

## Bibliothek

### Neuigkeiten im Herbst

**Das Bibliotheksteam | Neben den aktuellen Büchern, die wir Ihnen gerne vorstellen, möchten wir in dieser Ausgabe eine spannende Neuigkeit mit Ihnen teilen: den Zusammenschluss mit der Schulbibliothek Feld. Zudem erinnern wir Sie gerne an unser Lesementoren-Programm, an unsere Events für die Kleinsten und an die Schliesszeiten während der Schulferien. Wir freuen uns, Sie ab Mitte Oktober wieder bei uns begrüssen zu dürfen.**

#### Zusammenschluss mit der Schulbibliothek Feld

Ab sofort ist die Schulbibliothek Feld der Gemeindebibliothek angeschlossen. Um den Zusammenschluss so reibungslos wie möglich zu gestalten, waren wir im Hintergrund bereits fleissig am Werk. Die Schulkinder vom Feld erhalten von uns eine Bibliothekskarte, mit der sie in Zukunft auch in der Gemeindebibliothek Bücher ausleihen können. Wir freuen uns, die neuen Schulkinder bei uns begrüssen zu dürfen, und über die vielfältigen Aufgaben, die durch die Zusammenarbeit mit der Bibliothek Feld auf uns warten.

### Unsere Neuheiten für den Lesemonat Oktober



**Unsere Zeit der Wunder**  
Nicholas Sparks, Roman

Erst am Sterbebett seiner Grossmutter erfährt Tanner Hugues den Namen seines Vaters.

Er macht sich auf nach Asheboro, North Carolina, um ihn zu finden. Dort kreuzt sich sein Weg mit dem der alleinerziehenden Kaitlyn. Die beiden fühlen sich sofort zueinander hingezogen. Doch schon bald muss Tanner beruflich zurück nach Kamerun, und beide fürchten, dass ihre Liebe keine Zukunft hat. Währenddessen versucht der 83-jährige Jasper, in den Wäldern von Asheboro einen seltenen weissen Hirsch zu schützen. Eine Begegnung mit Wilderern endet in der Katastrophe. Können Kaitlyn und Tanner ihn retten – und damit auch sich selbst?

[Quelle: Buchhaus.ch]



**Der Glukose-Trick: Schluss mit Heiss hunger, schlechter Haut und Stimmungstiefs – wie man der Achterbahn des Blutzuckerspiegels entkommt**

Jessie Inchauspé, Sachbuch

Welches Frühstück löst Fressattacken aus? Welches Essen verursacht Stimmungsschwankungen? Warum ist Salat die beste Vorspeise und weshalb ist die Reihenfolge beim Essen relevant?

Manche Dinge werden wir scheinbar nie los – wie das tägliche Nachmittagstief, Stimmungsschwankungen, unreine Haut und die leidigen Fettpölsterchen. Jessie Inchauspé weiss genau, was der gemeinsame Nenner all dieser Probleme ist: ernährungsbedingte Schwankungen unseres Blutzuckerspiegels. Sie zeigt uns damit einen Hebel, mit dem man sein Wohlbefinden in jeder Hinsicht entscheidend steigern kann, während man

zugleich das Risiko für Krankheiten wie Diabetes, Krebs oder Alzheimer reduziert. Dabei ist es überraschend einfach, den eigenen Blutzuckerspiegel zu regulieren – die Auswirkungen auf unseren Körper und unsere Lebensqualität sind erstaunlich. Mit unkomplizierten Tricks können wir unsere Ernährung anpassen und uns endlich in unserem Körper wohlfühlen, ohne auf etwas verzichten zu müssen!

[Quelle: Buchhaus.ch]



**Guten Morgen, kleine Siebenschläfer, aus den Bettchen, fertig, los!**

Katja Alves, Andrea Stegmaier, Bilderbuch

Bücher zum Thema Schlafengehen gibt es viele, hier kommt nun eines für einen guten Morgen – ein Mitmach-Bilderbuch mit Ritualen, viel Humor und poetischen Bildern.

Es ist Zeit zum Aufstehen: Die sechs kleinen Siebenschläfer müssen in den Kindergarten. Aber was macht ihre Mama? Sie ist erkältet und etwas schlapp. Wer hilft nun Mama Siebenschläfer und macht die Kleinen bereit für den Kindergarten? Die Leserinnen und Leser schlüpfen in die Rolle der Mama und werden zum Mitmachen aufgefordert. Ganz aktiv helfen sie den sechs kleinen Trödlern. Und wie gelingt das am besten? Natürlich mit gemeinsamen Ritualen: Frühstücksbrei pusten, Zähne putzen, Geschwister zählen, Schuhe suchen, schauen, wie das Wetter wird und vieles mehr.

[Quelle: Buchhaus.ch]



## Gemeinsam lesen, gemeinsam wachsen: beim Lesetandem

Auch in diesem Schuljahr möchten viele Kinder am Lesetandem teilnehmen. Leider fehlt es uns an genügend Freiwilligen, die diese Aufgabe übernehmen möchten. Deshalb suchen wir Sie!

Sind Sie pensioniert und möchten Sie einer sinnstiftenden Aufgabe nachgehen? Oder haben Sie Lust und Zeit sich neben Ihrer Arbeit, einmal pro Woche, freiwillig zu engagieren? Dann melden Sie sich bei uns! Als Lesementorin oder Lesementor treffen Sie sich einmal wöchentlich für eine Stunde mit Ihrem «Lesekind», um gemeinsam zu lesen, aber auch zu rätseln oder Sprachspiele zu spielen.

Bei Interesse freuen sich die Koordinatorinnen Monika Sager und Mirjana Moor über Ihre Kontaktaufnahme per Mail an [lesetandem@suhr.ch](mailto:lesetandem@suhr.ch).



## Värslimorgen und Geschichtenstunde

Bruna Matter, Leseanimatorin SIKJM, freut sich darauf, Sie und Ihre Kinder bei den Events im Oktober begrüßen zu dürfen.

**Nächster Termin: 25. Oktober 2024**

- Um 10 Uhr beginnt der Värslimorgen für Kleinkinder von 9 Monaten bis etwa 3 Jahren.
- Um 17 Uhr bezaubert Frau Matter in der Geschichtenstunde Kinder ab 3 Jahren mit ihren lebendigen Bilderbuchgeschichten.

## Öffnungszeiten

... In den Herbstferien bleibt die Bibliothek von Samstag, 28. September bis Montag, 14. Oktober 2024 geschlossen.

Bitte geben Sie in den Ferien keine Medien über den Rückgabekasten zurück, da der Kasten in dieser Zeit nicht geleert wird. Bei Beschädigungen an den Medien haftet die Ausleihperson.

Ab Dienstag, den 15. Oktober sind wir wieder zu den gewohnten Öffnungszeiten für Sie da.

Dienstag	17.00–19.00 Uhr
Mittwoch	14.00–17.00 Uhr
Donnerstag	9.00–12.00 Uhr
Freitag	14.00–17.00 Uhr
Samstag	9.00–12.00 Uhr

[bibliothek-suhr.ch](http://bibliothek-suhr.ch)



## Museum

### Neue Sonderausstellung eröffnet

Am Sonntag, 1. September eröffnete der Museumsverein mit einer Vernissage die neue Sonderausstellung «Suhr im Wandel der Zeit 2.0». Vorstandsmitglied Markus Bertschi begrüßte die zahlreichen Besucherinnen und Besucher herzlich. Er erläuterte die Gründe eine Nachfolgeausstellung zum Wandel von Suhr zu machen. In der ersten Ausstellung konnte nur ein Teil, mit Schwerpunkt Tramstrasse, der gut dokumentierten Veränderungen im Dorf gezeigt werden und das Interesse der Besucherinnen und Besucher war sehr gross.

Dieses Mal steht die Bachstrasse im Mittelpunkt. Auch da ist im Laufe der Zeit gebaut, abgerissen und wieder neu aufgebaut worden oder es sind ganze Gebiete erstmals überbaut worden. Diese Veränderungen unseres Dorfes wird in der Ausstellung wiederum mit alten und neuen Bildern eindrücklich aufgezeigt.

Die neue Sonderausstellung kann in diesem Jahr an folgenden Sonntagen besichtigt werden: 20. Oktober, 3. und 17. November, 1. Dezember.

Der Eintritt ist frei. Kommen Sie vorbei, wir freuen uns.

[museum-suhr.ch](http://museum-suhr.ch)

