

# KOBLENZER

## infoblatt



NOVEMBER 2022

Jahrgang 31 | Nr. 11  
erscheint monatlich

### ÖFFNUNGSZEITEN

Montag:	09.00–11.30 Uhr	14.00–16.30 Uhr
Dienstag:	geschlossen	14.00–18.00 Uhr
Mittwoch:	geschlossen	14.00–16.30 Uhr
Donnerstag:	09.00–11.30 Uhr	14.00–16.30 Uhr
Freitag:	09.00–11.30 Uhr	geschlossen

*Der Gemeindeammann steht jeden zweiten Samstag des Monats der Bevölkerung für eine Aussprache zur Verfügung.*

*Holen Sie sich einen Termin bei der Gemeindeganzlei.*

### KONTAKT Wir sind wie folgt erreichbar

Kanzlei:	056 246 12 00	kanzlei@koblenz.ch
Finanzen/Steuern:	056 246 12 42	finanzen@koblenz.ch
Technische Dienste:	056 246 02 03	(nur Pikett)
Homepage:	www.Koblenz.ch	
Redaktionsschluss nächste Ausgabe:	<b>6. Dezember 2022</b>	

*Falls Ihnen ein Termin nur möglich ist, während die Verwaltung geschlossen ist, bitten wir Sie um Kontaktaufnahme während der vorgenannten Öffnungszeiten. Wir werden gerne eine Lösung für Sie finden.*

### NEUIGKEITEN DES GEMEINDERATES Ausgaben Infoblatt 2023

Der Gemeinderat beschloss, das Infoblatt ab 2023 nur noch zehnmal statt wie bisher zwölfmal pro Jahr erscheinen zu lassen. Die beiden gestrichenen Ausgaben betreffen den Januar und den Juli.

### Vorbeugung einer Strommangellage

Der Gemeinderat beschloss an seiner Sitzung vom 14. November 2022 für die der Gemeinde gehörenden Liegenschaften und Objekte, insbesondere Gemeindehaus, Schulhäuser und Kindergarten, Tagesstrukturen und Zivilschutzanlagen, folgende energetische Sparmassnahmen:

- Ab dem 28. November 2022, 6.00 Uhr, wird die Raumtemperatur auf 20°C gesenkt. Wer dies als zu kühl empfindet, darf sich gerne mittels eines Pullovers vor Erkältung schützen.
- Alle elektrischen/elektronischen Geräte (Computer, Drucker, [TV-] Monitore und Radio-Anlagen) werden von Stand-by-Betrieb auf manuellen Betrieb umgestellt. Sie sind während der Arbeitszeiten am Netz und werden nach Arbeitsschluss vom letzten Nutzer vom Netz genommen.
- Weihnachtsbeleuchtung: Die Weih-

nachtsbeleuchtung an öffentlichen Bauwerken (Viadukt, Gemeindehaus, Schulhäuser) wird nicht installiert, respektive nicht eingeschaltet. Auf dem Nachen im Kreisel wird ein Weihnachtsbaum aufgestellt ohne LED-Lichter.

- Die Adventsfenster am Gemeindehaus werden von 17.00 bis 21.00 Uhr mit LED-Lichtern beleuchtet.
- Die Strassenbeleuchtung bleibt aus Sicherheitsgründen bis nach dem letzten Halt der öffentlichen Verkehrsmittel in Koblenz eingeschaltet.

Der Gemeinderat bittet die Bevölkerung, sich dem Vorgehen des Gemeinderats bei der Heizung und Beleuchtung anzuschliessen. Vor allem bittet er dieses Jahr, auf die übermässige Beleuchtung des Heims zu verzichten.

Der Gemeinderat empfiehlt aus Sicherheitsgründen, den Weihnachtsbaum weiterhin mit massvoll eingesetzten LED-Lichtern anstelle von Wachskerzen zu schmücken.

### Neue Regelung Angelkarten

Die Ortsbürgergemeinde Koblenz hat im Sommer 2022 entschieden, die Fischerei Koblenz (Fischerei-Nr. 669) ab 1. Januar 2023 bis 31. Dezember 2024 an den Fischereiverein Zurzach zu verpachten.

Die Verpachtung geschieht gemäss Revierbeschrieb für die Pachtperiode vom 01.01.2023 bis 31.12.2024, insbesondere gestützt auf §5 ff. des Fischereigesetzes des Kantons Aargau (AFG) vom 20. November 2012 und §3 ff. der Verordnung zum Fischereigesetz des Kantons Aargau (AFV) vom 12. Dezember 2012. Die Fischerei Nr. 669, Fischereirevier Koblenz, erstreckt sich von den Grenzsteinen Grieninsel und Alt Rhy im Ortsteil Rietheim der Gemeinde Zurzach bis zur Aaremündung in den Rhein in der Gemeinde Koblenz.

Der Angelkartenverkauf für das gepachtete Gewässer obliegt ausschliesslich dem Pächter Fischereiverein Zurzach. Der Verkauf von Angelkarten durch Dritte, wie beispielsweise der Finanzabteilung Koblenz, ist gemäss Vertrag nicht mehr möglich.

Die Fischer werden gebeten, die neuen Bestimmungen zum Angelkartenerwerb zu beachten.

### TÄTIGKEITEN AUS DER AMTSSTUBE Bauwesen

Es sind folgende Baubewilligungen ohne öffentliche Auflage erteilt worden:

- Eisenbahner Baugenossenschaft, Tüftelstrasse 2, 5322 Koblenz; Vergrösserung von zwei bestehenden

Fahrzeugabstellplätzen, Parz. 993 + 996, Tüftelstrasse 6 + 12

### **AEW-Erschliessung – Baustelle**

Seit dem 2. November 2022 befindet sich für ca. 10 Wochen an der Bahnhofstrasse ausgangs Koblenz Richtung Klingnau eine Baustelle.

### **Gleisbauarbeiten Bahnhof Koblenz**

Vom 17. bis 30. November 2022 finden Gleisbauarbeiten am Bahnhof Koblenz statt. Deshalb ist der Streckenabschnitt Koblenz-Waldshut vom Samstag, 19. November 2022, 01.00 Uhr bis Montag, 21. November 2022, 04.00 Uhr gesperrt. Die Züge fallen zwischen Koblenz-Waldshut aus und werden durch Busse ersetzt. Die SBB empfiehlt den Kunden vor ihrer Reise ihre Verbindung in der SBB Mobile App oder im Online-Fahrplan auf [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch) zu prüfen.

## **Vernehmlassungen**

Der Gemeinderat hat sich zu folgenden zwei kantonalen Anhörungen vernehmen lassen:

- Gesundheitspolitische Gesamtplanung 2030
- Gesetz über die Verwaltungsrechtspflege; Anpassungen

### **MITTEILUNGEN DER GEMEINDEVERWALTUNG**

## **Strassenräumung bei Schnee und Eis**

Wir fordern die Autohalter auf, ihre Wagen wegen einer allfälligen Strassenräumung sowie dem Einsatz von Streusalz bei Schnee und Eis nicht auf den Gemeindestrassen zu parkieren, da sonst die Arbeit unseres Technischen Dienstes behindert wird. Sie vermeiden dadurch Beschädigungen, die trotz der üblichen vorsichtigen Arbeitsweise nicht auszuschliessen sind. Die Gemeinde lehnt allfällige Schadensersatzansprüche wegen Nichtbefolgung dieser Weisung ab. Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis.

Weiter weisen wir darauf hin, dass unser Technischer Dienst den Auftrag hat, den Einsatz von Streusalz aus Umweltschutzgründen auf das Notwendige zu beschränken. Wir ersuchen die Auto-

fahrer deshalb, ihre Fahrweise den jeweiligen Strassenverhältnissen anzupassen. Bitte bedenken Sie, dass es auch auf gesalzene Fahrbahnen und Trottoirs eine gewisse Zeit erfordert, bis Eis und Schnee aufgetaut sind!

## **Mütter- und Väterberatung**

Der nächste Termin findet am **Dienstag, 6. Dezember 2022, von 14.15 bis 16.00 Uhr** im Pavillon neben dem Kindergarten statt. Die Säuglingsschwester ist jeweils am Montag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag von 8.15 bis 9.15 Uhr sowie am Dienstag von 13.30 bis 15.00 Uhr unter der Tel. Nr. 056 245 42 40 erreichbar.

## **Weihnachtsbaumverkauf: Neuer Ort**

Der traditionelle Weihnachtsbaumverkauf der Ortsbürger mit Bäumen aus dem eigenen Wald findet dieses Jahr am Dienstag, 13. Dezember von 17.30–18.15 Uhr neu vor dem Eingang des Schulhauses Ried II (beim NTP) statt.

Deckkäste werden ab 30. November 2022 bei der Waldhütte zur Verfügung stehen.

### **VON DEN KIRCHEN IN KOBLENZ**

Geschätzte Seniorinnen und Senioren von Koblenz

Das Team der reformierten und katholischen Kirchgemeinden Koblenz wird in diesem Jahr wieder ein Mittagessen organisieren. Wir freuen uns, Ihnen das Datum jetzt schon bekannt zu geben.

Wir treffen uns zu einem gemütlichen Mittagessen und zwar am **Donnerstag, 1. Dezember 2022, um 12:00 Uhr**. Nä-



here Einzelheiten folgen mit der Einladung.

Die Einladungen werden an alle katholischen und reformierten Einwohner von 70 Jahren und älter versandt.

Das Team freut sich auf einen gemütlichen Nachmittag.

### **DIVERSE MITTEILUNGEN**

## **Stromzählerableserinnen und -ableser der AEW sind unterwegs**

Vom 3. Dezember 2022 bis 12. Januar 2023 sind die Zählerableserinnen und -ableser der AEW Energie AG in rund 80 Aargauer Gemeinden unterwegs.

Die Stromzähler der AEW Haushaltskundinnen und -kunden werden in der Regel einmal im Jahr abgelesen. Vom 3. Dezember 2022 bis 12. Januar 2023 sind die Zählerableserinnen und -ableser im AEW-Netzgebiet ([www.aew.ch/netzgebiet](http://www.aew.ch/netzgebiet)) unterwegs. Davon ausgenommen sind Gemeinden, die bereits mit fernauslesbaren Smart-Meter-Zählern ausgerüstet sind. Die Ablesungen werden unter Einhaltung der aktuellen Verhaltens- und Hygieneregeln des BAG durchgeführt. Die AEW bittet ihre Kunden, den Ableserinnen und Ablesern den Zugang zu den Zählern zu gewähren. All jene, die ihren Zählerstand selbst ablesen möchten, finden unter [www.aew.ch/ablesung](http://www.aew.ch/ablesung) eine Anleitung und das Meldeformular. Die Stromrechnungen werden im Januar 2023 versendet.

## **AEW-Ableser können sich immer ausweisen**

Die Zählerableserinnen und -ableser können sich auf Wunsch durch einen AEW-Ausweis legitimieren und sind mit einer AEW-Leuchtweste gekleidet. «Wenden Sie sich bitte bei Unsicherheiten oder falls sich ein AEW-Ableser nicht ausweisen kann an den AEW-Kundenservice unter 062 834 22 22» rät Marc Ritter, CEO der AEW Energie AG.

*Reisen Sie günstig durch die Schweiz. Sie können bei uns pro Tag 2 «Tageskarte Gemeinde» für Fr. 39.00 / Fr. 45.00 beziehen.*

# Kennen Sie unser Koblenz? (5)

**Unsere Brücken** (pds) – Koblenz, das Vierbrückendorf! So nennen wir uns und sind sogar ein bisschen stolz darauf. Als einzige Gemeinde in der Schweiz überwinden wir die beiden grössten Flüsse mit je zwei Übergängen. Das soll uns erst jemand nachmachen! Doch mit vier Brücken allein geben wir uns nicht zufrieden. Gleich zehn von ihnen sind abgebildet. Sie alle überwinden ein Hindernis, auch wenn nicht alle in den EU-Raum führen. Diese Übergänge sind uns wohl bekannt und leicht zuzuordnen. Versuchen Sie es doch einmal und senden Sie Ihr Lösungswort ein!

Setzen Sie die ZEHN passenden Bildbuchstaben in die erste Spalte des Rasters vor die zutreffende Legende. Von oben nach unten gelesen ergibt das Lösungswort.

	Bahnbrücke Rhein
	Velobrücke Aare
	Uferweg Giriz
	Viadukt
	Binnenkanal
	Strassenbrücke Rhein
	Strassenbrücke Aare
	Steinbachgraben
	Bahnbrücke Aare
	Hinterofen



H



S



L

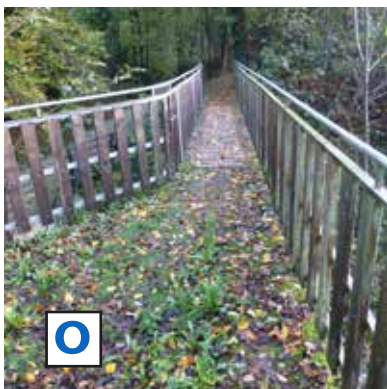


R

Schicken Sie das Lösungswort mit Name und Adresse an:  
rene.spannagel@koblenz.ch

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir einen kleinen Preis.  
*Ausgeschlossen sind Mitarbeiter der Gemeinde Koblenz.*

Auflösung des letzten Rätsels (Gartenzäune): TEICHROSEN  
Gewinnerin: Ursula Gassler, Rebhalde 9a, 5322 Koblenz  
Besten Dank für das Interesse und die vielen Einsendungen.



O



R



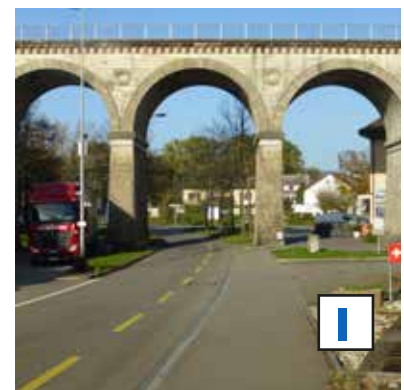
F



H



C



I

## TERMINE

### Veranstaltungskalender

Im Zuge der aktuellen und sich ständig ändernden Lage kann die Durchführung der verschiedenen Termine nicht definitiv geplant werden. Wir bitten Sie deshalb, sich bei bevorstehenden Veranstaltungen direkt bei den jeweiligen Organisationen zu informieren. Besten Dank für Ihr Verständnis.

<i>Wann</i>	<i>Wer</i>	<i>Was</i>	<i>Wo/Wann</i>
<b>November</b>			
18.	Männerturnverein/Damenriege	Käse-Essen im Horeb	18.30 Uhr
19.	Verein Dorfmärkte Koblenz + KuKo	Weihnachtsmarkt	Hinterdorfstrasse, 11.00–20.00 Uhr
20.	Ref. Kirchgemeinde	Gottesdienst zum Ewigkeitssonntag	Ref. Kirche, 10.00 Uhr
20.	Kath. Kirchgemeinde	Gottesdienst mit Kommunionfeier	Kath. Kirche, 10.30 Uhr
23.	Ref. Frauenverein	Kaffeepausch	refTreffPunkt, 14.00 Uhr
24.	Kath. Kirchgemeinde	Kirchgemeindeversammlung	Kath. Kirche, 20.00 Uhr
26.	Eschbachhof	Vortrag Kosmische Spuren mit Erich von Däniken	Turnhalle Schule, Schulstrasse 5 Ab 18.00 Uhr Buchsignieren, Grill 19.00 Uhr Vortrag
27.	Kath. Kirchgemeinde	Mediative Adventseröffnung	Kath. Kirche, 17.00 Uhr
27.	Ref. Kirchgemeinde	Gottesdienst zum 1. Advent	Ref. Kirche, 10.00 Uhr
<b>Dezember</b>			
1.	Kath. + ref. Kirchgemeinde	Seniorenessen	12.00 Uhr
2.	Kath. Kirchgemeinde	Chlaus-Einzug (Feuerschale)	Kath. Kirche, 17.30 Uhr
2.	Damenriege	Chlaushock	
4.	Ref. Kirchgemeinde	Gottesdienst zum 2. Advent	Ref. Kirche, 10.00 Uhr
4.	Kath. Kirchgemeinde	2. Advent-Familiengottesdienst mit Vorstellung EK-Kinder	Kath. Kirche, 10.30 Uhr
5.	Männerturnverein/Damenriege	Chlausturnen	
7.	Kath. Kirchgemeinde	Eine Unterbrechung	Kath. Kirche, 10.00 Uhr
9.	Männerturnverein	Delegiertenversammlung KTVZ	Endingen, 18.30 Uhr
9.	Damenriege	Delegiertenversammlung	Endingen
11.	Stiftung Kirche St. Peter und Paul Leuggern	Weihnachtskonzert	17.00 Uhr, Kath. Kirche Leuggern
11.	Ref. Kirchgemeinde	«Zäme»-Gottesdienst zum 3. Advent in Klingnau	Ref. Kirche Klingnau, 10.00 Uhr
14.	Ref. Frauenverein	Weihnachtsessen	refTreffPunkt, 12.30 Uhr
18.	Ref. Kirchgemeinde	Taizé-Gottesdienst	Ref. Kirche, 17.00 Uhr
20.	Damenriege	Adventsfensterbummel	
24.	Ref. Kirchgemeinde	Familiengottesdienst	Ref. Kirche, 17.00 Uhr
24.	Kath. Kirchgemeinde	Familiengottesdienst	Kath. Kirche, 17.00 Uhr
25.	Ref. Kirchgemeinde	Gottesdienst zum Weihnachtsfest	Ref. Kirche, 10.00 Uhr
26.	Kath. Kirchgemeinde	Stephanstag	Kath. Kirche, 10.30 Uhr

# Brennholzbestellung 2023/2024

---

Ich bestelle folgende Brennholzlieferung:

..... Ster Buchenholz à Fr. 100.--

..... Ster Mischholz à Fr. 90.--

..... Ster Nadelholz à Fr. 90.--

**Brennholz ist waldfrisch ab Waldstrasse. Es muss noch gelagert werden!**

Interessenten für einen Schlagraum können sich direkt mit unserem Förster, Herrn Felix Keller, Klingnau, Tel. 079 581 31 50 (Werkhof), in Verbindung setzen. Falls Bedarf für Deckkäste von Weisstannen besteht, kann man sich direkt an den Förster wenden.

Wir bitten Sie, für Bestellungen dieses Blatt zu verwenden und unserer Gemeindekanzlei bis spätestens **30. Dezember 2022** einzureichen (mündliche Bestellungen können nicht entgegengenommen werden).

Name: .....

Adresse: ..... 5322 Koblenz

Telefon: ..... Datum: .....

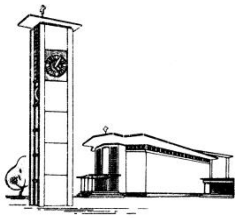
Unterschrift: .....

Wir weisen darauf hin, dass die Gelegenheit besteht, bei Herrn Adrian Schweri, Landstrasse 27 (Tel. 056 246 11 24) trockenes gelagertes Brennholz (Cheminéeholz) (für kleinere Mengen, bis max. 10 Ster) zu beziehen (inkl. Auslieferung). Die Preise sind direkt bei Herrn Schweri zu erfragen.

## Adventsfenster 2022

Do.	01. Dez.	Schule Koblenz	Schulstrasse 5	
Fr.	02. Dez.	Krattinger Rita und Heinz	Rütenenstrasse 14a	★
Sa.	03. Dez.	Grieder Andrea und Andy	Bündtlistrasse 5c	★
So.	04. Dez.	Säuberli Katharina und Werner	Schulstrasse 10	
Mo.	05. Dez.	Grob Lara und Markus	Buckhalde 13B	★
Di.	06. Dez.	Sommer Katja	Landstrasse 4	
Mi.	07. Dez.	Caruso Francesca und Stefano	Buckhalde 5	★
Do.	08. Dez.	Familie Lorenz	Eichhaldenstrasse 19c	
Fr.	09. Dez.	Fischer Rita	Rütenenstrasse 20	
Sa.	10. Dez.	Familie Eberle	Buckhalde 9	
So.	11. Dez.	Familie Costermani	Sonnenheimstrasse 11	★
Mo.	12. Dez.	Familie Blum	Kornweg 8	
Di.	13. Dez.	Restaurant Engel	Landstrasse 20	★
Mi.	14. Dez.	Familie Gfeller	Sonnenbühl 484	
Do.	15. Dez.	Therapiezentrum	Buckhalde 17	★
Fr.	16. Dez.	Stuber Annemarie und Beat	Langfohrenstrasse 25	★
Sa.	17. Dez.	Eschbach Andrea und Markus	Eichhaldenstrasse 23	
So.	18. Dez.	Reformierte Kirche Koblenz	Bahnhofstrasse 7	★
Mo.	19. Dez.	Wanzenried Erika und Andreas	Eichhaldenstrasse 27	
Di.	20. Dez.	Familie Roesch	Kleinhölzli 8	
Mi.	21. Dez.	Schwarz Christine und Thomas	Sunnehofstrasse 5	
Do.	22. Dez.	Gemeinderat Koblenz	Gemeindehaus	★
Fr.	23. Dez.	Dorfladen Koblenz	Hinterdorfstrasse 12	★
Sa.	24. Dez.	Familie Märki	Wiesenstrasse 8	

★ mit Umtrunk



Katholische Kirche Koblenz



**Der Sankt Nikolaus kommt bald**

In den Städten und Geschäften „wiehnächtelet“ es schon sehr. Es ist Zeit für den Samichlaus, sich für den Einzug in unser Dorf Koblenz und die Hausbesuche vorzubereiten. In diesen dunklen und nebelverhangenen Tagen möchten der Samichlaus und Schmutzli etwas vorweihnachtliche Freude und ein hoffnungsvolles Licht verbreiten.

Er besucht in Koblenz alle Kinder, die bis am 1. Dezember angemeldet worden sind. Die Anmeldung erfolgt über das Pfarreisekretariat, wo Sie auch weitere Auskünfte erhalten. Tel.-Nr.:056/246 16 16. Das Corona-Schutzkonzept können sie unter [www.kath-aare-rhein.ch/koblenz](http://www.kath-aare-rhein.ch/koblenz) gerne nachlesen.

Nach erfolgter Anmeldung erhalten Sie eine telefonische Bestätigung und die Besuchszeit.

**Aussendung des Sankt Nikolaus findet am 2.12.2022 um 17.30 Uhr statt.**

Bevor der Samichlaus die Kinder besucht, findet am 2. Dezember 2022 um 17.30 Uhr seine Aussendung in der katholischen Kirche Sankt Verena statt. Die Kinder haben auch dort die Gelegenheit, ihre Versli aufzusagen und mit ihm persönlich zu reden.

Bitte Anmeldetalon an: Pfarreisekretariat, Frau Käthi Graf Jauch, Schulhausstrasse, 5322 Koblenz oder Tel. 056/246 16 16.

.....  
**Anmeldung für den Samichlaus 2022**

Familie:..... Vorname und Alter des Kindes/der Kinder:

Adresse:.....

Telefon:.....

**Gewünschtes/mögliches Besuchsdatum und Uhrzeit**

Freitag, 2. Dezember 2022 ab 18.30 h .....

Sonntag, 4. Dezember 2022 ab 17.00 h.....

Dienstag, 6.Dezember 2022 ab 17.00 h.....

# FRIEDEN

## Tägliche Gedanken-Anstöße: «Ein Mensch des Friedens werden...»

Anmeldung mit Mailadresse bei [sabine.tschner@kath-aare-rhein.ch](mailto:sabine.tschner@kath-aare-rhein.ch)

Sonntag, 27. Nov. 17.00 Uhr	Meditation zum 1. Advent mit Musik + Bildern
Freitag, 2. Dez. 17.30 Uhr	Chlauseinzug
Sonntag, 4. Dez. 10.30 Uhr	Familiengottesdienst mit Vorstellung der Erstkommunionkinder
Mittwoch, 7. Dez.	Senioren-Nachmittag
Sonntag, 11. Dez. 10.30 Uhr	Busfeier
Dienstag, 20. Dez. 07.30 Uhr	Rorate-Feier / mitgestaltet von den Schüler*innen der 1. – 5. Klasse
Donnerstag, 22. Dez. 18.00 Uhr	Maria von Magdala Gottesdienst VOR der Kirche
Samstag, 24. Dez. Ab 16.40 Uhr 17.00 Uhr 22.00 Uhr	lebendige Krippe Familiengottesdienst gemeinsame Christmette in Klingnau
Montag, 26. Dez. 10.30 Uhr	Gottesdienst mit Kommunionfeier
Sonntag, 01. Januar 2023 17.00 Uhr	Regionaler Gottesdienst zum neuen Jahre in Koblenz

**Herzlich Willkommen zum gemeinsamen Feiern von Advent und  
Weihnachten in der kath. Kirche Koblenz**



**St. Verena - Koblenz**  
Katholisches Pfarramt  
Schulstrasse 9  
5322Koblenz

T 056 246 16 16  
[koblenz@kath-aare-rhein.ch](mailto:koblenz@kath-aare-rhein.ch)

[www.kath-aare-rhein.ch](http://www.kath-aare-rhein.ch)





# Barbara Bilger-Widmer

## Praxis für Kinesiologie

Eichhaldenstrasse 26  
5322 Koblenz  
Praxis: 076 246 65 65  
Privat: 056 246 20 06  
kinesiologie.bilger@gmail.com



Die Kinesiologie eignet sich für **alle Personen** (vom Säugling bis zu den Senioren) und kann **in allen Lebenslagen** angewendet werden.

Das Wort „Kinesiologie“ kommt aus dem Griechischen und bedeutet **Bewegungslehre** (kinesis = Bewegung; logos = Lehre).

Es handelt sich um eine **ganzheitliche**, präventive Methode und dient der **Gesundheitsförderung und –erhaltung**. Es ist eine **Kombination** aus Inhalten überlieferter **östlicher Therapiemethoden** und den **modernen westlichen Wissenschaften**.

*Kinesiologie heisst...*

*...die Triade von Körper, Geist und Seele wieder in die Balance zu bringen.*

**Sie möchten** einen oder mehrere Aspekte Ihrer Triade wieder in die Balance bringen und somit **Ihr Wohlbefinden** und **Ihre Lebensqualität steigern**? Es kann sich dabei u.a. um folgende Anzeichen handeln:

### Körper/Struktur

- Bewegungseinschränkungen
- Muskelverspannungen
- Kopfschmerzen
- Migräne
- Rückenbeschwerden
- Narben
- Psychosomatische Beschwerden
- Schwangerschaftsbegleitung
- usw.

### Geist/Physiologie

- Konzentrations-schwierigkeiten
- Prüfungsangst
- Lernblockaden
- Mangelndes Selbstvertrauen
- Pessimistische Gedanken
- usw.

### Seele/Psyche

- Angstzustände
- Panikattacken
- Depressive Verstimmung
- Burn out
- Nervosität
- Hyperaktivität
- Schlafstörungen
- Übergewicht
- Traumatische Erlebnisse
- Blockierende Muster
- usw.

Mehr erfahren Sie unter:



**[www.kinesiologie-aargau.ch](http://www.kinesiologie-aargau.ch)**

Ich freue mich auf Sie!

# Krimi – Raclette im Gade !

im Horeb - Koblenz

**10. Dezember 2022 um 19.00 Uhr**

**Gruppe** mit mind. 6 (bis max. 8) Personen  
**sind** Gäste sind aktive Schauspieler /  
Detektive oder sogar Täter?

**Menu** Salat / Raclette à Discretion  
Dessert

**Kosten** CHF 30.00 pro Person  
(Getränke gibt's gegen Zahlung /  
alles vor Ort in Bar)

**Anmeldung** (wir brauchen 1 verantwortliche  
Person, welche die «Schauspieler-Infos»  
bekommt) **bis Do 08. Dez. per Mail an**

[horeb-koblenz@bluewin.ch](mailto:horeb-koblenz@bluewin.ch)

oder per Tel. 079 207 87 77

mit Unterstützung der Kulturkommission Koblenz

# LIVE-MUSIK MIT LARA STÜRMER & PAUL BUONO



**SA. 10.12.2022 | AB 20 UHR**  
**GASTHAUS ENGEL**  
**KOBLENZ**

Eintritt frei  
(Kollekte)



[www.larastuermer.com](http://www.larastuermer.com)