

«Schlagkräftig durch's Leben»

Fuat Zenuni, Verein Classic Boxing Olten und Hagar Jäggi, Fachberaterin Psychotraumatologie SIPT, haben Ende Januar in der Sport- und Aktivitätenwoche der Schulen Olten zusammen mit 20 Schülerinnen und Schülern jeweils vormittags einen 5-tägigen Pilotversuch durchgeführt. Dem einmaligen Konzept von «Schlagkräftig durch's Leben» war ein voller Erfolg beschieden.

Olten In getrennten Gruppen, eine mit Jungs und eine mit Mädchen, wurde geboxt und gemalt, was das Zeug hielt: Die Körperspannung wurde gesteigert; es wurde Ausdauer, Kraft sowie vor allem Koordination und Schnelligkeit trainiert. Die Jungs starteten mit Boxen in den Morgen, währenddem die Mädchen in einem anderem Schulraum mit Kunst und Malen begannen. Nach morgendlicher Halbzeit wechselten die zwei Gruppen.

Frei und kreativ

In Kunst und Malerei, alles was Lust und Spass bereitete, ging es sehr frei und kreativ zu und her: Fingerfarben wurden grossflächig auf Papier gemalt; gegenständliche Bilder, aber auch Bilder völlig ohne Absicht und Gegenstände, entstanden. Hier durfte sich jeder frei entfalten. Zusammen haben Fuat Zenuni und Hagar Jäggi, unter Mitwirkung von Heidi Zeltner (Deutsch als Zweitsprache Lehrkraft an der Sek 1 Olten), einen einmaligen Workshop Geschlechtergerecht aufbereitet: Im Boxen an seine physischen Grenzen kommen,



In der Bildmitte: Fuat Zenuni, Verein Classic Boxing Olten, und Hagar Jäggi, Fachberaterin Psychotraumatologie SIPT.

Bilder: zvg

diese überwinden, alte Rollen und Muster durchbrechen können, erleben dürfen wie «Ich cha nime, mer tuet alles weh!» überwunden werden kann und Leistung abgerufen wird sowie neue Ziele gesteckt werden. Dann sich im Malen und Kunst entfalten dürfen, einmal nicht auf Befehl künstlerisch tätig sein, oder überhaupt sich künstlerisch betätigen, in Gruppen oder alleine seiner Kreativität freien Lauf lassen. Ganz eine neue Erfahrung für die Jugendlichen der 7. bis 9. Klassen – und sie waren überaus motiviert und begeistert dabei.

Innerer Ballast wird abgeworfen

Von vorgängigen Malworkshops sind sich Hagar Jäggi und Heidi Zeltner schon gewöhnt, dass tagelang grossflächig schwarze Bilder gemalt werden. Diese wichen dann am Ende der Woche helleren und fröhlicheren Bildern. Viel innerer Ballast wurde abgeworfen, viel Druck wurde buchstäblich malerisch abgebaut oder auch Hoffnungsträger oder Glücksbringer künstlerisch umgesetzt.

Fazit

Für eine erfolgreiche – auch beruf-



Workshop-Wand der Projektwoche.

liche Zukunft – ist es unabdingbar zu lernen, mit Gewissenhaftigkeit, Biss und eben schlagkräftig und kreativ seinen eigenen Werten und auch denen der Gesellschaft folgen zu können. Um diese Motive zu fördern, haben Fuat Zenuni und Hagar Jäggi – jeder auf seinen Kernkompetenzen aufbauend – zusammengeführt, was Erfolg verspricht: Boxen und Kreativität! Um mit «Schlagkraft durch das Leben lernend zu gehen».

pd

Weiterführende Informationen

Fragen zum Workshop beantworten gerne:

Fuat Zenuni, Fitnessboxtrainer und ehemaliger Amateurboxer
Tel. 078/ 644 77 16

Hagar Jäggi, Fachberatung Psychotraumatologie SIPT
Tel. 079/ 138 19 74

Senden Sie uns Ihre Berichte!

In eigener Sache Wir empfinden es als motivierend, wenn viele Vereine, Clubs und Institutionen mit ihrer Medienarbeit über Erfolge und Tätigkeiten in unserer Zeitung präsent sein möchten. Gerne laden wir auch Sie, liebe Leserschaft, dazu ein, uns Ihre News mit Bezug zu unserem Einzugsgebiet zu senden. Damit die NOZ dabei niemanden zu «kurz» kommen oder warten lassen muss, sind wir auf Ihre Mitarbeit angewiesen: Einem kurzen, spannenden Text (**max. 1'500 Zeichen**) und einem interessanten Bild (**mind. 1 MB**) mit möglichst gut zu erkennenden Personen sind bestimmt viele Lesende zugetan. In diesem Sinne freuen wir uns weiterhin auf eine tolle Zusammenarbeit und über spannenden Lesestoff aus Ihrer Feder an redaktion@noz.ch Die Redaktion



pololia - stock.adobe.com

Erfreulicher Zuwachs beim MTV Starrkirch-Wil

Ende Januar fand im Chilesäli die 94. ordentliche Generalversammlung des Männerturnvereins Starrkirch-Wil statt. Kurz nach 19 Uhr konnte der Kassier 25 Vereinsmitglieder begrüßen.

Starrkirch-Wil Diesmal fanden sich nach langer Coronapause, fünf Gäste aus befreundeten Ortsvereinen, dem Regionaltornverband und der Männerriege Dulliken ein. Beim Apéro und anschliessenden Raclette-Plausch gab es viel zu reden, es wurde gelacht und der persönliche Kontakt geschätzt.

Der Kassier Christian Bachofner eröffnete die GV. Leider verstarben im vergangenen Jahr drei Mitturner, Hans-Ruedi Richener, Joe Magnanelli und Ernst Hildebrand. Die Anwesenden gedachten ihnen mit einer Schweigeminute. Bei den Mutationen gab es nach langer Zeit einen überraschenden Zuwachs von vier Neumitgliedern zu vermelden. Die Versammlung hiess sie mit grossem Applaus Willkommen und freuen sich auf gemeinsame sportliche Turnstunden.

Verdankt wurden die Jahresberichte des Präsidenten Thomas Kuhn, des Oberturners, sowie des Spielleiters im Faustball. Der Kassier stellte danach den Kassabericht 2022 mit einem positiven Ergebnis vor. Der Revisor Martin Ruge bestätigte die korrekt geführte Jahresrechnung und dankte für die geleistete Arbeit.

Unter dem Traktandum Jahresprogramm 2023 wurde die Vereinsreise im September vorgestellt, sie



Beim gemütlichen Raclette-Plausch.

Bruno Ulrich

führt uns in die Region Schwarze-Senseland (Kanton Freiburg). Der Vereinsbeitrag für das laufende Jahr wird beibehalten. Für das 95. Vereinsjahr im kommenden Jahr, wird ein Vereins-Poloshirt evaluiert. Das Budget 2023 wurde einstimmig angenommen. In ungeraden Jahren finden keine Wahlen statt, weshalb «nur» das Amt des Ersatzrevisors neu zu besetzen war, für welches Urs Winiger gewählt wurde.

ei den Ehrungen gibt es dieses Jahr drei Jubilare zu vermelden, welche alle ihren 75. Geburtstag feiern können. Am Geburtstag werden sie von Beisitzer Ernst Thommen besucht und erhalten ein Geschenk. Pierre Künzli wurde als ältester Teilnehmer der GV und in Abwesenheit, Felix Wälty für 25 Vereinsjahre geehrt. Beim Titel der meistbesuchten Turnstunden gab es sechs Prämierte. Zuoberst auf das Podest schaffte es Erwin Dürger, gefolgt von Roland Mül-

ler und Peter Züfle. Ein Dankeschön gab es für die beiden Oberturner Michiel Sanders und Bruno Ulrich sowie den Spielleiter Aurelio D'Onofrio, welche mit intensiven und vielseitigen Turnlektionen sowie weiteren sportlichen Aktivitäten durch das Jahr führten. Zum Abschluss wurde mit Applaus für die reibungslose und speditive Durchführung der Generalversammlung gedankt.

Anschliessend verteilte der Beisitzer Walter Krummenacher jedem Turner und Gast, im Namen des Vorstands, ein rotes Kerzen-Raclette-Öfeli mit einer persönlichen Gravur. Somit war allen klar, was es zum Nachtessen gab. Bei Kaffee wurde der feine Russenzopf gegessen, welcher von Ernst Thommen gesponsert wurde. Mit einem Schlummerbecher liessen die Anwesenden den vergnüglichen Vereinsanlass ausklingen.

Roland Müller

Hägendorf erhält das No-Littering-Label

Hägendorf engagiert sich mit gezielten Anti-Littering-Massnahmen gegen herumliegenden und weggeworfenen Abfall, um die Littering-Situation unter Kontrolle zu halten. Dafür erhält die Gemeinde nun das No-Littering-Label. Durch den Einsatz des Labels zeigt sie auf öffentlichkeitswirksame Weise, dass Littering in ihrem Verantwortungsbereich nicht akzeptiert ist und verstärkt damit die Wirkung ihrer Massnahmen.

Hägendorf Die Gemeinde erhält für 2023 das No-Littering-Label. Sie erfüllt die Anforderungen, die mit dem Erhalt des No-Littering-Labels verknüpft sind. So spricht sie sich proaktiv gegen Littering aus und thematisiert das Thema regelmässig gegenüber ihren Einwohnerinnen und Einwohnern. Auch in diesem Jahr will sich die Gemeinde gegen die gemäss Gemeindepräsident Andreas Heller «eklige Erscheinung» mit gezielten Massnahmen zu Wehr setzen.

Dazu gehören die Weiterführung der Raumpatenschaften, die Teilnahme der Schule am Cleanup-Day,



Gemeindepräsident Andreas Heller. Archiv

der bereits erfolgte Ausbau der Entsorgungsstellen – aber auch die entsprechende Öffentlichkeitsarbeit, seien es die Platzierung der Littering-Box, die Präsenz in den sozialen Medien oder Aktionen, die die Aufmerksamkeit erregen sollen.

Gemeindepräsident Andreas Heller freut sich darüber, das No-Littering-Label einsetzen zu dürfen: «Wir hoffen, dass wir immer mehr Leute davon überzeugen können, dass Littering kein Kavaliersdelikt ist und wir uns entschieden dagegen wehren müssen.»

No-Littering-Label kennzeichnet und fördert Institutionen

Das Label kennzeichnet Städte, Gemeinden und Schulen, die sich mit gezielten Massnahmen gegen Littering einsetzen. Diese spielen eine Schlüsselrolle im Kampf gegen Littering: Sie tragen einen Grossteil der Kosten und stehen in der Verantwortung, die Bevölkerung zu einem korrekten Umgang mit Abfall anzuhalten. Weitere Informationen sind zu finden unter www.no-littering.ch und www.igsu.ch.

pd



Symbolbild: lovelyday12-stock.adobe.com