

uedliger

offiziell aktuell persönlich

Nr. 99 Januar 2022



10 Pro Senectute
Übernahme des
Mahlzeitendienstes
in Udligenswil

12 Sportverein
Fitness-InstruktorIn
für Group-Fitness
gesucht

14 Kulturverein
Eine Stunde des
Glücks mit Märchen
aus aller Welt

Wieder ein neues Jahr – geht es weiter wie bisher?



In den letzten zwei Jahren ist das Wort **Resilienz** vor allem durch die Corona-Krise präsent geworden. Doch was bedeutet eigentlich resilient sein?

Aus dem Englischen übersetzt geht es um Elastizität – Widerstandsfähigkeit – Ausdauer. Genauer gesagt, es geht um die Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigungen zu überstehen und widerstandsfähig fürs Leben zu werden. Menschen, die ihre Resilienz aufbauen, denken über ihre Biografie nach. Sie ziehen aus der Vergangenheit ihre Lebensbilanz, um in der Gegenwart ihr Leben wertzuschätzen und zu bewältigen. Vielleicht fragen Sie sich auch ab und zu: «Wie kann mein Leben gelingen? Was brauche ich wirklich in meinem Leben? Was hilft mir, das Schöne in mir zu entfalten?»

Wir alle benötigen liebevolle Bezugspersonen, die sich um uns kümmern und auf unsere Bedürfnisse reagieren; Interesse zeigen und Anteil nehmen an unserem Leben. Es ist wichtig, seine Lebensschutzfaktoren zu kennen und zu pflegen:

- **Ich habe** soziale Ressourcen, Familie, Freunde, stärkende Rituale, Unterstützungssysteme...
- **Ich bin** Persona, Seele, Körper, Geist, Gefühle, Verhaltensweisen, Gedanken...
- **Ich kann** von und mit anderen lernen, soziale und persönliche Fähigkeiten einsetzen, arbeiten...

Wer aber seinem Kind alle Steine aus dem Weg räumt, kann keine Widerstandsfähigkeit entwickeln. Wenn wir hinfallen, tut uns der harte Boden weh, aber wir brauchen ihn gleichzeitig, um wieder aufstehen zu können. So zeigen sich sieben Handlungsfelder für ein Ressourcen-Training zum Aufbau der Resilienz: Optimismus, Akzeptanz, Lösungsorientiertheit, Opferrolle ablegen, Verantwortung, Netzwerk aufbauen, Zukunft gestalten. In einer persönlichen Trainingsbegleitung arbeite ich an diesen Feldern.

Ein erfülltes Leben, woher nehme ich das? Ich denke, es gibt zwei mögliche Ansichten, welche sich auch ergänzen können: Es ist mir geschenkt – also **Gnade**

oder ich habe es verdient – selbst **erarbeitet**. Mir persönlich hilft die Rückverbindung an etwas Höheres als mich selbst. Die Anbindung an die göttliche Liebe stärkt mein Urvertrauen und ich muss mir im Leben nicht alles selbst erarbeiten. Ich darf mich auch beschenken lassen, ohne in einer Schuld zu stehen. Trotzdem tut es mir gut, Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen, auch für die eigenen Gefühle, für das eigene Glück.

Als Qi Gong und Tai Ji Leiterin hilft mir das konkrete mich in Beziehung setzen mit meinem Körper. So kann ich im Hier und Jetzt ankommen, weg vom Denken hin zur Meditation in Bewegung. Dabei kann ich die Erwartung loslassen, kann viel leichter all das Gute empfangen, das mir geschenkt wird und gelassener damit umgehen, wenn gerade mal weniger Schönes oder Erfreuliches in mein Leben tritt. Natürlich tut mir ein empathisches Anteilnehmen zu meiner Situation von anderen Menschen aus meiner Umgebung auch gut. Gelingt es uns in dieser göttlichen Liebe zu leben, erhöht sich die Frequenz unserer Eigenschwingung und der Dankbarkeit. Und mit ihr die Schwingung unserer Umgebung, denn durch Resonanz ziehen wir Liebe, Schönheit, Freude in unser Leben und geben sie gleichzeitig auch ab – machen so die Menschen um uns herum durch unsere Art, zu sein, auch glücklich. Ich wünsche uns allen von Herzen ein segenreiches 2022!



Karin Marti
Resilienz Couch & Ritualleiterin

Gemeinderat

Baubewilligung

allfällige Rechtsmittelverfahren bleiben vorbehalten

BH: Schilliger Immobilien AG, Lowmattweg 8, 6044 Udligenswil

BO: Balkonverglasung (Projektänderung) auf Grundstück Nr. 49,
GB Udligenswil

Lage: Meierskappelstrasse 5a und 5b

BH = Bauherrschaft; BO = Bauobjekt

Handänderungen

von: Profunda AG für Immobilienwerte, Aktiengesellschaft

an: Miroslav und Aleksandra Nikolic, Schädritstrasse 39, 6006 Luzern

GS: 2051, Chräi 5

von: Werner Hofstetter, Schlösslistrasse 29, 8044 Zürich

an: Markus Erb, Sagenhofstrasse 51, 6030 Ebikon

GS: 2285, Luzernerstrasse 2 / 4 / 6

von: Werner Hofstetter, Schlösslistrasse 29, 8044 Zürich

an: MSBE Immobilien AG, Aktiengesellschaft

GS: 2283, Luzernerstrasse 2 / 4 / 6

von: Bruno Kaiser, Sagen 1, 6221 Rickenbach LU und Meinrad Kaiser,
Buchmattstrasse 5c, 6045 Meggen

an: Meinrad Kaiser, Buchmattstrasse 5c, 6045 Meggen

GS: 2066, Schönaumatt 6

von: Thomas Schnider, Neumatt 2, 6055 Alpnach Dorf

an: Sonja Seipler, Allmendstrasse 1a, 6044 Udligenswil

GS: 2027, Kirchrainstrasse 31

GS = Grundstück

Rückblick Gemeindeversammlung

Am Montag, 29. November 2021, fand im Bühlmattsaal unter besonderen Schutzauflagen die Budget-Gemeindeversammlung mit 55 Stimmberechtigten statt.

Das vom Gemeinderat unterbreitete Budget 2022 mit einem Ertragsüberschuss von CHF 24 000 und einem Steuerfuss von 1.85 Einheiten (wie bisher) wurde einstimmig genehmigt. Die anwesenden Stimmberechtigten haben ausserdem von der Gemeindestrategie 2024+, vom Legislaturprogramm 2020 – 2024 sowie vom Aufgaben- und Finanzplan für die Periode 2022 – 2025 zustimmend Kenntnis genommen. Nebst dem Budget genehmigten die Stimmberechtigten auch einstimmig das Reglement über die familienergänzende Kinderbetreuung der Gemeinde Udligenswil. Zum Schluss wurde auch das Einbürgerungsgesuch von Giedre Apuokaite mit Darius, Marisa und Rokas behandelt und ihnen das Gemeindebürgerrecht von Udligenswil einstimmig zugesichert.

Verschiebung Neuzuzüger-Begrüssung vom 08.01.2022

Leider mussten in diesem Jahr wiederum einige liebgewonnene, gesellschaftliche Anlässe wegen des Corona-Virus auf unbestimmte Zeit verschoben werden. Dies ▶

Inhalt

2	Persönlich
3-6	Gemeinderat
6	Zivilstandsnachrichten
7	Schule
8	Musikschule
8	Pfarrei
10	Soziales
10	Senioren
10	Pro Senectute
11	Pro Senectute / SRK
11	Jubla
12	Sportverein
12	Fassdugeliclub
14	Kulturverein
14	Mosaik
15	Bibliothek
15	Notfalldienst
15	Impressum
16	Veranstaltungen

Cover
Besinnliche Feiertage und einen guten
Rutsch in ein gesundes Neues Jahr!

041 340 46 55/078 779 64 93
innendekorationen.guilgot@bluewin.ch

Meierskappelstrasse 3 6044 Udligenswil LU

Innendekorationen

Guilgot Michel

Polster- und Bezugsarbeiten
Vorhänge und Beschattungssysteme

I
N
D
E
R

B
A
N
K

Iten Sanitär AG 

Grepperstrasse 46 • 6403 Küssnacht am Rigi
Tel. 041 850 55 81 • info@itenag.ch • www.itenag.ch

- Sanitärinstallationen
- Badrenovationen
- Sanitärplanungen
- Reparaturservice
- Boilerentkalkungen
- Sanitär laden

BadelWelten 
DIE BADARCHITECTEN

Der Dorfelektriker
Udligenswil und Umgebung

Bättig Elektroinstallationen
Hubmatt 6
6044 Udligenswil

079 340 33 41
info@dorfelektriker.com
www.dorfelektriker.com



 Silberschmuck im Kurs
selber herstellen
&
 Spezialanfertigung von
Schmuckstücken
nach Wunsch

 ArtClaySilver.ch

Simone Wyss | Gfäzmatt 10 | Udligenswil
078 611 65 05 | info@artclaysilver.ch



bucher

Ihr Fachmann für
Ofen- und Cheminéebau
Plattenbeläge

Udligenswil 041 371 05 02
www.ofenbau-bucher.ch

Panflötenunterricht Monika Nef
Anfänger-Kurs in Küssnacht a/R
Dienstags

- wöchentlicher Gruppenunterricht
- keine Notenkenntnisse erforderlich
- Miet-Panflöten
- Freude an der Musik
- Wiedereinstieg möglich

Anmeldung: 079 573 00 66
moni.nef@bluewin.ch
www.panflötenunterricht.ch



Schönau-Vets AG
Gross- und Kleintierpraxis
Schönaumatt 1
6044 Udligenswil
Tel.: 041 371 10 20

GI **GISLER SPENGLEREI-BEDACHUNGEN**
Spenglerei · Bedachungen · Fassaden
Blitzschutzanlagen · Reparaturen

Spenglerarbeiten
Dachdeckerarbeiten
Blitzschutz

Gisler Spenglerei-Bedachungen GmbH
Unterdorfstrasse 2
6044 Udligenswil
Tel. 041 371 04 26
info@gisler-spenglerei.ch – www.gisler-spenglerei.ch

Gemeinderat

betrifft nun leider auch die Neuzuzüger-Begrüssung. Aufgrund der aktuellen besonderen Umstände möchte der Gemeinderat diesen Anlass nicht mit einer 2G-Regelung durchführen. Daher wird der Neuzuzügeranlass verschoben und zu einem späteren Zeitpunkt (voraussichtlich Vorsommer 2022) nachgeholt. Sobald das neue Datum festgelegt wurde, werden wir die neuen Bürger und Bürgerinnen von Udligenswil informieren.

Neuer Mitarbeiter Bauamt

An der Budget-Gemeindeversammlung vom 29. November 2021 wurde für das Bauamt Udligenswil eine zusätzliche Stelle beantragt. Als Verstärkung konnte Toni Schaidl gewonnen werden. Toni Schaidl war mehrere Jahre als Sachbearbeiter und auch als Leiter in verschiedenen Bauämtern tätig. Seine Arbeit als Sachbearbeiter hat er bereits aufgenommen. In den nächsten Monaten wird er in einem Pensum von 40–80% das Bauamt Udligenswil unterstützen. Der Gemeinderat ist zuversichtlich, dass mit der Stärkung die offenen Pendenzen abgebaut werden und die Bauwilligen in Zukunft wieder zeitnah bedient werden können.

Wir heissen Toni Schaidl herzlich willkommen und wünschen ihm viel Freude und wertvolle Momente bei der Arbeit.

Information der Einwohnerkontrolle bei Zuzug, Umzug oder Wegzug

Gerne möchten wir Sie daran erinnern, dass Sie Ihren Zuzug, Wegzug oder Umzug innerhalb von 14 Tagen bei der Einwohnerkontrolle melden. Wir stellen ab und zu fest, dass dies vergessen geht. Eltern mit schulpflichtigen Kindern bitten wir, die Schulleitung oder das Schulsekretariat möglichst früh über einen geplanten Zu- oder Wegzug zu informieren.

Zuzug

Wenn Sie neu nach Udligenswil gezogen sind, heissen wir Sie recht herzlich willkommen. Zur Anmeldung benötigt die Einwohnerkontrolle Udligenswil folgende Unterlagen:

Schweizer Bürger

- Heimatschein
- Interimsausweis/Heimatausweis (nur bei Wochenaufenthalten)
- Familienbüchlein oder Familienausweis (falls verheiratet)
- Mietvertrag
- Nachweis der Krankenkassen-Grundversicherung

Ausländische Staatsangehörige

- Gültiger Reisepass oder Identitätskarte
- Ausländerausweis
- Familienbüchlein oder Familienausweis (falls verheiratet)
- Arbeitsvertrag oder Bestätigung des Arbeitgebers (Zuzug vom Ausland)
- Mietvertrag
- Nachweis der Krankenkassen-Grundversicherung

Umzug oder Wegzug

Bei einem Umzug innerhalb der Gemeinde oder einem Wegzug aus Udligenswil bitten wir Sie, dies der Einwohnerkontrolle zu melden. Bei einem Wegzug bringen Sie bitte den Schriftenempfangsschein bzw. den Ausländerausweis mit.



SBB-Tageskarten (Generalabonnemente 2. Klasse)

Die Gemeinde Udligenswil bietet der Bevölkerung auch im nächsten Jahr zwei Tageskarten der 2. Klasse an. Damit wird ein aktiver Beitrag zur Förderung des öffentlichen Verkehrs geleistet. Mit der Tageskarte reisen Sie auf über 18 000 Kilometer Strecke der SBB,

der Postautos sowie der meisten konzessionierten Privatbahnen, städtischen Nahverkehrsmitteln und vielen Schiffsbetrieben der Schweiz. Für die Nutzung der Tageskarte ist kein Halbtax-Abonnement notwendig.



Die Tageskarten können direkt über die Homepage reserviert und mit der Kreditkarte bezahlt werden. Auf Wunsch werden die Tageskarten per Post zugestellt. Damit die Tageskarten rechtzeitig eintreffen, wird eine Vorlaufzeit von fünf Tagen benötigt. Selbstverständlich können die Tageskarten auch zu den ordentlichen Schalteröffnungszeiten der Finanzverwaltung Udligenswil bezogen werden. Reservierte Tageskarten müssen innert drei Arbeitstagen abgeholt werden.

Die Preise bleiben unverändert. Einheimische Bewohner bezahlen pro Tageskarte CHF 40.– und Auswärtige CHF 45.–. Der «Last-Minute-Tarif» bleibt bei CHF 30.–. Dieser Tarif gilt für jene Karten, die erst am Gültigkeitstag (ab 8.00 Uhr) am Schalter der Finanzverwaltung Udligenswil gekauft werden. Tageskarten für Samstag und Sonntag können ab dem vorangehenden Freitag (ab 15.00 Uhr) zum «Last-Minute-Tarif» bezogen werden. Dieser Tarif gilt nur, wenn die Karten zu diesem Zeitpunkt noch verfügbar sind. Eine Vorreservation ist nicht möglich.

Wir wünschen Ihnen eine angenehme und erlebnisreiche Reise mit der Tageskarte der Gemeinde. ▶

Gemeinderat Giftsammlungen im Kanton Luzern

Gemeinde Hochdorf

14. Mai 2022, 09.00 – 12.00 Uhr
Schulhaus Sagen, Sagenbachstr. 35

Gemeinde Kriens

24. September 2022, 10.00 – 14.00 Uhr
Schulhaus Meiersmatt, Südstrasse 36

Gemeinde Menznau

22. Oktober 2022, 09.00 – 12.00 Uhr
Areal Rickenhalle, Rickenstrasse 5

Wichtige Hinweise:

- Giftabfälle – falls möglich – in Originalverpackung mitbringen.
- Giftabfälle immer persönlich an das zuständige Personal übergeben.
- Giftstoffe in keinem Fall vor die geschlossene Sammelstelle stellen. Die widerrechtliche Lagerung und

Entsorgung ist gemäss Art. 61
USG strafbar.

- Giftabfälle nicht mischen.

Welche Haushaltchemikalien werden angenommen?

Chemikalienabfälle aus dem privaten Haushaltbereich, wie z.B. Farben, Insektizide, Reinigungsmittel, Lacke, Pestizide, Ablaufreiniger, Verdüner, Fungizide, Fleckenentferner, Klebstoffe, Duftöle, Medikamente, Lösungsmittel, Entkalkungsmittel, Dünger, Quecksilber-Thermometer, Holzschutzmittel, Kosmetika, usw.

Welche Abfälle werden NICHT angenommen?

Hausmüll, Pneus, radioaktive Stoffe, Sperrgut, Munition, Neonröhren, Batterien, Sprengstoff, Elektroschrott.

Abfälle aus Gewerbe, Industrie und Landwirtschaft werden nicht angenom-

men. Weitere Informationen zu den Giftsammlungen finden Sie online unter www.lebensmittelkontrolle.lu.ch.

Winterdienst – Schnee räumung auf privatem Boden

Der Winterdienst Udligenswil hat festgestellt, dass Schnee von Privatgrundstücken oftmals auf öffentliche Wege, Strassen, Trottoirs und Plätze geschaufelt wird. Grundeigentümerinnen und Grundeigentümer sind angehalten, den Schnee auf dem eigenen Grundstück zu «entsorgen». Insbesondere ist darauf zu achten, dass der Schnee – nachdem der Schneepflug geräumt hat – nicht wieder auf die Strasse zurückbefördert wird.

Der Gemeinderat bedankt sich für die korrekte Schneeräumung und wünscht einen schönen Winter.

Zivilstandsnachrichten

soweit die Publikation nicht abgelehnt wurde

Es werden alle Geburten, Eheschliessungen und Todesfälle publiziert. Falls Sie, als betroffene Person, keine Veröffentlichung wünschen, bitten wir Sie, dies der Gemeindkanzlei rechtzeitig vor bzw. direkt nach dem Ereignis mitzuteilen.

Gratulationen

08.01.1952

Henseler Dorothea
Mittler Haasenberg 1
70. Geburtstag

08.01.1932

Eiselin Max
Waldegg 1
90. Geburtstag

09.01.1931

Gisler Mathilde
i.A. im Alters- und
Pflegeheim Sunnehof
91. Geburtstag

12.01.1952

Trüb Monika
Schönaustrasse 3
70. Geburtstag

17.01.1928

Gisler Peter
Gabelegg 1
94. Geburtstag

19.01.1934

Wicki Jakob
Hinter Guggenbühl 1
88. Geburtstag

21.01.1937

Wyssbrod Sabine
Zweiermatt 10
85. Geburtstag

Den Jubilarinnen und den
Jubilaren wünschen wir gute
Gesundheit und viel Freude
im neuen Lebensjahr.

Kristallausstellung von Roland Greter



Grosse und kleine Kristalle mit spannenden Geschichten des Strahlers faszinierten die Kinder

Mit Fotos und Fundobjekten untermalte der Erzähler seine Geschichten und im Anschluss stellten viele Kinder Fragen. So wollten die Kinder wissen, wie Kristalle entstehen, wo man diese findet und ob es nicht gefährlich sei. Geduldig beantwortete Herr Greter ihre Fragen. In Gebieten mit Granit und weissen Schichten finde man am ehesten Kristalle. Oft biwakierten er und sein Kollege gerade in der Nähe der Gruft und manchmal seien auch Steinböcke neugierig und das Strahlen werde zu einem doppelten Naturerlebnis.

Die Lernenden und Lehrpersonen bedankten sich herzlich für die spannende Lektion und die beeindruckenden Kristalle, welche als Ergebnis der grossen Arbeit zu bestaunen waren.

Martin Tiziani
Schulleiter

Die letzten sechs Wochen konnten alle Kinder wie auch Lehrpersonen einen kleinen Teil einer grossen Sammlung von Kristallen bestaunen, die der Strahler und Vater zweier Kinder an der Schule, Roland Greter, in der Vitrine der Schule ausstellte. Diese Art von Eltern-

mitwirkung schätzt der Schulleiter sehr und auch der Vortrag am Freitag, 26. November 2021, war beeindruckend.

Die Klasse von Frau Bissig und Frau Schaub, begleitet durch Daniel Keller, bestaunten die Exemplare und hörten den Erzählungen des Strahlers gespannt zu.

Lichtfeiern und Weihnachtsmarkt im Advent

Nach dem wunderschönen Lichterumzug im November fanden jeweils am frühen Morgen um 7.15 Uhr für jede Stufe einzeln die Lichtfeiern im Advent statt. Die Schulleitung möchte sich herzlich für die stimmungsvollen Tagesanfänge bei den Religionslehrpersonen bedanken. Die Lichtfeiern werden auch den Kindern als erlebnisreiche Tageseinstiege in Erinnerung bleiben. Die Verpflegung danach vor der Schule war für viele ein willkommener Energiespender. Auch ein herzliches Dankeschön den Lehrpersonen der 5./6. Klasse, welche den Weihnachtsmarkt vom 9. und 16. Dezember lanciert und organisiert ha-



ben. Man spürte die Leidenschaft und Freude der Kinder schon weit im Voraus und die Klassen der Lehrerinnen C. Pereira, N. Dubica und C. Korner entwickelten einen richtigen Geschäftssinn und dekorierten ihre Stände stimmungsvoll mit schön gestalteten Karten, selbstge-

machten Seifen, Kerzen, Lichtern und das Feuer auf dem Platz verbreitete eine wohlige Stimmung. Es ist eine Freude für die Schulleitung und die Eltern zu sehen, wie die Kinder motiviert, freudig und fröhlich mitarbeiten. Auch die musikalische Stimmung am Lichterumzug mit Iffeln, Laternen und den schönen, farbigen Heissluftballon-Motiven bleibt vielen Beteiligten in bester Erinnerung! Ich danke allen Kindern, den Lehrpersonen und auch den Eltern für die geleistete Arbeit.

Martin Tiziani
Schulleiter

Ausflug ins Planetarium

Am Donnerstag, 11. November 2021, reiste die gesamte Unterstufe ins Verkehrshaus nach Luzern. Passend zum aktuellen NMG-Thema «Sonne, Mond und Sterne» durften die Kinder eine Präsentation im Planetarium anschauen. Der Film, welcher an der grossen Kuppel eingeblendet wurde, war sehr be-

eindruckend und humorvoll zugleich. Die Kinder haben gestaunt, gelacht und ausserdem viel Neues zu diesem Thema dazugelernt.

Der krönende Abschluss war die Reise zum Planeten «Saturn» sowie die Beobachtung des Nachthimmels über der Stadt Luzern.

Leandra Pisani
Klassenlehrperson 1./2. Klasse



Musikalischer November

Selten hat die Musik mehr Bedeutung als in der Weihnachtszeit. Beim Talentkonzert in Meggen und dem Winterkonzert in Adligenswil erfreuten kleine und grosse Musikanten das Publikum mit ihren Melodien.

Junge Talente ganz gross

MusikschülerInnen der Musikschulen Adligenswil-Udligenswil und Meggen musizierten am 24. November 2021 am gemeinsamen Talentkonzert, organisiert vom Seniorenverein Meggen. Im festlichen Gemeindesaal Meggen präsentierten die jungen MusikerInnen

ihr Können mit Spielfreude und Leidenschaft. Aus Udligenswil und Adligenswil waren Rosanna Schönborn, Klavier, Anna Zihlmann, Posaune und ein Kammermusiktrio mit Camillo Schmid, Klarinette, Samuel Sergio, Cello und Alejna Aliji, Klavier zu hören.



Rosanna Schönborn
bei ihrem Auftritt

Wintermusik am Adventsmarkt in Adligenswil

Zu den ersten Schneeflocken sang der Kinder- und Jugendchor Adligenswil-Udligenswil und Sängerinnen aus der Gesangsklasse von Barbara Jaggi wärmende Winter- und Adventslieder auf dem Teufmattplatz. Auch die Beginnersband und eine grosse Schar BlockflötenschülerInnen musizierten freudig und temperamentvoll unter der Leitung von Sabine Schnyder. Dazwischen führten die leiseren, besinnlicheren Klänge von Gitarren, Cellis, Kontrabässen, Violinen, Klavier, Querflöten und Klarinette an den gut besuchten Kurzkonzerten in der Thomaskirche zu einem eindrücklichen Konzerterlebnis.

Über kurzfristige Änderungen der Durchführung des Adventskonzerts vom **18. Dezember 2021** in der Pfarrkirche Udligenswil erhalten Sie online Auskunft: www.schule-adligenswil.ch/musikschule.

Ursula Kleeb

Musikschule Adligenswil-Udligenswil

40 jahre

Musikschule
Adligenswil-Udligenswil

Gottesdienste Kirche St. Oswald

Nachstehende Feiern finden nur statt, wenn dies die Corona-Situation bzw. das BAG/der Kanton zulässt. Bitte die jeweiligen entsprechenden Schutzmassnahmen beachten!

**Ökumenischer Neujahrsgottesdienst
Samstag, 1. Januar 2022, 17.30 Uhr**
Einlass nur mit 3G-Zertifikat!

Ursina Parr-Gisler, Pfarrerin, sowie Petronella Scherer, Pfarreimitarbeitende, laden zum Neujahrsgottesdienst ein. Musikalisch wird die ökumenische Feier von Markus Weber an der Orgel gestaltet. Wir wollen gemeinsam auf das neue Jahr anstossen. Der Gemeinderat Udligenswil offeriert den Apéro. Alle sind herzlich willkommen!

**Sternsingergottesdienst
Sonntag, 9. Januar 2022, 09.30 Uhr**
Einlass nur mit 3G-Zertifikat!

Die Wortgottesfeier wird musikalisch vom Kinder-/Jugendchor Adligenswil-Udligenswil unter der Leitung von Barbara Jaggi begleitet und von den MinistrantInnen bzw. SternsingerInnen mitgestaltet. Unter dem Motto «**GESUND WERDEN - GESUND BLEIBEN, ein Kinderrecht weltweit**», befasst sich die Aktion Sternsingen 2022 mit dem Thema Gesundheit der Kinder. Nach der Feier sind alle herzlich zum Apéro mit Punsch und Dreikönigskuchen eingeladen.

**Fasnachtsgottesdienst
Guggenmusik Bärge Wörze
Samstag, 29. Januar 2022, 17.00 Uhr**
Einlass nur mit 3G-Zertifikat!

Da die Uedliger Zeitung jeweils rund einen Monat nach Redaktionsschluss erscheint, kann es sein, dass in der momentanen Situation einige Gottesdienste/Anlässe nicht entsprechend den gedruckten Angaben stattfinden können. Danke für Ihr Verständnis! Sämtliche kirchliche Angebote können Sie auch jeweils unserem Pfarreiblatt oder aktuell unter www.kpm.ch, entnehmen.

Elektro Wolf-Mathis GmbH



Schlössligasse 4
6044 Udligenswil
Tel. 041 371 15 55
mail@wolf-mathis.ch

Elektro-Anlagen
Telefon-Installationen
Verkauf und Reparaturen
von Elektro-Geräten

Kälin 
Elektro & Telematik AG
einfach kompetent

Kälin Elektro & Telematik AG
Meggerstrasse 6
6043 Adligenswil

Kälin Elektro & Telematik AG
Werchlaubengässli 14
6004 Luzern

Kälin Elektro & Telematik AG
Spissenstrasse 84
6045 Meggen

GESCHÄFTSÜBERGABE

Liebe Kundinnen und Kunden, geschätzte Geschäftspartnerinnen und -partner
Sehr geehrte Damen und Herren

Seit 1980 waren wir für Sie auf Draht. Nun ist es Zeit, unser Geschäft in neue Hände zu übergeben. Wir freuen uns sehr, dass wir mit der Kälin Elektro & Telematik AG eine kompetente Nachfolgeregelung gefunden haben. Wir sind überzeugt, dass Herr Patrick Kälin zusammen mit seinem Team alles daran setzen wird, die guten Geschäfts- und Kundenbeziehungen weiter zu führen und diese mit Sorgfalt zu pflegen.

Für das grosse Vertrauen und Ihre Treue gegenüber der Elektro Wolf-Mathis GmbH in den vergangenen Jahren danken wir Ihnen ganz herzlich und wünschen Ihnen alles Gute.

Freundliche Grüsse
Elektro Wolf-Mathis GmbH

Roland Mathis

GESCHÄFTSÜBERNAHME

Liebe Kundinnen und Kunden, geschätzte Geschäftspartnerinnen und -partner
Sehr geehrte Damen und Herren

Wir freuen uns, dass wir die Elektro Wolf-Mathis GmbH Mitte Juli in unsere Firma integrieren durften. Für Sie als Kunde werden sich keine grossen Änderungen ergeben. Sie erreichen uns weiterhin über die Nummer 041 371 15 55 oder per Mail mail@wolf-mathis.ch oder wie gehabt unter 041 370 02 02 oder per Mail mail@kaelin-elektro.ch.

Auf diese neue Herausforderung freuen wir uns und hoffen, dass wir auf Ihr Vertrauen und Ihre Treue zählen dürfen.

Roland Mathis danken wir sehr für die gute Zusammenarbeit und sein grosses Vertrauen, das er uns entgegen bringt.

Freundliche Grüsse
Kälin Elektro & Telematik AG

Patrick Kälin

einfach kompetent

t 041 370 02 02 · f 041 370 02 77 · mail@kaelin-elektro.ch · www.kaelin-elektro.ch · CHE-253.631.588 MWST

Soziales

Altersberatung in Udligenswil

Die Gemeinde Udligenswil bietet kostenlos und freiwillig Beratungen für Seniorinnen und Senioren, deren Angehörige und Freunde an. Auf neutraler Basis werden Fragen über die Lebensgestaltung im Alter, Wohnen, Gesundheit, Finanzen oder Recht besprochen. Die nächste Sprechstunde findet am Dienstag, 4. Januar 2022, 14.30 Uhr bis 15.30 Uhr im Bächli-Treff, Wohnen am Bächli, Am Bächli 2, 6044 Udligenswil, statt.

Wenn Sie in diesem Zusammenhang Fragen haben, steht Ihnen unser Sozialdienst in Adligenswil gerne zur Verfügung. Tel. 041 375 72 70, Mail: soziales@adligenswil.ch.

Sprechstunde
Dienstag, 4. Januar 2022
14.30 Uhr bis 15.30 Uhr

Angela Müller-Küng
Sozialvorsteherin Gemeinde Udligenswil

Pro Senectute

Mahlzeitendienst in Udligenswil ab 1. Januar 2022



Die Spitex Rontal plus wird den Mahlzeitendienst in Udligenswil nur noch bis Ende Jahr betreiben. Ab **1. Januar 2022** beauftragt die Gemeinde Udligenswil Pro Senectute Kanton Luzern mit der Versorgung von Mahlzeiten für betagte Seniorinnen und Senioren, für Menschen mit Behinderung oder Personen in der Genesungsphase nach Krankheit oder Unfall.

Der Mahlzeitendienst liefert eine reichhaltige Auswahl von Menüs wie beispielsweise dem Tagesmenü, dem Mediterran-Menü, dem Vegetarischen Menü oder dem Gemüseteller.

Die Mahlzeiten werden in der Küche von Viva Luzern Eichhof zubereitet. Die Produkte werden frisch eingekauft und rasch verarbeitet. Unmittelbar nach dem schonenden Garprozess werden die zu 95 % fertig gekochten Speisen auf +4 °C rückgekühlt. So bleiben die Energiewerte, Eiweissstoffe, Vitamine sowie die lebenswichtigen Spurenelemente weitgehend erhalten. Die Mahlzeiten werden luftdicht verpackt und in kaltem Zustand unter Einhaltung der Kühlkette geliefert.

Eine Mahlzeit wird für CHF 15.50, mit täglichem Dessert für CHF 17.00, nach Hause geliefert. Zur Erwärmung der Mahlzeiten eignet sich am besten ihre Mikrowelle oder die Mikrowellengeräte von Pro Senectute Kanton Luzern, welche Pro Senectute für CHF 5.- pro Monat zur Verfügung stellt.

Personen, welche bereits Mahlzeiten der Spitex Rontal plus erhalten, müssen nichts unternehmen. Sie wurden von den Mitarbeitenden des Mahlzeitendienstes telefonisch kontaktiert.

Interessierte, welche den Mahlzeitendienst beanspruchen möchten und noch keine Mahlzeiten der Spitex Rontal plus erhalten, können sich beim Mahlzeitendienst von Pro Senectute Kanton Luzern unter Tel. 041 360 07 70 anmelden.

Ruedi Fahrni
Geschäftsleiter Pro Senectue
Kanton Luzern

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Senioren

Angebote

Meditation mit Entspannungsübungen

Dienstag, 11. Januar 2022

14.00 Uhr bei Sabine Wyssbrod,
Anmeldung Tel. 041 371 19 79

Seniorenturnen

Jeden Mittwoch von 14.00 bis
15.00 Uhr im Bühlmattsaal
Leitung Julia Fischer,
Tel. 041 371 08 27

Aufgrund der Corona-Situation sind kurzfristige Änderungen möglich. Bei Unsicherheiten orientieren Sie sich daher vor den Veranstaltungen am besten direkt bei den Organisatoren über allfällige Programm-anpassungen oder Einschränkungen.

Mehr Sicherheit für Angehörige

Immer mehr Menschen möchten auch in beschwerlicheren Situationen zu Hause wohnen bleiben. Partner, Kinder oder Nachbarn übernehmen dabei ganz selbstverständlich viele betreuende und pflegende Aufgaben. Pro Senectute und das Rote Kreuz Kanton Luzern haben dies erkannt und sich für 2022 zu einer Bildungscooperation zusammengeschlossen. Die Kurse finden im Frühling und Herbst statt.

Neue Grundlagenkurse

In je drei Kurshalbtagen wird der professionelle und respektvolle Umgang mit älteren, hilfsbedürftigen Menschen vermittelt. Die Teilnehmenden lernen, Familienmitglieder optimal zu unterstützen und zu betreuen. Durch den praxisnahen Unterricht erhalten die Teilnehmenden ein breites Basiswissen und die Sicherheit, um auch in Notfällen geschickt zu agieren. Ebenfalls entwickeln sie ein Bewusstsein für ihre eigenen Grenzen und lernen, mit der belastenden Situation besser umzugehen, sich Unterstützung zu holen und das Risiko einer Überforderung zu reduzieren.

Sicherheit im Alltag

Kurs 1: Grundlagen für **betreuende** Angehörige von Pro Senectute

- Meine Aufgabe(n) und Rolle(n) im Alltag
- Überblick über verschiedene Dienstleistungsangebote
- Hilfe! Ich kann nicht mehr! Wer hilft weiter?

Fokus: einführender Zugang, soziale und institutionelle Aspekte

Leitung: Frieda Waldspühl Zindel, Pflegefachfrau BScN/Care Managerin MAS FH

Daten Frühling: 3 x 3 Stunden:
MO, 14.03.2022, 13.30 – 16.30 Uhr
SA, 19.03.2022, 09.00 – 12.00 Uhr
SA, 26.03.2022, 09.00 – 12.00 Uhr

Daten Herbst: 3 x 3 Stunden:
MO, 12.09.2022, 13.30 – 16.30 Uhr
SA, 17.09.2022, 09.00 – 12.00 Uhr
SA, 24.10.2022, 09.00 – 12.00 Uhr

Ort: Pro Senectute Kanton Luzern
Maihofstrasse 76, Luzern

Kosten: CHF 150.– (50% Reduktion dank Unterstützung der CSS-Versicherung).

Hinweis: evtl. Kostenbeteiligung bei Ihrer Krankenkasse erfragen

Anmeldung: Pro Senectute Kanton Luzern, Bildung+Sport, Tel. 041 226 11 96, lu.prosenectute.ch/Online-Anmeldung

Kurs 2: Grundlagen für **pflegende** Angehörige vom Roten Kreuz

- Notfälle bei älteren Menschen – reagiere ich richtig?
- Mobilisation – Tipps und Tricks
- Aggressives Verhalten – was tun, was nicht tun

Fokus: aufbauende Vertiefung, körperliche und psychologische Aspekte

Leitung: Kursleitungen SRK, SVEB1

Daten Frühling: 3 x 3 Stunden:

MO, 25.04.2022, 13.30 – 16.30 Uhr
SA, 07.05.2022, 09.00 – 12.00 Uhr
MI, 11.05.2022, 13.30 – 16.30 Uhr

Daten Herbst: 3 x 3 Stunden:

MO, 31.10.2022, 13.30 – 16.30 Uhr
MO, 07.11.2022, 13.30 – 16.30 Uhr
MO, 14.11.2022, 13.30 – 16.30 Uhr

Ort: Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Luzern, Maihofstrasse 95c, Luzern

Kosten: CHF 150.– (50% Reduktion dank Unterstützung der CSS-Versicherung).

Hinweis: evtl. Kostenbeteiligung bei Ihrer Krankenkasse erfragen

Anmeldung: Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Luzern, Tel. 041 418 74 77, www.srk-luzern.ch/bildung

Weitere Informationen

Pro Senectute Kanton Luzern:
Heidi Stöckli, Tel. 041 226 11 83
heidi.stoekli@lu.prosenectute.ch

Rotes Kreuz Kanton Luzern:
Beatrice Gille, Tel. 041 418 74 18
beatrice.gille@srk-luzern.ch

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Luzern 

Rückblick auf das vergangene Jahr

Die Jubla Udligenswil feierte diesen Dezember die Neuaufnahme und wir durften viele neue Kinder und junge Erwachsene in unsere Schar aufnehmen. Es war ein wundervoller Anlass mit schönen Momenten.

Zudem konnten wir Ende November endlich wieder einmal unser Jassturnier durchführen. Trotz kleiner Missverständnisse hatten schlussendlich alle ihren Spass und kamen auf ihre Kosten.

Die Jüngsten im Dorf sind mit unseren Jublaleitern seit einiger Zeit fleissig am Proben für das kommende Krippenspiel. Wir würden uns sehr freuen, wenn viele von Ihnen den Gottesdienst besuchen.

Bald geht ein weiteres Jubla-Jahr zu Ende und wir blicken auf sehr schöne Momente zurück. Das Highlight für Gross und Klein war auf jeden Fall das Kantonslager, welches in voller Grösse trotz des Corona-Virus durchgeführt werden konnte. Auch viele andere Anlässe konnten endlich wieder stattfinden, wie beispielsweise der Halloweenanlass, welcher dieses Jahr von über 50 Kindern besucht wurde. Das Durchführen solcher Veranstaltungen ist auch für uns Leiter sehr wichtig, da wir viel Zeit in die Planung investieren. Das Absagen von Anlässen wegen des Corona-Virus schlug oft auf die Motivation im Leitungsteam. Deshalb sind wir froh, wenn alles wieder beim Alten sein wird. Natürlich hoffen wir stark, dass das Steigen der neuen Ansteckungen so bald wie möglich aufhört und das Ganze langsam ein Ende findet. Nichtsdestotrotz blicken wir voller Vorfreude und Motivation auf das nächste Jahr und planen wie gewohnt weiter.

Für die Jubla
Flurin Christoffel



Sportverein

Calisthenics unter der Leitung von Philipp Petermann

Hast du kein Fitness Abo und für den Vitaparcours ist es noch zu kalt? Udligenswil bietet dieses Jahr wieder Calisthenics an! Aber was ist Calisthenics?

Calisthenics ist ein ganzheitliches Körpergewicht basiertes Training. Das Ziel liegt im Aufbau der statischen Kraft. Ähnlich wie auf dem Vitaparcours werden mitunter Liegestütze und Klimmzüge verrichtet. Diese Sportart gibt dem Menschen eine intensivere Kontrolle über seine Muskulatur, die er bei der Bewältigung von körperlichen Alltagsarbeiten oder bei spezifischen Sportarten einsetzen kann. Natürlich verfolgt das Training mehrere grössere Ziele, die jahrelanges Training benötigen. In jedem Training wird auf ein besonderes statisches Element hintrainiert, ein solches könnte die Humanflag sein (siehe Bild rechts). Fitnesserfahrungen in einem Krafraum oder die Teilnahme an einem Heidy-Turnen sind gute Voraussetzungen für das Calisthenicstraining. Calisthenics hält mehrere besondere Aspekte im Auge, die im Rahmen der sieben Trainingseinheiten genauer betrachtet werden. In diesen Kursen werden alle Übungen gezeigt, die für das Erreichen der jeweiligen Elemente nötig sind.

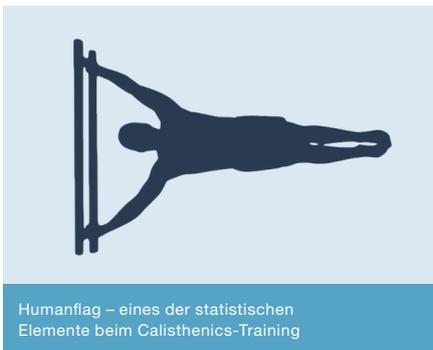
Was ist der Unterschied zum HIIT?

Calisthenics besteht nicht aus intensiv- und zeitbegrenzten Übungen; der Fokus liegt im Muskelaufbau und der Beherrschung des eigenen Körpergewichts. Die

Muskelkraft wird auf Explosivität und Statik trainiert, nicht wie beim HIIT auf Kraftausdauer.

Trainingseinheiten (jeweils von 19.15 Uhr – 20.15 Uhr)

Humanflag	04.01.2022
Front- & Back-Lever	11.01.2022
Handstand	18.01.2022
Muscle-Ups	25.01.2022
Planche	01.02.2022
Variationen	08.02.2022
Rückblick	15.02.2022



An wen richtet sich diese Sportart?

Alle diejenigen, die ein grosses Interesse für einen kontrollierten Muskelaufbau pflegen und motiviert sind, an ihre Grenzen zu stossen.

Philipp Petermann
Sportverein Udligenswil

Der Sportverein Udligenswil (www.sportvereinudligenswil.ch) sucht für Group-Fitness

Fitness-InstruktorIn

Donnerstags von 20.10 Uhr bis 21.00 Uhr in Udligenswil
Ca. 35 Lektionen pro Jahr (während den Schulferien entfallen die Lektionen)

Planen und Leiten eines intensiven, abwechslungsreichen und ausgewogenen Trainingsprogramms mit Verwendung von Musik und Fitness-Handgeräten.

- Aufwärmen mit Mobilisationen
- Herz- Kreislauftraining
- Kräftigungsübungen
- Koordinationsübungen
- Entspannung und Stretching

Bist du interessiert?

Dann melde Dich bei Marco Rescalli: Tel. 079 826 53 39 oder marco.rescalli@bluewin.ch



Fassdugeliclub

Schöne Erinnerungen, aber kein Fassdugeli-Rennen

Mit Beginn der Adventszeit ist auch bei uns der erste Schnee gefallen. Wie bei allen Wintersportlern lässt das auch die Herzen der Fassdugeler höherschlagen. Zwar bevorzugen auch wir den Komfort von Liften und präparierten Pisten, aber die Durchführung des legendären Fassdugeli-Rennens am Ochsenhang auf Michaelskreuz ist jeweils einer der Höhepunkte sowohl in unserem Vereins- als auch im Dorfleben. Zahlreich sind die Erinnerungen an glori-

reiche Siege, mit Sportsgeist weggesteckte Niederlagen, spektakuläre Stürze, aber vor allem an unterhaltsame Nachmittage auf Michaelskreuz. Nun ist es leider so, dass die Vorschriften zur Eindämmung der Corona-Pandemie eine Durchführung dieses Anlasses im gewohnten Rahmen verunmöglichen. Daher müssen wir das Fassdugeli-Rennen absagen und hoffen, dass im Winter 2023 Schnee- und Virussituation eine Neuauflage zulassen. Wer den heissen

Ritt auf den krummen Brettern dennoch wagen möchte, ist herzlich eingeladen an einem unserer Vereinsausflüge in ein nahegelegenes Skigebiet teilzunehmen. Kontakt: Thomas Gangl, 078 806 35 37

Thomas Gangl



bisang
schreinerei

klar

Ihr Spezialist für Küchenbau
Besuchen Sie unsere Ausstellung.

bisang-schreinerei.ch



Kräuter Lötsch
Oberdorfstrasse 7
6044 Udligenswil
+41 (0) 77 467 62 56

www.kraeuter-loetsch.ch
kontakt@kraeuter-loetsch.ch
[kraeuterloetschschweiz](https://www.facebook.com/kraeuterloetschschweiz)
[krauter_lotsch](https://www.instagram.com/krauter_lotsch)

kobold

Sauber
unterwegs!

Dorothea Brennwald-Abel
Kobold Beraterin

079 796 79 94
dorotheabrennwaldabel
@gmail.com

Buche jetzt deine Vorführung!

VORWERK



**Wir begleiten schwerkranke und sterbende
Menschen zu Hause, in Pflegeinstitutionen
und im Spital.**



**Verein Begleitung von
Schwerkranken und
Sterbenden, Region Rigi**

Kontakt:
079 296 80 03
www.sterbebegleitung-rigi.ch

Wir lieben Papier!



DE
DRUCKEREI EBikon
EINDRÜCKLICH VIELSEITIG

Luzernerstrasse 30 | CH-6030 Ebikon
041 445 70 50 | druckerei-ebikon.ch

«Nachsitzen» mit Patti Basler

Aus Solidarität mit der Künstlerin möchten wir den Anlass in einer geeigneten Form (unter Berücksichtigung der im Januar 2022 geltenden Vorschriften des BAG) durchführen.

Patti Basler ist Bühnenpoetin, Autorin und Kabarettistin. Im Herzen ist die ausgebildete Erziehungswissenschaftlerin mit Nebenfach Kriminologie aber unser aller Lehrerin. Eine Lehrerin, die Fehler nicht korrigiert, sondern gnadenlos protokolliert. Vermutlich ist Patti Basler die schnellste satirische Protokollantin des Abendlandes. Wortspiele sind ihr Colt. Auf der Bühne und in ihren Programmen registriert, kommentiert und persifliert sie schon seit neun Jahren die Unzulänglichkeit der Menschheit. In ihrem ersten Bühnenprogramm «Frontalunterricht» mistete sie, zusammen mit Bühnenpartner Philippe Kuhn, das Schweizer Schulsystem aus. Ganz nebenbei wurde sie 2018 Vize-Schweizermeisterin im Poetry Slam und betreibt auf Schweizer Radio SRF das satirische Sorgentelefon «Die dargebotene Faust». Im März 2019 erschien ihr zweites Bühnenprogramm «Nachsitzen». Die

Jury hat Patti Basler einstimmig zur Gewinnerin des Salzburger Stiers 2019 erkoren.

Mit «Nachsitzen» knüpfen Patti Basler und der Pianist Philippe Kuhn an ihr Erfolgsprogramm «Frontalunterricht» an. Die Gründe für die Nachsitzerei werden analysiert und danach überraschend wieder zusammengesetzt. Denn es gibt auf der Klaviatur des Lebens nicht nur Schwarz und Weiss, sondern auch fünfzig Schattierungen von Grün.

Patti Basler: ehemalige Lehrerin & Erziehungswissenschaftlerin, Kabarettistin, Preisträgerin Salzburger Stier 2019

Philippe Kuhn: Pianist, Musik-Produzent, Komponist, Musik-Kabarettist

**SA, 22. Januar 2022, 20.00 Uhr
im Pfarreisaal in Udligenswil**

CHF 25.– für Mitglieder KVV
CHF 35.– für Nichtmitglieder

Ticketreservation:
info@kulturverein-udligenswil.ch
Bitte Zertifikatspflicht beachten!

Kulturverein Udligenswil

Einladung zu Erzählkunst 2022

Auf der Suche nach dem Glück

Soll man das Glück suchen? Oder findet einen das Glück? Ist man selbst seines Glückes Schmied? Wir schaffen für Dich eine Stunde des Glücks, mit Märchen aus aller Welt. Maggie Widmer, Beatrix Künzli und Annemarie Brunner erzählen Märchen vom Glück. Patrick Widmer umrahmt die Geschichten musikalisch.

Erzählstunde für Erwachsene
und Kinder ab 10 Jahren

**SA, 15. Januar 2022, 17.00 Uhr
in der Bewegung
Kellermattstrasse 1, Udligenswil**

Beschränkte Platzzahl
Bitte Zertifikatspflicht beachten!
Eintritt frei, Kollekte

Informationen und Platzreservation:
maggie_widmer@gmx.ch
Tel. 076 325 17 87



Mosaik

Prost Gewohnheiten!

Am Freitag einen Apéro zum Wochenabschluss, am Samstag Rotwein zum feinen Znacht – und am Sonntag? Da wollte die Autorin bewusst auf Alkohol verzichten. Ob es ihr gelang, trotz Besuch des FCL-Matches? Eines vorneweg: Mit Gewohnheiten zu brechen ist nicht leicht. Aber es lohnt sich.

Jetzt kommt sie wieder, die Zeit der Weihnachtsapéros, Familienfeste und Neujahrsessen. An diesen Anlässen konsumieren die meisten Alkohol. Wer keinen Alkohol trinkt, fällt auf. Weshalb gehört Alkohol bei diesen Anlässen dazu? Weil er schmeckt? Für eine ausgelassene Stimmung? Weil es schon immer so war?

Ich trinke an diesen Anlässen (fast) immer Alkohol. Manchmal nehme ich mir vor, darauf zu verzichten. Das fällt sehr schwer, weil ich es gewohnt bin und viele

Leute um mich herum auch trinken. Gelingt mir der Vorsatz nicht, bin ich enttäuscht und frage mich: «Ist das noch Gewohnheit oder bin ich schon abhängig?»

So auch beim letzten FCL-Match, als ich mir nach zwei «Alkohol-Tagen» vorgenommen hatte, auf einen «Hatrick» zu verzichten. Als mein lieber Bruder zur Feier das 1:0 Bier besorgte und mir ebenfalls einen Becher in die Hand drückte, konnte ich nicht widerstehen – zu gross war die Macht der Gewohnheit. Die Flinte ins Korn werfe ich deshalb nicht. Und die nächste Gelegenheit für eine Trinkpause bietet sich schon bald.

Im Rahmen des Dry January gönnen sich Millionen von Menschen auf der ganzen Welt ab Neujahr einen Monat ohne Alkohol. Sieben von zehn Personen, die mitmachen, fühlen sich gesün-

der und haben mehr Energie. Mehr als die Hälfte verlieren Gewicht oder haben eine feinere Haut. Praktisch alle sparen Geld. Und auch langfristig zahlt es sich aus: Ganze 72 % konsumieren auch nach sechs Monaten weniger Alkohol.

Sind Sie dabei? Auf die Gesundheit!

Weitere Infos zum
Thema finden Sie unter
[www.akzent-luzern.ch/
alkohol](http://www.akzent-luzern.ch/alkohol)



Nicole Tobler
Fachmitarbeiterin Prävention
Akzent Prävention und Suchttherapie

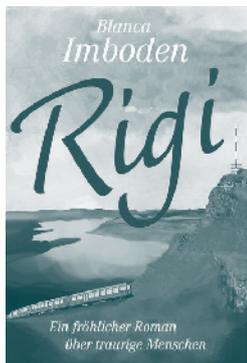
akzent prävention und
suchttherapie

Neue Bücher

Rigi

Blanca Imboden

Eliane, von Beruf freischaffende Journalistin, hat ihren Mann viel zu früh verloren. Seit einem Jahr trauert sie nun schon um ihn und realisiert irgendwann: Für viele Menschen hat Trauer ein Ablaufdatum. Bald einmal hat man gefälligst wieder zu funktionieren und sich dem Leben zuzuwenden. Allerdings sollte dies auf keinen Fall zu früh passieren, denn das wiederum käme auch völlig falsch an. Eliane hat genug – auch von den Wünschen ihrer Tochter Marie, die findet, das Zuhause, aus dem sie notabene längst ausgezogen ist, müsse eine Art Museum sein: Papas Hausschuhe sollten bei der Wohnungstür stehen, seine Jacke immer an der Garderobe hängen bleiben. Um zurück ins Leben zu finden, meldet sich Eliane schliesslich bei einer Trauergruppe an und ist überrascht, dass dort nicht nur geweint, sondern auch viel gelacht wird. Sie knüpft neue Freundschaften und lernt sogar zwei Zwergpinguine kennen, die einander in ihrer Trauer beistehen. Und dann erhält Eliane einen Traumjob: Sie kann zum 150-Jahre-Jubiläum der Vitznau-Rigi-Bahn, der ersten Bergbahn Europas, eine Artikelserie schreiben und einen Monat lang



auf der Rigi wohnen. Was folgt, sind viele bewegende Begegnungen, auch mit einem Hund, der wie ein Putzmittel heisst. Die Rigi ist ein Kraftort und verändert alles – auch Eliane.

Kurschattenaffäre

Lisa Graf-Riemann

Alexander «Sascha» Maiensäss weiss, dass er zu Höherem berufen ist. Dabei spielt es für ihn keine Rolle, dass sein Medizinstudium gescheitert ist und er als Gelegenheitscroupier Nachtschichten im Casino schiebt. Als falscher Physiotherapeut wickelt er die weibliche Klientel um den Finger und schlägt sich auch sonst ganz gut durchs Leben. Diesen Lebemann und charmannten Schwindler wählt die Krimiautorin Lisa Graf-Riemann als Protagonisten in ihrer neuen Krimi-Reihe. Hier sind unkonventionelle Ermittlungsmethoden vorprogrammiert!

Als Sascha sich auf eine Affäre mit Kurgast Mira Schimmel einlässt, wird es eng für ihn. Denn ihr Ehemann, zwanzig Jahre älter und ein angesehener Facharzt, wird kaltblütig ermordet – und der Verdacht fällt prompt auf den Liebhaber mit dem zweifelhaften Leumund. Kann Sascha seinen Kopf rechtzeitig aus der Schlinge ziehen?



Öffnungszeiten der Bibliothek im Schulhaus Bühl matt II während der Schulwochen:

- Dienstag, 15.00 – 18.00 Uhr
- Donnerstag, 15.00 – 18.00 Uhr

An schulfreien Tagen bleibt die Bibliothek geschlossen.

Notfalldienst

Sollte Ihr Hausarzt nicht erreichbar sein, erhalten Sie Auskunft über medizinische Hilfe, Notfall-Ärzte, -Zahnärzte, -Apotheken und Spitäler, über den

Ärzte Notruf Luzern

0900 11 14 14

CHF 3.23/Min.

Wichtige Notfall-Nummern

144 Rettungsdienste für lebensbedrohliche Notfälle

1414 REGA

117 Polizei

118 Feuerwehr

145 Tox-Zentrum/Vergiftungen

Standort AED

(autom. externer Defibrillator)

Eingang Turnhalle Bühl mattschulhaus



Impressum

Herausgeber

Gemeinderat Udligenswil
Gemeindekanzlei, 6044 Udligenswil
Tel. 041 371 13 13

Redaktion/Korrektorat

Redaktionsteam Uedliger
Marianne Arnold
Ines Zumkemi
redaktion@udligenswil.ch

Inserate

Andrea Warth
Tel. 041 370 00 25
Tel. 079 514 15 44
inserate@udligenswil.ch

Layout/Druck

Druckerei Ebikon AG
6030 Ebikon, Tel. 041 445 70 50
info@druckerei-ebikon.ch

Redaktionsschluss

nächste Ausgabe

10. Januar 2022

Eingaben an

redaktion@udligenswil.ch

Januar 2022

Sa	01.01.2022	Pfarrei: Ökumenischer Gottesdienst mit Neujahrsapéro
So	02.01.2022	Theatergesellschaft: Neujahrsapéro
Mi	05.01.2022	Kulturverein: Malkurs (7 x Mittwoch)
Sa	08.01.2022	Gemeinde: Neuzuzügerbegrüssung ABGESAGT
So	09.01.2022	Pfarrei: Wortgottesfeier mit Sternsingen und Kinderchor Adligenswil
So	09.01.2022	Fassdugeliclub: Fassdugeliirennen ABGESAGT
Sa	15.01.2022	Kulturverein: Erzählstunde
So	16.01.2022	Allmendeschützen: Jahresgedächtnis
Mi	19.01.2022	Frauenzirkel: Märlinachmittag ABGESAGT
Sa	22.01.2022	Kulturverein: Patti Basler «Nachsitzen»
Sa	22.01.2022	Guggenmusig Bärig-Wörze: Gönneranlass
Mo	24.01.2022	Samariterverein: Generalversammlung
Mi	26.01.2022	Fan-Club Örgeligade: Stubete
Sa	29.01.2022	Pfarrei: Fasnachtsgottesdienst mit Bärig-Wörze
Sa	29.01.2022	Sportverein: Generalversammlung

Aufgrund der Corona-Situation sind kurzfristige Absagen von Veranstaltungen möglich. Bitte informieren Sie sich auf der jeweiligen Website des Veranstalters oder fragen Sie direkt bei den Verantwortlichen nach.