auf ihre Teilnahme freuen sich

Die Kirchenpflege, die Kolibrikinder, der Let's sing Choir und Pfr. Vincent Chaignat.

*Z.B. Brot, Zopf, Kuchen, Früchte, Konfi, Käse, Butter, usw. (was übrig bleibt, wird von den Teilnehmenden wieder mit nach Hause genommen)

P.P.
8142 Uitikon



Fritigs-Träff

Freitag, 2. September 2016
14:30 Uhr, im Ref. Kirchgemeindezentrum

«**Die faszinierende Welt der Hummeln**»

Wo wohnen Hummeln? Machen sie Honig? Wo sind Hummeln im Winter? Diese und andere Fragen zu den kugelig-pelzigen Insekten beantwortet uns die Referentin Dr. Christine Gerloff. Frau Gerloff (Biologin) hat mit Hummeln geforscht. Als Präsidentin des Natur- und Vogelschutzvereins Gartenrötel setzt sie sich dafür ein, dass in Uitikon viele Hummeln von Blüte zu Blüte brummen.

Anschliessend an den spannenden Vortrag geniessen wir wie immer ein feines Zvieri und freuen uns auf das fröhliche Beisammensein.

Martina Oetiker, Diakonin und Freiwillig Mitarbeitende freuen sich auf viele interessierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer.