



POLITISCHE GEMEINDE  
**ZIHLSCHLACHT  
SITTERDORF**

---

Telefon 058 346 05 05  
www.zihlschlacht-sitterdorf.ch  
info@zihlschlacht-sitterdorf.ch

---

# MITTEILUNGSBLATT

Herausgeber: Gemeindeverwaltung, 8588 Zihlschlacht

29. Januar 2020 | Nr.01

## Gewerbe in Zihlschlacht-Sitterdorf:

**HiCO**  
***informatik***

**HiCo Informatik GmbH**

## Aus Gemeinderat und Verwaltung

Der Gemeinderat hat folgende Baubewilligung erteilt:

- Bogner Elisabeth, Langäckerwies 1, 8589 Sitterdorf  
Erstellung Sichtschutzwand  
Parzelle Nr. 3149, Langäckerwies 1, 8589 Sitterdorf
- Stalder Nadine, Sonnenstrasse 1, 8589 Sitterdorf  
Neubau Einfamilienhaus  
Parzelle Nr. 2132, Bahnweg 2, 8589 Sitterdorf
- Seck Tilo & Zanina Anna, Kirchlistrasse 50a, 9010 St. Gallen  
Neubau Einfamilienhaus mit angebauter Garage  
Parzelle Nr. 1177, Mühlepark 9, 8588 Zihlschlacht
- Simca AG, Hauptstrasse 21, 9053 Teufen AR  
Umbau/Erweiterung Mehrfamilienhaus Nr. 90 mit Gewerbe  
Parzelle Nr. 817, Hauptstrasse 36, 8588 Zihlschlacht

Der Gemeinderat hat ausserdem:

- im Sinne der Verkehrssicherheit dem OK Flossrennen auch dieses Jahr bewilligt, am Sonntag, 10. Mai bzw. 17. Mai 2020, von 09.00 Uhr bis 14.00 Uhr, die Leutswiler-Brücke für jegliche Durchfahrt zu sperren.

## Sirenentest 2020

Der alljährliche Sirenentest findet am **Mittwoch, 05. Februar 2020**, ab 13.30 Uhr, statt.



---

Schalteröffnungszeiten: 08.30 – 11.00 und 14.00 – 17.00 Uhr  
bzw. 18.00 Uhr am Donnerstag und bis 16.00 Uhr am Freitag

---

## Information zur Prämienverbilligung 2020

Personen, welche in bescheidenen wirtschaftlichen Verhältnissen leben, gewährt der Kanton eine Prämienverbilligung für die obligatorische Krankenversicherung. Die Anträge für diese Verbilligung werden im Verlauf des Frühjahrs an die Bezugsberechtigten versandt.

Sollten Sie im Frühjahr keinen Antrag erhalten und sind der Meinung, dass Sie aufgrund Ihrer Steuerfaktoren (prov. Steuerrechnung des Vorjahres) zum Bezug von Prämienverbilligung berechtigt sind, melden Sie sich bei der Krankenkassenkontrollstelle, 058 346 05 11.

## Gewerbe Zihlschlacht-Sitterdorf Aufruf Einreichung Inserate

Die Politische Gemeinde Zihlschlacht-Sitterdorf stellt in den Mitteilungsblättern 2020 diverse Gewerbebetriebe vor. Damit in allen Ausgaben ein Gewerbe publiziert werden kann, ist die Redaktion auf die Eingabe von Beiträgen angewiesen. Auf einer ganzen A4-Seite kann der Betrieb näher vorgestellt werden, Gestaltungsvorschriften bestehen keine.

Ihre Eingabe senden Sie bitte bis jeweils zum 15. eines Monats an folgende Mailadresse: [einwohneramt@zihlschlacht-sitterdorf.ch](mailto:einwohneramt@zihlschlacht-sitterdorf.ch). Die Auswahl der Beiträge respektiv die Publikationsreihenfolge bestimmt die Redaktion.

## Kompostierkurse des Verbands KVA Thurgau

Der Verband KVA Thurgau bietet auch im Jahr 2020 Kompostierkurse für die Bevölkerung an. Informationen dazu finden Sie auf der Homepage [www.kvatg.ch](http://www.kvatg.ch), unter der Rubrik „Dienstleistungen“.

Der Entsorgungsplan 2020 ist auf der Homepage des Verbandes KVA Thurgau aufgeschaltet. Falls Sie Ihren Abfallkalender 2020 in Papierform nicht mehr finden, können Sie einen solchen jederzeit kostenlos am Schalter der Gemeindeverwaltung beziehen.

## Steuererklärung 2019

Diesen Monat haben Sie die Steuererklärung 2019 erhalten. Diese ist vollständig auszufüllen und mit allen dazugehörigen Belegen fristgerecht bis 30. April 2020 beim Gemeindesteueramt Zihlschlacht-Sitterdorf einzureichen. Sie können die Software zum Ausfüllen Ihrer Steuererklärung gratis unter [www.steuerverwaltung.tg.ch](http://www.steuerverwaltung.tg.ch) downloaden.

## Zinsen auf Steuern

Für das Kalenderjahr 2020 hat der Regierungsrat die Zinsfüsse für die Ausgleichs-, Verzugs- und Rückerstattungszinsen unverändert beibehalten:

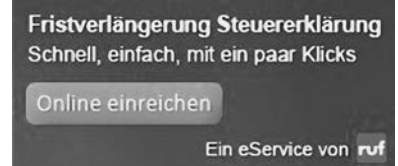
Ausgleichszins:	0,2 %
Rückerstattungszins:	0,2 %
Verzugszins:	3,0 %

## Fristverlängerungsgesuche online einreichen

Auch in diesem Jahr bieten wir Ihnen die Möglichkeit, das Gesuch um Fristerstreckung zur Einreichung der Steuererklärung 2019 online einzureichen.

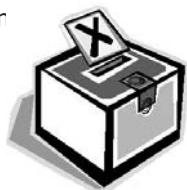
Sie finden den Link für das Einreichen der elektronischen Fristverlängerung auf unserer Homepage, [www.zihlschlacht-sitterdorf.ch](http://www.zihlschlacht-sitterdorf.ch).

Die notwendigen Zugangsdaten sind auf Ihrer Steuererklärung unter eService angedruckt worden.



## Volksabstimmung vom 09. Februar 2020

Am Sonntag, 09. Februar 2020, und im Rahmen der gesetzlicher an den Vortagen, finden statt:



### Eidgenössische Volksabstimmung

über folgende Vorlagen:

- Volksinitiative "Mehr bezahlbare Wohnungen"
- Verbot der Diskriminierung aufgrund der sexuellen Orientierung

### Kantonale Wahlen

Über folgende Vorlagen:

- Änderung des Gesetzes über die Staats- und Gemeindesteuern (Gesetz vom 11.09.2019)
- Gesamterneuerungswahlen der Bezirksbehörden

Das Stimmmaterial wurde den Stimmberechtigten zugestellt. Die **briefliche** Stimmabgabe ist sofort nach Erhalt des Stimmmaterials möglich.

Bitte beachten:

- Damit das Stimmmaterial rechtzeitig bei der Gemeindeverwaltung eingeht, hat die briefliche Stimmabgabe per Post (A-Post) spätestens am Donnerstag vor dem Abstimmungssonntag zu erfolgen.
- Die Stimmzettel sind in das beigelegte oder in ein anderes neutrales Kuvert zu legen. Dieses ist zu verschliessen und danach zusammen mit dem **unterschiedenen** Stimmrechtsausweis (ohne Unterschrift ist die Stimmabgabe ungültig) in das Zustellkuvert zu legen. Das Zustellkuvert ist ebenfalls zu verschliessen.
- Die persönliche Stimmabgabe kann zu den üblichen Urnenöffnungszeiten getätigt werden.

An der Urne oder bei vorzeitiger Stimmabgabe können sich im gleichen Haushalt lebende Ehegatten oder Personen in eingetragener Partnerschaft gegenseitig vertreten.

- Der Briefkasten beim Gemeindehaus steht am Sonntagmorgen bis 9.00 Uhr zur Verfügung.

## Mehrwertsteuerpflicht

Steuerpflicht bedeutet vereinfacht ausgedrückt, dass jemand verpflichtet ist,

- auf seinen Leistungen die MWST zu erheben und;
- die Umsätze und Steuern gegenüber der Eidgenössischen Steuerverwaltung (ESTV) periodisch abzurechnen und die deklarierten Steuerschulden zu bezahlen.

Ob eine solche Pflicht besteht, richtet sich nach dem Umfang derjenigen jährlich im Inland erbrachten Leistungen, die nicht von der Steuer ausgenommen sind. Wird die gesetzlich vorgesehene Umsatzgrösse (100'000 Franken) tatsächlich überschritten oder ist schon bei der Aufnahme der unternehmerischen Tätigkeit klar, dass die massgebende Grösse übertroffen wird, ist ein Unternehmen gehalten, sich bei der ESTV als steuerpflichtige Person anzumelden; dabei erhält sie eine Unternehmens-Identifikationsnummer UID (früher MWST-Nr. genannt) zugeteilt.

Mehrere Unternehmen, die unter einheitlicher Leitung stehen (z.B. Konzerngesellschaften), können ein Gesuch stellen, dass sie als eine einzige steuerpflichtige Person behandelt werden (Gruppenbesteuerung). Das bedeutet, dass Leistungen, welche diese Unternehmen sich gegenseitig erbringen, nicht besteuert werden.

Nicht nur bei Einzelfirmen und Gesellschaften sondern auch bei Dienststellen von Gemeinden, bei temporären Zusammenarbeitsformen (z.B. einer Arbeitsgemeinschaft ARGE) oder bei Einkaufs- oder Unkostengemeinschaften kann sich die Frage der Mehrwertsteuerpflicht stellen.

In der Schweiz gelten für Umsätze, die nicht von der Steuer ausgenommen oder befreit sind, die folgenden Steuersätze:

	Normalsatz	reduzierter Satz	Sondersatz
2020	7.7%	2.5%	3.7%

Eidgenössische Steuerverwaltung, 3003 Bern Internet: [www.estv.admin.ch](http://www.estv.admin.ch)

## Herzliche Gratulation an die Februar-Jubilare

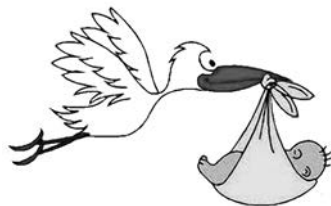
- 09.02.2020 89. Geburtstag von Herrn Severin Raimann-Heierli  
Amriswilerstrasse 48, 8589 Sitterdorf
- 11.02.2020 95. Geburtstag von Herrn Hans Rudolf Rügger  
Alterszentrum Kappelhof, 9300 Wittenbach
- 13.02.2020 81. Geburtstag von Frau Dora Edelmann-Brunner  
Sattelbogen, 9220 Bischofszell
- 15.02.2020 81. Geburtstag von Frau Silvia Ziltener-Grob  
Wiesenstrasse 4, 8589 Sitterdorf
- 17.02.2020 88. Geburtstag von Herrn Rudi Gschwend-Hug  
Amriswilerstrasse 81, 8589 Sitterdorf
- 25.02.2020 80. Geburtstag von Herrn Pius Jung, Im Rick 5,  
8588 Zihlschlacht



## Zivilstandsnachrichten vom Dezember 2019

### Geburten

- 21.12.2019 Müller Stephanie, Tochter der Müller Yvonne und des  
Müller Philipp, Langäckerstrasse 9, 8589 Sitterdorf



## Veranstaltungskalender Februar 2020

Datum	Zeit / Ort	Anlass / Veranstalter
Samstag, 01.02.2020	18.00 Uhr Kath. Kirche Sitterdorf	Gottesdienst mit Kerzenssegnung und Blasiussegen Kath. Kirchgemeinde Bischofszell
Dienstag, 04.02.2020	09.00 Uhr Kath. Kirche Sitterdorf	Gottesdienst mit anschl. Kirchenkaffee Plus / Minus 60
Mittwoch, 05.02.2020	15.00 – 16.00 Uhr MZH Sitterdorf	conex familia Mütter- und Väterberatung
Donnerstag, 06.02.2020	13.30 Uhr Evang. Kirchgemeindehaus Sitterdorf	Ökum. Strick- und Jassnachmittag Evang. Frauenverein Sitterdorf-Zihlschlacht
Donnerstag, 09.02.2020	19.30 Uhr Evang. Pfarreizentrum Sitterdorf	Ökum. Glaubenskurs "Spur 8" Evang. Kirchgemeinde Sitterdorf-Zihlschlacht und Kath. Kirchgemeinde Bischofszell
Samstag, 08.02.2020	10.30 Uhr MZH Zihlschlacht	VAKI-Turnen Muki-Turnen Zihlschlacht
Mittwoch, 12.02.2020	09.00 Uhr Pelagiuskirche Bischofszell	FG-Müttermesse FG Sitterdorf und Bischofszell
Mittwoch, 12.02.2020	09.00 Uhr Evang. Kirchgemeindehaus Sitterdorf	Ökum. Frauenfrühstück Evang. Frauenverein Sitterdorf-Zihlschlacht
Mittwoch, 12.02.2020	19.00 Uhr Kath. Pfarreizentrum Sitterdorf	Projektunterricht 2. Sek Kath. Kirchgemeinde Bischofszell
Mittwoch, 12.02.2020	19.30 Uhr Stiftsamtei Bischofszell	FG Treff Spiel- und Jassabend FG Sitterdorf und Bischofszell
Donnerstag, 13.02.2020	14.15 Uhr Evang. Kirchgemeindehaus Sitterdorf	Seniorenachmittag Evang. Kirchgemeinde Sitterdorf- Zihlschlacht
Donnerstag, 13.02.2020	19.30 Uhr Kath. Pfarreizentrum Sitterdorf	Ökum. Glaubenskurs "Spur 8" Evang. Kirchgemeinde Sitterdorf-Zihlschlacht und Kath. Kirchgemeinde Bischofszell
Freitag, 14.02.2020	18.00 Uhr FW-Depot Bischofszell	Informationsabend Jugendfeuerwehr Fire Dragon
Mittwoch, 19.02.2020	14.00 – 15.30 Uhr Schulhaus Zihlschlacht	conex familia Mütter- und Väterberatung

Samstag, 22.02.2020	14.00 – 16.30 Uhr Kath. Pfarreisaal Sitterdorf	Kidsfasnacht Fasnachtsteam Zihlschlacht-Sitterdorf
Samstag, 22.02.2020	20.00 Uhr Aula Sandbänkli, Sitterdorf	Auftritt Tuningforks Literaria
Donnerstag, 27.02.2020	19.30 Uhr Sattelbogen Bischofszell	HV FG Bischofszell und Sitterdorf FG Sitterdorf und Bischofszell
Donnerstag, 27.02.2020	19.30 Uhr Evang. Pfarreizentrum Sitterdorf	Ökum. Glaubenskurs "Spur 8" Evang. Kirchgemeinde Sitterdorf-Zihlschlacht und Kath. Kirchgemeinde Bischofszell
Freitag, 28.02.2020	19.00 Uhr Restaurant Löwen, Zihlschlacht	Gewerbejass Gewerbeverein Zihlschlacht-Sitterdorf
Samstag, 29.02.2020	Ganzer Tag Bischofszell	VAKI-Turnen am Fasnachtsumzug MUKI- und VAKI-Turnen

## Museumsprogramm für den Monat Februar 2020

Historisches Museum Thurgau

Dienstag, 04. Februar 2020, 14.00 – 16.00 Uhr

**Fliegende Schiffli und ratternde Maschinen. Erzählcafé im Museum.**

Naturmuseum Thurgau

Donnerstag, 06. Februar 2020, 17.30 Uhr

**Museumshalt: Lebensraum, Wirtschaftsfaktor, Kraftort – Blick in den Thurgauer Wald. Führung durch die Ausstellung "Wild auf Wald". Eintritt frei.**

Historisches Museum Thurgau

Sonntag, 16. Februar 2020, 14.00 – 16.00 Uhr

**Speis und Trank auf der Ritterburg. Familienworkshop auf Schloss Frauenfeld. Für Kinder ab 8 Jahren. Anmeldung erforderlich. Kosten Fr. 25.00 pro Familie oder Fr. 8.00 pro Einzelperson.**

Naturmuseum Thurgau

Dienstag, 18. Februar 2020, 19.30 Uhr

**Holzpreis, Borkenkäfer, Klimawandel – Herausforderungen im Thurgauer Wald. Tischgespräch zur Ausstellung "Wild auf Wald". Eintritt frei.**

Historisches Museum Thurgau

Samstag, 22. Februar 2020, 15.00 – 16.00 Uhr

**Öffentliche Schlossführung. Eintritt frei.**

Museum für Archäologie Thurgau

Sonntag, 23. Februar 2020, 19.30 Uhr

**Überraschungen im Thurgau! Fund und Befunde aus dem archäologischen Jahr 2019. Eintritt frei.**

Historisches Museum Thurgau

Donnerstag, 27. Februar 2020, 12.30 – 13.00 Uhr

**Vom Worstcase zur Vorzeigeprojekt. Asbestsanierung der historischen Kulturgüter im Museumdepot. Eintritt frei.**

Naturmuseum Thurgau

Samstag, 29. Februar 2020, 10.30 – 13.00 Uhr

**Exkursion: Was macht eigentlich der Förster? Anmeldung erforderlich. Kosten Erwachsene Fr. 10.00, Kinder ab 8 Jahren Fr. 5.00.**



### Das Informatik-Unternehmen in Ihrer Nähe

Wir sind ein kleines Team von Informatik Spezialisten, welches sich engagiert für nachhaltigen IT-Support und IT-Beratung. Nachhaltig bedeutet, dass das Ergebnis unserer Arbeit hoch stabile Systeme sind – zuverlässige Arbeitsinstrumente auf modernstem Stand die allen Sicherheitsanforderungen entsprechen.

#### PC-Support für Privatkunden

Gerne unterstützen wir auch Privatkunden. Das kann per Telefon und Fernwartung oder auch bei unseren Kunden vor Ort erfolgen.

Dies betrifft Themen wie die bedarfsgerechte Anschaffung von Neugeräten, Reparatur und Aufrüstung vorhandener PCs, Update auf Windows 10, Fehlerbehebung, Datensicherung, Sicherheitsfragen, Unterstützung bei der Konfiguration von Mailkonten, Mobile Phones und vieles mehr. Sprechen Sie uns an.

#### Informatik-Service für Unternehmen

Bei Unternehmen geht es vor allem um die gesamtheitliche Betreuung ganzer IT-Infrastrukturen, wobei es auch vielfach um komplexe Integrationen in Produktionssystem geht. Dabei ist höchste Stabilität und Zuverlässigkeit gefragt.

Mit unserem Know-how und unserer Infrastruktur übernehmen wir auch gerne die Verantwortung über gesamte IT-Infrastrukturen zu attraktiven Festpreisen.

Die Dienstleistungen bei Unternehmen betreffen vor allem Betreuung und Beratung von Server- und Netzwerkinfrastrukturen sowie Bereiche wie Telefonie, Kameraüberwachung, Cloud-Lösungen, Drucksysteme und Business-Software.

#### HiCo Informatik GmbH

Die Einzelfirma Hinterberger Consulting wurde am 1. Oktober 2013 in Sitterdorf gegründet und per 1. Oktober 2015 in eine GmbH umgewandelt. Im Januar 2017 bezogen wir unsere heutigen Büros in der ehemaligen Post an der Hauptstrasse 34 in Zihlschlacht. Im 2019 wurde der Geschäftsbereich PC-Support-Ostschweiz zur Betreuung der Privatkunden eingeführt. Heute stammen unsere Kunden aus der gesamten Nord-Ostschweiz.

Weitere Informationen auf der Website [www.hico.ch](http://www.hico.ch)  
E-Mail [info@hico.ch](mailto:info@hico.ch), Telefon 071 430 07 07



Matthias Tschirky (Ausbildung), Christian Hinterberger (Betriebswirtschafter HF), Stefan Geher (Informatiker)  
Nicht auf dem Bild: Heidi Hinterberger

# HiCo informatik

## Einfach Stromverbrauch senken

**Rund 30 Prozent des gesamten Stromverbrauchs in der Schweiz gehen zu Lasten der Haushalte und zwar gut 16 Milliarden Kilowattstunden (kWh). Bei einem Strompreis von 20 Rappen pro kWh ergeben sich durchschnittlich rund 850 Franken Stromkosten pro Haushalt. Diese lassen sich deutlich reduzieren.**

#### Standby: reine Energieverschwendung

Ist ein Computer oder ein Gerät der Unterhaltungselektronik nicht vollkommen vom Netz getrennt, bezieht es auch dann Strom, wenn es nicht in Betrieb ist. Dieser Standby-Verbrauch lässt sich einfach einsparen. Dazu ist die vollständige Unterbrechung der Stromzufuhr nötig, welche Abschalthilfen wie Steckerleisten oder Energy-Saver mit automatischer Erkennung des Standby-Modus erleichtern können. Auch bei Netzteilen für Smart-Phones oder Tablets gilt: Nach dem Laden Stecker aus der Dose. Beim Computer lohnt es sich ausserdem, die Energieoptionen optimal einzustellen, so dass er bei einer Arbeitspause automatisch den Monitor ausschaltet und in den Standby-Betrieb geht. Mit Tastendruck erscheint die aktuelle Arbeit wieder auf dem Bildschirm.

#### LED: die beste Alternative

Bei der Beleuchtung können LED-Leuchten dazu beitragen, das Sparpotenzial auszuschöpfen. Der Ersatz eines Halogenleuchtmittels oder einer Glühbirne durch eine LED-Lampe bringt eine Stromeinsparung von bis zu 90 Prozent. Zudem weisen LED mit rund 25 Jahren eine hohe Lebensdauer auf. Um die Energieeffizienz verschiedener Leuchtmittel vergleichen zu können, ist neu die Lumen-Zahl entscheidend. Lumen gibt den Lichtstrom und damit die Helligkeit einer Leuchte an. Wer im Laden eine neue Lampe erstehen will, sucht beispielsweise nicht mehr eine 60-Watt-, sondern eine 720-Lumen-Lampe.

#### Kochen: Verhalten wichtiger als Technologie

Für das Kochen und Backen zeigt eine S.A.L.T.-Studie, dass die Wahl der Kochmethode, einfache Verhaltensanpassungen und geeignetes Kochgeschirr grösseren Einfluss auf den Stromverbrauch als die Herdtechnologie haben (Studie: [www.salt.ch](http://www.salt.ch)). Wer die Pfanne mit dem Deckel verwendet, die Grösse des Kochgeschirrs auf die Herdplatte abstimmt, nach Möglichkeit den Schnellkochtopf einsetzt, Restwärme ausnutzt und den Backofen selten braucht, hat bereits viel Strom gespart. Ferner sind die beiden Spezialgeräte Eier- und Wasserkocher sehr effizient. Bei der Kaffeemaschine ist entscheidend, dass sie über eine automatische Abschaltfunktion verfügt.

#### Energieetikette: der Wegweiser für Effizienz

Steht eine Neuanschaffung von Haushaltgeräten, Unterhaltungs- und Heimbüro-Elektronik sowie von Lampen an, bietet sich die Chance, die Stromeffizienz zu erhöhen. Auskunft gibt die Energieetikette. Sie zeigt, ob ein elektrisches Gerät oder eine Lampe wenig oder viel Strom verbraucht. Der dunkelgrüne Bereich der Etikette markiert jeweils die Bestmarke. Je nach Gerätekategorie ist die beste Energieeffizienzklasse mit A+++ oder mit A gekennzeichnet.

Weitere Fragen rund um Energieeffizienz und erneuerbare Energien beantworten die öffentlichen, neutralen Energieberatungsstellen: [www.etteam-tg.ch](http://www.etteam-tg.ch)

### Der Winter darf kommen.....



#### Hauswart Werner Knill fährt den neu erstandenen Rasentraktor

Werner Knill, umsichtiger Hauswart an der Primarschule Zihlschlacht, durfte ein besonderes „Arbeitsgerät“ in Empfang nehmen: Ein mit Schneeschild ausgerüsteter Husqvarna Rasentraktor wird fortan die Schulhaus-Grünflächen beanspruchende Kindergärtler- sowie Schülerschar der Unter- und Mittelstufe erfreuen. Bis dato hiess es für den allseits geschätzten Schul-Hauswart, Schnee und Eisklumpen mit der Schaufel manuell loszuwerden. Ob dieser neuerdings motorisierten Vier-Rad-Unterstützung darf sich Werner Knill sehr glücklich schätzen, gilt es neben dem Schulhausgelände erstmals ab diesem Winter auch den öffentlich begehbaren Durchgangsweg beim neu erstellten Kindergarten schneefrei zu halten. Damit bringt das neu erstandene Allroundgerät im Winter wie beim Rasenmähen im Sommer gezielte Arbeitserleichterung. Der Unterhalt der Sportrasenfläche jedoch obliegt weiterhin der ortsansässigen Gartenbau-Firma. Ein sichtlich gerührter Werner Knill bedankt sich auf diesem Weg bei den Steuerzahlenden sowie bei der Schulbehörde für die Jung und Alt zugute kommende Rasentraktor-Investition.

#### Ganz herzlich laden wir Sie zu den folgenden Veranstaltungen im Februar ein!

##### Gottesdienste am Sonntag, immer um 10<sup>00</sup> Uhr:

- 02.02., Sitterdorf, moderner Gottesdienst, Pfarrer Johannes Hug und Team, Taufe von Laurin Berchtold
- 09.02., Zihlschlacht, Pfarrerin Regine Hug
- 16.02., Sitterdorf, Pfarrer Johannes Hug, Taufe von Natalia Niederer
- 23.02., Zihlschlacht, Pfarrer Peter Keller, Birwinken

- |   |  |
|---|--|
| <b>Kinderhüeti</b>                      | Die Kinder können ohne Voranmeldung um ca. 9 <sup>50</sup> Uhr in Zihlschlacht in der Sakristei und in Sitterdorf im KGH abgegeben werden (immer dort, wo der Gottesdienst gerade stattfindet).  |
| <b>Kindergottesdienst</b>               | Sonntag, 09.02., 10 <sup>00</sup> Uhr, im Schulhaus Zihlschlacht<br>Sonntag, 16.02., 10 <sup>00</sup> Uhr, im Kirchgemeindehaus in Sitterdorf<br>Sonntag, 23.02., 10 <sup>00</sup> Uhr, im Schulhaus Zihlschlacht  |
| <b>Jugendgottesdienst</b>               | Sonntag, 02.02., 10 <sup>00</sup> Uhr, Moderner Gottesdienst in Sitterdorf<br>Sonntag, 09.02., 09 <sup>15</sup> Uhr, in der Kirche Zihlschlacht<br>Freitag, 21.02., 17 <sup>30</sup> Uhr, im Kirchgemeindehaus in Sitterdorf                             |
| <b>Reli-Unti 2. Oberstufe</b>           | Mittwoch, 12.02., 17 <sup>30</sup> – 19 <sup>00</sup> Uhr, im Kirchgemeindehaus  |
| <b>Konfirmanden</b>                     | Mittwoch, 05.02. und 26.02., 17 <sup>30</sup> – 19 <sup>00</sup> Uhr, im KGH   |
| <b>Jungschar</b>                        | Samstag, 08.02. und 22.02., 14 <sup>00</sup> – 17 <sup>00</sup> Uhr, im KGH  |
| <b>Teenieclub</b>                       | Samstag, 08.02. und 22.02. 19 <sup>00</sup> – 22 <sup>00</sup> Uhr, im KGH   |
| <b>Jugendgruppe</b>                     | Sonntag, 02.02., 10 <sup>00</sup> Uhr, Moderner Gottesdienst in Sitterdorf mit anschliessendem Jugendgruppen-Mittagessen<br>Mittwoch, 05.02., 19 <sup>00</sup> Uhr, im Kirchgemeindehaus<br>Mittwoch, 19.02., 19 <sup>00</sup> Uhr, im Kirchgemeindehaus |
| <b>Frauenfrühstück</b>                  | Mittwoch, 12.02., 09 <sup>00</sup> Uhr, im Kirchgemeindehaus   |
| <b>Frauengr. Mittendrin</b>             | Freitag, 07.02., 09 <sup>15</sup> Uhr im Kirchgemeindehaus Sitterdorf<br>Freitag, 21.02., 09 <sup>15</sup> Uhr im Kirchgemeindehaus Sitterdorf   |
| <b>Seniorenbibelkreis</b>               | Donnerstag, 06.02., 09 <sup>30</sup> Uhr im Kirchgemeindehaus<br>Donnerstag, 20.02., 09 <sup>30</sup> Uhr im Kirchgemeindehaus   |
| <b>Gemeindegebet</b>                    | Samstag, 08.02. und 22.02., 08 <sup>00</sup> Uhr, im Kirchgemeindehaus<br>Mittwoch, 12.02. und 26.02., 06 <sup>00</sup> Uhr, im Kirchgemeindehaus  |
| <b>Strick- und Jassnachmittag</b>       | Donnerstag, 06.02., 13 <sup>30</sup> Uhr, im Kirchgemeindehaus   |
| <b>Seniorenachmittag/60 plus</b>        | Donnerstag, 13.02., 14 <sup>15</sup> Uhr im Kirchgemeindehaus, mit Elsbeth und Josef Widmer-Schindler zum Thema „Vergiss nicht“  |
| <b>Ökumenischer Glaubenskurs Spur 8</b> | Donnerstag, 06.02., 19 <sup>30</sup> Uhr, im Kirchgemeindehaus in Sitterdorf<br>Donnerstag, 13.02., 19 <sup>30</sup> Uhr, im Kath. Pfarreizentrum in Sitterdorf<br>Donnerstag, 27.02., 19 <sup>30</sup> Uhr, im Kirchgemeindehaus in Sitterdorf          |

**Weitere Informationen:** [www.evangelisitterdorf.ch](http://www.evangelisitterdorf.ch)





Katholische Pfarrei Sitterdorf

### Segnungen im Februar

Die erste Februarwoche ist in der kirchlichen Tradition reichhaltig an verschiedenen Segnungen.

#### Kerzensegnung und Blasiussegen:

Am **Samstag, 1. Februar um 18 Uhr**, werden im Gottesdienst Kerzen gesegnet. Sie sind herzlich eingeladen Kerzen, die sie gerne gesegnet haben möchten, in den Gottesdienst mitzubringen. Die Kerzen können vor dem Gottesdienst auf die Kommunionbänke vor den Altar gelegt werden.

In diesem Gottesdienst wird **der Blasiussegen als Schlussegen** erteilt.

#### Segnung des Agatha-Brotens:

Am **Dienstag, 4. Februar um 9 Uhr**, werden innerhalb der Eucharistiefeyer Brote gesegnet. Mit dieser Segnung möchten wir Gott für unsere Nahrung und für unser tägliches Brot danken. Sie sind dazu eingeladen Brote zur Segnung mit in den Gottesdienst zu bringen.



#### Kirchenkaffee

Jeweils am 1. Dienstag im Monat nach unserem beliebten 9 Uhr Gottesdienst sind Sie herzlich zur geselligen Kaffeerunde in den Pfarreisaal eingeladen.

Das nächste Mal findet das Kirchenkaffee am **4. Februar** statt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

#### Sitterdorfer Kids-Fasnacht

**Samstag, 22. Februar um 14 Uhr**, im Pfarreisaal Sitterdorf.

Mit Luftschlangen-Party! *Kein Konfetti!*

Eintritt pro Kind Fr. 5.- inkl. Getränk und Zvieri.

#### Jahresversammlung der FG Bischofszell und FG Sitterdorf

Donnerstag, **27. Februar um 19.30 Uhr**, Sattelbogen Bischofszell

Die Einladung samt Traktandenliste wird allen FG-Mitgliedern frühzeitig zugestellt.

## Sternsingen 2019/20

### Dank der Sternsinger

Die diesjährige Sternsingeraktion war ein Erfolg. Den Abschluss bildete ein schöner Gottesdienst. Danach waren alle Sternsinger und Begleitpersonen zum Spaghettiplausch eingeladen.

Wir möchten uns nochmals bei allen Mitwirkenden für ihren Einsatz bedanken – in den Dank schliessen wir alle mit ein, welche mit ihren grosszügigen Spenden, in der Höhe von rund Fr. 5800.-, zum Erfolg unserer Aktion beigetragen haben!



Das Sternsingerteam Sitterdorf-Zihlschlacht

### Vorschau

#### Oekumenischer Weltgebetstag 2020

Freitag, 6. März um 19.30 Uhr, in der Evang. Kirche Hauptwil.

#### Krankensalbung mit anschl. Zvieri

Donnerstag, 12. März um 14.30 Uhr, Katholische Kirche Sitterdorf

#### Suppentag

Sonntag, 15. März, 10 Uhr, Katholische Kirche Sitterdorf

Wir laden jetzt schon alle herzlich ein!

## HC Zihlschlacht THL Gruppe A

### Spielplan Februar 2020

Datum	Zeit / Spielort	Heim - Gast / Art
Samstag, 01.02.2020	14.45 Uhr Eishalle Kreuzlingen	HC Breakers - HC Zihlschlacht Thurgauer Hobby Liga

## Farmteam HC Zihlschlacht THL Gruppe B

### Spielplan Februar 2020

Datum	Zeit / Spielort	Heim - Gast / Art
Sonntag, 02.02.2020	18.45 Uhr Eishalle Weinfelden	Farmteam HCZ – Vipers Weinfelden Thurgauer Hobby Liga



WWW.HCZ.CH

# Jugend Team-Aerobic



STV ZIHLSCHLACHT

## NEU NEU NEU!

Ab dem 7. Februar 2020 bietet der DTV Zihlschlacht neu ein Jugend Team-Aerobic an. Aerobic ist eine Teamsportart bei welcher zu aktueller Musik getanzt wird. Neben Akrobatik werden Koordination, Beweglichkeit, Ausdauer, Kraft sowie Gleichgewicht gefördert. Das erlernte Programm soll jährlich an 1-2 Wettkämpfen gezeigt werden.

### Du bist interessiert? Dann komm ins Schnuppertraining!

#### Wer:

Mädchen mit Jahrgang 2004 bis 2009

#### Wann:

Jeweils am Freitag, 18.30 bis 20.00 Uhr (Start am 07.02.2020)

#### Wo:

Reha Klinik Zihlschlacht (Turnhalle)

#### Schnuppertraining:

Freitag, 07.02.2020 um 18.30 Uhr, in der Reha Klinik Zihlschlacht  
(ab 19.30 Uhr Information für die Eltern)

#### Kontakt:

Katja Sturzenegger  
katja.sturzenegger@bluewin.ch oder 079 522 43 40

## Wir freuen uns auf dich!

#### Das Leiterteam

Katja Sturzenegger, Karin Brühlmann und Nadine Keller



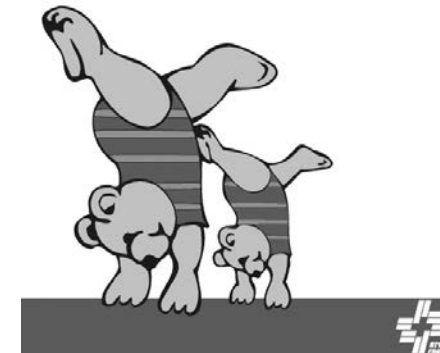
**KATH. PFARREISAAL SITTERDORF**

**SITTERDORFER  
KIDS-FASNACHT**

**SA. 22. FEBRUAR 2020  
14.00 - 16.30 UHR**

**MIT LUFTSCHLANGEN-PARTY  
(KEINE KONFETTI)**

**EINTRITT: CHF 5.- PRO KIND INKL. GETRÄNK & ZVIERI  
VERANSTALTER: KIDS-FASNACHT-TEAM & KATH. KIRCHE**



**Ab dem 4. Februar 2020 haben wir wieder freie Plätze im MUKI Turnen in Zihlschlacht!**

Wir turnen mit dem MUKI jeden Dienstag in zwei Gruppen  
von **08.15 - 09.15 Uhr**  
und von **09.15 - 10.15 Uhr**  
in der Turnhalle in Zihlschlacht.

Das VAKI findet einmal pro Monat am Samstag von **10.30 - 11.30 Uhr** in der Turnhalle in Zihlschlacht statt.  
**Daten auf Anfrage oder in der Turnhalle (Eingangsbereich)**

Kinder ab ca. 3 Jahren sind herzlich willkommen.

Auf eine abwechslungsreiche **MUKI+VAKI-Zeit** freuen sich:

Karin Häberlin 078 843 58 79  
Natalie Roth 079 766 41 20

Evang, Frauenverein  
Sitterdorf- Zihlschlacht



# Frauenfrühstück

**Mittwoch, den 12. Februar 2020  
9.00 Uhr**

**Im Kirchgemeindehaus in Sitterdorf**

**Referentin: Frau Regula Schwab, Küttigen AG**

**Thema: Perfekt gibt's erst im Himmel**

**Unterhaltung: Clown Giacomina**

Geniessen Sie mit anderen Frauen einen geselligen Morgen.

Für kl. Kinder ist ein Kinderhort organisiert, dort bekommen sie Znüni.

Das Frühstück kostet 10.-Fr.

Es sind Frauen aller Konfessionen ganz herzlich eingeladen.

**Bitte Anmelden bei:**

Marianne Brugger Tel. 071 420 00 33

[mari.brugger@bluewin.ch](mailto:mari.brugger@bluewin.ch)

oder

Christa Ackermann Tel. 071 422 32 05

[christa.acki@bluewin.ch](mailto:christa.acki@bluewin.ch)

**Sänger- & Theaterfreunde  
um`s Hudelmoos**

**«SENIORENSTÄNDLI 2020»**

Wie schnell doch die Zeit vergeht! Die Zeit fliegt nur so an uns vorbei. Wir möchten Sie, liebe Jubilare ab dem 70. Altersjahr, sowie die restlich interessierten Dorfbewohner zu unserem obligaten Seniorenständli einladen. Wie letztes Jahr, führen wir diesen Anlass an einem Datum, in Sitterdorf durch.

Personen ohne Fahrgelegenheit melden sich bitte bis 29.02.2020 bei der unten aufgeführten Telefonnummer.

**Sonntag, 08. März 2020 um 13.30 Uhr  
Kath. Kirchgemeindehaus Sitterdorf**

Gerne verwöhnen wir Sie mit Kaffee & Kuchen. Sie brauchen also nichts weiter als Gute Laune und Lust auf etwas Süsses.

Jubilare werden persönlich angeschrieben.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Für Fragen & telefonische Anmeldungen steht Ihnen Stefan Siebenmann unter Tel. 071 420 94 30 gerne zur Verfügung.

SÄNGER- & THEATERFREUNDE  
UM'S HUDELMOOS

# Plausch-Preisjassen

für Vereinsmitglieder und Einwohner

Zihlschlacht und Sitterdorf

**Wann:** Freitag, 6. März 2020, 19.00 Uhr

**Wo:** Restaurant Löwen, Zihlschlacht

**Einsatz:** Fr. 25.– inkl. Nachtessen

**Jassart:** Schieber und Handjass

**Anmeldung an:** Karl Aepli, Sitterdorf, 071 422 12 62  
oder [getraenke-aepli@bluewin.ch](mailto:getraenke-aepli@bluewin.ch)

Alle Teilnehmer erhalten einen Preis!

Guet Jass wünscht der Gewerbeverein  
Zihlschlacht-Sitterdorf.



# Chrabbel-Treff Zihlschlacht-Sitterdorf

Unser Chrabbel-Treff bietet eine unkomplizierte Gelegenheit, andere Mütter, Väter oder Grosseltern mit ihren Babys und Kleinkindern bis zum Spielgruppenalter von ca. 3 Jahren kennenzulernen.

In den Spielgruppenräumlichkeiten in der Blidegg können Sie dann in gemütlicher Runde ihre Gedanken und Erfahrungen austauschen oder einfach nur zum Plaudern vorbeikommen, während die Kinder ihre ersten Kontakte zu Gleichaltrigen knüpfen, den Spielgruppenraum entdecken und mit allen vorhandenen Spielsachen spielen können.

## **Der Chrabbel-Treff findet an folgenden Donnerstagen statt:**

26. September, 24. Oktober, 21. November, 19. Dezember, 16. Januar, 20. Februar, 19. März, 16. April, 14. Mai, 18. Juni (Daten ab Sommer 2020 folgen)

Sie brauchen sich weder an- noch abzumelden, noch regelmässig zu kommen. Der Chrabbel-Treff steht allen offen und darf so besucht werden, wie es in Ihren Rhythmus und Terminkalender passt.

## **Zeit**

Jeweils von 9 bis 11 Uhr.

## **Ort**

Schulhaus Blidegg, im Spielgruppenraum im 1. Stock

## **Essen und Trinken**

Bitte bringen Sie für sich und Ihr/e Kinder selber Verpflegung mit. Sirup und Kaffee steht zur Verfügung.

## **Kosten**

Für anfallende Unkosten ist ein Kässeli aufgestellt.

## **Kontaktperson**

Für weitere Informationen steht Ihnen Priska Gähwiler unter der Nummer 078 855 28 54 gerne zur Verfügung.



#### News aus dem Wohnheim Sonnenrain

Sehr geehrte Einwohnerinnen und Einwohner von Zihlschlacht und Sitterdorf

Auf Ihrem Gemeindegebiet befinden sich zwei spezialisierte Institutionen für Menschen mit Hirnverletzungen. Die grosse Rehaklinik sowie die kleine feine Institution Wohnheim Sonnenrain. Aber das wissen Sie ja bereits.

Aber wissen Sie auch noch etwas mehr über das Wohnheim? Meistens sind Institutionen/Heime ja mehr gegen innen orientiert und man/frau erfährt nicht allzu viel darüber. Dies soll sich ab diesem Jahr ändern.

Das Sonnenrain wird zukünftig regelmässig im Mittelungsblatt schreiben um Ihnen vermehrt Einblick in unsere Institution zu geben und Sie jeweils über News sowie Wissenswertes zum Thema zu informieren. Was gibt es also Neues zu berichten?

#### Grüezi miteneand

Als neuer Institutionsleiter nutze ich diese Gelegenheit, um Ihnen ein Hallo zu schreiben. Sie wollen wissen wie ich aussehe? Oder es interessiert Sie, wer im Stiftungsrat sitzt, die Pflegeabteilung leitet oder für die Produktion der schönen Artikel aus unserer Beschäftigung zuständig ist? Ein paar Klicks genügen [www.sonnenrain.ch](http://www.sonnenrain.ch). Denn neu ist unsere Website zunehmend mit freundlichen Gesichtern versehen.

Ebenfalls finden Sie unter *Aktuelles* regelmässig neue Artikel von unserem Wohnheim-Redaktor.

#### Sommer-Brunch

Leider fällt unser traditioneller Sommer-Brunch vom 21. Juni 2020, entgegen der Terminankündigung im Mitteilungsblatt Nr. 12 2019, aus. Wir melden uns wieder im 2021 für öffentliche Anlässe.

#### Interesse am Sonnenrain

Gerne stehen wir Ihnen bei Fragen oder Anregungen zur Verfügung. Nehmen Sie Kontakt mit uns auf: Tel. 071 555 39 39 oder [sekretariat@sonnenrain.ch](mailto:sekretariat@sonnenrain.ch).

Ich bedanke mich für Ihr Wohlwollen und die freundlichen Begegnungen uns gegenüber.

Freundliche Grüsse

Marcel Jenni  
Institutionsleitung



#### "Musik und Gehirn"

Es gibt kaum einen Menschen, der nicht irgendeine Art von Musik liebt. Die einen erfreuen sich an Ländler, andere an Schlager und wieder andere haben es mit Jazz oder klassischer Musik.

Doch aus welchen Gründen spielt die Musik für uns Menschen so eine grosse Rolle? Weshalb handeln die meisten Liedtexte über die Liebe? Welche Kommunikationsform existierte zuerst in der Menschheitsgeschichte, die Sprache oder die Musik? Was für eine Bedeutung hat Musik für das menschliche Gehirn?

Der Neurologe Daniel Zutter wird zusammen mit dem Duo Las Argentinas (Gesang und Piano) diesen Fragen in einem rund 60-minütigen Vortrag auf den Grund gehen.

#### Mittwoch, 5. Februar 2020

18.30 Uhr, Mehrzweckhalle  
Rehaklinik Zihlschlacht  
Eintritt frei - Kollekte



**Einladung  
zur  
Multivision-  
Show**

**Reiseabenteuer am Polarkreis – Schweden / Finnland**

Live-Reportage mit Petra und Gerhard Zwerger-Schoner

Einfach alles hinter sich lassen, losreisen, durchatmen und die grosse Freiheit spüren. Auf ihrer Suche nach neuen Horizonten, Abenteuern und natürlich grossartigen Bildern, blicken sie in die endlosen Weiten Schwedens und streifen durch tiefe, arktische Wälder Finnlands, oft unangetastet seit der letzten Eiszeit.

Auf ihrer Reise begegnen sie Aussteigern und Abenteurern, sitzen am Lagerfeuer, wandern durch Täler und entlang unberührter Küsten und spüren, sie haben in die stabilste Währung investiert, die es gibt: das eigene Glück!

Spannend, informativ, bildgewaltig und überaus humorvoll! So lässt sich die aussergewöhnliche Reportage der renommierten Reise-journalisten und Filmemacher kurz zusammenfassen.

**Mittwoch, 19. Februar 2020**

18.30 Uhr, Mehrzweckhalle

Rehaklinik Zihlschlacht

Eintritt frei - Kollekte

**Spitex Oberthurgau**

Von Oktober bis Dezember 2019 durfte der Verein Spitex Oberthurgau **Ver-gabungen und Abdankungskollekten** zum Gedenken der folgenden im Ein-zugsgebiet der Spitex Oberthurgau wohnhaften Verstorbenen entgegennehmen.

**Herrn Kurt Ernst Ackermann**, Amriswil; **Frau Maria Bamert-Thurnher**; Sitterdorf, **Frau Doris Bühler-Künzler**; Amriswil, **Herrn Hans Huber-Thomann**; Halden, **Frau Beatrice Löhner-Niedermann**; Amriswil, **Frau Ruth Minder-Brenner**; Amriswil, **Frau Hedy Sager-Höltzchi**; Sitterdorf, **Frau Gertrud Schüepp-Geiger**; Amriswil, **Frau Annemarie Wälchli-Hlade**; Bischofzell, **Herrn Jean Widmer**; Bischofzell

Die Spitex Oberthurgau dankt ganz herzlich für diese Spenden, welche dem Fonds des Vereins Spitex Oberthurgau gutgeschrieben werden. Mit den Mitteln des Fonds werden besondere Auslagen, wie unterstützungs-bedürftige Patienten mit Wohnsitz im Vereinsgebiet, Investitionen und Aktivitäten im Zusammenhang mit der Erfüllung des Zwecks der Spitex Oberthurgau abgedeckt.

Maja Kradolfer Mettler



**Benevol Thurgau**

**3 Millionen Schoggijobs in der Schweiz**

**benevol**

Am «Internationalen Tag der Freiwilligen» muss auch mal Danke gesagt werden. Jung und Alt leistet – bewusst oder unbewusst – Freiwilligenarbeit. Tagtäglich. Im Sportverein, in Jugendverbänden, in der Feuerwehr, in der Nachbarschaft oder wo und wie auch immer. Ein Engagement von unschätzbarem Wert.

Darum machte sich benevol Thurgau am 5.12.2019 frühmorgens und über Mittag auf die Socken und verteilte in den Städten Weinfelden und Frauenfeld freiwillig ein kleines farbiges und süsses Dankeschön an Passanten. Manch einem konnte benevol Thurgau ein Lächeln in das Gesicht zaubern und gleichzeitig auch die Augen öffnen zum Thema Freiwilligenarbeit. Die Zahlen «3 Millionen Freiwillige» und «700 Millionen geleistete Stunden» musste man sich zuerst mal auf der Zunge zergehen lassen. Wie das süsse Dankeschön an alle Frei-willige im Kanton Thurgau. Mehr Informationen: [www.benevol-thurgau.ch](http://www.benevol-thurgau.ch).

Tobias Heer, Weinfelden

## Pro Senectute Thurgau

### Ihr neues Projekt? Werden Sie Ortsvertretung in Sitterdorf

Möchten Sie sich in Ihrer eigenen Gemeinde aktiv für die ältere Bevölkerung einsetzen? Dann suchen wir Sie als Ortsvertretung.

Was sind die Aufgaben fragen Sie sich? Sie sind das Bindeglied zwischen Ihrer Wohngemeinde und Pro Senectute Thurgau. Sie sind «Auge und Ohr» für die Freuden und Sorgen der älteren Bevölkerung. Sie nutzen Ihre eigenen Stärken und Talente, um Andere zu unterstützen oder Gutes zu bewirken.

Wenn dies auch Ihr Ziel ist, freuen wir uns auf Ihren Anruf oder Ihr Mail. Gerne zeigen wir Ihnen auf, wie ein Engagement als Ortsvertretung bei Pro Senectute Thurgau aussieht.

Kontaktperson: Regionalvertreterin Margrit Ackermann, 071 695 10 07  
Margrit.ackermann@tg.prosenectute.ch

### Gepflegt und schön in reiferen Jahren

Gepflegte Ausstrahlung ist keine Frage des Alters. Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Schönheit. In einfachen Schritten zeigt Ihnen die Kursleiterin die Pflege und das Make-up für den täglichen Gebrauch. Sie schminken sich mit einfachen Tricks, auch für den Alltag, und fühlen sich dabei wohl.

Der Kurs richtet sich an Anfängerinnen und Fortgeschrittene. Dieser Kurs ist auf 5 Teilnehmerinnen begrenzt und findet am Freitag, 6. März von 14.00 bis 17.00 Uhr bei Pro Senectute, Egelmoosstrasse 6 in Amriswil statt und kostet CHF 75.- (inkl. Materialkosten).

Anmeldung: Pro Senectute Thurgau, 071 626 10 83, kurse@tg.prosenectute.ch.

**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

## Pro Senectute Thurgau

### Yoga im Schongang – Entspannter durch den Alltag

Nehmen Sie Ihre Gesundheit und Beweglichkeit selbst in die Hand. Wir sind so Jung, wie wir uns fühlen! Yoga verbessert das Körpergefühl, kräftigt Gelenke und Muskeln, stärkt die Konzentration und den Gleichgewichtssinn. Sie trainieren die Achtsamkeit, verbessern die Selbstwahrnehmung und stärken die Präsenz für den Augenblick, der einen liebevollen Umgang mit uns selbst ermöglicht. Die Übungen werden individuell angepasst. Sie werden gefordert, aber nicht überfordert. Es wird im Sitzen, Stehen und Liegen geübt. Bitte bringen Sie eine Sportmatte mit.

Kursort: Yoga Amriswil, Bahnhofstrasse 9, 8580 Amriswil. Dienstags, bis 24. März 2020 von 9.45 bis 10.45 Uhr. Kosten pro Lektion: 16.50 Franken.

Anmeldung: Pro Senectute Thurgau, 071 626 10 83, kurse@tg.prosenectute.ch.

### Workshop «Wunderwerk Darm»

Von allen menschlichen Organen beeindruckt der Darm – ein schleimiges Schlauchsystem mit wenig appetitlichem Inhalt – am wenigsten durch Schönheit und Ästhetik. Lange galt er lediglich als reines Verdauungsorgan, unverzichtbar als Nährstofflieferant und Resteverwerter. Dass er im Organismus jedoch weit über diese Aufgaben hinausgehende lebensnotwendige Funktionen ausübt und so Gesundheit und Wohlbefinden entscheidend mit beeinflusst, haben erst wissenschaftliche Erkenntnisse der letzten Jahrzehnte aufgedeckt. Anatomisch und physiologisch beeindruckt der Darm durch seine Struktur und seine Leistungsfähigkeit. Wie wichtig es darum ist, für eine gute Darmgesundheit zu sorgen, werden Sie an diesem Vortrag erfahren.

Dieser findet am Freitag, 13. März von 18.15 bis 20.15 Uhr bei Pro Senectute in Amriswil (Egelmoosstr. 7) statt und kostet 65 Franken. Anmeldung bei Pro Senectute Thurgau, 071 626 10 83, kurse@tg.prosenectute.ch





## Neue Kurse der Rheumaliga Thurgau im Part Amriswil

### Yoga der natürliche Weg zu körperlicher Gesundheit und Lebenskraft

Eintauchen in eine wohlüberlegte Yogastunde und dabei ein ganzheitliches Bewusstsein für Körper, Geist und Seele pflegen. Durch die Yogaübungen gewinnt der Körper an Spannkraft, Beweglichkeit, Balance und Aufrichtung. Die bewusste Verbindung von Bewegung und Atmung lässt den Geist zur Ruhe kommen und stärkt das innere Gleichgewicht. Individuelle Bedürfnisse der Teilnehmenden werden berücksichtigt und mit fachlicher Kompetenz begleitet.

### Pilates – das Ganzkörpertraining für Energie und Kraft

Die Pilates Methode ist ein ganzheitliches Körpertraining, das Kraftübungen, Koordination, Stretching und Atemtechnik fließend miteinander verbindet. Im Zentrum aller Übungen ist das Training der Stütz Muskulatur, womit die in der Körpermitte liegende Muskulatur rund um die Wirbelsäule gemeint ist. Mit bewussten Bewegungen werden die Rumpfmuskulatur und die Muskeln des Beckenbodens gezielt und gelenkschonend gekräftigt.

**Ort:** Physiotherapie Part, Nordstrasse 7, 8580 Amriswil

Die Kurse finden wöchentlich statt. Eine Schnupperlektion kann gerne besucht werden.

### Weitere Kurse der Rheumaliga TG in Ihrer Region:

- Luna Yoga® (Kursort Arbon und Romanshorn)
- Rhythmik und Bewegungs-Training nach Dalcroze (Neukirch-Egnach)
- Tai Chi / Qi Gong Kurse (Arbon und Weinfelden)
- Pilates (Arbon)
- Aquawell Wassergymnastik (Sommeri und Weinfelden)

### Auskunft, Kursprogramm und Anmeldung unter:

Rheumaliga Thurgau: [www.rheumaliga.ch/tg/kurse](http://www.rheumaliga.ch/tg/kurse) oder Telefon 071 688 53 67



## Medienmitteilung

Frauenfeld, 31. Dezember 2019

### 25 Jahre Alzheimer Thurgau: Neue Öffnungszeiten und Beratungstelefon

**Demenz kann Jede und Jeden treffen: einen selbst, die Eltern, Geschwister, sogar Söhne und Töchter. Alzheimer Thurgau ist für Angehörige und Betroffene eine erste Anlaufstelle. Zum Auftakt des Jubiläumsjahrs 2020 erweitert die Geschäfts- und Beratungsstelle ihre Öffnungszeiten und erhält eine neue Telefonnummer.**

Alzheimer Thurgau feiert 2020 ihr 25-jähriges Bestehen. Unter dem Motto «Alzheimer Thurgau bewegt» führt der Verein über das Jahr verteilt diverse Aktivitäten durch. Diese verfolgen das Ziel, die Thurgauer Bevölkerung mit dem Thema Demenz in Berührung zu bringen. «Viele Leute reagieren auf Alzheimer respektive Demenz verunsichert. Oft ignorieren oder belächeln sie deshalb die Krankheit», weiss Sophie Fritsche, Geschäftsleiterin von Alzheimer Thurgau. «Wir möchten im Jubiläumsjahr den Menschen Mut machen, Demenzerkrankungen als Teil der gesellschaftlichen Realität zu akzeptieren.»

### Entlastung für Angehörige und Betroffene

Die Jubiläumsaktivitäten runden das bestehende Angebot für Betroffene und Angehörige ab: Dieses setzt sich unter anderem aus Informationsanlässen und Gesprächsgruppen, den Cafés Vergissmeinnicht und der Wandergruppe zusammen. Damit gelingt es Alzheimer Thurgau seit 25 Jahren, stufengerechtes Wissen über Demenz zu vermitteln sowie Zugang zu Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten zu ermöglichen. Mit Angehörigen, Nachbarn oder Bekannten mit Demenz richtig umzugehen ist lernbar», betont Sophie Fritsche. «Das gibt nicht nur einem selbst ein gutes Gefühl, sondern bewahrt Betroffene von der Isolation.»

### Neue Telefonnummer und bessere Erreichbarkeit

Zum Jahresbeginn erhält Alzheimer Thurgau ein neues Beratungstelefon und erweiterte Öffnungszeiten: Unter 052 721 01 01 wird von Montag bis Freitag jeweils von 8 bis 12 Uhr und nachmittags nach Vereinbarung fachkundige Beratung angeboten. Geschäftsstelle und Beratungstelefon sind ab dem 6. Januar 2020 wieder erreichbar.

Die Vereinigung Alzheimer Thurgau wurde 1995 gegründet und ist eine unabhängige, konfessionell und politisch neutrale, gemeinnützige Organisation. Sie engagiert sich für die Erhaltung der Würde von Menschen mit einer Demenz und ihren Angehörigen und für die Verbesserung ihrer Lebensqualität.

## Landfrauen Bischofszell und Umgebung

Vortrag über "Die Welt der Bienen". Imke Schmidt Frieden aus Hohentannen wird uns aus ihren Erfahrungen aus dem Leben der Imkerei berichten.

Wann: Mittwoch, 12. Februar 2020  
Zeit: 13.30 Uhr  
Wo: Restaurant Hirschen, Bischofszell

Der Anlass findet zusammen mit dem Landwirtschaftlichen Verein Bischofszell statt.

## 46. Mammut Flossrennen

### Anmeldefrist für Flösser läuft

**Das OK Flossrennen hat mit den ersten Vorbereitungen für das Rennen im Mai 2020 begonnen. Die Anmeldefrist für die Flösser läuft. Informationen auf der Homepage [www.flossrennen.ch](http://www.flossrennen.ch).**

Dieses Jahr findet das beliebte Flossrennen auf Sitter und Thur wieder traditionell am Muttertag dem 10. Mai 2020 statt. (Verschiebedatum 17. Mai 2020) Die turnenden Vereine von Schönenberg-Kradolf hoffen wie in den letzten Jahren auf eine rege Beteiligung von Flössern in den Kategorien „Rennklasse“, „Originalität“ und „Plausch“.

Willst Du mit Deinen Arbeits-/Vereinskollegen oder mit ein paar Kollegen einmal bei diesem einzigartigen, spassigen Anlass mit einem Floss dabei sein? Action und Fun der besonderen Art sowie tolle Preise warten auf jede Mannschaft.

Informationen, Reglemente, ja sogar Infos über allfällig erhältliche Flossunterbauten und Kontaktadressen findest Du unter [www.flossrennen.ch](http://www.flossrennen.ch).

Zögere nicht! **Anmeldeschluss ist der 01. März 2020.**



## TUNINGFORKS am 22.02.2020 um 20.22 Uhr in der Sandbänkliaula

Im laufenden Programm der Literaria geht es am 22. Februar musikalisch weiter: A Cappella vom Feinsten. Vollblutmusiker aus der Region. Sieben starke Männerstimmen singen bekannte Hits von Rock über Pop bis Hip-Hop, nur von einer Stimmgabel unterstützt. Eines Tages schworen sieben junge Männer der Konventionalität ab und begannen zusammen zu singen. Kein Instrument begleitet die Sänger, nur eine Stimmgabel, von der die Band auch ihren Namen hat, sorgt für den richtigen Ausgangston. Im Mittelpunkt ihres Schaffens steht die Rückbesinnung auf den ureigenen Groove, der Menschen seit jeher dazu treibt, sich zu bewegen, zu tanzen und zu singen.

**Tuningforks** – das sind: Christian Martin, Fabian Strässle, Hannes Merz, Sebastian Rohrer, Wolfgang Pfeifer, Andreas Bräuninger, Alessio Minelli und Simeon Bosshard (Technik)

Nach der erfolgreichen Zusammenarbeit im letzten Jahr präsentieren die Veranstalter in Zusammenarbeit mit Nicole Marbach von WeinErlebnis an diesem Anlass feine und preiswerte Weine. Ausserdem lädt die Literaria alle Anwesenden zu einem feinen Apéro ein!

Eintritt Fr. 25.–, Mitglieder Fr. 20.–, Jugendliche in Ausbildung Fr. 10.–  
Barbetrieb ab 19.30 Uhr - Vorverkauf bei Bücher zum Turm oder über [info@literaria.ch](mailto:info@literaria.ch)



### Vorankündigung:



Bereits am 7. März geht es weiter im Programm der Literaria: **Manuel Stahlberger** ist dann mit seinem brandneuen Programm «Eigener Schatten» zu Gast in der Sandbänkliaula!

Türöffnung/Barbetrieb ab 19.15 Uhr, Programmstart 20.00 Uhr  
Eintritt Fr. 30.–, Mitglieder Fr. 25.–, Jugendliche in Ausbildung Fr. 10.–  
Vorverkauf bei Bücher zum Turm oder über [info@literaria.ch](mailto:info@literaria.ch)

### 30 Jahre Musikschule Bischofszell - Danke!

In den vergangenen Monaten konnte die Musikschule Bischofszell an drei grossen Konzerten ihr 30 Jahre Jubiläum gebührend feiern. Der erste Paukenschlag fand im März mit dem gemeinsamen Konzert mit der Stadtmusik Bischofszell bei «Bischofszell musiziert» statt. Es folgte im Juni mit dem Konzert der Lehrerinnen und Lehrer der Musikschule an der «Rosenwoche» der zweite Höhepunkt. Und Mitte November konnte der Dreiklang mit den Aufführungen von «Mit Musik und 14 Talern um die Welt - Hans Christian Andersen trifft auf Musikschule Bischofszell» strahlend abgeschlossen werden! Wir bedanken uns sehr herzlich bei Allen, die an diesen einmaligen und erfolgreichen Jubiläumskonzerten mitgewirkt haben:

Dies sind die Stadtmusik Bischofszell mit dem Dirigenten und allen Musikantinnen und Musikanten, die über 100 mitwirkenden Musik- und Tanzschülerinnen und -Schülern, die Lehrerinnen und Lehrer der Musikschule, Charlotte Kehl als «Hans Christian Andersen» und viele weitere Personen, die zu den unvergesslichen Aufführungen beigetragen haben! Auch den Eltern der Schülerinnen und Schüler und dem Publikum danken wir für die Unterstützung und ihr grosses Interesse!

Fotogalerien finden sie unter «stadtmusik-bischofszell.ch» und «musikschule-bischofszell.ch».

### Unterricht und Ensembles ab Februar 2020

Die Musikschule hat ihr breites Angebot an Unterrichts- und Ensemblefächern ausgebaut und freut sich, viele weitere Kinder, Jugendliche und Erwachsene in die Welt der Musik und des Tanzens einzuführen. Anmeldungen für das Semester ab Februar 2020 werden weiterhin entgegengenommen ([www.musikschule-bischofszell.ch](http://www.musikschule-bischofszell.ch)).

Verena Weber, Schulleitung MSB



## Unser Gemüse-Kistli Angebot



### Als Abo:

**Gemüse-Kistli fix für alle, die gerne wissen was auf den Tisch kommt**

**Gemüse-Kistli fix klein Fr. 13.-**

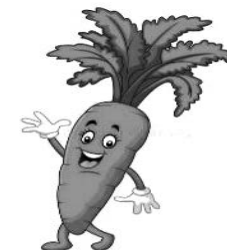
1 Gurke  
1/2 kg Karotten  
1 Blumenkohl  
2 Tomaten  
1-2 Überraschungs-Gemüse

**Gemüse-Kistli fix Fr. 22.-**

1 Gurke  
1 kg Karotten  
1 Blumenkohl  
4 Tomaten  
1 Salat (saisonal)  
1-2 Überraschungs-Gemüse

**Gemüse-Kistli variabel für Überraschungsliebende. Fr. 22.-**

1 kg Karotten  
1 Salat (saisonal)  
Gurke oder Tomaten (wechselt)  
Blumenkohl oder Broccoli (wechselt)  
Peperoni oder Kohlräbli (wechselt)  
2-3 Überraschungs-Gemüse



### nach Bedarf:

**Gemüse-Kistli für Ungebundene und Freiheitsliebende**

Auf unserer Homepage finden Sie den Gemüse-Kistli-Bestellzettel. Diesen können Sie je nach Bedarf ausfüllen und Gemüse nach Ihren Wünschen bestellen.

Wir hoffen mit unseren Angeboten möglichst jeden Wunsch erfüllen zu können und freuen uns, wenn wir Ihr Essen mit Farbe, Vitaminen und Experimenten bereichern dürfen.

Bei Interesse freuen wir uns auf Ihr Telefon 071 420 91 17, auf Ihr E-Mail [info@fruechte-schmitte.ch](mailto:info@fruechte-schmitte.ch) oder wenn Sie direkt bei uns im Hofladen vorbeikommen.

Än Guete wünscht Ihr

**Früchte-Schmitte Team**

Hauptstr. 72, 8588 Zihlschlacht, [www.fruechte-schmitte.ch](http://www.fruechte-schmitte.ch), [info@fruechte-schmitte.ch](mailto:info@fruechte-schmitte.ch), 071 420 91 17

## Verseuchter Computer?

Verseuchter Computer, MS Office einrichten, Internet geht nicht, Drucker läuft nicht, Computer ist kaputt, richtigen Computer kaufen, Handy Abgleich, Probleme mit Windows 10.



Spezialisten die sofort helfen!

Wir helfen Ihnen gerne unter

**071 552 16 66**

### Fern-Support

ab CHF

**39.00**

pro 15 Min.

### PC Support vor Ort

ab CHF

**78.00**

pro 30 Min.

### Einrichten PC / Neuinstallation

CHF

**180.00**

pauschal

### Einrichten Arbeitsplatz

CHF

**390.00**

pauschal

PC Support Ostschweiz ist ein Unternehmensbereich der HiCO GmbH.  
Hauptstr. 34, CH-8588 Zihlschlacht, info@pc-support-ostschweiz.ch



## Faszien- & Bewegungstraining

nach Liebscher & Bracht

### Engpassdehn-Gruppen in Zihlschlacht ab Februar 2020

Die effizienteste Art zu Dehnen und Kräftigen, die ich in all den Jahren als Tänzerin, Sportlerin und Bewegungspädagogin kennengelernt habe!

**Wirksam gegen:** - Schmerzen und Beschwerden des gesamten Bewegungsapparates  
- Rücken, Schultern, Knie, Nacken, Arme, Hände & Füsse

**Geeignet für:** - Viel-Sitzer, Viel-Stehler, SportlerInnen, Bewegungsmuffel, usw.  
- sinnvolle Ergänzung zur Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht  
- Hilfe zur Selbsthilfe

**Gruppentraining:** - Unter fachkundiger Anleitung werden Muskeln und Faszien korrekt gedehnt, gerollt und trainiert  
- Stärkung der Haltungsmuskulatur

**Ergebnis:** - Schmerzfreiheit oder -linderung  
- mehr Kraft und grössere Beweglichkeit  
- mehr Wohlbefinden im Körper

Bei der Auswahl der Übungen werden die jeweiligen Bedürfnisse der TeilnehmerInnen berücksichtigt.

**Ort** Praxis & Kursraum Seelenbewegt  
Hauptstrasse 59, 8588 Zihlschlacht

**Kurs 1** Montag 18 – 19 Uhr (Start 3.2.20)  
**Kurs 2** Dienstag 18 – 19 Uhr (Start 4.2.20)  
**Kurs 3** Freitag 9 – 10 Uhr (Start 7.2.20)

**Kosten** Fr. 18.- pro 60 Min. Lektion im 8er-Abo  
Fr. 23.- pro Einzelstunde  
Probestunde auf Anfrage

**Mitbringen** Trinkflasche, bequeme Kleidung

**Leitung** Marianne Reiser, Bewegungspädagogin  
Tänzerin, Schmerztherapeutin

**Anmeldung** fon +41 71 422 68 40 oder +41 79 242 08 94  
info@seelenbewegt.ch





38 Jahre alt,  
Jurist, Leiter  
der Publikation/  
Dokumentation  
am Bundesver-  
waltungsgericht,  
wohnt in Sitterdorf  
mit Partnerin  
und Söhnen

«Mehr soziale  
Gerechtigkeit  
in der Justiz»

**JONAS  
SEITERLE**

als nebenamtlicher Richter  
ins Bezirksgericht Weinfelden  
am 9. Februar 2020



## FDP

Die Liberalen  
Thurgau

### Zihlschlacht-Sitterdorf

#### Kompetenz in den Grossen Rat 2020



BIS-  
HER  
Heidi  
Grau-Lanz

**Kantsratsrätin seit 2004**  
Grossratspräsidentin 2017/18  
Gemeindepräsidentin  
Zihlschlacht-Sitterdorf,  
Verwaltungsökonomin TG  
Zihlschlacht, geb. 1958  
Verheiratet

«Ich habe Freude, mich  
für die Allgemeinheit  
zu engagieren und will  
weiterhin Verantwortung  
übernehmen in der  
Gesellschaft. Der Thurgau  
soll ein lebenswerter Kanton  
mit gesunden Gemeinden  
bleiben.»

grau.ch



Roger  
Fanetti

Inhaber und Geschäftsführer  
Media Motion AG,  
Marketingfachmann FA,  
Gemeinderat Zihlschlacht-  
Sitterdorf,  
Chefexperte Mediamatik SG,  
Vorstand ICT Berufsbildung  
Ostschweiz

Zihlschlacht, geb. 1975  
Verheiratet, drei Kinder

«Der Thurgau ist ein  
Macherkanton. Kleine, dafür  
effektiv umgesetzte Schritte  
bringen unseren Kanton  
weiter, als wenn wir bloss  
von grossen, idealistischen  
Visionen sprechen.»



Christian  
Hinterberger

Betriebswirtschafter HF,  
Inhaber und Geschäftsführer  
HiCO Informatik GmbH,  
Gemeinderat Zihlschlacht-  
Sitterdorf,  
Präsident Gewerbeverein  
Zihlschlacht-Sitterdorf,  
Vorstand FDP Bischofszell und  
Umgebung

Sitterdorf, geb. 1985  
Verheiratet, drei Kinder

«Lokales Gewerbe stärken,  
attraktiven Lebensraum  
erhalten und schaffen. Ich  
möchte Verantwortung  
übernehmen und  
freue mich auf neue  
Herausforderungen.»

**LISTE 5**  
15. März 2020

FDP Bischofszell und Umgebung

# 5G INFO- ABEND

Einladung für alle Bewohner der Regionen  
Bischofszell, Zihlschlacht-Sitterdorf und Hauptwil

**FREITAG, 14. FEBRUAR 2020**  
19.30 – 21.00 UHR

**SEMINARZENTRUM  
HOFPLATZ 7  
9220 BISCHOFZELL**

## THEMEN

- Was ist Mobilfunk?
- Wozu dient 5G?
- Auswirkungen auf unsere Gesundheit
- Wer haftet für Schäden?

Anschliessend Diskussion, Fragerunde und Apéro

**EINTRITT FREI (KOLLEKTE)**

Der Abend wird durch verschiedene Referenten  
gestaltet, unterstützt von den „Betroffene Bürger  
Bodensee“. Bei Fragen dürfen Sie sich gerne wen-  
den an: Marianne Reiser, Tel. 071 422 68 40

**WIR FREUEN UNS AUF VIELE INTERESSIERTE !**

Weitere Informationen:

[www.schutz-vor-strahlung.ch](http://www.schutz-vor-strahlung.ch), [www.gigaherz.ch](http://www.gigaherz.ch),  
[www.diagnose-funk.org](http://www.diagnose-funk.org), [www.mobilfunkhaftung.ch](http://www.mobilfunkhaftung.ch)



## Hatha-Yoga

neuer Anfängerkurs  
ab Dienstag 3. März 2020

STUDIO SEVEN

Poststrasse 3  
9220 Bischofszell

## KURSPLAN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	09:00 Uhr Faszienyoga*	9:30 Uhr BuggyFit	08:25 Uhr BauchIntensiv*	8:45 Uhr Antara*
			08:50 Uhr M.A.X.*	10:00 Uhr Rückbildung*
17:45 Uhr SS-Yoga			09:30 Uhr Faszienyoga*	
19:00 Uhr Rückbildung				
20:00 Uhr Frauen-Power	18:30 Uhr Hatha-Yoga Anfänger		18:30 Uhr Hatha-Yoga Fortgeschritte	

\* Kurse mit Kinderbetreuung



## M.A.X.

ein intensives Ganzkörpertraining  
im Bereich Kraft und Ausdauer,  
welches die Fettverbrennung opti-  
miert

## Bauch Intensiv

ein Training für den Bauch- und  
Corebereich, die Bauchmuskulatur  
wird gekräftigt und gestrafft

## Faszienyoga

Für deine Beweglichkeit  
und mehr Lebensfreude

## INFOS & ANMELDUNG

[www.physio-flueck.ch](http://www.physio-flueck.ch)



## KONTAKT

[info@physio-flueck.ch](mailto:info@physio-flueck.ch)  
Festnetz & WhatsApp  
071 508 51 57

## Öffentliche Veranstaltungen

**Dezember bis  
Ende Februar**

**SATTELBOGEN Restaurant**  
Bilderausstellung  
Fotoclub Romanshorn

**Montag**

3. Februar, ab 14.00 Uhr

**Naeftis Textilien und P. Schibler**  
Wäsche- und Comfortschuhe-  
Präsentation

**Sonntag**

9. Februar, 15.30 Uhr

**Thomas und Dani**  
Oberkrainermusik und Schlager

**Sonntag**

16. Februar, 15.30 Uhr

**Männerchor Niederuzwil**  
Männerchorliteratur

**Donnerstag**

20. Februar, ab 14.30 Uhr

**Schmutziger Donnerstag**  
Dani Wolter und Henry  
Glöggli Clique Amriswil

## Voranzeige

1. März, 15.30 Uhr

**Musik zum Tag der Kranken**  
Trio Reichmuth-Signer  
Ländlerformation

Das SATTELBOGEN Restaurant ist täglich von 9.00 bis 19.00 Uhr für Sie geöffnet. Abends auf Anfrage.

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch.**

SATTELBOGEN · Sattelbogenstrasse 11 · 9220 Bischofszell  
Tel. 071 424 03 00 · Fax 071 424 03 33  
Mail [info@sattelbogen.ch](mailto:info@sattelbogen.ch) · Internet [www.sattelbogen.ch](http://www.sattelbogen.ch)

**Innenausbau  
Um- & Neubauten  
Parkett**

**Peter Müller**  
Generalunternehmung  
8588 Zihlschlacht  
Natel 079 447 78 73

**Wir führen Ihren Um- und Neubau  
von A-Z durch.**

**Ihr Vorteil: Sie haben nur eine Ansprechperson.**

## Gratis Zweiradentsorgung !



### Martin Schuerpf

Zweirad und Maschinenverwertung  
CH-8588 Zihlschlacht, Riet 6

**Telefon 076 340 98 45**

Prompte Abholung von Velos,  
Mofas und Motorräder sowie  
aller Benzingartengeräte.

**Zu vermieten in Zihlschlacht  
per sofort**

## Tiefgaragenplatz

**Anwachsen 12  
8588 Zihlschlacht**

**Mietkosten:  
Fr. 80.00 / Monat**

**Für weitere Auskünfte:  
Susanne Kaspar,  
079 658 61 81**

# Kurt Metzler Malerhandwerk

Dipl. Malermeister

Maler- und Tapeziererarbeiten  
Verputzte Aussenwärmedämmungen  
Dekorative Techniken  
Fassadenrissanierungen  
Algen- und Spinnbefallsanierungen  
Antigraffitienschutz

Hauptstrasse 47  
8588 Zihlschlacht  
079 696 02 25  
071 422 41 58

Ihr Zihlschlachter Maler hilft Ihnen gerne weiter

## Service/Reparaturen



auf allen Ihren Haushalt-  
Grossgeräten in Küche  
und Waschküche  
..... egal wo gekauft.....

Waschmaschine, Kühlschrank, Backöfen, Herd,....

- Nach Ihrem Anruf stehen wir innert kurzer Zeit vor Ihrer Haustüre, mit zeitgenauer Terminangabe
- Top ausgebildetes Personal
- Auf Sie zugeschnittene Beratung
- Kostenlose Leihgeräte

**peZagelektro ag**

9220 bischofszell fon 071 424 24 90 www.pezag.ch

Attraktive Angebote in  
unserem Onlineshop  
www.pezag.ch

  
SATTELBOGEN  
WOHNEN · PFLEGEN · BETREUEN

### WIR EMPFEHLEN UNS FÜR

- Familienfeiern ■ Geburtstagsessen
- Dankesessen ■ Leidmahle
- Versammlungen ■ Tagungen/Seminare

### INFRASTRUKTUR

- 80 Plätze tagsüber
- 150 Plätze ab 19.00 Uhr
- Moderne technische Infrastruktur

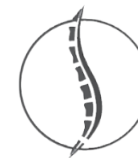
### RESERVATION

Ihre Reservation nehmen wir gerne unter  
Tel. 071 424 03 00 entgegen.



### SATTELBOGEN

Sattelbogenstrasse 11 · 9220 Bischofszell  
info@sattelbogen.ch · www.sattelbogen.ch



## Praxis für Therapie und Prävention

Schmerzfrei leben!

### Markus Sauder

Med. Masseur eidg. FA

Feldhofstrasse 2  
8588 Zihlschlacht

Termine nach Vereinbarung

Tel. 079/447 81 59  
markus.sauder@gmx.ch  
www.sauder-massagen.ch

- Klassische Massage
- Sportmassage und Taping
- Bindegewebsmassage
- Manuelle Lymphdrainage und Ödemtherapie
- Myofasziale Triggerpunkt-Therapie
- Funktionsmassage
- Reflexzonenmassage am Fuss
- Kolon-, Narben- und Periostmassage
- TWT Trisana Wirbelsäulen-Technik
- ✓ Krankenkassen anerkannt



# Wir helfen ...

## Ihre Solidarität wird gebraucht

Unterstützen Sie als Mitglied die Arbeit von pro humanis.

**pro humanis**  
Gönnervereinigung  
Neurorehabilitation  
Zihlschlacht  
[www.prohumanis.org](http://www.prohumanis.org)



**Grossratswahlen**  
**15. März 2020**

LISTE 1

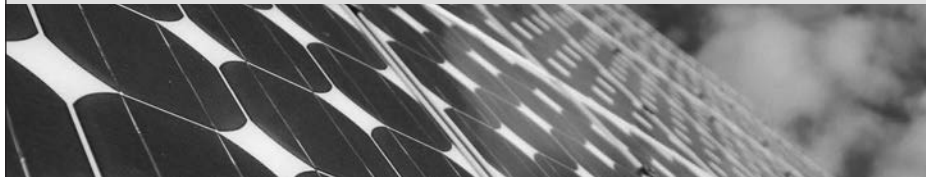
**Ein starkes Team für die Region  
initiativ und lösungsorientiert**

CVP Bischofszell und Umgebung  
[www.cvp-bischofszell.ch](http://www.cvp-bischofszell.ch)



## Profitieren Sie mit einer modernen Photovoltaikanlage von der Kraft der Sonne

Täglich lassen sich immer mehr Menschen von der unerschöpflichen, kostenlosen Energie der Sonne faszinieren. Möchten Sie Ihren Strom selber produzieren und so vom Eigenverbrauch des deutlich günstigeren, selbst erzeugten Stroms profitieren?



Elektro Niklaus AG, Bischofszell, +41 71 422 37 37, [info@enb.ch](mailto:info@enb.ch)

360° Schweizer Elektrotechnik

Ein Unternehmen der **Burkhalter**  
Group

### Elektroauto mieten bei der Garage Brügger AG, Zihlschlacht:

Mitsubishi i-MiEV 100% Elektrisch – 0% CO2 Kategorie A

Geniales Kurzstrecken- und Pendlerauto

Reservierungen nimmt die Garage Brügger AG unter folgender  
Telefonnummer gerne entgegen: 071 422 27 09.



## **Elternnotruf**

### **Telefonberatung**

Die Beraterinnen und Berater stehen Ihnen rund um die Uhr unter 0848 35 45 55 zur Verfügung. Vertraulich, anonym und kostenlos.

### **E-Mail-Beratung**

Sie können Ihre Sorgen und Fragen in einem E-Mail schriftlich mitteilen. Sie erhalten so rasch wie möglich eine persönliche Antwort.

### **Face-to-Face**

Sie können sich hier für eine persönliche Beratung in der Fachstelle des Elternnotrufs in Zürich anmelden.

### **Bildung**

Es werden Kurse, Vorträge und Workshops zu unterschiedlichen Themen für Eltern oder Fachpersonen angeboten.



Haben Sie Fragen rund um die Mutter- und Vaterrolle oder benötigen Sie Unterstützung in Beziehungs- und Erziehungsfragen?

Dann wenden Sie sich an die conex familia. conex familia wird durch die Politische Gemeinde Zihlschlacht-Sitterdorf mitfinanziert und berät Sie in allen Lebenslagen professionell und kompetent.

conex familia • Mütter- und Väterberatung • Paar-, Familien- und Jugendberatung • Wuhrstrasse 2 • 8580 Amriswil



**conex familia**

Mütter- und Väterberatung • Paar-, Familien und Jugendberatung  
Region Amriswil-Bischofszell

**DIE POST** 

**GZA**  
8588 Zihlschlacht



## *Der Schlussgedanke:*

**Ein Freund ist ein Mensch,  
der die Melodie deines Herzens kennt  
und sie dir vorspielt,  
wenn du sie vergessen hast.**

(Albert Einstein, 1879 – 1955, deutsch-schweizerisch-amerikanischer Physiker)