



Coiffeur
Tanya

...Ihr Coiffeur in Zürich-Höngg

Limmattalstrasse 224
8049 Zürich
Phone 044 341 60 61
www.tansa.ch

ew eduard weisz
Immobilienberatung

engagiert

Sumatrastrasse 25, CH-8006 Zürich
Telefon +41 43 343 11 01
info@immoprojekte.ch
www.immoprojekte.ch



Sauberkeit: unsere stärkste Seite.

POLY-RAPID AG, Facility & Clean Services
www.poly-rapid.ch, Tel. 043 311 31 00

POLYRAPID*
SAUBERE ARBEIT

Frauenverein fördert gute Projekte

Zusätzlich zu seinen bisherigen Angeboten hat der Frauenverein Höngg letztes Jahr drei Projekte im Quartier unterstützt. Alle tragen zum guten (Zusammen-)Leben in Höngg bei.

Schon immer reagierten Frauenvereine auf gesellschaftliche Bedürfnisse. Als Alkoholismus ein grosses familiäres und gesellschaftliches Problem war, erfanden sie alkoholfreie Restaurants. Das «Sonnegg» war eines davon. Sie gründeten Berufsschulen für Frauen, damit diese selber Geld verdienen konnten. Sie bauten Kinderkrippen und Mittagstische auf. Im Lauf der Zeit wurden alle diese Aufgaben vom Staat oder der Wirtschaft übernommen – ein Beweis für die Notwendigkeit dieser Angebote.

Mittelfristig wird auch der Frauenverein Höngg neue Aufgaben suchen müssen. Gemäss seinen Statuten kann er neben eigenen gemeinnützigen Aufgaben auch anderweitige Projekte unterstützen, darin könnte eine neue Aufgabe liegen.



Die Hühner und Güggele leben in Freilandhaltung auf dem QuarTierhof, welcher unterstützt wird. (zvg)

Förderung gemeinnütziger Projekte

Seit Ende 2015 fördert der Frauenverein Höngg darum ausgewählte gemeinnützige Projekte, die das Zusammenleben in Höngg bereichern und verbessern. Die Projekte sollen innovativ sein, aktuelle Anliegen der Bevölkerung aufnehmen und möglichst auch

eine nachhaltige Wirkung haben. Hauptsächlich unterstützt werden neue Projekte beziehungsweise Projekte in Entwicklung. Per Ende November erhielt der Verein sechs Gesuche. Folgenden Projekten sprach die Jury eine Unterstützung zu:

..... Fortsetzung auf Seite 3

Inhaltsverzeichnis

Höngger gestaltet Steampunk-Bilder	3
Meinungen	5
Blickfelder	7
Info zum Thema Schuppenflechte	11
Zoom by Broom	11
Krimilesung	11
Xundheitsratgeber	12
Schüler verkaufen «fair»	13
Kirchliche Anzeigen	14
Lions Club spendet	15
Konzerte des Kulturkellers	15
Umfrage	16
Neujahrskonzert gospelsingers.ch	16
Verlosung	16

Höngg aktuell

Freitag, 22. Januar

Turnen 60+

8 bis 11 Uhr, für Frauen. Pfarreizentrum Heilig Geist, Limmattalstrasse 146.

Fortsetzung auf Seite 11

Ihre Immobilien. Unser Zuhause.

«Damit Juristendeutsch für Sie kein Fachchinesisch bleibt. Für Sie prüfe ich Ihre Unterlagen rund um Immobilien und mache sie Ihnen verständlich.»

Michael Tanner, Notariats- und Vertragswesen

Ihr persönlicher Immobilienberater in der Nachbarschaft.

Rhombus Partner Immobilien AG | 8037 Zürich
rhombus.ch | wohnblog.ch | SVIT-Mitglied seit 1972



Erfahren Sie mehr!
044 276 63 34



Kompetenz in Sachen Haut und Ernährung

ZUM APOTHEKE
MEIERHOF

Pharmazie und Ernährung ETH

Rolf Graf und Dr. Verena Kistler
Limmattalstr. 177 8049 Zürich
Tel +41 44 341 22 60
Fax +41 44 341 23 30

Wir verkaufen für Sie!

Suchen Sie einen Käufer für Ihre Liegenschaft? Wir stellen Ihren Verkauf von A bis Z sicher, von der Preisfestlegung bis zur Abwicklung der Grundstückgewinnsteuer. Rufen Sie uns an.

Hauseigentümerversand
Zürich
Telefon 044 487 17 86
verkauf@hev-zuerich.ch
www.hev-zuerich.ch



Haben Sie Asthma oder Heuschnupfen?

Heuschnupfen ist eine allergische Erkrankung, sie wird oft von Asthma begleitet und verursacht eine allergische Bindehautentzündung. Wir behandeln beide Erkrankungen erfolgreich.

Unsere Expertin, Frau Dr. Zhang WeiWei, ist gerne für Sie da.

TCM Mandarin ist bei der Zusatzversicherung von der Krankenkasse anerkannt. Melden Sie sich einfach unter Tel. 044 750 24 22.

Traditionelle Chinesische Medizin

中医

Mandarin TCM Services
Zentrum Engstringen GmbH

Hönggerstrasse 1
8102 Oberengstringen
Telefon 044 750 24 22
www.mandarin-tcm.ch
info@mandarin-tcm.ch

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag:
8–18 Uhr
Samstag: 8–12 Uhr

reformierte
kirche höngg

Katholische Pfarrei
Heilig Geist Höngg

«Gewaltfreie Kommunikation»

**Dienstag, 26. Januar, 19 Uhr, Sonnegg,
danach Apéro riche an der Bar**

Eine ReferierBar für Frauen und Männer, mit Wolfgang Wulle, Mediator und Coach, zur Frage «Was hat gewaltfreie Kommunikation mit Wohlfühlen zu tun?»

Kommunikation ist im Umgang mit anderen Menschen ein wichtiger Wohlfühlfaktor und hat dadurch einen grossen Einfluss auf unsere Lebensqualität. Lassen Sie sich inspirieren für wohltuende Kommunikationsformen.

Kosten: Fr. 15.–, ohne Anmeldung,

Auskunft: Barbara Morf,
Sozialdiakonin, Telefon 043 311 40 62 www.refhoengg.ch



Stadt Zürich
Alterszentrum Sydefädeli

Besuchen Sie unseren
**2. Flohmarkt im Alters-
zentrum Sydefädeli**

30. Januar von 10 bis 16 Uhr

Hönggerstrasse 119
8037 Zürich
Telefon 044 414 07 07

Die Cafeteria ist geöffnet.

Wir freuen uns
auf Ihren Besuch!

Verlosung

**Je eine Bobfahrt in St. Moritz,
offeriert von HE-Optik,
haben gewonnen:**

F. Steinsiepe
D. Tamásy
beide aus Höngg

Der «Höngger» wünscht
eine rasante Fahrt!

Gratulationen

Der grosse Reichtum unseres Lebens, das sind die kleinen Sonnenstrahlen, die jeden Tag auf unsere Wege fallen.

Liebe Jubilarinnen und Jubilare
Wir gratulieren Ihnen herzlich zu Ihrem Geburtstag und wünschen Ihnen viel Sonnenschein, Glück sowie gute Gesundheit.

24. Januar
Jean Sieber 80 Jahre

26. Januar
Werner Castelberg 80 Jahre

28. Januar
Paul Elsener 85 Jahre

29. Januar
Pia Holenstein 85 Jahre
Klara Descoeudres 98 Jahre

Es kommt immer wieder vor, dass einzelne Jubilarinnen und Jubilare nicht wünschen, in dieser Rubrik erwähnt zu werden.

Wenn keine Gratulation erfolgen darf, sollte mindestens zwei Wochen vorher eine schriftliche Mitteilung an Verena Wyss, Segantinstrasse 93, 8049 Zürich, zugestellt werden. Vergessen Sie bitte nicht, Ihre genaue Adresse und auch das Geburtsdatum zu erwähnen.

太極拳

**Neu: im Rütihof
Taijiquan(Tai Chi) üben!**

In der langsamen Bewegung die eigene An- und Entspannung kennenlernen. Fitter sein. Ab 7 Jahren bis unbegrenzt.

Offene Gruppe, EinsteigerInnen jederzeit willkommen!

Wir lernen und üben Chen-Stil Taijiquan, Seidenspinner-Qigong, Stehen wie ein Baum.

Ab 28. Januar jeweils am Donnerstag von 19.45 bis 21 Uhr Rütihofstrasse 69, Gemeinschaftsraum, 8049 Zürich

Kontakt über

www.tongentangpraxis.org,
Nachricht auf Telefonnummer
044 251 13 31 oder einfach zum Schnuppern vorbeikommen.

Bis bald!

Nina Zhao-Seiler,
zert. Taijiquan Lehrerin

Bestattungen

Bossard, Eduard Paul, Jg. 1923, von Zürich und Kölliken AG; verwitwet von Bossard geb. Furrer, Klara; Kappenhühlweg 11.

Klaus-Merz, Walter Alfred, Jg. 1924, von Kirchberg SG; Gatte der Klaus geb. Merz, Marlene; Naglerwiesenstrasse 25.

Wandergruppe 60plus

Die Halbtagswanderung vom Mittwoch, 27. Januar, führt ins Furttal: Von Regensberg über Boppelsen und Otelfingen geht es nach Buchs. Aufstieg: 100 Meter, Abstieg: 200 Meter. Wanderzeit: drei Stunden.

Um 11 Uhr geht es mit der S15 nach Dielsdorf, von dort mit dem Bus hinauf ins Städtchen Regensberg. Die Wanderung beginnt mit einem kurzen steilen Aufstieg, danach geht es fast eben durch den Wald, dann hinab in die Hangmulde von Boppelsen. Am Waldaustritt bei einer Feuerstelle blickt man auf Otelfingen hinunter, ein Dorf mit eindrucksvollen Riegelhäusern, einem Dorfbach und einer Mühle. Otelfingen wird nach knapp zwei Stunden erreicht. Im Restaurant Brauerei gibt es eine warme Suppe. Zwischen Gärtnerien und Weinbergen und teilweise dem alten Bahndamm entlang geht es nach Buchs. Von dort fährt der Bus Nr. 485 nach Frankental. (e) ■

Besammling um 10.45 Uhr an der Endstation des 80er-Busses in Oerlikon Nord.

Billette: Jeder löst sein Billett selber.

Am Automaten mit Halbtax eingeben: Andere Orte/ Regensberg, retour, 24 Stunden, 8.60 Franken oder Z-Pass, Anschlussbillett drei Zonen retour 6.60 Franken.

Organisationsbeitrag: fünf Franken).

Anmeldung: obligatorisch, auch für GA-Inhaber.

Anmeldezeiten:

Montag, 25. Januar, 20 bis 21 Uhr,

Dienstag, 26. Januar, acht bis neun Uhr,

bei Sybille Frey, Tel. 044 342 11 80,

und Josef Schlepfer,

Telefonnummer 044 491 41 78.

Achtung:

Teilnehmerzahl ist wegen Platzangebot des Restaurants beschränkt.

Winterausrüstung, gute Schuhe und Stöcke werden empfohlen.

Fortsetzung von Seite 1

Frauenverein fördert gute Projekte

Dem QuarTierhof Höngg, einem ehemaligen Bauernhof mitten in Höngg. Er erhält eine finanzielle Zuwendung zur Erhöhung seines Bekanntheitsgrads. Auf dem QuarTierhof Höngg leben Hühner, Kaninchen, Zwergziegen, Ponys und Pferde. Verschiedene Gruppen von Kindern und Erwachsenen pflegen Tiere, Garten und Obstbäume.

Ein grosser Teil der täglichen Arbeiten in den Ställen wird von Kindern und Jugendlichen in Freiwilligenarbeit geleistet. Der QuarTierhof bietet ihnen einen Ort, wo sie Natur erleben, sich treffen, organisieren und Verantwortung übernehmen können.

Drei Gesuche unterstützt, mehr Projekte werden folgen

Ebenfalls unterstützt wird der Verein SeedCity. Mit dem zugesprochenen Beitrag kann er den Gemeinschaftsgarten beschriften und mehr gärtnerisches Fachwissen vermitteln. Der naturnahe Garten liegt auf dem Hönggerberg und will den Austausch zwischen Angehörigen der ETH und den Anwohnenden durch gemeinsames Gärtnern fördern. Sechzig Mitglieder sind im Verein dabei. Gemeinsam entscheiden sie, was angepflanzt wird, pflegen alle Beete und Gartenelemente und feiern reiche und gesunde Ernten. Der Garten ist jederzeit offen für alle.

Das dritte Gesuch, welches für eine Pilotphase unterstützt wird, betrifft ein völlig neues, noch aufzubauendes Angebot: Eine Stelle für Quartiermediation, wie man sie in diversen Städten kennt. Erfahrene Mediatorinnen betreuen eine Anlaufstelle, in welcher sich Bewohnerinnen und Bewohner, Vereine und Interessengruppen etwa in Nachbarschafts- oder Generationenkonflikten beraten lassen können.

Auch dieses Jahr können wieder Gesuche eingegeben werden. Eingabetermine sind der 15. Mai und der 30. Oktober. Details findet man unter www.frauenverein-hoengg.ch. ■

*Eingesandt von Maja Graf,
Präsidentin des Frauenvereins
Höngg*

Höngger gestaltet Steampunk-Bilder

Christian Gruber aus Höngg ist fasziniert von der Steampunk-Ästhetik. Sie gefällt ihm so gut, dass er gar grossformatige, ursprünglich digitale Bilder dazu entstehen lässt.

..... Malini Gloor

Christian Gruber, 67, wusste bis vor zwei Jahren nicht, was Steampunk ist. Jetzt ist er tief in diese Welt eingetaucht und fühlt sich darin fast wie zu Hause. Sein Werdegang jedoch hat nichts mit Steampunk zu tun.

Seit vier Jahren ist der Grafiker pensioniert und hat nun endlich Zeit, seine eigenen Fantasien zu verwirklichen. «Ich habe eine Lithographen-Lehre absolviert und mein ganzes Berufsleben mit Bildbearbeitung – in den letzten Jahrzehnten digital – verbracht.» Er feilte auf Kundenwunsch hin an jedem Detail und arbeitete als sogenannter digitaler Retuscheur. «Ich sorgte dafür, dass die Models für Kosmetik-Inserate ebenmäßige, natürliche Hauttöne hatten und alles makellos wirkte, so etwa auch für Autobroschüren», beschreibt Christian Gruber seinen Beruf.

Während vor 1990 mit Scannern und grossen Bildbearbeitungssystemen gearbeitet wurde, geschieht heute alles digital mittels Adobe Photoshop und anderen Bildbearbeitungsprogrammen am Computer. «Seit meiner Frühpensionierung ist es mein grosses Hobby, Bilder nur noch nach meinen eigenen Wünschen zu bearbeiten. Ich bewege mich täglich in Bildbearbeitungs-Internetforen, hauptsächlich in englischsprachigen. In einem solchen Forum rief ein Mitglied vor zwei Jahren zum Wettbewerb «Steampunk me» auf. Man sollte das Foto einer kleinen Kanone im Steampunk-Stil bearbeiten.»

Was, wenn anstatt Elektrizität Dampf die Zukunft gewesen wäre?

Zuerst informierte sich Christian Gruber im Internet, was denn Steampunk genau ist. «Steampunk ist eine Art Retro-Kunst.



Christian Gruber vor einem seiner Steampunk-Bilder. Passend trägt er dazu eine Steampunk-Brille als Accessoire. (Foto: Malini Gloor)

Es wird mit der Fantasie gespielt, was wäre, wenn die Entwicklung die Richtung Dampf anstatt Elektrizität genommen hätte – so etwa mit Dampf angetriebene Computer oder Flugzeuge. Alles, was aus Kunststoff gemacht ist, wäre aus Kupfer und Messing. Es wäre eine komplett andere Welt. Das Viktorianische Zeitalter, welches von 1837 bis 1901 dauerte, ist für die Steampunk-Philosophie von grosser Bedeutung.»

Steampunk ist ein Begriff in verschiedenen Szenen, so etwa auch in der Gothic-Szene, wo die «Steampunker» in aufwändiger Detailarbeit ihre Kleidung und Accessoires herstellen. Mittlerweile zu einem Trend geworden, ist der Markt an fixfertigen Kleidern und Accessoires riesig. «Richtige» Steampunker basteln dennoch das Meiste selbst. «Ehrensache, dass die Maschinen und Apparate dann auch funktionieren, natürlich nur noch selten mit Dampf. Ob sie damit einen Zweck erfüllen, ist zweitrangig, Hauptsache die Optik gefällt und es funktioniert technisch einwandfrei.»

Fotos suchen und in einen komplett anderen Zusammenhang setzen

Das Umgestalten dieses Kanonenbildes war der Startschuss zu seiner Steampunk-Bilder-Serie. «Ich suche mir in den kostenlosen Foto-Datenbanken Bilder, die mir gefallen, und stelle die Personen oder Gegenstände darauf in einen

ganz anderen Zusammenhang, Compositing, genannt», so Christian Gruber über seine Vorgehensweise. Rund 30 bis 40 Stunden Arbeit hat er an einem Bild. «In der Internet-Gemeinschaft ist es üblich, dann dem Fotografen und dem Model einen Link zum Bild zu mailen, so dass diese das Ergebnis anschauen können. Die Feedbacks sind immer sehr positiv. Den Leuten gefällt, was ich aus ihren Fotos mache.» Er habe jeweils eine Vorstellung des Endbildes im Kopf, aber während des Arbeitsprozesses kämen ihm immer wieder neue Ideen. «Ich arbeite oft mit Dutzenden von kleinen Bildteilen als Einzelstücken, die ich dann ins Bild einfüge und zu einem stimmigen Ganzen vereine.» Mit seinen Werken hat er schweizweit an bisher zehn Ausstellungen teilgenommen, so auch dreimal an der Höngger Creativ-Art im Ortsmuseum, wo er letztes Jahr fünf Bilder verkauft hat. Seine Bilder kosten zwischen 300 und 1000 Franken. «Die Hälfte davon sind jeweils Herstellungskosten für den Leinwanddruck und das Aufziehen auf Holzkeilrahmen. Reich werde ich damit somit nicht, aber es geht mir schliesslich um die Freude, die ich an diesem Hobby habe. Umso schöner, wenn dann das eine oder andere Bild in einem Wohnzimmer hängt.» ■

Werke von Christian Gruber findet man unter:

www.be.net/chrisdesign

Kontakt:

Christian Gruber,

Telefon 079 409 72 79,

E-Mail:

christian.gruber@hispeed.ch

reformierte
kirche hönng

gzhöngg/rütihof

Katholische Pfarrei
Heilig Geist Hönng

Ökumenische Tageslager 2016

Spiel und Spass, Geschichten, Lieder, Kreatives, Ausflüge – drei Erlebnistage für Hönng Kinder

**Mittwoch, 27., bis Freitag, 29. April
(Frühlingsferien) 9.15/9.30 bis 16 Uhr**Platzzahl beschränkt! Anmeldungen bis spätestens 31. März.
Details unter www.refhoengg.ch/kitala oder
www.kathhoengg.ch**«Vo Kopf bis Fuess»**Für Kinder vom
1. Kindergarten bis zur
2. Klasse im reformierten
Kirchgemeindehaus HönngInfo und Anmeldung
bei Claire-Lise Kraft-Illi,
Tel. 043 311 40 56,
claire-lise.kraft@zh.ref.ch**«Grosses Kino»**Für Kinder der 3. bis
6. Klasse im
katholischen Zentrum
Heilig GeistInfo und Anmeldung
beim Sekretariat,
Tel. 043 311 30 30,
info@kathhoengg.ch*Tertianum*

Residenz Im Brühl • Zürich Hönng

Gestalten Sie unsere Zukunft mit!

Die Tertianum Residenz Im Brühl liegt im Herzen von Zürich-Hönng und ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar. Unser Angebot umfasst 95 grosszügige Apartments mit Service und einen Pflegewohnbereich mit 21 Einzelzimmern.

Wir bieten unseren Gästen gelebte Gastfreundschaft, stilvolles Ambiente und ein attraktives Dienstleistungsangebot.

In unseren zwei Restaurants Am Brühlbach und Reblauben bieten wir eine saisonale Speiseauswahl in gepflegtem Ambiente an. Zudem verwöhnen wir unsere Bankettgäste an verschiedenen Anlässen.

Per 1. August 2016 bieten wir eine

Lehrstelle Koch/ Köchin EFZ

Mit viel Fantasie tüfteln Sie an neuen Kreationen, haben Freude am Kochen und sind fasziniert von der Welt und den Möglichkeiten der Gastronomie?

Wir suchen eine junge Persönlichkeit, die flexibel in der Arbeit, ordentlich und sauber (Hygiene), belastbar im Alltag und zuverlässig im Handeln ist.

Wir verlangen gute schulische Leistungen, sicheres Deutsch in Schrift und Wort, Teamfähigkeit, Einsatzbereitschaft und eine gepflegte Erscheinung.

Interessiert? Dann senden Sie Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen mit Foto, Lebenslauf, Schulzeugnissen und Angaben über Hobbies an:

Tertianum AG
Residenz Im Brühl
Wolfgang Garbin, Küchenchef
Kappenhühlweg 11
8049 Zürichimbruehl@tertianum.ch
www.tertianum.ch/-zürich-hönng-im-brühl

GROSSE NEUHEITEN- DEGUSTATION

Montag, 25. Januar 2016
14-20 Uhr40 Produzenten aus aller Welt
300 Weine | Kellereibesichtigung

Eintritt frei!

Wir freuen uns auf Sie.

ZWEIFEL
vinarium20%
Rabatt auf
Ausstellungs-
Weinsortiment**ZWEIFEL VINARIUM HÖNGG**Regensdorferstrasse 20 | 8049 Zürich | T 044 344 23 43
www.zweifelweine.ch**GESUNDHEITS
PRAXIS
HARMONY**

- * Ganzkörpermassage
- * Rücken- und Nackenmassage
- * Heublumenwickel mit Massage
- * Fussreflexzonenmassage
- * Manuelle Lymphdrainage
- * Hotstone-Massage (nicht KK)

Ursula Birmele
Dipl. med. Masseurin
Limmatalstr. 234
8049 Zürich-Hönng
Tel. 044 342 52 42Von den Krankenkassen in der
Zusatzversicherung
anerkannt

kinderhausQUELLE

Montessori-Tageskindergarten

- für 3- bis 7-Jährige
- Halb- und Ganztagsbetreuung
- wir fördern eine differenzierte Wahrnehmung

Informationsabend**Dienstag, den 2. Februar
von 19.30 bis 21 Uhr**Regensdorferstrasse 9
(vis-à-vis Alnatura)

- Besichtigung der Räumlichkeiten
- Informationen zum Kindergartenalltag

www.montessori-schulung.chEin Inserat im «Hönngger», mit dieser Fläche,
2 Felder breit, 1 Feld hoch, kostet nur Fr. 78.-
Telefon 043 311 58 81

Meinungen

Anstossen in einem Restaurant nicht möglich

Endlich, Neujahr! Zeit zum Anstossen, sich spontan mit Freunden auf ein Gläschen treffen – aber wo in Höngg? Ach ja, das Restaurant Die Waid ist offen. Doch möchten wir unser Quartier im Zentrum geniessen. Chancenlos! Zum Glück hatten wir noch Reste von Silvester und so stiessen wir zuhause an. Eine Absprache unter den Lokalen wäre für uns toll gewesen.

Margrit Emmenegger, Höngg

Stimmen zum neuen «Höngger»

Mir gefällt das neue Format sehr gut. Vielen Dank für die tolle Arbeit.

Hanspeter Keel

Unter den Zürcher Quartierzeitungen ist der «Höngger» ein klein bisschen eine Perle, da immer eine Liebe der Macher zum Schreiben und zum Quartier rüberkommt. Das neue Format liegt angenehm in der Hand. Noch nicht stimmig scheint das Layout, das textlastig und etwas bieder wirkt. Vielleicht sollten die Texte mit dem Formatwechsel kürzer und prägnanter gestaltet werden, trotz der Liebe zum geschriebenen Wort. Das war's schon von meiner Seite. Viel Erfolg weiterhin mit Ihrer Arbeit für eine attraktive Zeitung für alle.

Robert Peterhans

Ich gratuliere der Crew zum neuen Zeitungsformat. Es ist handlicher zum Lesen und die Seiten sind übersichtlicher. So kann man es auch besser im Tram lesen! Macht weiter so.

Monika Füglistner

Ich gratuliere dem ganzen Team für das neue «Höngger»-Format. Endlich kann ich den «Höngger» auch im Bett lesen! Wünsche euch allen weiterhin viel Erfolg und danke für euer Engagement. Machet wiiter so!

Loni Schumacher

Angenehm ist Ihre Zeitung im Tabloid-Format geworden, Gratulation. Schade ist allerdings, dass die Umstellung nicht auch dazu genutzt wurde, im Titel die Grabsteinschrift, in welcher die Wor-

te ZEITUNG und ONLINE gesetzt sind, durch eine modernere, lebendigere zu ersetzen.

Adrian Bengel

Das neue Format gefällt mir, die Zeitung ist viel «handlicher» zu lesen, was vor allem im Tram, Bus oder Bett von Vorteil ist. Mir gefällt auch, dass es auf der ersten Seite ein Inhaltsverzeichnis gibt und dass mit einem Griff der Mittelbund aufschlagbar ist.

Zum Inhalt: Ich hoffte, dass bei den Grabungen beim «Ringling» der schon lange gesuchte römische Gutshof gefunden würde – im «Tagi» wurde vor rund einem Monat auf die römischen Funde verwiesen – aber die Archäologen sind ja noch an der Arbeit...

Marcel Knörr

Alles aus der Neuzeit?

(Zum Artikel «Was liegt verborgen im Rütihof?»)

Als ehemaliger Eigentümer dieser Parzelle habe ich den Beginn dieser Grabungen mitverfolgt, ehe ich nach Kanada reiste. Ich habe mich auch im Vorfeld dieser Grabungen mit den Leuten, die mich kontaktiert haben, unterhalten und ihnen gesagt, worum es sich in diesen Tiefen, in denen sie suchen wollten, handelt: Mein Vater hat in den Jahren 1945 bis 1947 entlang der Regensdorferstrasse und quer dazu gegen die Grossriedstrasse Aushubmaterial vom Kellerbau bei der Firma Zweifel aufgeschüttet, weil das ganze Gebiet früher ein Sumpfgebiet war, das in den Jahren 1916 bis 1918 drainiert wurde. Diese Geländeformen und Erhebungen sind gut sichtbar. Auch wurden zu jener Zeit diverse Flurstrassen gebaut. Für diese Arbeiten wurden viele Internierte eingesetzt, die während des Ersten Weltkrieges in die Schweiz geflüchtet waren.

Da wo nun «Kiesvorkommen» gefunden wurden, verlief die ehemalige Grossriedstrasse durch das Gelände, was auf Luftaufnahmen aus den 1950er-Jahren und auch noch später gut erkennbar ist. Zudem verlief entlang der Grossriedstrasse eine Meteorwasserleitung, vom Grundstück herkommend, wo nördlich der Strasse Im Stelzenacker die Überbauung erstellt worden war.

Zu den erwähnten Fundstücken, die nichts Bewegendes darstellen, ist zu erwähnen, dass das Fünfrappenstück aus der Zeit stammt, als das Gebiet drainiert wurde, und dass die Arbeiter dannzumal auch mal ein Feuer gemacht haben, um sich aufzuwärmen. Ich finde, die ganze Graberei ist an den Haaren herbei gezogen, um die Archäologinnen und Archäologen des Amts für Städtebau zu beschäftigen.

Ernst Geering, Höngg



— Die Winzer — kommen

**Degustieren Sie kostenlos über 230 Weine.
Und lernen Sie «unsere» Winzer persönlich kennen!**



Willkommen zur grossen Bindella-Weinmesse!

Montag, 25. Januar 2016

von 16.00 bis 20.00 Uhr

Maag Halle, Hardstrasse 219, 8005 Zürich

Exklusiv für alle Besucher vor Ort:

12% Rabatt auf Weinbestellungen!*

25% Rabatt auf Antinoris Spitzen-Chianti Pèppoli.

*ausgenommen davon sind Spezialpreise, Nettoartikel und Spirituosen; ohne weitere Wertrabatte

Bindella
la vita è bella

reformierte
kirche hönegg

60plus-Anlass

Die Seniorenbühne Zürich mit

«Drei Männer im Schnee»

Dienstag, 26. Januar, 14.30 Uhr,
Kirchgemeindehaus, mit gemütlichem Zvieri



Der berühmte Klassiker nach Erich Kästner auf Mundart und zugespitzt. Ein exzentrischer Millionär quartiert sich inkognito in einem Luxushotel im Engadin ein. Als armer Schlucker verkleidet, bekommt er die Arroganz der Upper Class zu spüren.

Aber im Engadiner Winterzauber findet er auch Freunde fürs Leben. Sehenswert!

Auskunft: Heidi Lang-Schmid, Sozialdiakonin,
Telefon 043 311 40 57 www.refhoengg.ch

**Schreinerei
Pavoni AG**

Steigstrasse 1
8182 Hochfelden
Telefon 044 860 00 25
www.schreinerei-pavoni.ch

Fenster Holz/Metall

- Haustüren
- Küchen/Schränke
- Allgemeine Schreinerarbeiten
- Insektenschutz

Angst vor Ärger mit Fensterersatz?

Dies muss nicht sein – wir bieten Ihnen die optimale Lösung aus einer Hand! Fensterersatz ist eine Vertrauenssache und erfordert ein fundiertes Fachwissen vom Experten. Ein guter Fachberater hat den Fensterbau erlernt und bringt somit grosse Erfahrung mit sich. Nur so profitieren Sie von einem sorglosen Fensterersatz in ihrem Wohneigentum.

Bei uns kommt Herr Pavoni persönlich bei Ihnen vorbei und bespricht mit Ihnen alle Wünsche und Details. Sie erhalten eine verbindliche Offerte in welcher sämtliche Arbeiten enthalten sind. Sie müssen mit keinen unerwarteten Mehrkosten rechnen, da wir sämtliche Zusätze wie Maurer-, Gipser- und Malerarbeiten in unsere Offerte einbringen.

Profitieren Sie von unserer 50-jährigen Erfahrung.

Die Fenster werden in unserem Betrieb in Hochfelden produziert und mit eigenen, fest angestellten Monteuren vor Ort ersetzt.

Unser Material zur Anfertigung der Fenster beziehen wir vor Ort und leisten somit einen Beitrag zur Erhaltung von Arbeitsplätzen in der Schweiz. Wir beschäftigen 21 Mitarbeiter wovon jeweils zwei Lehrlinge in der Ausbildung zum Schreiner sind. Unsere Stärken sind der Fensterbau und allgemeine Schreinerarbeiten. Somit können Sie im doppelten Sinne profitieren!

Sie benötigen nicht mehrere Unternehmen wir bieten Ihnen alles aus einer Hand an.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf wir beraten Sie gerne vor Ort für Ihre gewünschte Lösung.

**Pallas
Kliniken**

Exzellente Medizin +
Menschliche Behandlung



Informationsveranstaltung am Dienstag, 26. Januar 2016

Schuppenflechten (Psoriasis): Bewährte und neue Therapiemöglichkeiten.

ReferentDr. med. univ. (AT) Ahmad Jalili
Oberarzt Dermatologie

Ort.....Pallas Klinik, Löwenbräu-Areal
Limmatstrasse 252, 8005 Zürich

Beginn18.30 Uhr, Dauer ca. eine Stunde

Anmeldung.....www.pallas-kliniken.ch/infoveranstaltung
oder Gratis-Nummer 0844 555 000

Wir freuen uns, Sie bei uns zu begrüssen!

Pallas Kliniken AG • info@pallas-kliniken.ch • www.pallas-kliniken.ch

Sinfonietta Höngg

Winterkonzert



Nathalie Blaser, Fagott
Emanuel Rütsche, Leitung

Carl Maria von Weber
Ouvertüre zu «Der Freischütz»
Konzert für Fagott und Orchester F-Dur

Edward Elgar
Romance für Fagott und Orchester

Gaetano Donizetti
Ouvertüre zu «Don Pasquale»

Nino Rota
Symphonische Suite zu «Il Gattopardo»

**Sonntag, 24. Januar
17 Uhr**

Eintritt:

Fr. 30.– (ermässigt Fr. 15.–)

Vorverkauf und Informationen:

www.sinfonietta-hoengg.ch

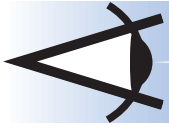
Abendkasse ab 16.15 Uhr

Reformiertes Kirchgemeindehaus
Zürich-Höngg

Eltern mit Kleinkindern empfehlen wir den Familiengottesdienst mit unserem Orchester am Sonntag, 31. Januar, 10 Uhr in der reformierten Kirche Höngg.

EINFACH-PAUSCHAL
• TAXI •

044 210 32 32
www.einfach-pauschal.ch



Für diese Rubrik ist
ausschliesslich die unterzeichnende
Person verantwortlich.

Im Blickfeld

Nein zur Durchsetzungsinitiative

Gerade nach den inakzeptablen Vorkommnissen in Köln ist man versucht, für die Durchsetzungsinitiative ein klares Zeichen setzen zu wollen. Unser Rechtsstaat darf aber nicht der Willkür preisgegeben werden.

«Jetzt reicht's, kriminelle Asylsuchende haben das Gastrecht verwirrt, die Behörden machen ja eh nichts», so hört man viele spontane Äusserungen. «Nur» ein Zeichen wollten viele Stimmberechtigte auch bei der Masseneinwanderungsinitiative setzen und haben nicht damit gerechnet, dass die Vorlage angenommen wird. Die Befürworter der Durchsetzungsinitiative versprechen dem Schweizer Volk vermeintlich mehr Sicherheit, verschweigen aber die hohen Folgekosten. We-

gen der Drohung einer sofortigen Ausweisung wird es viel weniger Geständnisse von Delinquenten geben. Dies benötigt mehr amtliche Verteidigungen und führt zu mehr formalen Einsprachen. Die bereits heute möglichen verkürzten Verfahren nehmen ab.

Rechtsstaat nicht aushebeln

Die Schweiz ist stolz auf den gut funktionierenden, durch die Bundesverfassung gestützten Rechtsstaat. Diesen gilt es beizubehalten und nicht auszuhebeln. Die Skepsis gewisser Politikerkreise gegenüber fremden Richtern kann man noch gelten lassen. Das Misstrauen gegenüber den eigenen Richtern ist jedoch mehr als fragwürdig, werden doch von Bezirks- bis eidgenössischer Ebene Richterstellen nach dem Parteienproporz

vergeben. Bezeichnend ist, dass unter den Strafrechtlern, welche die Durchsetzungsinitiative ablehnen, auch SVP-Mitglieder sind und sich selbst die Initiativ-Partei nicht einig darüber ist, was die Initiative für Secondos bedeutet. Klar ist, dass sie mit Kriminaltouristen in den gleichen Topf geworfen werden.

Regeln und Gesetze anwenden

Statt eine rechtswidrige, bürokratische und teure Initiative zu unterstützen, müssen in unserem Land die bestehenden Gesetze konsequent angewendet werden. Auch die Integrationsverantwortlichen sind gefordert, negative Vorkommnisse nicht mit anderen Wertvorstellungen und Traumata zu relativieren: Schreckliches erlebt zu haben ist kein Grund, die

Werte und Gesetze unseres Landes nicht zu respektieren. Die freisinnige Ständerätin Karin Keller-Sutter aus St. Gallen schlägt genau hierzu einen Vertrag mit Asylsuchenden und Migranten vor. Politikerinnen, Politiker und Integrationsverantwortliche sind gefordert, dieses Anliegen zu unterstützen. Die Durchsetzungsinitiative ist klar abzulehnen, damit unsere Rechtsstaat nicht der Willkür preisgegeben wird. ■



Claudia Simon,
Gemeinderätin
FDP

Durchsetzungsinitiative macht Gurkensalat

Die SVP kümmert sich ja immer um die Volksrechte und möchte diese auch durchgesetzt sehen, ausser es geht um die kantonale Kulturlandinitiative oder die Alpen-Initiative, dann ist das mit dem Volkswillen nicht so eng wichtig. Aber nichtsdestotrotz stimmen wir am 28. Februar über die Verschärfung der Ausschaffungsinitiative ab.

Dabei ist die Durchsetzungsinitiative noch um einiges radikaler und unmenschlicher als die schon populistische Ausschaffungsinitiative, denn der Rechtsstaat wird zum Gurkensalat: Sie sieht einen Automatismus bei Ausschaffungen vor, etwas, was rechtsstaatlich mehr als nur unsittlich ist. Richterinnen und Richter würden in Zukunft nicht mehr entscheiden können, ob der vorliegende Fall für eine Ausschaffung genügt,

sie hätten überhaupt keinen Spielraum mehr. Der Richter wird zum Roboter, die Schweiz wird vom Rechtsstaat zum Unrechtsstaat. Das Bundesgericht und auch der europäische Gerichtshof für Menschenrechte haben schon mehrfach entschieden, dass Automatismen beim Strafmass unzulässig sind, da kein faires Verfahren für den Angeklagten mehr möglich ist.

Für jede Bagatelle

Aber das wirklich Störende an der Durchsetzungsinitiative ist, dass eine widerliche Ungleichbehandlung direkt in der Verfassung festgeschrieben wird. Für Bagatelldelicten, für die Schweizer höchstens mit einer Geldstrafe bestraft werden, würden in Zukunft Ausländer ausgewiesen werden, und da gäbe es keine Dis-

kussion. Das ist doch widerlich, für Straftaten, für die ein Schweizer eine kleine Geldstrafe zahlen muss, muss ein Ausländer auch noch das Land verlassen, egal ob er Job, Familie und Freunde hier hat. Die Durchsetzungsinitiative verweigert rund einem Viertel der Bevölkerung die wichtigsten Grundrechte.

Secondos würden doppelt leiden

Ich muss mich hier mal outen, beide meiner Eltern sind Deutsche, ich besitze auch die deutsche Staatsbürgerschaft. Ich habe aber auch das Glück, dass ich Schweizer Bürger bin und mitbestimmen darf und auch nicht ausgeschafft werden kann. Aber einige Secondos, die hier geboren wurden, besitzen keine Schweizer Staatsbürgerschaft. Mit der Durchsetzungsinitiative müssten

diese Menschen bei Bagatellen das Land verlassen. Möglicherweise in ein Land, dass man vielleicht höchstens von den Erzählungen der Eltern- oder Grosseltern kennt. Das ist unfair, das ist nicht mehr meine Schweiz, das erinnert an die Unrechtstaaten aus der Zeit des Kalten Kriegs, das ist nur noch willkürlich. Wem die Schweiz und unser Rechtsstaat am Herzen liegen, legt am 28. Februar ein fettes Nein in die Urne. ■



Marcel Bührig,
Gemeinderat
Grüne Kreis 10



In Höngg gerne

BRUDER & ZWEIFEL

**Unter uns:
Wissen Sie wirklich
ganz genau, wie man
Bäume und Sträucher
fachmännisch
schneidet?**

Gartenbau GmbH
Vogtsrain 49, 8049 Zürich
www.bruderundzweifel.ch
Telefon 079 677 15 43

auto höngg

Aus Freude am Ankommen.

- Multimarken-Garage
- EU-/US-Direktimport
- Carrosserie-Werkstatt

**Alles aus
einer Hand!**

Auto Höngg Zürich • www.a-h.ch
Limmattalstrasse 136 •
8049 Zürich • Werkstatt 044 341 00 00
Verkauf 044 344 14 44

SALUZ ATELIER

BESCHRIFTUNGEN & REKLAMEN

Imbisbühlstrasse 101 | 8049 Zürich
Telefon 044 340 15 90 | beschriftungen-züri.ch

Kropf Holz GmbH

Zimmerei | Schreinerei | Treppenbau | Glaserei

**Service
VELUX®
Dachfenster**

Urs Kropf Limmattalstr. 142 www.kropf-holz.ch
Geschäftsführer 8049 Zürich info@kropf-holz.ch
Techniker TS Holzbau Tel. 044 341 72 12

René Frehner
Dipl. Dachdeckerpolier

Limmattalstrasse 291
8049 Zürich
Telefon 044 340 01 76
r.frehner@frehnerdach.ch
www.frehnerdach.ch

Ausführung von Dachdecker-
Arbeiten in Ziegel, Eternit,
Schiefer und Schindeln sowie
Unterhaltsarbeiten an Dach
und Kenneln

Einbau von Solaranlagen

Walter Caseri
Nachf. R. Caseri

Sanitäre Anlagen

Winzerstrasse 14
8049 Zürich
Telefon 044 344 30 00
Fax 044 344 30 01
E-Mail info@caseri.ch

NEU: www.caseri.ch

**Garage
A. Zwicky AG**

Riedhofstrasse 3
8049 Zürich-Höngg
Telefon 044 341 62 33
www.zwicky.autoweb.ch

- Reparaturen sämtlicher Marken
- Unfallreparaturen
- Autoverkauf
- AVIA-Tankstelle, Tankomat

Peugeot-Spezialist
seit 50 Jahren

RENÉ PIATTI
MAURERARBEITEN
8049 ZÜRICH

**NACHFOLGER
SANDRO PIATTI**

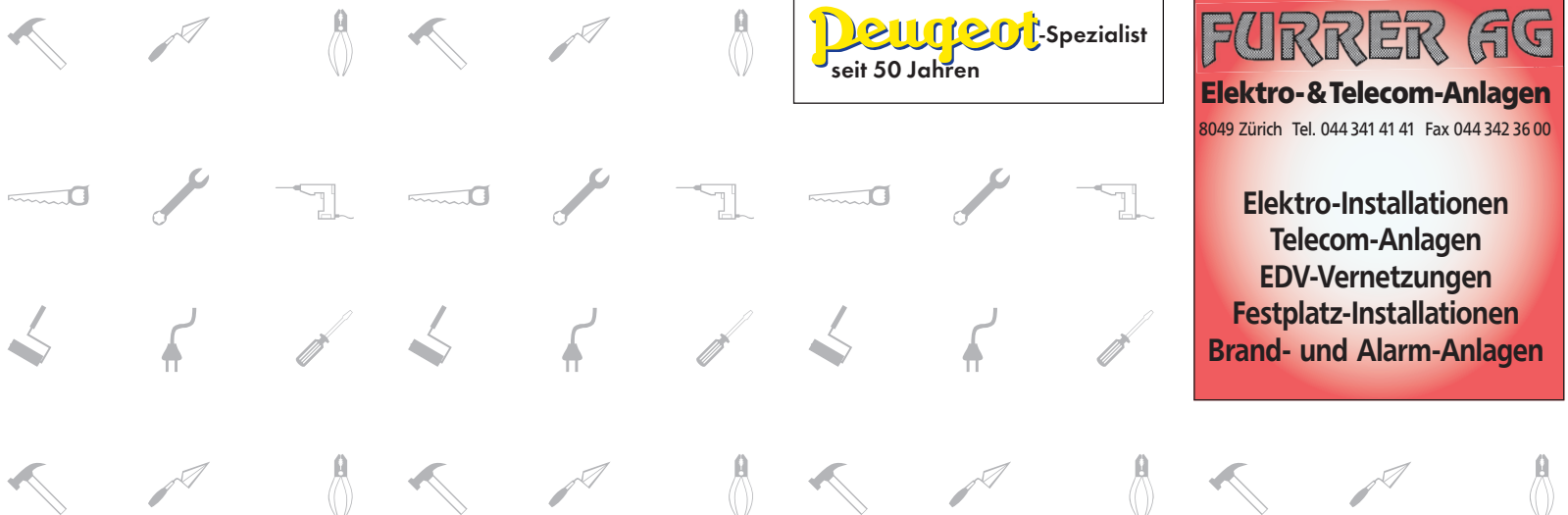
Imbisbühlstrasse 25a
Mobil 079 236 58 00

FÜRREER AG

Elektro- & Telecom-Anlagen

8049 Zürich Tel. 044 341 41 41 Fax 044 342 36 00

Elektro-Installationen
Telecom-Anlagen
EDV-Vernetzungen
Festplatz-Installationen
Brand- und Alarm-Anlagen



für Sie da:

bolliger

NATURSTEINBELÄGE
KUNSTKERAMIKBELÄGE
KERAMISCHE WAND-
UND BODENBELÄGE

Bolliger
Plattenbeläge GmbH
Glattalstrasse 517
8153 Rümlang
Telefon 044 341 24 03
www.bolliger-belaege.ch

DS David Schaub
Höngg

Maya Schaub · Andreas Neumann
Limmattalstrasse 220
8049 Zürich
Telefon 044 341 89 20
Fax 044 341 99 57
www.david-schaub-zuerich.ch

IHR MALERATELIER
FÜR DEKORATIVE TECHNIKEN
SOWIE SÄMTLICHE MALERARBEITEN

Elektro Stiefel
GmbH

Limmattalstrasse 67
8049 Zürich
Telefon 044 341 17 17

www.elektro-stiefel.ch

**Stark- und Schwachstrom
Telekommunikation
Netzwerke
Reparaturen und Umbau**

GLAS MÄDER
044 299 20 00



Freyastrasse 12 · 8004 Zürich · www.glas-maeder.ch

KOLLER Metallbautechnik GmbH
www.kollermbt.ch

Ihr kompetenter Projektpartner

Engadinerweg 19, 8049 Zürich, Tel. 043 300 41 42, Mobile 079 382 70 89



**k. greb
& sohn**
Haustechnik AG

**Ihr Partner
für Wasser, Gas, Wärme**

Eidg. dipl. Haustechnik-Installateure
Beratung · Planung · Ausführung von A-Z
Sanitär-Installationen · Heizungs-Anlagen

Riedhofstrasse 285
8049 Zürich
Tel. 044 341 98 80
www.greb.ch



**Ofenbau
Plattenbeläge
GmbH**

Heizenholz 39
8049 Zürich
Telefon/Fax 044 341 56 57
Mobile 079 431 70 42
info@denzlerzuerich.ch
www.denzlerzuerich.ch

HolzWurm2000
service-
schreinerei

claudio bolliger
frankentalerstrasse 24
8049 zürich
telefon/fax 044 341 90 48
www.holzWurm2000.ch

- allgemeine schreinerarbeiten
- unterhalt von küchen und türen
- glas- und einbruch-reparaturen
- änderung und ergänzung nach wunsch

ROLF WEIDMANN AG



Bauspenglerei
Metallgestaltung
Steilbedachungen
Flachbedachungen

Neugutstrasse 25
8102 Oberengstringen
Tel. 044 750 58 59

www.rolf-weidmann.ch

Schluss mit Rückenschmerzen

Hier erfahren Sie, was die Liege- und Schlafexperten empfehlen

Im Creativa Wasserbett- & Schlafcenter in Zürich-Affoltern kennt man sich rund um das Thema gesundes Schlafen bestens aus. Jeder zweite Mensch leidet irgendwann in seinem Leben unter Verspannungen und Rückenproblemen. Die Inhaber Daniela und Daniel Zimmermann helfen Menschen mit Liegeproblemen, mit weniger Verspannungen und Schmerzen zu schlafen. Ihre Kunden loben die kompetente Beratung, dank der sie wieder fit und ausgeruht, vor allem aber ohne Schmerzen in den Tag starten können.

Welches ist das richtige Bett?

«Unser Ziel ist es, gesundheitsbewussten und gesundheitlich beeinträchtigten Menschen, insbesondere solche mit Liege- und Schlafproblemen, Hilfestellung und ef-

Rolf Graber, Adlikon, Juli 2015

Top Beratung: Mehr als 1½ Jahrzehnte habe ich nach der Rückenoperation nur 4 bis 5 Stunden mit Schmerzen im Rücken und Schultern geschlafen. Seit ich nach der Top-Beratung bei Herrn Zimmermann, «Creativa», Zürich-Affoltern, nun eine Matratze und Lättlirost, die auf mich abgestimmt wurde, habe, schlafe ich seit der ersten Nacht absolut schmerzfrei und bis 8, 9 Std. ohne zu Erwachen durch. Vielen Dank!

fiziente Problemlösungen zu bieten», sagt Fachfrau Daniela Zimmermann. Denn wer unter Liegebeschwerden leidet, ist bei der Wahl der Schlafunterlage wesentlich anspruchsvoller als gesunde Menschen und braucht eine entsprechend gute Beratung. Angesichts des unüberschaubaren Marktes für Betten, Ge-



Die zertifizierten Schlaf- und Liegeberater Daniela und Daniel Zimmermann.

sundheitsmatratzen und Spezialkissen ist der Laie schnell überfordert und weiss nicht mehr, was das Richtige ist. Vor allem Menschen mit Verspannungsschmerzen im Schulter-, Nacken- oder Rückenbereich sind auf optimal angepasste Lösungen angewiesen, um eine gute Entspannung zu erlangen.

Eine Beratung die Ihnen wirklich hilft

Das innovative Geschäftspaar, das sich zu zertifizierten Schlaf- und Liegeberatern ausbilden lassen hat, ist seit 2013 Mitglied der Interessensgemeinschaft «Richtig Liegen und Schlafen», kurz IG RLS. Diese befasst sich intensiv mit dem Thema richtig Liegen und Schlafen und verlangt jährliche Weiterbildungen. Auch pflegt sie eine enge Zusammenarbeit mit Medizinern und Therapeuten, somit kann exakt auf die Bedürfnisse der Kunden eingegangen werden. Die Wahl des richtigen Bettes trägt massgeblich zur Behandlung von Menschen mit Rückenproblemen bei. Dank dem speziell entwickelten Bettsystem, welches massgenau der Körperform und Liegeposition angepasst werden kann, gelingt

es den Fachleuten, Patienten schmerzfrei zu betten. Dennoch ist ein ganzheitliches Denken wichtig, denn nur so können die Ursachen auch dauerhaft behoben werden.

Betreuung nach dem Kauf und 10-wöchiges Rückgaberecht

Leider gibt es viele Bettenverkäufer, welche Produkt- und nicht lösungsorientiert verkaufen. Nicht so bei den Zimmermanns: «Eine individuelle und personalisierte Lösung ist ein Muss». Eine Betreuung auch nach dem Kauf ist für das Ehepaar selbstver-

ständlich. Die Zimmermanns gewähren eine zehnjährige, kostenlose Betreuung und Garantie auf das angepasste Bettsystem sowie ein zehnwöchiges Rückgaberecht, falls keine deutliche Verbesserung eintritt. Das Risiko liegt also alleine bei der Creativa AG.

Für eine Beratung bei den zertifizierten Schlaf- & Liegeberatern Daniela & Daniel Zimmermann ist es unbedingt nötig einen Termin zu vereinbaren. Rufen Sie an unter Telefon 044 371 72 71. Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage www.betten-center.ch/rls

Annette Haupt, Horgen, Dezember 2015

Ich bekam eine sehr ausführliche und freundliche Beratung, ebenso ist man sofort auf meine akuten Rückenprobleme eingegangen. Die von Frau Zimmermann empfohlene Entspannungsposition geniesse ich praktisch jeden Abend für mindestens 15 bis 30 Minuten auf meinem neuen Bettsystem. Meinen Rücken freut es. Mein Bett gebe ich nicht wieder her.

Gratis Abend-Vortrag zu Liege- und Schlafproblemen

Am **Donnerstag, 4. Februar, von 19 bis 21 Uhr** halten Daniela und Daniel Zimmermann im Creativa Schlafcenter einen Informationsabend rund ums Thema Schlafen.

«An diesem Abend verkaufen wir nichts», betont Daniela Zimmermann. «Viel mehr wird über die Welt des Liegens und Schlafens informiert, und auf entsprechende Zusammenhänge hingewiesen. Es werden Ratschläge erteilt, die zu Hause sofort angewendet werden können.»

Reservieren Sie sich einen Platz und melden Sie sich gleich an, denn die Teilnehmerzahl ist beschränkt.

Entweder telefonisch 044 371 72 71 oder per E-Mail an zimmermann@betten-center.ch

Weitere Infoabende, jeweils am Donnerstag:

12. Mai, 8. September und 27. Oktober, von 19 bis 21 Uhr

verpassen: 4. Februar
Nicht
Gratis-Info-Abend

Höngg aktuell

Freitag, 22. Januar

E-Tram

15 bis 19 Uhr, Elektrisches wie Haushalts- und Bürogeräte entsorgen. Einzelne Gegenstände dürfen maximal 40 Kilogramm schwer und 2,5 Meter lang sein. Anlieferung per Auto nicht erlaubt. Tramschleife Wartau, Limmattalstrasse 257.

Fasnachtsparty

19 bis 02 Uhr, Dekorparty mit den Lucky Boys. Restaurant Schützenstube, Kappenhühlstrasse 80.

Jugend-Treff Sonnegg

19.30 bis 22 Uhr, «Meet & Greet» im neuen «Sonnegg»-Jugendraum, der mitgestaltet und mitgetragen werden möchte. Leitung: Martin Günthardt, Pfarrer. Familien-Generationen-Haus Sonnegg, Bauherrenstrasse 53.

Konzert Fabe Vega & Patrick Jonsson

20 bis 23 Uhr, Livekonzert. GZ Höngg/Rütihof, Kulturkeller Höngg, Limmattalstrasse 214.

Vortrag zum Thema Schuppenflechte

Viele sind betroffen, doch die meisten wissen nicht, was sie dagegen unternehmen können: Die Schuppenflechte, auch Psoriasis genannt, ist sowohl äusserlich wie auch aufgrund des ausgeprägten Juckreizes störend. Richtig behandelt, können die Symptome aber massgeblich reduziert werden. Ein Vortrag informiert zum Thema.

Schuppenflechte ist eine Hautkrankheit, die häufig an den Streckseiten der Knie und Ellbogen, der Kopfhaut sowie am Körperstamm auftreten kann. Es handelt sich um eine chronische Entzündung der Haut, die aber nicht ansteckend ist.

Beschwerden deutlich lindern

Die Schuppenflechte äussert sich durch gerötete, stark schuppene, punktförmige bis handteller-grosse Hautstellen. Die betroffenen Stellen jucken stark. Auch die Nägel und Gelenke können betroffen sein. Aufgrund der guten

Sichtbarkeit der Erkrankung kann die Schuppenflechte auch seelisch belastend sein.

Die moderne Dermatologie verfügt über ausgezeichnete Möglichkeiten, Schuppenflechte zu behandeln und die Beschwerden deutlich zu lindern. PD Dr. Ahmad Jalili, medizinischer Standortleiter Dermatologie der Pallas Klinik Zürich, informiert über Ursache und Behandlungsmöglichkeiten. Der Vortrag ist kostenlos, um Anmeldung wird gebeten.

Über die Pallas Kliniken

Die führende Schweizer Klinikgruppe ist spezialisiert auf die Fachbereiche Augenheilkunde, Dermatologie, Venenheilkunde sowie plastische Chirurgie. Die Kliniken sind offen für alle Patienten. Rund 80 Prozent aller stationären Patienten sind Allgemeinversicherte. Hauptsitz des 1994 gegründeten Unternehmens ist Olten. Ambulante Kliniken führt die Gruppe in Aarau, Bern und Zürich.

Zentren der Pallas Kliniken befinden sich in Grenchen, Langenthal, Solothurn, Thun, Wohlen, Winterthur und Zug. (e)

Vortrag zum Thema Psoriasis

Dienstag, 26. Januar, 18.30 bis 19.30 Uhr
Pallas Klinik Zürich
Limmattalstrasse 252
8005 Zürich

Anmeldung:
Pallas Kliniken
Telefon
0844 555 000

Weitere Informationen:
www.pallas-kliniken.ch



PD Dr. Ahmad Jalili, medizinischer Standortleiter Dermatologie der Pallas Klinik Zürich, informiert über Ursache und Behandlungsmöglichkeiten der Schuppenflechte.

Zoom by Broom: Wo ist das?



Sind Details immer so deutlich zu erkennen, wie man vielleicht meint? Fotograf Mike Broom wandert durch Höngg und stellt die Frage bildlich.

Der Sommer ist längst vorbei und der Herbst bringt keine Hausdächer mehr zum Glühen. Also nichts von wecher mehr zum Glühen. Also nichts von wegen «die Katze auf dem heissen Blechdach». Auch weil diese Blechkatze gar nicht über ein Blechdach Auflösung auf Seite 15.

Räume Wohnungen usw.
Hole Flohmarktsachen ab
Kaufe Antiquitäten

Mobil 079 405 26 00

M. Kuster, hmkuster@bluewin.ch

Ein Inserat im «Höngger», mit dieser Fläche, 1 Felder breit, 1 Feld hoch, kostet nur Fr. 39.–

Coiffure da Pino

Ecke Wartauweg/Limmattalstrasse 252
8049 Zürich-Höngg
Tel. 044 341 16 16/079 352 39 53
pino@dapino.ch

Das Kéras-tase Haarpflege-Ritual ist ein auf Sie und Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnittenes Schönheitserlebnis der Luxusklasse.

Persönliche Beratung
mit Voranmeldung

Krimilesung mit Alfred Bodenheimer

Das Forum Höngg präsentiert am Sonntag, 31. Januar, 16 Uhr, im Fasskeller des Zweifel Vinariums an der Regensdorferstrasse 20 eine Krimilesung mit Alfred Bodenheimer.

Der Zürcher Krimipreisträger 2014 gewann den Krimipreis gleich mit seinem Krimi-Erstling «Kains Opfer». Zur Geschichte: Gabriel Klein ist der Rabbiner der israelitischen Kultusgemeinde Zürich. Sein Bekannter Nachum Berger, Primarlehrer an der jüdischen Primarschule in Zürich, wird tot aufgefunden. Er starb offenbar unter Gewalteinwirkung. Der Todesfall nimmt den Rabbiner sehr mit, und er beginnt mit eigenen Ermittlungen. Diese werden noch dadurch befeuert, dass die Kommissarin der Zürcher Stadtpolizei, Karin Bänziger, ihn mit einer vertraulichen Aufgabe beauftragt: Er soll hebräische Mailkontakte des Toten überprüfen.

Autor Alfred Bodenheimer, 1965 in Basel geboren, ist Professor und Leiter des Zentrums für Jüdische



Autor Alfred Bodenheimer liest im Fasskeller. (Foto: Florian Kalotay)

Studien an der Universität Basel. Er hat von 1998 bis 2013 in Zürich gelebt und kennt die dortige jüdische Gemeinde, in der sein Krimi spielt, daher aus langjähriger eigener Erfahrung. Die Besucher können sich ihr Buch vom Autor signieren lassen und sich mit ihm an der Apérobar unterhalten. (e)

Krimilesung mit Alfred Bodenheimer

Sonntag, 31. Januar, 16 Uhr, Türöffnung 15.30 Uhr.

Es wird eine Kollekte erhoben. Fasskeller des Zweifel Vinariums an der Regensdorferstrasse 20.

Höngg aktuell

Sonntag, 24. Januar

9. Höngger Damen-Volleyballturnier
8 bis 17.30 Uhr, grosses Volleyballturnier mit zwölf teilnehmenden Teams aus der Region Zürich und dem Kanton Aargau. Grosse Festwirtschaft. Turnhalle Vogtsrain, Ferdinand-Hodler-Strasse 23.

Abendmahls-Gottesdienst mit Kirchenchor

10 bis 11 Uhr, mit Werken von Helmich Roman, Wolfgang Amadeus Mozart und Max Reger. Reformierte Kirche Höngg.

Sonntags-Matinée

11 Uhr, Vortrag von Gil Ducommun «Die Aushöhlung der Demokratie». Danach Apéro. Soul-Art, Limmattalstrasse 130.

Winterkonzert der Sinfonietta Höngg

17 bis 19 Uhr, Türöffnung um 16.15 Uhr, mit Fagott-Solistin Nathalie Blaser. Leitung: Emanuel Rütsche. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 190.

Montag, 25. Januar

Fit/Gym 60+

8.45 bis 11 Uhr, Fitness und Beweglichkeit. Veranstalter: Pro Senectute. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 190.

Malatelier für Erwachsene

13.30 bis 16.30 Uhr, Zeichnen und Malen nach verschiedenen Themen. Leitung: Brigitta Kitamura. Haus Sonnegg, Atelier im Keller, Bauherrenstrasse 53.

Wein-Degustation

14 bis 20 Uhr, Neuheiten-Degustation von Weinen und Spirituosen. Mit anwesenden Produzenten. Zweifel Vinarium, Regensdorferstrasse 20.

Meditativer Kreistanz

19.30 bis 21 Uhr, schreiten und tanzen. Pfarreizentrum Heilig Geist, Limmattalstrasse 146.

Dienstag, 26. Januar

Zmittag-Pause

12 bis 13 Uhr, miteinander essen, einander begegnen. Für Erwachsene. Suppe, Salat und Getränke zu Selbstkostenpreisen oder Verpflegung mitbringen. Familien-Generationen-Haus Sonnegg, Bauherrenstrasse 53.

Xundheits-Ratgeber

Das Kissen – mehr als eine Kopfstütze

Wer hat nicht schon sein Kissen hin- und hergeschoben, um die richtige Position zu finden? Wer jedoch jeden Abend mit seinem Kissen «kämpft» und nicht erholt aufwacht, sollte seinem Kissen grössere Bedeutung beimessen. Am Donnerstag, 4. Februar, um 19 Uhr, findet im Creativa Wasserbett- & Schlafcenter ein Infoabend statt.

Die Wahl des richtigen Kopfkissens trägt entscheidend zu einem erholsamen Schlaf bei. Neben der Matratze ist das Kissen für die Schlafposition und die richtige Lagerung der Wirbelsäule entscheidend: Es bietet dem Kopf Halt, entlastet die Halswirbelsäule und verhindert, dass die Hals- und Nackenmuskeln überdehnt werden. Gleichzeitig ist das Kissen neben der Matratze der am meisten beanspruchte Teil des Betts: Durchschnittlich trägt es Nacht für Nacht etwa 4,7 Kilogramm – dies entspricht dem Gewicht des Kopfes eines Erwachsenen. Kissen sollten aufgrund der hohen Beanspruchung alle drei Jahre ersetzt werden.

Sich und sein Kissen kennen

Wer öfters unerholt aufwacht, sollte sich folgende Fragen stellen:
– Welches ist meine häufigste Schlafposition (Rücken, Seite, Bauch)? Stützt mich mein Kissen diesbezüglich ausreichend oder ist es mir im Weg?
– Wie sehr beanspruche ich das Kissen? Knautsche ich es zusammen oder stosse ich es weg? Brauche ich es vor allem zum Lesen vor dem Schlafen?
– Wie ist das allgemeine Kopfgefühl, die Weichheit von Stoff und Füllung? Schwitze ich stark auf dem Kissen?

Das richtige Kissen finden

Wer sich für ein neues Kissen entscheidet, sollte es vor dem Kauf ausprobieren und Folgendes beachten: Auf weichen Matratzen ist ein tendenziell niedrigeres Kissen die richtige Wahl, bei harten Matratzen, auf denen man nicht so tief einsinkt, ein eher höheres Kissen. Kräftig gebaute Menschen benötigen eher ein hohes und stützkräftiges Kissen, zierliche eher ein tieferes und weniger stützkräftiges. Hausstaubmilben-Allergiker können unbedenklich Daunen- und Federkissen benutzen und sollten beim Kauf auf das Gütesiegel «Swiss Guaranty VSB» achten. Dieses bürgt für Hygiene und garantiert durch den eng gewobenen Kissenstoff einen optimalen Milbenschutz. Bei anderen Beschwerden sollte am besten der Arzt um Rat gefragt werden. Im Fachgeschäft kann man ein Probekissen kostenlos für ein paar Nächte testen.

Quelle: Verband Schweizer Bettwarenfabriken (VSB)



Daniel Zimmermann, zertifizierter Schlaf- und Liegeberater

Info-Abend zu Liege- und Schlafproblemen

Donnerstag, 4. Februar, 19 bis 21 Uhr, kostenlos, ohne Verkauf. Anmeldung nötig: Telefon 044 371 72 71, E-Mail: kontakt@betten-center.ch. Creativa Wasserbett- & Schlafcenter AG, Wehntalerstrasse 539, 8046 Zürich, www.betten-center.ch

Wo Füsse Skischuh-tauglich werden.



Jacqueline Falk
dipl. Fusspflegerin
Reinhold-Frei-Str. 23, 8049 Zürich
Telefon 079 605 13 40
www.fusspflege-jacqueline.ch

Höngg aktuell

Dienstag, 26. Januar

WulleBar im kafi & zyt

14 bis 17.30 Uhr, gemütliches Beisammensein bei Getränken und Gebäck mit der Lismete im kafi & zyt. Haus Sonnegg, Bauherrenstrasse 53.

Argentinischer Musiknachmittag

14.30 bis 16 Uhr, mit Miguel Ramirez, Harfe, Gitarre und Gesang. Pflegezentrum Bombach, Limmattalstrasse 371.

Nachmittagsanlass 60plus

14.30 bis 17 Uhr, zur 40. Jubiläumssaison wartet die Senioren Bühne Zürich mit einem Klassiker auf: Mit der Komödie «Drei Männer im Schnee» nach Erich Kästner. Danach Zvieri. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 190.

ReferierBar:
Gewaltfreie Kommunikation

19 bis 21.30 Uhr, für Frauen und Männer, mit Referent Wolfgang W. Wulle, Mediator und Coach. Danach Apéro. Haus Sonnegg, Bauherrenstrasse 53.

Mittwoch, 27. Januar

Fit/Gym 60+

10 bis 11 Uhr, Fitness und Beweglichkeit. Veranstalter: Pro Senectute. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 190.

Malen und basteln

14 bis 17 Uhr, für Kinder im Vorschulalter mit ihrer Begleitung. GZ Höngg/Rütihof, Lila Villa, Limmattalstrasse 214.

Mittwochs@Schüür

14 bis 17 Uhr, basteln, spielen und Zvieri machen für Primarschulkinder. GZ Höngg/Rütihof, Schüür, Hurdackerstrasse 6.

Donnerstag, 28. Januar

Ryte ryte Rössli

10 bis 11 Uhr, Kniereime und Fingerspiele für Eltern mit Kindern von neun bis 24 Monaten. Ein Angebot der Pestalozzi Bibliothek Zürich. Pestalozzi Bibliothek, Ackersteinstrasse 190.

Freitag, 29. Januar

Turnen 60+

8 bis 11 Uhr, für Frauen. Pfarreizentrum Heilig Geist, Limmattalstrasse 146.

Schüler verkaufen «faire» Trinkschokolade

Sieben Maturandinnen und Maturanden der Kantonsschule Zürich Nord, darunter drei Höngger, haben das Schülerunternehmen Mixcacao gegründet. Ihr Produkt sind drei verschiedene Trinkschokoladesorten – Zimt, Chili und auf Anfrage Lebkuchen – mit dem «gewissen Twist», wie sie auf ihrer Website schreiben.

Malini Gloor

Die sieben Schülerinnen und Schüler im Alter von 17 bis 19 Jahren sitzen in ihren Firmen-T-Shirts um den Küchentisch von Hönggerin Jenny Roberts und trinken – genau, ihr eigenes Produkt Mixcacao. Schön angerichtet liegt das Pulver in drei Schälchen, die dampfende heisse Milch lässt die Tassen zu Handwärmern werden. In dieser winterlich-gemütlichen Atmosphäre erzählen die Firmeninhaber von ihrem Projekt.

Im Ergänzungsfach Firma gegründet

Im Abschlussjahr, also der sechsten Klasse der Kantonsschule, haben sie als Ergänzungsfach Wirtschaft gewählt. In diesem gilt es unter anderem, mithilfe von Young Enterprise Switzerland, kurz YES (siehe Infokasten), eine Firma zu gründen. «Unser Auftrag ist es, diese Firma nach unternehmerischen Aspekten ein Jahr lang zu führen. Danach wird sie liquidiert», so Yannick Zerbe, der die Funktion des CEO, des Chief Executive Officer, zu Deutsch Geschäftsführer, innehat.

Die sieben Gymnasiastinnen und Gymnasiasten sind Aktionäre ihrer Firma Mixcacao. Sie verkauften an einer YES-Veranstaltung in ihrer Schule knapp 60 Partizipationsscheine à 15 Franken, um so ihr Firmenkapital zu erhalten. «Wir müssen uns auch einen Lohn auszahlen. Momentan ist das ein Franken pro Person pro Monat – dieses Geld wird aber erst bei der Liquidation ausbezahlt», erklärt Valeria Moreno, CFO, also Chief Financial Officer.

Reflektierende Velohandschuhe oder feine Trinkschokolade?

Gestartet haben die jungen Frauen und Männer das Projekt im August 2015. «Zuerst haben wir uns schwer getan, was wir für

ein Produkt herstellen und verkaufen wollen. So standen auch Sensor-Velohandschuhe, die je nach Bewegung reflektieren, zur Diskussion. Schliesslich entschieden wir uns aber für hochwertige, fair produzierte Trinkschokolade», beschreibt der Höngger Manuel Zhao, CPO, also Chief Procurement Officer, oder einfacher Einkäufer, den Prozess.

Wichtig ist den Schülern, dass sie ein komplett fair gehandeltes Produkt verkaufen. Bei der Zutaten-Suche ist ihnen aufgefallen, dass es einfacher ist, biologisch produziertes zu kaufen, als fair produziertes. Die Mixcacao-Produkte sind allesamt bio und fairtrade.

Grossist liefert erst ab 750 Kilogramm

Die meisten Zutaten, so etwa Zucker und Gewürze, kauft die Firma im claro-Weltladen in Affoltern ein, der auch ihr «Wirtschaftspate» ist. «Wir wollten den fair gehandelten Kakao eigentlich direkt bei einem Grossisten kaufen, doch als dieser unsere Bestellmenge von 50 Kilogramm hörte, musste er ein bisschen lachen und hat gesagt, sie würden Bestellungen erst ab 750 Kilogramm annehmen», so Manuel Zhao. Zimt, Chili und Lebkuchengewürz für die drei Varietäten kaufen sie in kleinen Gläsern, da Grossmengen ebenfalls erst als «wirkliche Riesensmengen» zu haben sind. Die kleinen Gläser werden aber nicht etwa entsorgt, sondern haben eine zukünftige Aufgabe: nämlich als kleine Dreier-Geschenk-Sets, um die Kunden auf den Mixcacao-Geschmack zu bringen.

«Eine lustige Anekdote ist, als ich aus Versehen Chiligewürz einkaufte – zum Glück nur ein Glas zum Testen – und nicht merkte, dass dies kein pures Chili war, sondern eine Gewürzmischung mit Knoblauch, Oregano und Zwiebeln. Die Test-Trinkschokolade hat dann dementsprechend komisch geschmeckt und wird sicher nicht in unser Sortiment aufgenommen»,



Die Maturandinnen und Maturanden von Mixcacao beim Geniessen ihres eigenen Produktes. Von links Valeria Moreno, Manuel Zhao, Jennifer Roberts, Stefan Gerber, Jeff Ren, Lynn Bolliger und Yannick Zerbe. (Foto: Malini Gloor)

so Manuel Zhao mit einem Lachen.

Wie sieht es preislich mit den Mixcacao aus? «Ein 360-Gramm-Glas reicht für 40 Tassen, denn man benötigt je nach Geschmack zwei bis drei Kaffeelöffel Mischung pro Tasse. Dafür bezahlt man 15 Franken. Wir denken, dieser Preis ist in Ordnung, denn für 40 Tassen braucht man doch eine Weile», so Jeff Ren aus Höngg.

Sie verkauften am Weihnachtsmarkt auf dem Oerliker Max-Bill-Platz in zwei Tagen über 100 Gläser ihrer Mixcacos. «Dafür haben wir schon einige Stunden zum Abfüllen investiert», so Stefan Gerber, CMO, also Chief Marketing Officer. Nachdem er mehrere verschiedene Aufklebe-Etiketten-Entwürfe für die Einmachgläser, in denen Mixcacao verkauft wird, designt hatte, einigte man sich auf eine Version.

In den «Abfüll-Sessions» im Kafi Mümpfeli arbeiten vier Firmenmitglieder total zwei Stunden. Das Ergebnis: 30 frisch abgefüllte Einmachgläser. «Es war learning by doing. So haben wir gemerkt, dass es am effizientesten ist, wenn jeder die Schritte erledigt, die er am besten kann. Denn mit der Zeit zeigte sich, dass der eine besser beim Aufschichten der Zutaten ist, die andere besser beim geraden Aufkleben der Etiketten. Schichten ist übrigens gar nicht so einfach: Da die Zutaten sich je nach Dichte unterschiedlich verhalten, muss man sie sorg-

fältig andrücken, so dass sie sich erst beim gewollten Schütteln vermischen», so Jennifer Roberts, COO, Chief Operation Officer, also für die Administration zuständig.

Alle Erwartungen bei Weitem übertroffen

Bis jetzt sind die sieben absolut positiv überrascht: «Der Verkauf in Oerlikon hat sämtliche Erwartungen übertroffen. Wir haben sogar unseren Kollegen abgeraten, bei uns einzukaufen, damit die «normalen» Kunden sicher noch ein Glas kaufen können. Wir sind froh, dieses Ergänzungsfach gewählt zu haben. Klar ist der Aufwand grösser als bei einem anderen Ergänzungsfach, aber er lohnt sich. Unser Ziel ist es, an den YES-Wettbewerben Top 25 und Top 50 gute Plätze zu belegen», so die Firmengründer. ■

Wer Mixcacao-Produkte kaufen möchte, erreicht die Schülerinnen und Schüler unter www.mixcacao.ch sowie unter Telefon 076 410 80 46. Young Enterprise Switzerland, kurz YES, ist eine Non-Profit-Organisation, die Wirtschaftsbildungsprogramme entwickelt und betreut. Schüler setzen ihr theoretisches Wissen des Wirtschaftsunterrichts im Rahmen des Company Programmes durch die Gründung einer realen Unternehmung in die Praxis um. Das Miniunternehmen wird während einem Schuljahr geführt; ein Produkt wird entwickelt, produziert und anschliessend vermarktet. Das Projektjahr bietet einen einmaligen Einblick in den wirtschaftlichen Alltag und fördert das unternehmerische Denken und Handeln. Dazu fördert das Projekt wichtige Sozialkompetenzen wie die Teamarbeit, welche dieses Projektjahr zu einem unvergesslichen Erlebnis für alle Beteiligten macht.

«Eine Anekdote ist, als ich aus Versehen Chiligewürz für unseren Kakao kaufte und nicht merkte, dass es eine Gewürzmischung war.»

Kirchliche Anzeigen

Reformierte Kirchgemeinde Höngg		19.30 Kontemplation, Lilly Mettler	19.00 Offenes Atelier, Sonnegg R. Aschwanden, SD	Freitag, 22. Januar
Donnerstag, 21. Januar		Dienstag, 26. Januar	Mittwoch, 27. Januar	10.30 Ökumenischer Gottesdienst im Pflegezentrum Bombach (kath.)
10.00 Frauen lesen die Bibel Sonnegg, Pfrn. A.-M. Müller	12.00 Zmittag-Pause (für Erwachsene) Sonnegg Barbara Morf, SD, Freiwillige	10.00 Andacht Altersheim Hauserstiftung Pia Föry, Pastoralassistentin		Samstag, 23. Januar
20.00 Kirchenchor-Probe Kirchgemeindehaus Peter Aregger, Kantor	14.00 WulleBar im kafi&zyt Sonnegg, B. Morf, SD	13.45 Auffangzeit		10.00 Eltern-Kind-Feier (ElKi) in der Kirche
Freitag, 22. Januar	14.00 Offenes Atelier, Sonnegg R. Aschwanden, SD	14.15 Kiki-Träff und Eltern-Kafi: Wunschlos glücklich, Sonnegg		10.45 Elterntreffen im Pfarreizentrum
18.30 Spirit, Pfarrhaus, Pfr. Martin Günthardt, R. Aschwanden, SD	14.30 Nachmittagsanlass 60plus: Drei Männer im Schnee Kirchgemeindehaus Seniorenbühne Zürich, H. Lang, SD	15.45 Elternkafi Z. Welti, E. Fontana, Katechetinnen Anmeldung bis 25. Januar: 076 576 55 52		18.00 Wortgottesdienst
19.30 «Underground» Jugend-Treff Sonnegg, Tanja Pulfer und Simon Obrist, Jugendarbeiter	16.30 Stunde des Gemüts Altersheim Wäldli Hottingen Matthias Braun, Pastoralassistent	Donnerstag, 28. Januar		Sonntag, 24. Januar
Sonntag, 24. Januar	17.30-21 Uhr: WulleBar, Sonnegg B. Morf, SD	20.00 Kirchenchor-Probe, Kirchgemeindehaus, Peter Aregger, Kantor		10.00 Wortgottesdienst, Kollekte: Caritaswoche
10.00 Abendmahl-Gottesdienst mit Kirchen- chor, Chilekafi, Pfrn. A.-M. Müller	19.00 ReferierBar: «Gewaltfreie Kommunikation»: Mit Wolfgang W. Wulle, Mediator und Coach Sonnegg Ein Angebot für Frauen UND Männer			11.00 Pfarreiversammlung
10.00 Riedhof-Gottesdienst Alterswohnheim Riedhof Pfr. M. Fässler		Katholische Kirche Heilig Geist Zürich-Höngg		Montag, 25. Januar
Montag, 25. Januar, Montag bis Freitag, 14 bis 17.30 Uhr		Donnerstag, 21. Januar		19.30 Meditativer Kreistanz in der Kirche
kafi & zyt – das Generationencafé Sonnegg, C.-L. Kraft, SD, Pfr. M. Fässler		8.30 Rosenkranz		Dienstag, 26. Januar
		9.00 Eucharistiefier		15.00 Eltern-Kind-Singen, für Eltern mit Kin- dern bis 4 Jahre, im Pfarreizentrum
		14.30 @KTIVI@ Referat: «Wo Zürich zur Ruhe kommt» – Die Bestattungskultur Zürichs		Mittwoch, 27. Januar
				10.00 Ökumenische Andacht, Hauserstiftung
				10.30 Gottesdienst mit Kommunion im Tertianum Im Brühl
				Donnerstag, 28. Januar
				8.30 Rosenkranz
				9.00 Eucharistiefier

8049 Zürich, 18. Januar 2016
Segantinstrasse 206

Traueradresse: Annemarie Ganz-Schäppi
Oberhardstrasse 51, 4900 Langenthal

*Du bist ein Schatten am Tage
und in der Nacht ein Licht.
Du lebst in meiner Klage
und stirbst im Herzen nicht.
(Friedrich Rückert)*

In grosser Dankbarkeit und mit einem Herzen voller wunder-
schöner Erinnerungen nehmen wir Abschied von unserer lieben

Frieda Widmer-Schäppi

8. März 1921 – 18. Januar 2016

Nach einem ausgefüllten Leben durfte sie friedlich einschlafen.

Wir danken allen die ihr im Leben in Liebe begegnet sind.

Annemarie Ganz-Schäppi
Heiri und Rita Schäppi
Verwandte und Freunde

Die Beisetzung findet statt am Freitag 29. Januar um 14 Uhr
am Gemeinschaftsgrab auf dem Friedhof Hönggerberg,
Notenschürlistrasse 30, 8049 Zürich.

Anschliessend Trauerfeier in der Friedhofkapelle.

ETH

Eidgenössische Technische Hochschule Zürich
Swiss Federal Institute of Technology Zurich

Seniorinnen und Senioren über 65 Jahre für ETH-Trainingsstudie gesucht

Beeinträchtigungen der geistigen Fähigkeiten treten im Alter
häufig auf und damit verbunden ein erhöhtes Sturzrisiko und
eingeschränkte Mobilität.

Das Institut für Bewegungswissenschaften der ETH unter-
sucht bei Seniorinnen und Senioren den Zusammenhang
zwischen Nahrungssupplemente und körperlicher Bewe-
gung auf die Hirnfunktion und Hirnstruktur.

Mitmachen können Senioren und Seniorinnen, die 65 Jahre
oder älter sind, sich bei guter Gesundheit fühlen und selb-
ständig den Studienort erreichen können.

Die Studie wird über einen Zeitraum von 26 Wochen dauern,
wobei ein Nahrungssupplement zu Hause eingenommen
wird. In den letzten 10 Wochen wird ein körperliches Training
(3-mal pro Woche à 30 Minuten) im Ganglabor des Sport-
zentrums der ETH Hönggerberg durchgeführt.

Vor und nach der Studie finden Messungen zur Hirnstruktur
und Hirnfunktion statt.

Anmeldung zur Studienteilnahme ist möglich per

Telefon oder E-Mail:

Telefon 044 633 08 52 / E-Mail schaetta@hest.ethz.ch

Höngger ZEITUNG

Wipkinger ZEITUNG

Der «Höngger» erscheint donnerstags, der «Wipkinger» erscheint quartalsweise, zusammen ergibt dies viermal im Jahr eine Grossauflage.

Herausgeber
Quartierzeitung Höngg GmbH
Winzerstrasse 11
8049 Zürich
Telefon 044 340 17 05

Konto: UBS AG, 8098 Zürich,
Nr. 275-807664-01R

Abonnenten Schweiz:
144 Franken für ein Jahr,
exkl. MWST.

Redaktion
Fredy Hafner (fh), Redaktions-
leitung
Malini Gloor (mg), Redaktorin BR
E-Mail: redaktion@hoengger.ch

Freie Mitarbeiter:
Mike Broom (mbr)
Sandra Haberthür (sha)
Anne-Christine Schindler (acs)
Dagmar Schröder (sch)

Redaktionsschluss
Montag, 18 Uhr
in der Erscheinungsweise

Inserate
Telefon 043 311 58 81
E-Mail: inserate@hoengger.ch

Inserateschluss:
«Höngger»: Dienstag, 10 Uhr
in der Erscheinungsweise
«Wipkinger»: Donnerstag in der
Vorwoche, 10 Uhr

Insertionspreise (exkl. MWST.)
1 Feld auf Innenseite Fr. 39.–
1 Feld Frontseite oben Fr. 110.–
1 Feld Frontseite unten oder
letzte Seite unten Fr. 90.–

Auflage
Auflage «Höngger»:
13 200 Exemplare
Auflage «Wipkinger»:
11 000 Exemplare
Grossauflage:
24 200 Exemplare

Gratis-Zustellung
in jeden Haushalt
in 8049 Zürich-Höngg sowie
quartalsweise
in 8037 Zürich-Wipkinger

Internet:
www.hoengger.ch
www.wipkinger-zeitung.ch

Rund um Höngg

Täglich bis 31. März

Ausstellung Hirsebrei, Hüppen & Hosenknöpf

Kulinarisches aus Zürich-Stadt und -Land. Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 8 bis 20 Uhr, Samstag 9 bis 17 Uhr, Sonntag 9 bis 17 Uhr. Zentralbibliothek Zürich, Themenraum Turicenisa, Zähringerplatz 6.

Donnerstag, 21. Januar

Dölf Peter

14.30 Uhr, Unterhaltung mit Dölf Peter, Akkordeon. Pflegezentrum Käferberg, Bistretto Allegria, Emil Klöti-Strasse 25.

Aufgetischt: Von hängenden Gärten und Pilzgaragen

17.30 bis 19 Uhr, was ist Urban Agriculture in der Stadt und anderswo? Dies und viel mehr erfährt man an der Führung zur Ausstellung. Stadtgärtnerei, Sackzelg 25/27.

Urs Blattner

Polsterei – Innendekorationen

Telefon 044 271 83 27
blattner.urs@bluewin.ch

- Polsterarbeiten
- Vorhänge
- Spannteppiche

www.zahnaerztehoengg.ch

Besuchen Sie uns auch im Internet!

Zahnärzte

Dr. med. dent. Martin Lehner
med. dent. Delia Irani
Assistenz Zahnärztin

Dentalhygiene und Prophylaxe
Praxis Dr. Martin Lehner
Limmattalstrasse 25
8049 Zürich-Höngg

Öffnungszeiten

Mo, Mi, Do: 7.30 bis 20 Uhr
Di: 7.30 bis 17 Uhr
Freitag: 7.30 bis 16 Uhr
Telefon 044 342 19 30

Lions Clubs spenden an «Daheim»

Passend zum 20-Jahre-Jubiläum von «Daheim», dem Höngger Verein für Wohnen und gelebte Integration, überreichten der Präsident des Lions Clubs Lägern, Ruedi Wegmann, und der Präsident des Lions Clubs Zürich-Affoltra, Peter Fraude, dem Verein einen Spendencheck über 4000 Franken.

Die Spendenübergabe fand mit einer Delegation der Clubs in einem kleinen, feierlichen Rahmen statt. Mitglieder der Lions Clubs hatten den Spendenbetrag mit dem Verkauf von Risotto und selbstgebackenen Guetzi an einem Stand am Weihnachtsmarkt Regensdorf erwirtschaftet und den Er-

lös grosszügig aufgerundet. Für die krankheitshalber abwesende Gründerin und Geschäftsführerin nahm das Vorstandsmitglied Katharina Kunz die Spende in Empfang.

Verein bietet ein Zuhause, wo man nicht alleine ist

Der Verein «Daheim» bietet seit 20 Jahren 25 Menschen mit einer Beeinträchtigung im Durchschnittsalter von 45 Jahren an drei Standorten, zwei davon in Höngg, ein Zuhause, wo sie nicht allein sind und da wo nötig fördernd, beratend und unterstützend betreut werden. Mit der Spende können Aktivitäten und kleine Besonder-

heiten im Lebensalltag der Bewohnerinnen und Bewohner realisiert werden. Die Gründerin Silvana de Havilland ist überglücklich und dankbar über die Spende, denn die aktuelle Situation zeigt, dass «Daheim» auch heute noch ein wichtiges Angebot im Sozialsystem abdeckt. (e)

«Daheim» ist ein privater, nicht subventionierter Verein unter der Aufsicht des Kantons Zürich und auf Spenden angewiesen. Jährlich schaffen es durchschnittlich fünf Bewohner dank dem Verein zurück in eine eigene Wohnung und in die Selbständigkeit. Infos: www.daheim.ch

Das Januar-Konzertprogramm des Kulturkellers

Am 22. Januar startet im Kulturkeller Höngg des GZ Höngg/Rüthof an der Limmattalstrasse 214 die nächste Konzertserie. Alle Konzerte beginnen jeweils freitags um 21 Uhr.

22. Januar:

Fabe Vega und Patrick Jonsson

Der sympathische Sänger Fabe

Vega versprüht mit seinen Akustik-Songs spielerische Leichtigkeit, wohltuend ergänzt mit einer Prise Sanftmut. Mit ihm tritt der Liedermacher Patrick Jonsson aus Luzern auf. Seine stimmungsvollen Songs sind von seinen Reisen beeinflusst – Musik, die direkt unter die Haut geht.

29. Januar:

Madégras und Colour

Die Zürcher Band erinnert an einen Kuchen, jedes Bandmitglied steht für eine Zutat. Wenn man alle Zutaten zusammen fügt, ergibt sich eine top Indie-Rock-Band. Die zweite Band des Abends: Colour aus Zürich. (e)

Zoom by Broom: Da ist das!



Das Zoom von Seite 11 richtete sich auf einenn der beiden, heute stillgelegten Regenwasserspeier am Haus «Weingarten» an der Limmattalstrasse 161.

Das imposante Haus wurde 1740 von Johann Caspar Ulrich, der als Pfarrerssohn in Höngg aufgewachsen war und später in der Stadt Karriere gemacht hatte, als Landsitz erbaut. Zwischen 1832 und 1856 wurde in diesem Haus auch gewirkt. Wann und warum es zu seinen drachenköpfigen Regenwasserspeiern kam, ist dem Verfasser nicht bekannt – das Haus gehört der Stadt, die es 1988 als Wohnhaus renovierte. (fh)

Selbst ein Detail entdeckt?

Wenn Sie selbst ein Detail entdeckt haben, senden Sie uns per E-Mail ein Foto

mit Ortsangabe davon an redaktion@hoengger.ch und wir schicken Mike Broom auf Wanderschaft.

Die Motive müssen von öffentlichem Grund aus sichtbar, sollten einmalig und dürfen nicht vergänglich sein.

Umfrage

Wie gefällt Ihnen der neue «Höngger»?



Ursula Holtbecker

Das neue Format «Tabloid» ist bequemer und handlicher: Das ist praktisch, wenn man den «Höngger» unterwegs im Tram oder Bus lesen möchte. Das alte Format hingegen fand ich angenehmer zum Lesen, es war erholsamer für die Augen, irgendwie entspannter. Jetzt wirkt alles recht zusammengestaucht. Beim Frühstück fand ich es schön, den «Höngger» so richtig als Zeitung ausbreiten zu können.



Rebekka Gantenbein

Das neue Format ist praktischer. Ich bin oft mit dem Kinderwagen unterwegs, und da lese ich gerne im Tram ab und zu Zeitung – das geht mit dem «Tabloid»-Format besser. Auch auf dem Sofa liest es sich so praktischer. Es ist zudem das Format der Gratis-Zeitungen, aber das darf es ja auch. Fotos wirkten jedoch besser in der grösseren Ausgabe.



Liz Schneller

Mein erster Eindruck, als ich den neuen «Höngger» aus dem Briefkasten nahm, war «Ist das alles?». Er wirkte so dünn, ich bin gewohnt, dass der «Höngger» eine grossformatige Zeitung mit grossen Fotos ist, da war mir immer sofort klar: «Jetzt erfahre ich Neues aus dem Quartier.» Ich empfinde das neue Format als etwas weniger einfach zum Lesen, es wirkt enger, aber ich werde mich daran gewöhnen.

Malini Gloor

Neujahrskonzert der gospelsingers.ch

Am vergangenen Sonntag klangen ungewohnte Töne durch den Saal des Pflegezentrums Bombach. Auf Einladung haben die quartieransässigen gospelsingers.ch ein Neujahrskonzert für die Bewohnerinnen und Bewohner und deren Angehörige gestaltet.

Nach einer kurzen Begrüssung durch den Betriebsleiter Urs Leu, der auf ein mit Umzügen und Wechslen verschiedener Art reich befrachtetes vergangenes Jahr zurück schaute, und einem Grusswort von Gabriela Petralia-Grimm, die verantwortlich zeichnet für die internen Anlässe, war die Bühne frei für den musikalischen Start ins neue Jahr.

Aufmerksam gelauscht

Die zahlreich erschienenen Bewohnerinnen und Bewohner, einige Angehörige und ein paar Gäste aus dem Quartier füllten den hellen, freundlich gestalteten Raum. Aufmerksam lauschte das Publikum den Ausführungen von Stefan Horvath, der als Sänger und Chormitglied durchs Programm leitete und jeweils einen kurzen inhaltlichen Einblick in die englischsprachigen Gospelsongs gewährte.

Unter der Leitung von Tanya Birri präsentierten die Sängerinnen und Sänger ein abwechslungsreich gestaltetes Programm aus



Die gospelsinger.ch sangen im Pflegezentrum Bombach.

(zvg)

dem aktuellen Repertoire. Es war eine gelungene Mischung aus ruhigen, besinnlichen Liedern über Liebe und Trost und mitreissenden, rhythmus-geprägten Stücken. Am Piano begleitet wurde der Chor vom einstigen Gründer und langjährigen Bandleader Pascal Truffer, der stilsicher und gefühlvoll in die Tasten griff.

Solo-Stücke und ein Gospelmedley

Nebst chorischen Stücken fehlten auch Songs mit einem Solopart nicht, die von Solisten aus verschiedenen Stimmlagen übernommen wurden. Als Höhepunkt darf wohl das Gospelmedley bezeichnet werden. Dieser Zusammenzug aus verschiedenen, allseits bekannten Gospelstücken wie «Amen» und «Down by the River Side» brachte Bewegung in

den Saal. Es wurde mehr als ein Fuss gesehen, der im Takt mitwippte. Beim «Happy Day» wurde zur allgemeinen Freude kräftig mitgesungen und -geklatscht. Ob das da und dort gesichtete Taschentuch nur aufgrund des kalten Winterwetters zur Anwendung kam, bleibe dahingestellt. Mit einem à cappella vorgetragenen irischen Segen entliessen die gospelsingers.ch das Publikum zu einem reichhaltigen Apéro.

Die rundum zufriedenen Gesichter zeugten von einem gelungenen Anlass. Der wettermässige graue Januarnachmittag bleibt gerne ganz anders in Erinnerung, getreu dem Titel des Liedes «This little light of mine, I'm gonna let it shine».

Eingesandt von Regula Ilg, gospelsingers.ch

Gutscheine für eine Matratzenreinigung zu gewinnen

Der «Höngger» verlost in Zusammenarbeit mit Jürg Hauser Hausservice fünf Gutscheine für eine Matratzenreinigung im Wert von je 50 Franken.

Hausstaubmilben, für das menschliche Auge unsichtbar, finden in Matratzen ideale Lebensbedingungen. Abgestorbene Hautzellen sind ihre Nahrungsgrundlage. Die Matratze ist der schmutzigste Gegenstand im Haushalt! Laut mikrobiologischen Untersuchungen können Matratzen durch Absaugen am effektivsten von Allergenen, die auf Milben zurückzuführen sind, befreit werden. Hauser Reinigungen verwendet hierfür einen speziell auf die Entfernung

von Allergenen in Matratzen entwickelten Matratzenreiniger von hoher Saugkraft: Rotierende Bürsten lösen im Trockenverfahren chemiefrei Staubmilben, Schmutz und Allergene aus der Matratze, ganz einfach beim Kunden zuhause. Ein HEPA-Filter entfernt zudem Bakterien und Allergene aus der Luft, bevor diese das Gerät wieder verlässt. (pr)

Mitmachen und gewinnen

Wer einen Gutschein gewinnen möchte, schickt bis am Dienstag, 26. Januar (Posteingang), eine Postkarte an: Redaktion Höngger, Winzerstrasse 11, 8049 Zürich, oder bis zum selben Datum, 10

Uhr, ein E-Mail an redaktion@hoengger.ch. Absender inklusive Telefonnummer und das Stichwort «Matratzenreinigung» nicht vergessen. Bei Teilnahme per E-Mail «Matratzenreinigung» bereits in der «Betreff»-Zeile erwähnen. Alle anderen Mails nehmen nicht an der Verlosung teil. Wer gewonnen hat, erfährt man am Mittwochnachmittag der Folgeweche unter www.hoengger.ch und in der nächsten Printausgabe. Die Gewinner werden informiert.

Jürg Hauser Hausservice
Telefon 079 405 08 90
E-Mail: jwhauser@bluwin.ch