5. November 2026

45 / 2026

baumer ziitig

inserate@baumerziitig.ch
redaktion@baumerziitig.ch
Telefon 075 409 11 11
Redaktionsschluss: Montag, 12 Uhr
Todesanzeigen: Dienstag, 11 Uhr

GZA BAUMA

Offizielles amtliches Publikationsorgan der Gemeinde Bauma

«Männer-Rücken» im fitnesstreffbauma.ch

Gemeinsam gegen den Schmerz

Rückenschmerzen müssen nicht einfach zum Alltag gehören. Im FitnessTreff Bauma zeigt Bewegungspädagogin Marianne Heimgartner im Kurs «Männer-Rücken», wie gezielte Übungen den Rücken stärken und das Wohlbefinden verbessern können. Willkommen sind Männer jeden Alters – mit oder ohne Beschwerden.

Redaktion Baumerziitig



Die Bewegungspädagogin Marianne Heimgartner von vorn …


… und von hinten

«Man kann sehr viel dafür tun, um Rückenschmerzen entweder zu verhindern oder den Rücken ins Lot zu bringen», sagt Marianne Heimgartner. Die Bewegungspädagogin mit Schwerpunkt Rücken leitet das Angebot «Männer-Rücken» im FitnessTreff Bauma. Ihr Anliegen ist es, Männer zu mehr Bewegung zu motivieren und ihnen zu zeigen, dass sie Beschwerden nicht einfach hinnehmen müssen.

Ihr beruflicher Weg begann mit 25 Jahren, als sie sich zur Fitnesstrainerin ausbilden liess. Anschliessend studierte sie am American College of Sports Medicine. Seit ihrer Rückkehr in die Schweiz arbeitet sie als Bewegungspädagogin. Ihre Erfahrung fliesst auch in das Training in Bauma ein, das sich keineswegs nur an Männer mit Rückenproblemen richtet. «Das Training ist für alle, mit und ohne Rückenbeschwerden», betont sie.

Auch beim Alter zieht Heimgartner keine Grenzen. Der Kurs sei weder eine reine Seniorenrunde noch ausschliesslich für sportliche Männer gedacht. «Die Übungen sind für alle, Jung und Alt, aktive oder passive Sportler.» Sie seien durchaus herausfordernd, gleichzeitig aber wohltuend. Neben der Kräftigung werde der ganze Körper durchbewegt und trainiert. «Das fühlt sich gerade nach anstrengenden Arbeitstagen sehr gut an», sagt die Kursleiterin.

Heimgartner wird geschätzt, wie Rückmeldungen belegen: «Seit ich bei dir trainiere, ist mein Rücken sehr viel besser!» oder «Ich habe keine Rückenschmerzen, solange ich bei dir trainiere», höre sie immer wieder. Auch die Aussage «Ich fühle mich nach deinem Training so viel besser!» bekomme sie häufig zu hören. Dieses Echo bestärkt sie in ihrer Arbeit.

Die Hemmschwelle für den Einstieg möchte Heimgartner möglichst niedrig halten. Weil die Männer beim «Männer-Rücken» unter sich seien, brauche es keine Scheu. Und kompliziert soll es ebenfalls nicht sein: «Für die Teilnehmer braucht es keine Vorbereitung. Man kann einfach kommen und mitmachen.»

Heimgartner möchte Männer dazu ermutigen, aktiv zu werden, bevor Rückenbeschwerden den Alltag stärker beeinträchtigen. «Rückenschmerzen sind normal», sagt sie, schränkt aber gleich ein: Man müsse nicht warten, bis sie zur Belastung würden. Frühzeitig etwas für den Rücken zu tun, könne helfen, Beschwerden vorzubeugen oder ihnen entgegenzuwirken.

«Männer-Rücken»: Jetzt oder nie!
Wer das Angebot kennenlernen möchte, kann sich für einige Probetrainings anmelden.

Das geht per E-Mail, über die Website fitnesstreffbauma.ch oder telefonisch direkt bei Marianne Heimgartner, 079 630 56 78.

im dorf dihei.

Inserate, Redaktion und Abos
redaktion@baumerziitig.ch
+ 41 75 409 11 11

Aktuelle und vergangene Ausgaben online lesen
baumerziitig.ch/archiv/

Amtliche Publikationen
Agenda
Todesanzeigen

Veranstaltungen
Leserbriefe
Beiträge

Dankesanlass 2026 des Freiwilligennetzes Bauma





Als Dankeschön und Wertschätzung der unentgeltlichen Dienstleistungen der Freiwilligen in Bauma organisiert die Koordinatorin des Freiwilligennetzes einmal im Jahr einen Dankesanlass. Am Samstag, 24. Oktober 2026 fuhr eine Gruppe von 18 Freiwilligen nach Jona in das Ena Baummuseum. Dort wurden wir durch den wunderschönen Park geführt und erfuhren dabei Interessantes über die vielen verschiedenen Bäume, die Skulpturen internationaler Künstler und den Erbauer des Baummuseums, Enzo Enea. Beim anschliessenden Apéro, in einem der schönen Gebäude im Park, wurde angeregt diskutiert. Es war ein rundum gelungener Anlass.

Rund 45 Freiwillige des Freiwilligennetzes Bauma sind das ganze Jahr in den Bereichen Fahrdienst, Mahlzeitendienst, Nachbarschaftshilfe und Besuchsdienst für unsere ältere Bevölkerung im Einsatz. Es ist eine sehr wertvolle Unterstützung und hilft vielen Leuten im Alltag. Im laufenden Jahr durften wir über 170 Fahrten ausführen. Dies sind zum Beispiel Fahrten zum Einkauf, zum Coiffeur, Bekanntenbesuche etc. An sieben Tagen die Woche verteilen Freiwillige die vom Küchenteam im Pflegezentrum Bauma frisch zubereiteten Mahlzeiten in Bauma, Saland und Sternenberg. Seit Januar 2026 bis heute wurden rund 2'100 Mahlzeiten ausgeliefert. In der Nachbarschaftshilfe konnten wir bei über 30 Anfragen Unterstützung bieten. Zum Beispiel sägen und spalten von Holz für den kommenden Winter, einen Hund spazieren führen, hüten von Wohnung und Pflanzen bei Ferienabwesenheit, Hilfe beim Computer oder Handy, regelmässige Unterstützung beim Einkauf und vieles mehr. Aktuell werden etwa zehn ältere Personen von Freiwilligen regelmässig besucht. Haben Sie Interesse oder Fragen zum Freiwilligennetz finden Sie weitere Informationen auf der Homepage der Gemeinde Bauma www.bauma.ch.

Für das Freiwilligennetz Bauma, Susanne Burkhalter

Römisch-Katholische Kirche
Bauma, Bäretswil und Fischenthal

Einladung zur ordentlichen

Kirchgemeindeversammlung

Mittwoch, 25. November 2026

20 Uhr, im Kirchgemeindesaal,
Heinrich Gujer-Strasse 30, Bauma

Traktanden:
1. Begrüssung und Wahl der Stimmenzählenden
2. Genehmigung des Budgets 2027
   und Festsetzung des Steuerfusses
3. Anfragen nach § 23 des Kirchgemeindereglements

Im Anschluss an die Kirchgemeindeversammlung folgen Informationen von der Kirchenpflege und Pfarrer Andreas Fuchs.

Stimm- und wahlberechtigt sind alle Mitglieder der Kirchgemeinde Bauma-Bäretswil Fischenthal, die das 18. Altersjahr vollendet haben und im Besitz des Schweizer Bürgerrechts, der Niederlassungs- oder Aufenthaltsbestimmung mit Ausweis B, C oder Ci sind. Gäste sind willkommen.

Die Akten liegen ab **Freitag, 13. November 2026** im Sekretariat der Kirchgemeinde Heinrich Gujer-Strasse 30, 8494 Bauma (Öffnungszeiten Mo und Di, 8.00–12.00 Uhr; Do, 14.00–18.00 Uhr; Fr, 8.00–12.00 Uhr) auf. Zusätzlich können die Unterlagen auch online auf unserer Website, www.kath-bauma.ch, abgerufen werden. Anfragen nach § 23 des Kirchgemeindereglements sind bis spätestens zehn Arbeitstage vor der Kirchgemeindeversammlung Schriftlich der Kirchenpflege der Kirchgemeinde Bauma-Bäretswil-Fischenthal einzureichen.

Im Anschluss laden wir Sie herzlich zu einem kleinen Apéro ein.

Bäretswil, 23. Oktober 2026 — Kath. Kirchenpflege

reformierte
kirche bauma-sternenberg

Einladung zur

Kirchgemeindeversammlung (KGV) der evangelisch-reformierten Kirchgemeinde Bauma-Sternenberg

Sonntag, 6. Dezember 2026, 10.45 Uhr, im Anschluss an den Gottesdienst in der reformierten Kirche Bauma

Anträge
1. Budget 2027; Genehmigung
2. Allfällige Anfragen nach § 17 des Gemeindegesetzes
3. Aussprache und Verschiedenes

Aktenauflage
Die Anträge mit den dazugehörigen Unterlagen liegen ab Montag, 9. November 2026, im Gemeindehaus Bauma zur Einsicht auf (Abteilung Präsidiales + Sicherheit). Ausserdem sind sie unter www.kirchebauma.ch abrufbar.

Anfragen
Anfragen nach § 17 des Gemeindegesetzes sind der Kirchenpflege mindestens 10 Arbeitstage vor der Kirchgemeindeversammlung schriftlich einzureichen.

Teilnahme und Stimmberechtigung
Zur Kirchgemeindeversammlung sind alle interessierten Personen eingeladen. Die Stimmberechtigung richtet sich nach den gesetzlichen Bestimmungen.

Die Kirchenpflege — 5. November 2026

DIRÄKT ZU DIR HEI!
baumerziitig.ch

Römisch-Katholische Kirche Bauma, Bäretswil und Fischenthal

Samstag, 7. November 2026
18.00 Uhr Kirche Fischenthal, anschl. Friedhofbesuch

Sonntag, 8. November 2026
9.30 Uhr Kirche Bauma, Heilige Messe anschl. Friedhofbesuch
11.00 Uhr Kirche Bäretswil, Heilige Messe anschl. Friedhofbesuch

Reguläre Gottesdienste, wenn keine Feiertage sind:
Bauma: Mo 6.30, Di 19.00, Sa 8.30, So 9.30 Uhr, Kirche St. Antonius
Bäretswil: Mi 19.00, Fr 19.00, So 11.00 Uhr, Kirche Bruder Klaus
Fischenthal: Do 19.00, Sa 18.00 Uhr, Kirche St. Gallus

www.kath-bauma.ch

Dein Nacken sagt Danke



im November 2026
-20% auf elsa Kissen
Damit liegen Sie richtig.

TÖSSTAL
APOTHEKE & DROGERIE
SEIT 1920
Dorfstrasse 42, 8494 Bauma
toesstal-apotheke@ovan.ch
toesstal-apotheke.ch
052 386 11 18
Drogerie – Reform – Kosmetik

IM DORF DIHEI!
baumerziitig.ch

reformierte kirche bauma-sternenberg

direkt zum Livestream

Freitag, 6. November 2026
19.00 Uhr **Abendsingen** in der Kirche Sternenberg
19.00 Uhr **Jungschar-Weekend** Start beim KGH Bauma

Samstag, 7. November 2026
9.30 Uhr **Kindergottesdienst** in der Kirche Bauma
13.30 Uhr **Ameisli** beim KGH Bauma
19.00 Uhr **Breaktime** in der Werchstatt Bauma

Sonntag, 8. November 2026
9.00 Uhr **Gebet** im Kirchgemeindehaus Bauma
9.30 Uhr **Gottesdienst** Kirche Bauma
Pfr. Matthias Walder
Gottesdienst-Band
Kinderhort, Sonntagsschule
Kirchenkaffee im Kirchgemeindehaus
Fahrdienst-Anfrage Sekretariat: 052 386 38 42
9.45 Uhr **Gottesdienst** Kirche Sternenberg
Richard Hasler
10.45 Uhr **Jugend-Gottesdienst** in der Kirche Bauma

Dienstag, 10. November 2026
16.00 Uhr **Gespräch zur Bibel** im KGH Bauma
18.15–20.30 **Filmabend** KGH Bauma für 5./6. Klässler
19.30 Uhr Ausserordentliche **Versammlung des Spendgutvereins** im KGH Bauma

Mittwoch, 11. November 2026
20.00 Uhr **Bildungsabend** in der Kirche Bauma

Amtswoche ab 9. November 2026
Pfr. Willi Honegger, 052 386 11 25

www.kirchebauma.ch

Gemeinde für Christus

Unterdorfstr. 22, 8494 Bauma 052 386 13 90 bauma.gfc.ch

Herzlich willkommen in der GfC Bauma

November
Sa 7. JG IMPACTZ
So 8. 9.45 Gottesdienst
9.45 Chinderträff & Teenyträff

regiCHILE ZENTRUMgrosswis

Altlandenbergstrasse 11 8494 Bauma 052 386 11 63

Aktuelle Infos zu den Veranstaltungen und Livestream finden Sie auf www.regichile.ch

Do, 05.11. 9.30 Uhr **Zwerglisingen**
So, 08.11. 10.00 Uhr **Gottesdienst** mit Kinderprogramm
Di, 10.11. 12.00 Uhr **Mittagstisch für alle**
Mi, 11.11. 9.00 Uhr **Kafi 1919** offen bis 17 Uhr

JUSPO Herbstausflug 2026





Mit Regenhose und Regenjacke ausgerüstet, sind wir am Samstag, 17. Oktober 2026, in Bauma aufgebrochen zum diesjährigen Herbstausflug. Die Reise führte uns in den Zoo Zürich, in dem wir einen erlebnisvollen Tag verbringen durften. Trotz des regnerischen Wetters liessen wir uns die gute Laune nicht verderben. Im Zoo gab es viele Tiere zu bestaunen und entdecken. Über Mittag stärkten wir uns im Affenhaus mit unserem mitgebrachten Lunch. Ein besonderes Highlight war das erst zwei Monate alte Gorillababy, das wir aus nächster Nähe beobachten konnten. Nach einem abwechslungsreichen Tag machten wir uns müde und durchnässt auf den Heimweg.

Ein herzliches Dankeschön an alle Leiter, die den Ausflug ermöglicht haben.

Nina Zurkirchen und Diana Schneider

«Mein Körper, meine Wahl?»

Seit Jahren werden wir medial mit dem sogenannten «Trans-Hype» eingedeckt. Es geht um die Behauptung, jeder Mensch könne selbst über sein Geschlecht entscheiden. Dies geht inzwischen so weit, dass sogar Kinder und Teenager vorschnell einer aufwendigen und gefährlichen Geschlechtsumwandlung unterzogen werden.

Am Mittwoch, 11. November, ab 20 Uhr wird Meli S. uns Einblick in ihr Leben und ihren inneren Zwiespalt geben. Sie lebte zehn Jahre lang als Trans-Mann. Sie wird uns von ihrer verzweifelten Suche nach Identität erzählen – und davon, wie sie nach langer Irrfahrt wieder zu sich selbst als Frau zurückfand.

Die Familienexpertin Regula Lehmann (Zukunft CH) wird das Gespräch mit Meli S. leiten und auch über die Hintergründe und Folgen der Transgender-Entwicklung informieren.

Das Thema Identität und die Frage, woher wir diese beziehen, sind Kernthemen. Trotz ihres Unbehagens scheuen die meisten davor zurück, ihre Bedenken auszusprechen. Zu gross ist die mediale Wucht, die auf jene niedergeht, die hier etwas anderes sagen oder schreiben. Umso wichtiger ist es, dass wir sprachfähiger werden und über das informiert sind, was unsere Zeit derart bewegt.

Alle Kirchen von Bauma laden herzlich ein zu diesem Bildungsabend: Mittwoch, 11. November 2026, 20 Uhr, Reformierte Kirche Bauma (siehe Inserat).

Kirchen Bauma-Sternenberg-Fischenthal

Gemeinde BAUMA

Medienmitteilung Abteilung Tiefbau und Werke

Geschwindigkeitskontrolle vom 27. August 2026

Die Kantonspolizei Zürich hat eine Geschwindigkeitskontrolle in der Gemeinde Bauma durchgeführt. Insgesamt gab es 115 Überschreitungen. Nachstehend die Resultate im Detail.

Messort	8493 Saland, Hittnauerstrasse
Fahrtrichtung:	Wila / Hittnau
Datum / Zeit der Messung:	27.08.2026 / 5.52 Uhr – 9.50 Uhr
Signalisierte Höchstgeschwindigkeit:	50 km/h
Gemessene Höchstgeschwindigkeit:	69 km/h
Gemessene Fahrzeuge:	2243
Anzahl Übertretungen:	115

Bauma, 5. November 2026
Gemeinde Bauma | Abteilung Tiefbau und Werke

Jugendfeuerwehr Bauma

Du willst Action statt Langeweile?

DAS ERWARTET DICH:

- Spannende Feuerwehrübungen: Brände löschen, verrauchte Räume absuchen und Menschen retten.
- Mit Motorpumpe, Schläuchen und Rettungsgeräten arbeiten.
- Bei Verkehrsunfällen helfen und Personen aus Fahrzeugen retten.
- Ein 5-tägiger Grundkurs mit echtem Feuer, Action und coolem Abendprogramm.
- Ein Nothelferkurs, damit du in Notfällen richtig helfen kannst.
- Gemeinsame Übungen mit der Feuerwehr Bauma, Teamgeist und neue Freundschaften.

Lerne Fähigkeiten fürs Leben, übernimm Verantwortung und erlebe echte Action im Team.

Du bist zwischen 13 und 17 Jahre?
Dann warte nicht länger – entdecke die Welt der Feuerwehr und werde Teil unseres Teams!

JETZT FÜR DAS JAHR 2027 ANMELDEN:
www.feuerwehr-bauma.ch oder QR-Code scannen
Anmeldeschluss: 30. November 2026

Pack mit an. Lerne Neues. Und werde Teil der Jugendfeuerwehr! Wir freuen uns auf dich!

Deine Feuerwehr Bauma

Impressum:
Auflage: 3 000 Exemplare

Herausgeberin
Baumerziitig | c/o Media-Center Uster AG
Neugrütstrasse 2 | 8610 Uster

www.baumerziitig.ch | Telefon 075 409 11 11
Montag – Freitag, 8.30 bis 12 | 13.30 bis 17 Uhr

Redaktionsschlüsse
Inserate und Textbeiträge: Montag, 12 Uhr
Todesanzeigen: Dienstag, 11 Uhr

Altersarbeit 65plus BAUMA

Filmnachmittag «Vitus» von Fredi M. Murer

Der hochbegabte Junge steht zwischen der Kinder- und Erwachsenenwelt. Vitus spielt wunderbar Klavier – er soll Pianist werden, doch das kleine Genie verbringt seine Zeit viel lieber in der Werkstatt seines eigenwilligen Grossvaters.

Datum und Zeit: Montag, 9. November 2026 um 14 Uhr

Ort: im Saal des Gasthauses zur Tanne

Der Anlass ist kostenlos,
eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Wir freuen uns auf ein tolles Filmerlebnis
auf der Grossleinwand mit Kaffee und Kuchen.



Kerzenziehen

Wo? In der alten Gärtnerei Schneider, Bauma.
Anfahrt & Infos: www.familienverein-bauma.ch
Parkmöglichkeiten bei der alten Landi / Bahnhof.

Öffnungszeiten:

Samstag	14. November 09.30 - 17.30 Uhr
Sonntag	15. November 09.30 - 17.30 Uhr
Mittwoch	18. November 14.00 - 20.00 Uhr
Samstag	21. November 09.30 - 17.30 Uhr
Sonntag	22. November 09.30 - 12.00 Uhr

Kinder bis 9 Jahre nur in Begleitung Erwachsener.
Mitbringen: saugfähige, weiche Lappen (keine Microfaser)

Familienverein BAUMA





Gemeinde
BAUMA

Bauausschreibung

Bauherrschaft und Grundeigentümer
Mario Reiser, Wolfsbergstrasse 62, 8494 Bauma

Projektverfasser
Klaus Dornheim, Ringwilerstrasse 2, 8340 Hinwil

Bauvorhaben
Abbruch der bestehenden Gebäude Vers.-Nrn. 252, 1178 und Neubau Stall, Remise und Wohnhaus auf den Grundstücken Kat.-Nrn. BA2399 und BA5739, Wolfsbergstrasse, 8494 Bauma, (Lk; Landwirtschaftszone); Projektänderung: Abgeändertes Projekt. Dieses Bauvorhaben kann mit Beiträgen gemäss Bundesgesetz über Landwirtschaft LwG vom 29. April 1998 unterstützt werden. Gegen diesen Beitrag kann gestützt auf Art. 97 LwG und das Bundesgesetz über den Natur- und Heimatschutz vom 11. Juli 1966, Art. 12 und 12a, innert 30 Tagen Einsprache erhoben werden. Diese Einsprache ist zu richten an das Amt für Landschaft und Natur, Abteilung Landwirtschaft, Walcheplatz 2, Postfach, 8090 Zürich

Bauherrschaft
Marianne Rüegg, Wellenau 45, 8494 Bauma

Grundeigentümer
Erbgemeinschaft Rüegg Marta,
Wellenau 45, 8494 Bauma

Bauvorhaben
Erstellung einer Brandmauer im Gebäudeinnern beim Gebäude Vers.-Nr. 125 auf dem Grundstück Kat.-Nr. BA6960, Wellenau 39, 8494 Bauma, die Liegenschaft ist im Inventar der schutzwürdigen Ortsbilder von überkommunaler Bedeutung und im kommunalen Inventar enthalten, (K1; Kernzone)

Planauflage
Die Pläne liegen 20 Tage ab Ausschreibedatum bei der Gemeindeverwaltung bzw. bei der Abteilung Hochbau und Liegenschaften auf. Erfolgt die Ausschreibung in mehreren Publikationsorganen, so gilt das Datum der letzten Ausschreibung.

Rekursrecht
Während der Planauflage können Baurechtsentscheide schriftlich bei der Baubehörde eingefordert werden. Wer das Begehren nicht innert dieser Frist stellt, hat das Rekursrecht verwirkt. Für die Zustellung baurechtlicher Entscheide kann eine Kanzleigebühr erhoben werden.

5. November 2026

Hochbau und Liegenschaften

BAUMA BLIIBT STARCH!
baumerziitig.ch

SERVICETERMINE 2026 JETZT BUCHEN!

An die Fahrradfahrer:
mit der gewohnten Telefonnummer **052 386 22 11** können Sie einen Servicetermin buchen.
Ich werde die Fahrräder abholen.



Ich freue mich über jeden Auftrag!!

www.eisenhut-bikes.ch | Bliggenswilerstrasse 8b | 8494 Bauma

Gemeinde
BAUMA

Gemeindeversammlung vom 7. Dezember 2026; öffentliche Bekanntgabe

Gemeindeversammlung
Montag, 7. Dezember 2026, 20 Uhr
reformierte Kirche, Bauma

Traktanden
1. Privater Gestaltungsplan «Baumgartenholz», Saland; Zustimmung
2. Privater Gestaltungsplan «Alter Landi», Bauma; Zustimmung
3. Vorfinanzierung Erweiterungsbau Schulhaus Haselhalden, Saland; Zustimmung
4. Bau eines Pumptracks beim Schulhaus Altlandenberg, Bauma; Kredit
5. Budget 2027; Genehmigung und Festsetzung des Steuerfusses

Anfragen
Anfragen nach § 17 des Gemeindegesetzes (GG) sind dem Gemeinderat mindestens 10 Arbeitstage vor der Gemeindeversammlung schriftlich einzureichen.

Vorgängige Information zum Finanz- und Aufgabenplan
Von 19.15 bis 19.45 Uhr informiert Gemeinderat Daniel Schmidt, Ressortvorsteher Finanzen, im Sinne von § 96 Abs. 2 GG über den Finanz- und Aufgabenplan.

Aktenauflage
Die Anträge mit den dazugehörigen Unterlagen liegen ab Montag, 23. November 2026, im Gemeindehaus (Dorfstrasse 41, Bauma) während den Öffnungszeiten (Montag: 8.30 bis 11.30 und 14.00 bis 18.30 Uhr, Dienstag bis Donnerstag: 8.30 bis 11.30 und 14 bis 16.30 Uhr, Freitag: 7 bis 14 Uhr) in der Abteilung Präsidiales + Sicherheit (1. OG) zur Einsicht auf. Informationen sind ebenfalls ab 23. November 2026 auf der Website bauma.ch aufgeschaltet.

Teilnahme und Stimmberechtigung
Zur Gemeindeversammlung sind alle interessierten Personen eingeladen. Die Stimmberechtigung richtet sich nach den gesetzlichen Bestimmungen.

5. November 2026

Der Gemeinderat

Gewerbe Bauma, Sternenberg und Saland

FITNESS•TREFF Bauma

Männer-Rücken

Konditions- und Rücken-training für Männer

Melden Sie sich noch heute an!
Ihr Rücken wird es Ihnen danken.

Für mehr Infos zum Angebot QR-Code scannen

SanuraSPA
Massage · Kosmetik · Wellness

Entdecken Sie die Vielfalt von mehr als 70 Anwendungen.

052 386 35 35
www.sanuraspa.ch
oder QR-Code scannen

Böndler
Alters- und Pflegeheim

Pflege- und Ferienzimmer Tagestreff

052 / 396 50 20
altersheim@boendler.ch
www.boendler.ch

Überall für alle
SPITEX
Bauma

- Pflege zu Hause
- Entlastung im Haushalt
- Podologie und Fusspflege

052 386 25 25
bauma@spitex-hin.ch
www.spitex-bauma.ch

Volle Traktion – von der Tour bis zur Reparatur

Alles Quad. Alles Abenteuer.

quad-toesstal.ch

Quad Tösstal GmbH
Unterdorfstrasse 57
8494 Bauma

Unser Angebot:
Quadrundfahrten
Verkauf & Miete
Service & Reparaturen

Für mehr Infos QR-Code scannen

SEIT 1977 IN SALAND

Dis AUTO, dini GARAGE KUNZ.

GARAGE Kunz AG SALAND

OFFIZIELLE TOYOTA- & SUZUKI-VERTRETUNG

www.garagekunz.ch

Eltern- Kinder und Jugendcoaching mit Herz, Klarheit und Vertrauen

Wird alles zu viel? Bist du gestresst und der Alltag fühlt sich chaotisch und überfordernd an? Dein Leben scheint irgendwie planlos und du fühlst dich hilflos und leer? Wir sind für dich/euch da!

Unser Angebot:
- Begleitung von Eltern, Kindern und Familien
- Coaching & Hypnose für mehr Leichtigkeit im Alltag

Marlene Scheidegger, Kevin Sidler
www.liebevollzumglueck.ch
Für mehr Infos QR-Code scannen

Die Physiotherapie die Sie bewegt

Wir bieten:
- Physiotherapie für Kinder und Erwachsene
- für orthopädische, traumatologische, rheumatologische und neurologische Krankheitsbilder

Für mehr Infos QR-Code scannen

Physiotherapie an der Töss
Gublenstrasse 12a
8494 Bauma
052 394 12 11
www.physio-toess.ch

Wir suchen Dich...

... wenn Du gerne mit und für Menschen arbeitest.

www.blumenau.ch

Wir freuen uns auf Deine Bewerbung!

BLUMENAU

verybestof.ch

Ob Rucksack, Zelt oder Pfadi-Topf:
www.verybestof.ch
Dein lokaler Online-Shop für Outdoor-Material mit Beratung per WhatsApp, Email oder Telefon

Für mehr Infos QR-Code scannen



YOGA IM ATELIER

Kursplan und Infos:
www.anjaloewe.art
Tel. 079 626 22 90

ATELIER ANJA LOEWE
Yoga · Kunst · Gestaltung

Tic Tac Timeworks
Dorfstrasse 12
8494 Bauma
www.tic-tac-timeworks.ch

VICTORINOX



Winter magic

Bei uns noch erhältlich. Limited Edition 2026

Suche eine kleine Parzelle Bauland

- ab 80 m²
- an ruhiger Lage
- naturnah für ein kleines Häuschen

Oder ein Stöckli zum Umbauen. Kontakt: 079 756 62 43

Gemeinnütziger Frauen Verein Bauma

Alle Einwohnerinnen und Einwohner unserer Gemeinde, welche Im AHV-Alter stehen, sind ganz herzlich eingeladen zu unserem

Seniorennachmittag

mit dem Senioren Theater St. Gallen

Mittwoch, 11. November 2026, 14 Uhr
im Tannensaal, Gasthaus zur Tanne Bauma.
Bitte benutzen Sie den hinteren Eingang.

Gemeinnütziger Frauenverein

GASTHOF sunnebad

Servicemitarbeiter M/F für Montag und/oder Dienstag

Du bist Gastgeber für einem Tag.
Vom Begrüssen der Gäste, über Service und Inkasso bis zur Verabschiedung übernimmst du die Verantwortung. Davor wirst du von unserem familiärenTeam gut in deine Aufgaben eingearbeitet.

Wenn du Menschen gerne hast und etwas neues wagen möchtest, dann melde dich bei uns.

Ruedi Ott 079 421 41 24
E-Mail: rudolf.ott@sunnebad.ch

Gasthof Sunnebad | Hinterbergstrasse 20 | 8499 Sternenberg

Schule BAUMA

Besuchsmorgen 9. und 10. November 2026

Während den Vormittagslektionen finden in allen Kindergarten-, Primar- und Sekundarklassen die Besuchsmorgen der Schule Bauma statt.

Wir laden Sie herzlich ein, am Schulalltag Ihres Kindes teilzunehmen. Der Unterricht findet gemäss Stundenplan statt.

Um Störungen zu vermeiden, haben Kleinkinder keinen Zutritt.

Fundgrube: Wir bitten Eltern und Mitglieder von Vereinen, verloren gegangene Gegenstände abzuholen. Die Fundgruben stehen in den Eingangshallen der Schulhäuser. Über nicht abgeholte Fundgegenstände wird verfügt.

Lehrerschaft, Schulleitung und Schulpflege Bauma freuen sich auf Ihren Besuch.

Wandergruppe Bauma 55+

Einladung an **alle Gruppen** zum Schlusshöck vom Montag, 16. November 2026.
Wo: Restaurant Bahnhof Bauma | **Wann:** 11.30 Uhr
Anmeldung bis Do, 12. November 2026
an Reto Gubser Tel: 052 386 18 05

GASTHOF sunnebad

BETRIEBSFERIEN

Montag, 9. bis Sonntag, 15. November 2026

Ab 16. November sind wir zurück mit:
- **Eisstockschiessen**
- **Winter Menükarte**
- **Weihnachtsbeleuchtung**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch
Ruedi Ott und Team

Gasthof Sunnebad | Hinterbergstrasse 20 | 8499 Sternenberg

Agenda

Räbeliechtliumzug Bauma **Treffpunkt Alte Landi**	**Do, 5. Nov.** 17.30 Uhr
Männer-Rücken Schulhaus Altlandenberg	**Do, 5. Nov.** 18.15 bis 19.30 Uhr
Verein Werchstatt: Frauenabend Jugendkafi Werchstatt, Dorfstrasse 11	**Do, 5. Nov.** ab 19 Uhr
Grüngutabfuhr	**Fr, 6. Nov.**
Bibliothek Bauma: Buchtaufe – Lesung – Talk mit Stefan Hofmann Freitag, 6. November, 19.30 Uhr, Ref. Kirchengemeindehaus	
Chindergottesdienscht ref. Kirche Bauma	**Sa, 7. Nov.** 9.30 Uhr
Midnight Bauma	**Sa, 7. Nov.** 20.30 bis 23.30 Uhr
Kerzenziehen und Giessen Scheune, Tablat 1023, Wila	**So, 8. Nov.** 11 bis 18 Uhr
Gasthof Sunnebad Betriebsferien – Montag, 9. bis Sonntag, 15. November	
Schule Bauma: Besuchsmorgen Montag, 9. und Dienstag, 10. November	
Mütter- und Väterberatung Ref. Kirchengemeindehaus, Hörnlistrasse 7, Bauma, Patricia Zgraggen | 043 258 47 70	**Mo, 9. Nov.** 9 bis 11 Uhr (mit Voranmeldung)
Altersarbeit 65plus: Filmnachmittag Im Saal des Gasthauses zur Tanne	**Mo, 9. Nov.** 14 Uhr
FitnessTreff Bauma: Taiji für alle Schulhaus Altlandenberg, Bühne	**Mo, 9. Nov.** 19.15 bis 20.30 Uhr
Kehrichtsammlung	**Mi, 11. Nov.**
Wandergruppe 55+: Gruppe 1 Infos: luzia.bruelisauer@bluewin.ch	**Mi, 11. Nov.**
Kafi 1919 RegiChile	**Mi, 11. Nov.** 9 bis 17 Uhr
Spieltag: Regenerationstraining Gasthof Sunnebad	**Mi, 11. Nov.** 13.30 bis 21.30 Uhr
Seniorennachmittag: Senioren Theater St. Gallen Tannensaal, Gasthaus zur Tanne	**Mi, 11. Nov.** 14 Uhr
Kerzenziehen und Giessen Scheune, Tablat 1023, Wila	**Mi, 11. Nov.** 15 bis 19 Uhr
glasworkshop.ch: Glassterne machen Wolfsbergstrasse 31, 8494 Bauma	**Mi, 11. Nov.** 19 Uhr
Bildungsabend ref. Kirche Bauma	**Mi, 11. Nov.** 20 Uhr
Wanderguppe 55+: **Anmeldeschluss für den Schlusshöck**	**Do, 12. Nov.**
Männer-Rücken Schulhaus Altlandenberg	**Do, 12. Nov.** 18.15 bis 19.30 Uhr

Weitere Informationen zu den Anlässen finden Sie auf der Webseite der Gemeinde. Druckfehler und Irrtümer vorbehalten.