

## Wohin man geht

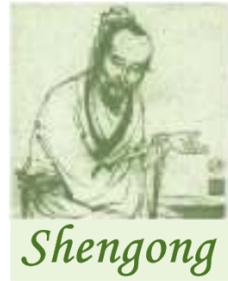


### Frauenfelder Woche

Die Frauenfelder Woche erscheint jeden Mittwoch in den Haushaltungen der Ortschaften  
 Aadorf, Aawangen, Attikon, Bertschikon, Bonau, Buch b. Frauenfeld, Dettighofen, Ellikon a.d. Thur, Engwang, Eschikofen, Ettenhausen, Felben-Wellhausen, Frauenfeld, Gachnang, Gerlikon, Guntalingen, Gundetswil, Guntershausen b. Aadorf, Hagenbuch ZH, Häuslenen, Herdern, Homburg, Hörhausen, Hüttlingen, Hüttwilen, Illhart, Islikon, Kefikon, Lamperswil, Lanzenneunforn, Lommis, Lustdorf, Märstetten, Matzingen, Menzengrüt, Mettendorf TG, Müllheim Dorf, Müllheim-Wigoltingen, Niederneunforn, Nussbaumen, Oberneunforn, Oberstammheim, Pflin, Rickenbach b. Winterthur, Rickenbach Sulz, Stettfurt, Thundorf, Tuttwil, Uerschhausen, Uesslingen, Unterstammheim, Wagerswil, Wängli, Warth, Weingarten, Kalthäusern, Waltalingen, Weiningen, Wetzikon b. Thundorf, Wigoltingen, Wilen b. Neunforn, Wittenwil

**Sorgentelefon für Kinder**  
 weiss Rat und hilft  
 0800 55 42 10  
 sorgenhilfe@ sorgentelefon.ch  
 SMS: 079 257 80 88  
 www.sorgentelefon.ch  
 PC: 34-4900-5

## Tag der offenen Tür Samstag, 16. September, 09:00 - 16:00 Uhr



### Akupunktur Tuina Heilmassage

Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin  
 Haus am Bahnhof / Bahnhofplatz 67  
 8500 Frauenfeld  
 www.shengong.ch  
 052 721 47 47



**Cao Dai**  
 18 Jahre Oberarzt im TCM-Hospital, Liaoning, China

An diesem Tag:  
 Probehbehandlung Fr. 40.00 gegen Voranmeldung  
 Kostenlose Diagnose und Beratung ohne Voranmeldung möglich

#### Saisonale Empfehlung:

- Migräne:** Kopfschmerzen
- Bewegungsapparat:** Rücken-, Schulter- und Gelenkbeschwerden

Die Traditionelle Chinesische Medizin deckt eine umfangreiche Palette von Beschwerden und chronischen Krankheiten ab, welche ohne Nebenwirkung mit Erfolg behandelt werden können.

- **Schlafstörung / Vegetative Störungen:** Erschöpfung, Nervosität, Reizbarkeit, Burn-out-Syndrom
- **Verdauungsbeschwerden:** Magen- Darmbeschwerden, Übelkeit, Durchfall, Verstopfung, Blähung
- **Gynäkologische- und urologische Beschwerden:** Menstruationsbeschwerden, Wechseljahre, Prostata
- **Heuschnupfen / Atmungsbeschwerden:** Asthma, Bronchitis, Chronischer Husten, Erkältung, Allergien
- **Allgemeine Altersbeschwerden**

Krankenkassen anerkannt  
 (Zusatzversicherung)

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

## Gesund essen – bewusst leben

Referentin: Priska Künzler

Wir sind heute so aufgeklärt wie noch nie, wie eine gesunde Ernährung aussehen sollte. Überall können wir in bunt aufgemachten Artikeln über die neuesten Erkenntnisse von Wirkstoffen in exotischen Beeren, Gewürzen oder Gemüsen lesen und vieles mehr erfahren. Die Auswahl und farbenfrohe Vielfalt an Nahrungsmitteln gibt uns ein paradiesisches Gefühl, das uns aber auch schnell überfordern kann. Wie finden wir zurück zu einem entspannten Umgang mit ausgewogener Ernährung und Genuss?  
 Die erfahrene Fachfrau für Ganzheitliche Ernährungsberatung klärt auf und gibt Antworten auf Ihre Fragen.



issdichfit@stafag.ch

**Vorschau:**  
 Dienstag, 24. Oktober 2017  
 Entdecken Sie Ihr inneres Potenzial  
 Referentin: Myriam Uscher

Weitere Informationen finden Sie unter [www.mim-frauenfeld.ch](http://www.mim-frauenfeld.ch)

Ort: Hotel Blumenstein, 1. Stock Frauenfeld  
 Datum: **Donnerstag, 21. Sept. 2017 um 19.30 Uhr**  
 Beitrag: Fr. 15.- / Person, kostenlos für alle mim-Mitglieder

## Berta Waldburger «Lyrische Gemälde» im Kunstwürfel und in der Galerie z-art



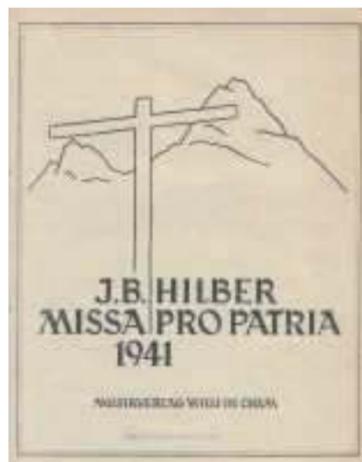
ristin Berta Waldburger malt seit sieben Jahren jeden Monat ein Ölbild mit einer Grösse von 80 x 80 cm und schreibt einen Text dazu. Vier dieser «lyrischen Gemälde» stellt sie im Kunstwürfel aus.

Ab dem 21. September 2017 können weitere Monatsbilder mit Texten in der Galerie z-art, Grabenstrasse 26, Frauenfeld betrachtet werden. Die Ausstellung dauert bis zum 29. Oktober 2017 und ist samstags (10–12 Uhr) und sonntags (13–15 Uhr) an folgenden Daten offen: 23. September / 30. September / 1. Oktober / 8. Oktober / 21. Oktober / 22. Oktober / 28. Oktober / 29. Oktober

**Galerie z-art**  
 Grabenstrasse 26, Frauenfeld,  
 079 201 00 50, b-waldburger@bluewin.ch

Ab Donnerstag, 14. September 2017, steht der Kunstwürfel des städtischen Amts für Kultur vor dem Redinghaus in der Zürcherstrasse in der Altstadt. Die Frauenfelder Künstlerin und Gale-

## «Missa pro Patria»



Die «Missa pro Patria» von Johann Baptist Hilber (1891–1973) entstand 1941 zur 650-Jahr-Feier der Eidgenossenschaft. Sie ist eine der beliebtesten «kleinen Festmessen» mit schöpferischer Tiefe trotz einfacher Struktur. Hilber griff beispielsweise auf gregorianische Elemente zurück und kombinierte sie mit einer variantenreichen Harmonisierung wie der Echosequenz im «Gloria».



Bilder: Vinzenz Zahner, Hüttwilen

Der ökumenische Kirchenchor Hüttwilen-Herdern unter der Leitung von Hyacinthe Deliancourt wird mit der «Missa pro Patria» folgende Festgottesdienste musikalisch unterma-

Sonntag, 17. Sept, 10.30 Uhr  
**Gottesdienst zum Bettag**  
 Evang. Kirche Hüttwilen

Sonntag, 1. Okt, 9.00 Uhr  
**Patrozinium Franziskus**  
 anschl. Apéro  
 Kath. Kirche Hüttwilen

## Sprachkurse für Anfänger



## Herbst- und Erntefest

Kursstart sobald genügend Anmeldungen vorhanden sind:

**Englisch:** Montag, 19.00 bis 20.30 Uhr, Mittwoch, 10.00 bis 11.30 oder 18.00 bis 19.30 Uhr.

**Französisch:** Mittwoch, 17.30 bis 19.00 Uhr.

**Spanisch:** Montag, 19.00 bis 20.30 Uhr, Dienstag, 09.00 bis 10.30 Uhr, Donnerstag, 09.00 bis 10.30 Uhr.

**Italienisch:** Dienstag, 14.00 bis 15.30 Uhr, Donnerstag, 09.00 bis 10.30 Uhr.

Noch nicht 55plus? Kein Problem, bei uns fühlen Sie sich in jedem Alter wohl!  
**Zentrum 55plus, Oberstadtstr. 6, Frauenfeld, Telefon 052 721 30 55, www.55plus.ch**

Am **Samstag, 16. September 2017** findet in der Altstadt von Frauenfeld das Herbst- und Erntefest statt. An 20 Marktständen präsentieren Produzenten aus der Region ihre Spezereien. Ein langer Tisch lädt zum Absitzen und Geniessen ein. Zur Wahl der besten Thurgauer «Gonfi» stehen ausserdem am Stand von Agro Marketing Thurgau die Finalisten des Thurgauer «Gonfi»-Wettbewerbs. Um 16 Uhr erfolgt die Bekanntgabe der Gewinner.

#### Programm:

- Marktstände mit regionalen Produkten und Spezialitäten
- «Gonfi»-Wettbewerb  
 9.00–15.00 Uhr: Degustation der besten Konfitüren, 16.00 Uhr: Preisverleihung
- Für Kinder  
 Strohballen werfen, Kinder-Schminken
- Für den Magen  
 Kindlys Grill-Spezialitäten, Kürbissuppe von Seebachtal-Saisonal, Köstlichkeiten aus Ritas Backstube, Käseküchlein von der Chäsi Pflin, Langer Tisch: Picknick mit Mitgebrachtem und Zugekauftem

Agro Marketing Thurgau AG



## Zitat

*Gewohnheiten sind die Fingerabdrücke des Charakters.*

Alfred Polgar



Fr–Sa, 15.–16.9., 17.30 Uhr  
**WALK WITH ME**  
 von Max Pugh, Marc J. Francis  
 GB 2017, 94 Min, E/d ab etwa 12  
 «Walk with Me» dokumentiert die Zen-Buddhismus-Gemeinschaft im «Plum Village» von Thich Nhat Hanh, deren Mitglieder ohne Besitztümer, ohne Geld und ohne Sexualität leben. Der Film bietet einen Einblick in eine Sinneshaltung, die sich dem Leistungsdruck und dem Materialismus entzieht und das Glück im Hier und Jetzt sucht. Ein meditativer Film voller erhellender und positiver Momente.