

# Sportlich, spontan und hilfsbereit

Der Walking-Verein Mettauertal-Gansingen ist vielfältig aktiv

Im Verein Walking Mettauertal-Gansingen wird nicht nur die Bewegung in der Natur grossgeschrieben; auch die Geselligkeit und Gemeinschaft wird gepflegt. Und wenn es um Arbeitseinsätze geht, ist nicht nur der Vorstand aktiv.

Bernadette Zaniolo

**METTAUERTAL/GANSINGEN.** Der Jahresbericht von Erika Essig, Präsidentin des Vereins Walking Mettauertal-Gansingen, war geprägt von Lob sowie schönen Erinnerungen wie etwa an die Vereinsreise nach Solothurn mit einer Führung zum Thema «Berausend». Ein grosses Kompliment gab es einmal mehr von Seiten Helsana für den gut gepflegten Trail im Mettauertal. Dafür zeichnet im Verein Vizepräsident und Unterhaltschef Magnus Sieber verantwortlich. Zusammen mit weiteren Vereinsmitgliedern erfolgt einmal im Jahr ein Arbeitseinsatz. Die Truppe mit über 20 Helfern hat sich bewährt; jeder und jede weiss, was zu tun ist. Fällt Mehrarbeit an, so organisieren sich die Mitglieder selbst, sprich, es wird spontan der nächste Einsatztermin abgemacht und vereinbart, wer dabei ist.

Dass im Verein gute Stimmung herrscht, bewiesen die 26 Teilnehmenden an der Generalversammlung im Café Nova in Mettau am Dienstagabend mehrmals. Innert kurzer Zeit waren die freiwilligen Helfer für die Einsätze an der Generalversammlung des Gewerbes



Der Vorstand sowie die Revisorinnen (von links): Dorli Erdin, Magnus Sieber, Andrea Baumann, Vroni Sieber, Erika Essig und Silvia Knecht.

Foto: Bernadette Zaniolo

GMS im März, am Freilichttheater in Gansingen im August sowie an der Gemeindeversammlung Mettauertal im November, klar. Meinrad Jappert, der früher im Vorstand des Walking-Vereins war, zeigte sich überwältigt von der grossen Unterstützung seiner Walker-Freunde am Freilichttheater.

## Wöchentliche Walking-Tour

Auch das Ausbildungsangebot «1.-Hilfe-Kurs» stiess auf reges Interesse. Nebst dem wöchentlichen Walkingtreff – es gibt eine «Fitness-Gruppe» und eine «Plausch-Gruppe» – jeweils am Dienstag, findet

das Ostermontag-Walking (1. April) sowie das Pfingstmontag-Walking (20. Mai) mit dem Kneippverein statt. Der im letzten Jahr initiierte Raclette-Plausch-Abend erfährt im 2024 eine Fortsetzung. An der GV wurde für das nächste Jahr wieder eine Vereinsreise angeregt.

Sepp Grenacher wurde in Abwesenheit für seinen grossen Einsatz während 20 Jahren für den Walking-Trail sowie für den Verein gedankt. Erika Essig betonte, dass Grenacher seit den Anfängen dabei war, zuerst in der Arbeitsgruppe. Sie hob auch die gute Zusammenarbeit sowie die Gespräche hervor.

Nach dem Rücktritt von Sepp Grenacher aus dem Vorstand unterstützte die Versammlung den Vorschlag der anderen Vorstandsmitglieder, mit einem Vierer-Gremium weiterzufahren. Mit Bravour wiedergewählt wurden Erika Essig (Präsidentin), Magnus Sieber (Vize-Präsident und Unterhaltschef), Silvia Knecht (Finanzen) und Andrea Baumann (Aktuarin). Dorli Erdin und Vroni Sieber wurden als Revisorinnen bestätigt. Mit Marlis Schmid durfte ein neues Mitglied in den Verein aufgenommen werden; es musste auch ein Austritt zur Kenntnis genommen werden.

## Erfolgreiches Jubiläumsjahr

Raiffeisenbank Regio Frick-Mettauertal blickt auf das Geschäftsjahr 2023 zurück

Im Jahr 2023 konnte das 100-Jahr-Jubiläum der Raiffeisenbank Regio Frick-Mettauertal gefeiert werden. Im Geschäftsjahr konnte zudem in allen Bereichen ein erfreuliches Wachstum erreicht werden.

**FRICKTAL.** Die Bilanzsumme der Raiffeisenbank Regio Frick-Mettauertal stieg im Berichtsjahr 2023 um 68,3 Millionen Franken auf 1968 Millionen Franken. Das starke Vertrauen in die Bank widerspiegelt sich in der Zunahme an Kundengeldern um 2.6% auf 1483 Millionen Franken. Die Ausleihungen haben moderat zugenommen und lagen per 31. Dezember 2023 bei 1662 Millionen Franken (+ 17 Millionen Franken). Dank der nachhaltigen Kreditpolitik der Raiffeisenbank mussten keine Wertberichtigungen für Ausleihungen vorgenommen werden. Trotz Turbulenzen an den Finanzmärkten beträgt das Depotvolumen per Jahresende erfreuliche 391 Millionen Franken, was einer Steigerung von 18.4% entspricht.

Die anhaltend positive Ertragsituation bestätigt die eingeschlagene Strategie der Raiffeisenbank Regio Frick-Mettauertal. Das Zinsengeschäft verzeichnet einen Zuwachs um 16.6% auf 21.2 Millionen Franken. Der Erfolg aus dem Kommissions- und Dienstleistungsge-



Die Mitgliederanlässe sind jeweils sehr geschätzt.

Foto: zVg

schäft belief sich auf 4,64 Millionen Franken (+ 5.2%). Der Jahresgewinn betrug 1 217 283 Franken. Die anrechenbaren Eigenmittel beliefen sich per 31. Dezember 2023 auf 169,6 Millionen Franken, was einer Steigerung von 4.52% gegenüber dem Vorjahr entspricht. Dieser Wert liegt deutlich über den regulatorischen Vorgaben und zeigt, dass die Bank sehr sicher und für die Zukunft bestens aufgestellt ist.

## 100 Jahre Raiffeisenbank

Im vergangenen Jahr feierte die Raiffeisenbank Regio Frick-Mettauertal ihr 100-jähriges Bestehen. Beim grossen Jubiläumstreffen am 21. September auf dem Gelände des Schupfart

Festivals konnten mehr als 2000 Genossenschafterinnen und Genossenschafter begrüsst werden. Im Rahmen des Jubiläums unterstützt die Bank ausserdem Projekte in den Gemeinden des Geschäftskreises zur Förderung der Nachhaltigkeit und der Biodiversität. Dabei wurden Mittel von rund 500 000 Franken in der Region investiert. Rund die Hälfte der Projekte wurden bereits umgesetzt, die restlichen Vorhaben werden bis Ende 2024 fertiggestellt.

## Urabstimmung und Mitgliederanlässe

Raiffeisen-Mitglieder haben die Möglichkeit, im Rahmen der Urabstimmung über die Geschicke der Bank

abzustimmen. Die Urabstimmung dauert vom 4. April bis 6. Mai 2024. In diesem Jahr steht den Mitgliedern erstmals der Weg der digitalen Abstimmung offen.

Am 3., 4. und 5. Mai 2024 finden die beliebten Mitgliederanlässe der Raiffeisenbank Regio Frick-Mettauertal statt. Die Genossenschafterinnen und Genossenschafter kommen im Zirkuszelt in Frick oder in der Turnhalle Gansingen in den Genuss eines abwechslungsreichen Programms mit Unterhaltung, Kulinarik und aktuellen Informationen der Bank. Die Unterlagen für die Urabstimmung und die Mitgliederanlässe werden allen Mitgliedern rechtzeitig Anfang April zugestellt. (mgt)

LANDFRAUEN  
BEWEGEN

## In sauberen Gläsern



Barbara Wirth Olsberg

Ich habe es endlich getan: meine Konfitüre ist fertig abgefüllt und die Gläser sind etikettiert! Schon Ende letzten Jahres stand diese Arbeit auf meiner To-do-Liste, aber immer gab es vermeintlich Wichtiges zu erledigen. Der Druck stieg, da meine Kundinnen bald vor leeren Regalen gestanden wären und auch ich hätte morgens auf mein «Konfischmittli» verzichten müssen.

Eigentlich ist Konfitüre einkochen eine schöne Arbeit, drinnen im Warmen, dazu gute Musik und der süsse, verführerische Duft sonnengereifter Aprikosen in der Nase. Er bringt mich zurück in den letzten Sommer. Ich denke an die lauen Sommerabende und das Grillenzirpen – oh, fast wäre mir die Aprikosenmasse angebrannt.

Ich sollte nur etwas auf einmal machen. Gedanklich abschweifen zu lassen, ist bei dieser Arbeit nicht förderlich, denn die Aprikosenkonfi brennt oft schnell an. Auch bei der Kirschenkonfi ist Vorsicht und Konzentration gefordert, sind doch auch nach dem Entsteinen im Sommer noch hie und da Steine vorhanden, die aus der Masse gefischt werden müssen.

Aber jetzt ist nach Aprikosen-, Kirschen- und Zwetschgenkonfitüre Schluss und ich frage mich, wieso ich es so lange «kusegstüdelet» habe. Immer wieder kam es in meinem Bewusstsein hoch: Konfi kochen, Konfi kochen, Konfi kochen.

Nach dem Landfrauenabend über «Mental Load» vor ein paar Wochen weiss ich auch, dass nicht nur ich gewisse Sachen tage- oder wochenlang im Kopf rumtrage und vor mich herschiebe, sondern viele andere Menschen auch.

Jetzt ist die Arbeit getan, alles in sauberen Gläsern und aus meinem Kopf kann ich es streichen. Aber überladen sieht jetzt dafür gerade mein Waschplatz aus, die Pfannen und Kochutensilien stapeln sich und warten auf das Abwaschen und die Konfispfritzer beim Herd warten auf eine gründliche Reinigung.

Oje, ich wusste doch, dass ich das Konfi einkochen nicht nur schön finde – denn das Gute kommt nicht immer am Schluss!

[www.landfrauen-laufenburg.ch](http://www.landfrauen-laufenburg.ch)  
[www.landfrauen-rheinfelden.ch](http://www.landfrauen-rheinfelden.ch)

## Weltgebetsstag

STEIN. Der Gottesdienst zum Weltgebetsstag (WGT), der auf der ganzen Welt jeweils am ersten Freitag im März gefeiert wird, wird jedes Jahr von einem andern Landeskomitee zusammengestellt. Für die Feier vom heute, 1. März, sind dies Frauen aus Palästina, die zusammen das WGT-Komitee EWN1 bilden. Auch in der römisch-katholischen Pfarrkirche in Stein wird der Weltgebetsstag gefeiert. Im Anschluss an den Gottesdienst sind alle zu einem landestypischen Imbiss eingeladen. Das Organisationsteam freut sich auf viele Gäste und eine stimmungsvolle Feier, die um 18 Uhr in der Pfarrkirche beginnt. (mgt)