

Vogelsiedlungsblick

*Mitteilungsblatt der Siedlervereinigung
„Glück Auf“ e. V.
Zwickau-Eckersbach*



*30 Jahrgang Nr. 08
Oktober 2025*

V.i.S.d.P. Angelika Müller
Stieglitzweg 9
08066 Zwickau

Konto: Commerzbank Zwickau
IBAN: DE95 8704 0000 0704 7996 00

<https://www.vogelsiedlung-zwickau.de>
eMail: info@vogelsiedlung-zwickau.de



Vorstandssitzungen finden regelmäßig jeweils am dritten Dienstag des Monats
19.00 Uhr im VfB Pub Eckersbach statt.

Unverlangt zugesandte Beiträge werden gern entgegengenommen.

Winterzauber am Vogelsiedler 2025



Am 06.12.2025 ab 14 Uhr richtet der Gasthof Vogelsiedler gemeinsam mit unserem Verein den Winterzauber am Vogelsiedler aus!

Wir hatten dabei an eine kleine Weihnachtsausstellung im Festzelt gedacht und suchen zu diesem Zweck noch schöne und Interessante Leihgaben wie Pyramiden, Leuchter, Weihnachtsschmuck und so weiter.

Natürlich suchen wir auch, wie immer, Helfer für den Auf- und Abbau.

Ab 18:00 Uhr gestaltet der Siedlerverein gemeinsam mit dem VfB Eckersbach und den Chemnitzer Bläsern den neuen Hutzenabend in der Festscheune des Gasthof Vogelsiedler. Es gibt Musik, Getränke und gute Laune! Kommt bitte zahlreich wir freuen uns sehr auf euch!

Lampionumzug 2025

Liebe Oma und Opa, Liebe Eltern

Wir laden euch zu unserem alljährigen Fackel- und Lampionumzug mit Musik am 22.11.2025 um 17 Uhr mit euren Enkeln und Kindern recht herzlich ein. Der Treffpunkt ist der ehemalige Bäcker am

Lerchenweg/Ecke Stieglitzweg, der Endpunkt ist der VfB Eckersbach. Für das leibliche Wohl ist wie immer bestens gesorgt!



Wann: 22.11.2025

Beginn: 17:00 Uhr

Start: 17:30 Uhr

Wo: Ehemaliger Bäcker am Lerchenweg / Ecke Stieglitzweg

Ziel: VfB Eckersbach

Martinsgansessen 2025 im Gasthof Vogelsiedler



Am **14.11.2025** findet, wie jedes Jahr, wieder unser traditionelles Martinsgansessen für alle Mitglieder unseres Vereins im Gasthof Vogelsiedler statt! Anmeldung direkt auf unserer **Webseite** oder bei **Elke Rödel**.

Kosten: 30,00 Euro

Wann: 14.11.2025 um 18 Uhr

Wo: Gasthof Vogelsiedler

Vorfrende ist die schönste Freude...

in diesem Sinne plant die Frauengruppe schon jetzt die **Kinderweihnachtsfeier** für die Kinder/Enkelkinder.



Dieses Jahr möchten wir am **Sonntag 30.11.2025** (1. Advent), von 15:30 Uhr bis 17:30 Uhr, im Vereinszimmer im „Gasthof zum Vogelsiedler“ mit den Kindern **Kerzen gestalten und verzieren** und uns gemütlich auf die Weihnachtszeit einstimmen. Obst und ein paar Kekse wird es auch geben und vielleicht kommt sogar der Weihnachtsmann vorbei.

Der Unkostenbeitrag beträgt 5,00 EUR für die (Enkel-)Kinder von Nicht-Siedlungsvereinmitgliedern. Für (Enkel-) Kinder von Siedlungsvereinmitgliedern entfällt der Unkostenbeitrag.

Bezahlung des Unkostenbeitrages (wenn notwendig) erfolgt am Tag der Kinderweihnachtsfeier vor Ort. Füllt dazu bitte bis zum **15. November 2025** verbindlich die Anmeldung aus und steckt diese bei **Familie Franke, Eulenweg 29** in den Briefkasten.

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnahme! Plant dazu den Termin schon mal fest in eurem Kalender ein!

Die Frauengruppe vom Siedlerverein freut sich auf euch und wünscht bis dahin eine schöne Zeit.

Kräuter für das Wohlbefinden



Pfefferminz

Belebender Magenschmeichler

Stress und Sorgen schlagen Ihnen sofort auf den Magen? Oder unangenehme Blähungen plagen Sie regelmäßig vor und während der Periode?

Pfefferminztee leistet dann wohltuende Dienste, denn das in der Pfefferminzpflanze

enthaltene Menthol beruhigt die Magennerven, entbläht und fördert die Verdauung. Haben wir mit fettigem Essen über die Stränge geschlagen, lindert er unangenehme Völlegefühle.

Toller Nebeneffekt: Beim Trinken inhalieren wir die wertvollen Menthol-Dämpfe, die uns bei Erkältungen wieder durchatmen lassen.



Thymian

Anregender Hustenlöser

Egal, ob Erkältung erst im Anmarsch ist oder der Husten bereits festsetzt: Die im Thymian-Kraut enthaltenen Öle Thymol und Carvacrol bekämpfen Bakterien, Pilze und Viren und beruhigen hartnäckigen Hustenreiz.

Tipp: Etwas Honig im Tee unterstützt die antibakteriellen Eigenschaften.

Übrigens: Das Küchenkraut gilt sogar als anregender Lustmacher und soll unsere Libido wieder in Schwung bringen.



Johanniskraut

Sanfter Muntermacher

In den Wintermonaten leiden dreimal so viele Frauen unter Müdigkeit und gedrückter Stimmung wie Männer. Johanniskraut wirkt dank seines Inhaltsstoffs Hyperforin antidepressiv und stärkt den inneren Antrieb.

Wichtig: Johanniskraut kann die Hautlichtempfindlicher machen. Achten sie auf ausreichend Sonnenschutz oder meiden Sie die direkte Sonne. Vor allem wenn Sie ein Präparat aus der Apotheke verwenden möchten, sollten Sie wegen der höheren Wirkstoff-Dosierung Rücksprache mit Ihrer Ärztin oder der Apotheke halten.



Hagebutte

Regenerierender Immun-Booster

Je nach Sorte bringen es 100 g der Heckenrosen-frucht auf bis zu 1500 mg Vitamin C, das unserem Immunsystem auf die Sprünge hilft.

Blasenentzündungen, die gerade bei Frauen in der kalten Jahreszeit wieder

Hochkonjunktur haben, kann Hagebuttentee bereits im Anfangsstadium stoppen.

Planen Sie eine Detox-Kur, dann ist der säuerliche-herbe Tee durch seinen entschlackenden Effekt ein ausgezeichneter Begleiter.



Salbei

Heilsames Frauenkraut

Die fleischigen Blätter des Salbeis sind neben ätherischen Ölen reich an Gerbstoffen, Flavonoiden und verschiedenen östrogenartigen Substanzen. Diese greifen regulierend auf die Stärke und Dauer der Menstruation ein.

Außerdem wirken sie kräftigend

auf die Gebärmutter.

Tipp: Da er die Schweißproduktion hemmt und das Nervenkostüm stärkt. Ist Salbeitee ein schonender Helfer bei Wechseljahresbeschwerden.



Rosmarin

Vielseitiger Einheizer

Dass Frauen auf Grund weniger Muskelmasse leichter frieren als Männer, ist längst kein Mythos mehr. Rosmarintee kurbelt durch seine ätherischen Öle die Durchblutung an und sorgt für mollig warme Hände und Füße.

Seine stimulierende Wirkung macht ihn zu einem gesunden Kaffee-Ersatz. Forscher fanden zudem heraus, dass sich die Öle in den Rosmarinblättchen positiv auf unsere Hirnzellen auswirken und die Gedächtnisleistung unterstützen können.



Kathrin Jung zum 55. Geburtstag

Andreas Kleinert zum 65. Geburtstag

Marion Seidel zum 75. Geburtstag

Anneliese Runge zum 75. Geburtstag

Julia Vogel zum 75. Geburtstag

Karin Neufeldt zum 85. Geburtstag