

**GOLDSCHMIEDE**  
 GALERIE ZENTRUM HÖNGG  
 REGENDORFERSTRASSE 2  
 8049 ZÜRICH-HÖNGG  
 TELEFON + FAX 01 341 65 70

**Betriebsferien**  
 von Donnerstag, 23. Januar,  
 bis Dienstag, 4. März.  
 Während unserer Abwesenheit  
 hilft Ihnen M. Brian,  
 Telefon 01 341 54 50

**BANG & OLUFSEN**  
**Bo**  
**in Höngg**  
 tv Reding Limmattalstrasse 124+126  
 8049 Zürich  
 Telefon 01 342 33 30  
 vor dem Hause

# Höngger

**Quartierzeitung von Zürich-Höngg 76. Jahrgang**  
 Abonnementspreis für die adressierte wöchentliche Zustellung per A-Post: jährlich 64.- Franken, inkl. MWST  
 Inseratenpreis: 1-spaltige mm-Zeile 75 Rp. Reklame: 1-spaltige mm-Zeile 350 Rp. +7.6% Mehrwertsteuer  
 Der «Höngger» erscheint jeden Donnerstag.

**Heinrich Matthys Immobilien AG**  
 Winzerstrasse 5, Zürich-Höngg  
 Telefon 01 341 77 30  
 www.matthys-immo.ch

**PP 8049 Zürich**  
**Nr. 7 Donnerstag 20. Februar 2003**  
 Textbeiträge und Inserate bis spätestens Dienstag, 12.00 Uhr, einzusenden an: Quartierzeitung Höngg GmbH, Postfach, 8049 Zürich, zwei Briefkästen: Limmattalstrasse 181 · Regensdorferstrasse 2

## Sachen

(gvdv) Darunter kann man bekanntlich einiges verstehen. Wörtlich Gegenstand. Oder: übertragen – das ist eine andere Sache. In Sachen Müller gegen Müller. Sachwerte im Banksafe, Sachbeschädigung. Was machst auch du für Sachen? Mach doch nicht eine grosse Sache daraus.

**In Sachen Swissair.** Als bekannt wurde, dass das Grounding gar nicht hätte passieren müssen, weil die Verantwortlichen ihre Sache eben nicht recht gemacht, sondern gestümpert und verplempert hatten, weil Unerhörtes getan oder unterlassen worden war, da ging eine Welle der Empörung durch die Lande.

Die Sache ist noch nicht ausgestanden, da ja immer noch die Verantwortlichkeiten nicht geklärt sind. Und immer wieder vernimmt man Sachen, die nachgeschoben werden. Z. B., dass die Kontrollorgane, so vorab der Verwaltungsrat, nicht so unwissend gewesen seien und einfach hinters Licht geführt wurden, sondern in Kenntnis der Sache schon sehr wohl einiges über die Sachlage gewusst hätten, aber mitnichten eingeschritten seien.

Es wird nicht das letzte Mal gewesen sein, dass im Nachgang noch Sachen ans Licht kommen. «Was macht auch der für Sachen», war einer der friedlichsten Kommentare, als die Presse meldete, dass ein Bundesrichter einen Journalisten angespuckt habe. Im «Blick» sah man des Herrn Richters Konterfei und erfuhr seinen Namen: **Professor Martin Schubart.**

Wie kam es dazu? Im Gang plauderte **NZZ-Korrespondent Markus Felber** mit einem Gerichtsschreiber. Der vorbeigehende Bundesrichter spuckte in Richtung der Verdutzten. Hintennach stellte sich heraus, dass der Spucker nicht den Schreiber, sondern den Journalisten, «diesen Sauhund», im Visier gehabt habe. Nachgeliefert wur-

de eine andere Version, der Herr Bundesrichter sei erkältet gewesen und habe geprustet. Ziemlich zielbewusst notabene. Oder auch nicht. Aussage gegen Aussage.

Wie diese unerhörte und ungehörige Angelegenheit weitergeht, wissen wir zur Zeit der Drucklegung nicht, können uns aber den Kommentaren anschliessen, wonach das Ereignis nicht gerade für das Image unseres höchsten Tribunals förderlich gewesen sei.

Vielleicht hats den Spucker «verjagt», als er den Journalisten sah, der ihm nicht in allen Teilen wohl-gewogen war. Doch so ordinär hätte sich ein Mann auf dieser Stufe nicht gehen lassen dürfen. Ja, auch von Mannen auf unterer gesellschaftlicher Stufe erwartet man keinen Auswurf und ist solcher Gefahr nicht ausgesetzt. Männiglich weiss, dass nicht einmal auf den Boden spucken die Art des feinen wie «normalen» Mannes ist. Die Zeit liegt ferne zurück, wo in den SBB-Wagen Schildchen darauf hinwiesen: «Nicht auf den Boden spucken», auch französisch und italienisch.

Dass Zeitungsleute ein gefährliches Metier betreiben, haben wir einmal mehr erfahren. Es gibt auch einige unter ihnen, die ohne Arbeit sind. Den Zeitungen gehts nicht rosig. Inseraten- und Abo-Schwund, obschon sich die Schreiberlinge alle Mühe geben, à jour zu sein, und um sich englisch auszudrücken, so etwa «bad news für die papers», für die Zeitungen also, die sparen müssen, um gegenüber anderen, bevorzugten Medien über die Runden zu kommen.

Vom ehemaligen italienischen Diktator Mussolini (Zweiter Weltkrieg) weiss man, dass er einem «Vivere pericolosamente» (gefährlich leben) huldigte. Damit müssen sich Berichterstatter und Kommentatoren abfinden, jedoch keineswegs hüten – normalerweise.

## Höngg aktuell

**Solarpreise: verschoben!**  
 Achtung: Die Vorstellung des Europäischen Solarpreises «Sunny Woods» wurde kurzfristig verschoben: Sie findet neu statt am Montag, 24. Februar, 9.45 bis 12.30 Uhr, Im Oberen Boden 165, Rütihof.

**Diavortrag**  
 Japanische Impressionen 1998 zwischen Kyoto und Tokio. Mit dem Reiseschriftsteller Hans-Georg Kaethner und der Sängerin Naoko Horii-Kaethner. Letztere singt japanische und deutsche Lieder. Montag, 24. Februar, 16.30 Uhr im Bungert, Seniorenresidenz Im Brühl.

**Generalversammlung NVV Höngg**  
 Wie geht es der Vogelwelt? Der Natur- und Vogelschutzverein Höngg lädt anlässlich seiner Generalversammlung zu einem öffentlichen Vortrag des Zoologen Dr. Michael Widmer über die aktuelle Bestandesentwicklung der Vogelwelt im Kanton Zürich ein. Auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen. Beginn des Vortrags: Montag, 24. Februar, 19.30 Uhr im reformierten Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186-190, Zwingliisaal.

## Briefmarken

**Die neuste Dauermarken-Serie der Schweizerischen Post ist den westlichen Heilpflanzen gewidmet. Erhältlich ist sie ab dem 6. März.**

Denn diese sind nach wie vor hoch im Kurs: Gemäss dem Briefmarken-Magazin «Die Lupe» zeigte eine kürzlich durchgeführte Umfrage, dass das Vertrauen in Heilpflanzen und andere natürliche Heilkräfte sehr gross ist. Gestaltet hat die Briefmarken mit den Sujets Johanniskraut, Immergrün, Baldrian, Arnika, Tausendgüldenraut, Wilde Malve und Kamille **Suzanne Potterat** aus Bern.

**Erhältlich sind sie ab dem 6. März.**

## Das Salzkorn der Woche

*In «Faust» sagt Mephisto: «Denn eben, wo Begriffe fehlen, da stellt zur rechten Zeit ein Wort sich ein.»*  
*Goethe hat nicht im Traum an die Möglichkeit von Spucke gedacht.*  
 C. G. Salis

**APOTHEKE ZUM MEIERHOF**  
 URS VOGEL, APOTHEKER  
 LIMMATTALSTRASSE 177, ZÜRICH-HÖNGG  
 TELEFON 01 341 22 60

## 175 Jahre Männerchor Höngg

### Gründungszeit

Nach der Französischen Revolution waren in Europa unruhige Zeiten angebrochen mit Kriegen und Wirren, in die auch unser Land einbezogen wurde. Nach Napoleons Kaiserzeit erfolgte 1830/31 ein Verfassungsumsturz, der mit der Regeneration die revolutionären und freiheitlichen Ideen der Revolution wiederbrachte und die schon lange gärenden Gefühle für Volksfreiheit, Brüderlichkeit und Vaterland zum Durchbruch führte. In dieser Zeit, in der die Mächtigen Europas sich bekriegten und stritten, erstanden in rascher Folge viele Männerchöre, die den Freiheitswillen des Volkes im Liede in gewaltigen Worten öffentlich zum Ausdruck brachten. In dieser Atmosphäre erstand das Volkslied in neuem Kleide, gefördert von hochverdienten Männern, Komponisten, Dirigenten, Lehrern. **Der Zürcher Hans Georg Nägeli** (1773 bis 1836) war einer der ersten, der den damals ausgeübten, eher religiös vergeistigten Quartettgesang zum heute noch gültigen Chorlied formte. Er darf also den Ruhm beanspruchen, der Gründer des volkstümlichen, gepflegten, vierstimmigen Männergesangs zu sein. Er gründete 1805 ein Singinstitut, aus dem 1810 der erste Männerchor hervorging. Am 2. Oktober 1826 wurde dieser als selbständiger «Sängerverein der Stadt Zürich» neu gegründet; er besteht heute unter dem Namen «Männerchor Zürich» weiter. Nägelis bester Schüler war **der Höngger Johann Ulrich Wehrli** (1794 bis 1839). Dieser gründete die Männerchöre Höngg und Wipkingen, die 1828 mit Albisrieden, Altstetten, Aussersihl, Fluntern und Schwamendingen den Verband «Sängerverein im Limmattale» gründeten. Der erste Präsident war Pfarrer Heidegger aus Höngg, der erste Kapellmeister J. U. Wehrli. Schon im Herbst 1828 fand in der Kirche Höngg das erste Verbandsgesangsfest statt, an dem sich der Männerchor Höngg unter der Leitung von Wehrli mit 38 Sängern beteiligte. Das Vaterlandlied wurde mit Inbrunst gesungen, es erklangen Kompositionen von Nägeli, Wehrli, Fr. Hegar, J. H. Tobler, Mozart, Kreutzer und weiteren zeitgenössischen Komponisten. Wehr-

**Gutschein für (1 Paar) VARILUX® Panamic-Gläser**

**Fr. 70.-**

Gültig bis 31. März 2003  
 Beim Kauf von **Varilux-Panamic-Gläsern** wird Ihnen gegen Abgabe dieses Gutscheins ein Rabatt von Fr. 70.- gewährt.

**Augenoptik Götti**  
 eidg. dipl. Augenoptiker  
 Limmattalstr. 204, 8049 Zürich  
 Telefon 01 341 20 10

li wirkte auch bei weiteren Vereinen als Dirigent, so z. B. beim Männerchor Wipkingen, ab 1836 beim Sängerverein der Stadt Zürich, ferner bei verschiedenen Militärmusiken. Im gleichen Jahr fand in Wiedikon eine Volkskundgebung statt, an der 20 000 Männer aus dem ganzen Kanton zusammenkamen und wo ein Chor von 800 Sängern unter der Leitung Wehrlis Lieder von Nägeli für Freiheit und Menschenwürde sang. Wehrli war leider nur eine kurze Zeit seines Wirkens beschieden; seine schlechte Gesundheit ertrug die grosse Arbeitslast nicht, und schon am Neujahrstag 1839 erlag er einem kurzen Leiden.

## Führung in der griechisch-orthodoxen Kirche

Am Dienstag, 25. Februar, lädt Sie die FDP 10 zu einer Führung in der griechisch-orthodoxen Kirche in Wipkingen ein. Pfarrer **E. Simandirakis** wird uns die fertiggestellten Maleireien zeigen, anschliessend laden wir Sie zu einem Aperitif ein. Treffpunkt: 18 Uhr am Kircheneingang an der Rousseustrasse, bei der Kornhausbrücke.  
**Claudia Simon, Präsidentin FDP 10 Wipkingen**

**Foto Peyer**  
 Inh. E.+E.Föhr

**Eigenes Express-Farblabor**

**Neuer Pass Jetzt Passfotos**

Limmattalstr. 164 · 8049 Zürich-Höngg  
 Telefon 01 341 87 77 · Fax 01 341 80 19

## An die Stifterinnen und Stifter des «Hönggers»

(R. B.) Die Aufrufe der neuen «Quartierzeitung Höngg GmbH» an die Bevölkerung, sich als Stifter an der Finanzierung des beliebten Wochenblattes zu beteiligen, haben ein grosses Echo gefunden: **Viele Menschen haben Geld versprochen oder bereits eingezahlt. Aus dem Kreis der Zahlungsfreudigen erreichen die Geschäftsfreudigen immer wieder Anfragen:**

**Ist der Beitrag eingetroffen? Wann verschickt der «Höngger» die angekündigten Stiftungsurkunden?**

**Stiftungsurkunden kommen im Frühling**

Ursprünglich wollte die Stiftung möglichst rasch Stiftungsurkunden versenden. Damit sollten den Spendern die eingegangenen Summen bestätigt werden. Leider türmen sich die organisatorischen Aufgaben so, dass dieses Vorhaben sich verzögert. Immerhin hat sich die Geschäftsleitung jetzt einen neuen Termin gesetzt: Zu Frühlingsbeginn, am 21. März, werden die Stiftungsurkunden an diejenigen verschickt, die bis dahin eingezahlt haben – so Gott will. Die

Höhe des Beitrags wird auf der Urkunde vermerkt sein.

**Haben Sie schon eingezahlt?**

Die Stiftung hat bisher rund 100 000 Franken erhalten – ein Drittel des notwendigen Kapitals. Zugesagt, aber noch nicht eingetroffen sind weitere 60 000 Franken. Diejenigen unter Ihnen, deren Einzahlung noch aussteht, werden gebeten, doch gelegentlich einmal den abtrünnigen Einzahlungsschein zu suchen; er soll ja nicht seine eigenen Wege gehen, irgendwo sinnlos vergilben oder vor sich hin modern, sondern Ihnen das Tor zum erlauchten Kreis der Stifter aufschliessen!

**8-20 Uhr TV-Reparaturen**  
**immer aktuell 01 272 14 14**  
**TVGRUNDIG**  
 Fernseh-Reparatur-Service AG  
 Hardturmstrasse 307, 8005 Zürich

## Generalversammlung des Männerchors

Am 7. Februar fand im Restaurant Freihof die 174. Generalversammlung des Männerchors Hönegg statt. Präsident Ueli Kobel konnte die fast vollzählig anwesenden Aktiven um 19.30 Uhr begrüssen.



Freude herrscht an der Generalversammlung des Männerchors Hönegg. Ja, das ist Werbung! Der Leser möge sich doch überlegen, ob er nicht auch dabei sein möchte!

Traditionsgemäss wurde die Generalversammlung mit einem Lied eröffnet, und anschliessend verwöhnte uns die Wirtin des Freihofs, Ruth Schoch, mit einem vorzüglichen Nachtessen.

Der Präsident wickelte die statutarischen Traktanden der Generalversammlung in seiner gekonnt spediti-

ven Art in neuer Rekordzeit ab. Einige Höhepunkte und Begebenheiten im Vereinsjahr 2002 sind aus seinem Jahresbericht nachstehend zeitraffermässig erwähnt:

Es konnten sechs neue Aktivsänger gewonnen werden. – Teilnahme am Sängertag in Altendorf (SZ); Benotung unseres Gesangsvortrags mit

«sehr gut». – Sängertreffen in Bellinzona (Organisation W. Giger). – Sechstes Inselfäsch auf der Werdinsel. – Zweite Durchführung der Metzgete auf dem Bauernhof bei Aktivmitglied Markus Willi. – Fünfzigstes Chorjubiläum unseres ersten Tenors Werner Giger.

Die drei Vorstandsmitglieder Ueli Kobel, Christian Schmidt (auch Dirigent) und Eric Lehmann hatten im abgelaufenen Vereinsjahr ihre Arbeit so gut gemacht, dass wir sie ohne grosses Wahlprozedere mit Akklamation für ein weiteres Jahr gewählt haben. Für guten Probenbesuch konnte der Präsident drei Aktivmitgliedern je einen Zinnbecher bzw. eine gute Flasche Wein überreichen. Die Finanzen sind dank vorerwähnten Anlässen in Ordnung. Dagegen bleibt ein nie versiegendes Postulat die Werbung neuer Mitglieder.

Zum Schluss noch ein Blick in die nahe Zukunft. Das angebrochene Jahr 2003 beschert uns ja unser 175. Vereinsjubiläum. Es erübrigt sich eigentlich zu sagen, dass für dieses grosse Ereignis alle Sängerkollegen gefordert sind, soll doch dieser Anlass ein Meilenstein in unserer Chorgeschichte werden. Wie hat doch vor nicht allzu langer Zeit ein populärer Bundesrat gesagt: «Freude herrscht!»

Text: Ferdi Brunner  
Foto: Eric Lehmann

## Kantonsratswahlen

Kandidatenliste der Schweizer Demokraten (SD) für die Kantonsratswahlen vom 6. April im Wahlkreis IV (Zürich 6 und 10)

1. Joss Kurt, Hauswart, 1952, 8049 Zürich
2. Grob Thomas, Kaufmann, 1966, 8049 Zürich
3. Gruber Marco, Bankangestellter, 1981, 8049 Zürich
4. Nuotclà Ernst, Postangestellter, 1968, 8049 Zürich
5. Bättig Tanja, SBB-Angestellte, 1974, 8064 Zürich
6. Kunz Theresia, Schriftenmalerin, 1949, 8048 Zürich
7. Bottinelli Toni, Kirchenmusiker, 1951, 8037 Zürich
8. Furrer Sybille, Kellnerin, 1942, 8055 Zürich
9. Kiss Steffi, Bankangestellte, 1947, 8047 Zürich

Die Partei tritt unter dem Motto «Schluss mit der multikulturellen Invasion!» zu den Wahlen an. Ihre Hauptziele sind der längst fällige Einwanderungsstopp (insbesondere für nicht assimilierbare Zuwanderer aus exotischen Ländern), die Wahrung der Unabhängigkeit und Neutralität der Schweiz, der umfassende Schutz von Natur und Landschaft und die Beibehaltung eines tragfähigen sozialen Netzes für die einheimische Bevölkerung (Nein zu Lohndrückerei und Sozialabbau).

## Pfarrefasnacht im Heilig-Geist

am Samstag, 1. März

Einmal Marilyn Monroe sein oder Prinz Charles oder Bill Clinton... oder... oder... Wer von uns gewöhnlichen Leuten wäre nicht gerne einmal ein richtiger V.I.P., eine Very Important Person?

Die einmalige Gelegenheit dazu bietet sich an der diesjährigen Pfarrefasnacht im kath. Kirchenzentrum Heilig-Geist. Am 1. März ist es so weit. Das närrische und fröhliche Treiben steht dieses Mal unter dem Motto «V.I.P.» Es ist also höchste Zeit sich zu überlegen, in welcher VIP-Haut man am liebsten stecken würde. Oder in welcher man eben auf gar keinen Fall stecken möchte. Oder als welcher V.I.P. man am besten die Leute überraschen, verblüffen oder zum Lachen bringen könnte.

Für die kleinen V.I.P.s beginnt die Fasnacht – organisiert von den Pfadis – schon um 15 Uhr, für die grossen und ganz wichtigen V.I.P.s geht es um 19 Uhr los. Für Musik, Unterhaltung und gutes Essen ist gesorgt. Für die lustigen und überraschenden Augenblicke werden hoffentlich viele, farbenprächtige Masken sorgen.

Wir freuen uns, ganz viele V.I.P.s aus Zürich, der Schweiz, der Welt im Pfarreizentrum anzutreffen. Selbstverständlich wird auch dieses Jahr eine kompetente und unbestechliche Jury die besten Masken prämiieren.

Beat Kämpfen, Gruppe Unterhaltung

## Wie gehen Sie mit Ihren Erkältungen um?

Erkältungen sind keine Katastrophe, aber unangenehm und nicht immer völlig harmlos. Wer geschickt mit ihnen umgeht, geht gestärkt und munter daraus hervor und muss nicht unnötig leiden. Wer sie verschleppt und vernachlässigt, kann jedoch böse Überraschungen erleben. Ein Ratgeber-Dossier.

### Jaja, da ist sie wieder...

Das bekannte Ziehen in den Knochen. Die ungewohnte Schlappheit schon beim Aufstehen. Die Nies-Anfälle und das leise Kratzen im Rachen. Kein rechter Appetit und ein unangenehmes Frösteln auch im wärmsten Mantel: Die Anzeichen einer Erkältung sind unübersehbar. Alles Schimpfen und sich Ärgern nützen nichts. Sie kommt trotzdem. Bald schon läuft die Nase, der Kopf schmerzt, und durch die Nase atmen wird mühsam. Ein Erkältungs-Virus hat zugeschlagen. Meist übertragen durch die Finger, mit denen man sich ganz unbewusst ständig im Gesicht zu schaffen macht. Die Geschichte mit den Tröpfchen in der Luft hat sich als unhaltbar erwiesen. Aber wir berühren pausenlos Gegenstände. Und da sind halt manchmal auch Erkältungsviren drauf. Doch was nun?

### Dem Körper helfen beim Gesundwerden!

Die Erkältungsviren direkt bekämpfen, das ist leider nicht möglich. Es gibt noch kein Medikament gegen sie. Aber ein normales, gesundes Immunsystem wird in ein bis zwei Wochen auch allein mit ihnen fertig. Und Sie können es dabei unterstützen:

– Soviel warme Bettruhe wie möglich: Sich drei Tage ins Bett legen wegen eines «Common Cold», wie die Angelsachsen ihn nennen, das liegt ja wohl nicht drin. Aber sich etwas mehr Ruhe gönnen schon.

– Sehr viel trinken: Am besten Lindenblüten- oder Holundertee. Oder eine spezielle Erkältungs-Mischung aus ihrer IMPULS-Drogerie. Hauptsache: Warm und mindestens 2 Liter pro Tag!

– Immunsystem unterstützen: Unsere Selbstheilungskraft ist enorm. Aber manchmal braucht sie ein wenig Unterstützung. Ein Super-Assistent ist die Echinacea oder der Rote Sonnenhut. Präparate und Extrakte aus dieser wunderschönen Blume verkürzen den Heilungsprozess spürbar.

– Genug Vitamin C zuführen. In einer Form, die Ihnen besonders zusagt.

– Abschwellende Nasentropfen: Sie schenken rasch wieder freien Atem. Aber Achtung: Nicht übertreiben, sonst wird aus dem normalen rasch ein Medikamenten-Schnupfen. Am besten nur nachts anwenden und möglichst nur auf einem Nasenloch.

– Inhalieren: Kamillenblüten, Salbei, einen Tropfen Teebaumöl oder auch nur Kochsalz in ein Pfännchen mit kochendem Wasser geben und die Dämpfe einatmen. Das tut wohl. Nach Bedarf wiederholen.

– Wadenwickel und Essigsocken: holen die Hitze und das Fieber aus dem Kopf herunter. Erlösen Sie sich von den lästigen Gliederschmerzen.

– Ein aufsteigendes Erkältungsbad: Mit einer geeigneten Mischung von ätherischen Ölen. Lässt aufatmen,

entspannt und beruhigt, und kurz darauf schlafen Sie Ihren Gesundungsschlaf wie ein Murmeli!

### Die «Erkältungs-Pause» nutzen

Klar ist eine Erkältung an sich harmlos. Besonders stark «eingespannte» und pflichtbewusste Menschen tendieren aber dazu, Erkältungen überhaupt nicht zu beachten und sich weiter dem Stress auszusetzen, «wie wenn nichts wäre». Besonders die Tüchtigen und Unentbehrlichen im Beruf, in der Familie usw. Zehnmal geht das vielleicht gut. Die Erkältung dauert dann halt vielleicht zwei Wochen statt nur eine. Aber auf Dauer ist das kein sinnvolles Verhalten. Der Körper geht geschwächt daraus hervor und ist noch anfälliger für andere Winter-Erkrankungen wie z. B. Grippeviren. Oder Bakterien nutzen das «Formtief» des Immunsystems und lösen eine Komplikation, eine Folge-Erkrankung aus. Und die braucht dann wesentlich länger zum Ausheilen und zwingt Sie wirklich zur Bettruhe. Möglich und häufig sind: Entzündungen der Nasen-Nebenhöhlen, Augentzündungen, Halsentzündung, Bronchitis oder sogar Rippenfell- oder Lungenentzündung, Mittelohr-Entzündung, vor allem bei Kindern.

### «Zwei Gänge zurückschalten» lohnt sich

Jede Erkältung ist eine ernst gemeinte Botschaft des Körpers: «Komm herunter vom pausenlosen Herumrennen. Leg dich ins Bett, entspanne dich, verwöhne dich mit allem, was dir wohl tut: Mit einem duftenden Erkältungs- oder mindestens Fussbad, mit viel Wärme, mit einem guten Buch, das dich vom elenden Körpergefühl ablenkt. Zieh dich zurück und melde dich ab, wo immer es geht. Zumindest in der Freizeit oder ein Wochenende lang. So eine «Erkältungs-Auszeit» kann sehr wertvoll sein. Lassen Sie sich die Chance nicht entgehen. Es braucht etwas Überwindung, um Sitzungen zu verschieben, Einladungen abzusagen, früher nach Hause zu gehen usw. Aber es lohnt sich!

### Nasen-Nebenhöhlen schützen!

Besonders leicht führt eine verschleppte oder zu wenig beachtete Erkältung zu Entzündungen in den Nasen-Nebenhöhlen. Diese Nebenhöhlen machen den Schädelknochen leichter und helfen die Atemluft anfeuchten. Sie sind ebenfalls mit Schleimhaut ausgekleidet. Alle haben eine feine, direkte Verbindung zur Nase. Entzündungen machen sich meist durch Druckgefühl und Schmerzen im Stirn- und Gesichtschädel bemerkbar, besonders wenn Sie sich bücken. Wenn diese nicht innert zwei bis drei Tagen verschwinden oder wenn Fieber hinzukommt, sollten Sie unbedingt zum Arzt ge-

hen. Entzündungen der Nasen-Nebenhöhlen können sehr hartnäckig und langwierig werden, und sie tendieren dazu, sich zu wiederholen. Was können Sie tun, um Ihre Nebenhöhlen zu schützen? Richtig schnutzen: nicht übermässig häufig. Und wenn, dann ein Nasenloch zuhalten und das andere tüchtig durchschnauben. Das verhindert, dass viren- und bakterienhaltiger Schleim in die Nebenhöhlen zurückgesaugt wird.

### Achtung:

#### Husten ist nicht gleich Husten!

Ein nervöses Reizhüsteln, ein trockener, schmerzender Erkältungshus-

ten, ein zäher Bronchialhusten oder ein morgendlicher Raucherhusten sind grundverschieden. Und müssen auch entsprechend behandelt werden. Für alle gibt es hervorragende Mittel der Selbstmedikation, aber Sie sollten schon die richtigen erwischen. Das ist ein typischer Fall für einen Besuch in der IMPULS-Drogerie Hönegger Markt. Wenn wir Sie husten hören, wissen wir schon, was wir Ihnen empfehlen können. Und das hilft dann auch. Also: Vorbeikommen, nicht einfach weiter bellen... Gute Besserung!

Daniel Fontolliet

## Bakterien können mehr als bisher angenommen

ETH-Forscher eröffnen neue Perspektiven für Biotechnologie. Wissenschaftlern am Institut für Mikrobiologie der ETH Zürich gelang es, zusammen mit zwei englischen Forschungslabors, biochemische Reaktionen durch Bakterien ausführen zu lassen, die bisher nur Zellen höherer Lebewesen vorbehalten waren. Dadurch eröffnen sich interessante, völlig neue Perspektiven für die Herstellung von medizinisch wirksamen Proteinen. Die neuste Ausgabe von «Science» berichtet über diesen Durchbruch in der mikrobiologischen Forschung.

Stoffwechsel und biochemische Reaktionen sind grundsätzlich in allen Lebewesen gleich oder zumindest vergleichbar. Der genetische Code aller Lebewesen, das heisst von Bakterien, Pflanzen, Pilzen und Tieren ist aus demselben Set an Bausteinen aufgebaut. Menschliche Gene werden deshalb auch von Bakterien korrekt in die entsprechenden Proteine übersetzt. Nach der Synthese des «Rohproteins» hören die Gemeinsamkeiten zwischen Bakterien und höheren Lebewesen aber auf, denn letztere bearbeiten viele der Rohproteine im Gegensatz zu den Bakterien noch nach. Diese Nachbearbeitung wird in der Fachsprache als «posttranslationale Modifikation» bezeichnet. Damit ist gemeint, dass Rohproteine von den Zellen zurechtgeschnitten oder biochemisch verändert werden. Besonders häufig ist die so genannte N-gebundene Verknüpfung von Proteinen mit Zuckerbausteinen. Und genau das können Bakterien nicht, glaubte man bis vor kurzem.

### Auch Bakterien können Proteine modifizieren

Zur Überraschung vieler Wissenschaftler wurden in den letzten Jahren Forschungsergebnisse bekannt, wonach es einigen wenigen Bakterienarten gelingt Rohproteine zu modifizieren. Die ETH-Forscher konnten nun zusammen mit ihren englischen Kollegen zeigen, dass Campylobacter-Bakterien – wie die höheren Lebewesen – Proteine mit N-gebundenen Zuckern ausstatten können. Campylobacter-

Bakterien sind jedoch Erreger von Durchfall und deshalb für die Forschung und deren biotechnologische Anwendung nur schwer zugänglich; Mikrobiologen und Biotechnologen bevorzugen Escherichia coli (E. coli). Den Forschern ist es nun aber gelungen, die Eigenschaft der posttranslationalen Modifikation, d. h. die Übertragung von Zuckerresten auf Proteine, von Campylobacter auf E. coli zu transferieren. Solche E. coli-Zellen können somit ebenfalls Proteine mit N-gebundenen Zuckern herstellen.

### Kostengünstigere Herstellung von Medikamenten

Will man medizinisch wirksame Proteine in ihrer Wirkung erforschen oder gar als Medikamente einsetzen, braucht man davon grössere Mengen. Bisher wurden Proteine, die nur nach posttranslationaler Modifikation funktionsfähig sind, mit Hilfe von tierischen, menschlichen oder Hefe-Zellen hergestellt. Bakterien sind aber grundsätzlich wesentlich bessere und weniger aufwändige Produzenten, das heisst die Produkte wären einfacher und billiger herzustellen. Die Arbeit der ETH-Forscher eröffnet nun die Perspektive, medizinisch wirksame Proteine, beispielsweise viele Hormone oder immunologisch wirksame Stoffe, billiger herzustellen. Davon profitieren sowohl die medizinische und biologische Grundlagenforschung wie auch viele Biotechfirmen. Doch bis es soweit ist, wird noch intensive Forschung nötig sein.

## Folgende Persönlichkeiten unterstützen die Wahl von Urs Brogli in den Kantonsrat:

- Jean Bollier, Präsident ref. Kirchengemeinde Hönegg • Dr. Robert Chanson, Unternehmer • Marlies Dinkel, Synodale Unterstrass • Ruth Fierz-Surbeck • David Guggenbühl, lic. iur., Kommunikationsberater • Prof. Dr. Felix Gutzwiller, Nationalrat • Dr. med. Gerda Hajnos, Fachärztin FMH • Silva Huber, Heimleiterin • Dr. Michael Kohn, Energie-Fachmann • Dr. Jan F. Kukleta, Facharzt FMH • Franziska Lang-Schmid, lic. oec. publ. • Monika Sacher, Vizeprärs. Kreisschulpflege Waidberg • Maja Schneider, Präsidentin Forum Hönegg • Andres Türler, lic. iur., Stadtrat



Mit Power und Herz für Zürich

Am 6. April 2003  
Urs Brogli in den Kantonsrat.  
2x auf jede Liste Liste 3  
FDPO

# Audio im Auto: Realität und Zukunftsmelodien!

Trotz verschärftem Marktumfeld hat die Car-Audio-Branche auch in Zukunft in der Nachrüstung gute Karten in der Hand. Dank innovativer Technik wie digitales Radio DAB oder Multimedia finden die KundInnen hier Produkte, welche in der Erstausrüstung ab Werk erst Jahre später erhältlich sind.



Zwar können immer mehr Autos bereits ab Werk mit Car-HiFi in der Erstausrüstung bestellt werden. KundInnen, die bei ihrem Auto aber nicht das Gewünschte auf der Preisliste finden oder ihren Wagen nachträglich aufwerten wollen, bietet der Nachrüstmarkt ein ungeahnt breites Angebot, vom einfachen Autoradio über Navigationsgeräte und aufwändigen Klangsystemen bis hin zu ausgeklügelten Multimedia-Anlagen. Die grosse Stärke der «Nachrüster» liegt bei der raschen Umsetzung von aktuellen Technikentwicklungen und Techniktrends; da kann und will die Erstausrüstung im Normalfall nicht mithalten. Beispiel MP3: Kaum ein Werksradio ist heute in der Lage, Musikdateien im MP3-Format abspielen zu können, bei den Nachrüstgeräten hingegen gehört MP3 auf breiter Front zur Standardausrüstung.

## Besserer Radioempfang

Weltweit ist für über 80% der AutofahrerInnen das Radio die meist genutzte Unterhaltungsquelle. Entsprechend gross sind die Bestrebungen, den Radioempfang zu optimieren. Grosse Hoffnungen werden mittelfristig in der Schweiz in digital ausgestrahlte Radiosendungen gesetzt, das so genannte Digital Audio Broadcasting (DAB). Seit gut drei Jahren sendet Radio DRS mit DAB in allen vier Landessprachen, und zwar vor allem entlang der Verkehrsachse Ost-

West\*. Allerdings steht der Ausbau seit längerem still, denn aus Sicht der SRG wurden bislang zu wenig DAB-Empfänger abgesetzt, als dass sich momentan weitere Investitionen in die Infrastruktur lohnen würden; im benachbarten Deutschland ist DAB in Kürze nahezu flächendeckend empfangbar.

Tatsächlich ist DAB im Auto eine nicht ganz preiswerte Angelegenheit. Bis vor Kürze gab es kein Autoradio mit integriertem DAB-Schaltkreis; der DAB-Empfänger war stets in einer externen Blackbox untergebracht. Nun aber ist das erste Autoradio mit integriertem DAB-Baustein auf dem Markt – wesentlich günstiger in der Anschaffung und ohne komplizierte Zusatzinstallationen und Verkabelungen. Mit solchen Geräten darf nun erwartet werden, dass wieder Bewegung in die DAB-Situation kommt – neue Bestrebungen von SRG SSR Idee suisse und Car-Audio-Branche sind im Anlaufen.

Aber auch das bewährte analoge Radio erhält in seinem Innern digitale Unterstützung. Neue digitale Filter- und Signalverarbeitungschips minimieren durch ihre grösseren Möglichkeiten den Einfluss von Störungen aufs Radiosignal und sorgen bei schwierigen Verhältnissen für eine hörbar bessere Empfangsqualität. Erste Geräte sind auf dem Markt, die je nach Technologie unterschiedlich teuer sind. Der Einstieg liegt aber

bei rund 250 Franken, ist daher auch für bescheidene Budgets bezahlbar. Aber damit steht das Radio nicht am Ende seiner Evolution, denn bei den Herstellern bleibt die Verbesserung der Empfangsqualität auch in Zukunft ein wichtigster Entwicklungsschwerpunkt.

## MP3 auch im Auto im Trend

Neben Radiohören zählen MP3 und ähnliche Musikformate momentan zu den stark gefragten Funktionen bei Autoradios. Allerdings beschränkt sich das Angebot nicht bloss auf Radio-/CD-Geräte, die MP3-CDs abspielen können, erste Hersteller haben zusätzlich eine Harddisk eingebaut und das Autoradio zur Jukebox umfunktioniert. Bei solchen Geräten schiebt man beispielsweise eine normale Musik-CD oder eine MP3-CD in den CD-Schlitz und das Autoradio lädt die Musikdateien in kürzester Zeit auf die Harddisk herunter. Je nach Gerät ist Platz für rund 240 CDs vorhanden (Spielzeit rund 300 Stunden). Der grosse Vorteil: Ist die CD überspielt, wandert sie zurück in die heimische Sammlung, im Auto läuft die Musik nun ab Harddisk.

An Hand solcher Geräte ist der hohe Grad der Integration zu erkennen, denn obwohl sich die Möglichkeiten und die Leistungsfähigkeit über die letzten Jahre vervielfacht haben, blieb die Ausparung im Armaturenbrett, die so genannte DIN-Grösse, unverändert. Normale MP3-Autoradios sind bereits ab rund 300 Franken erhältlich, hingegen sind Musik-Archive mit Harddisk mit Kaufpreisen von weit über 2000 Franken wahrlich von gehobenerer Klasse.

## Multimedia im Auto

Als eigentlichen Wachstumsmarkt sehen diverse Firmen in der Car-HiFi-Branche das Thema Multimedia. Darunter fällt heute in erster Linie das totale Filmvergnügen auf mehreren Monitoren, begleitet von Kino-ähnlichem Surround-Sound. Erst in zweiter Linie und eher zukunftsorientiert sind die neuen Medien, wie Internet, Datenaustausch und Serviceleistungen. Technisch sind solche Dienste heute bereits problemlos ins Auto zu bringen, allein die nicht vorhandenen Dienstleistungsangebote zwingen die Car-Audio-Branche in eine abwartende Position.

Beim Kino im Auto, wo zuletzt vor allem verbesserte kontrastreiche Bildschirme und leistungsfähigere Signalprozessoren lanciert wurden,

zielt die Entwicklung nun vermehrt in Richtung Datenbus-Systeme. Solche Systeme verbinden alle Hi-Fi-Komponenten mit minimalstem Montage- und Anschlussaufwand untereinander und erlauben auch später einen leichten Anschluss weiterer Geräte. Bei einigen Car-Audio-Herstellern stehen Datenbusse bereits im Einsatz, andere arbeiten nun an deren Entwicklung.

\* Details zu DAB unter [www.srg.ch](http://www.srg.ch), Kapitel «Radio», «Empfang der Programme»

*Consumer Electronics Information Services CEIS, Solothurn*

## Besser Nah- und Fernbrille als multifokale Brille tragen

Das Tragen von bifokalen Brillen, oder solchen mit variablem Fokus erhöht das Sturzrisiko Betagter generell 2,3-fach und ist Ursache bei Stolperstürzen oder Treppenstürzen.

Jährlich stürzen 30% der über 65-Jährigen, bzw. 40 der über 80-Jährigen. 10% der Stürze führen zu Verletzungen, 5% zu Knochenbrüchen, welche die Ursache von 50% aller notfallmässigen Spitaleintritte von Betagten sind. Betagte, die stürzen, haben ein höheres Risiko, in ein Pflegeheim eintreten zu müssen.

Deshalb hat das Verhüten von Stürzen im Alter hohe Priorität. Meist begünstigen verschiedene Faktoren einen Sturz. Dazu gehören Seh-, Geh-, Gleichgewichts- und Gedächtnisstörungen sowie eine grosse Zahl von Alterskrankheiten, insbesondere, wenn sie die Beweglichkeit der Beine einschränken. Dazu kommen oft äusserliche Faktoren wie schlechte Beleuchtung, lose Teppiche, elektrische Kabel, ungeeignetes Schuhwerk sowie Unebenheiten oder unerwartete Stufen im Freien.

Neu erkannt als begünstigender Faktor für Stürze ist das Tragen von multifokalen Brillen (bifokale oder trifokale sowie solche mit variablem Fokus):

Eine kürzlich publizierte Studie der Universität von Neu Süd Wales konnte zeigen, dass Betagte mit multifokalen Brillen 2,3-mal häufiger stürzen und dass Stolperstürze gar 2,8-mal häufiger und Stürze im Freien 2,6-mal häufiger sind.

In der Studie wurden 165 Betagte zwischen 63 und 90 Jahren (Durchschnittsalter 75 Jahre), die in ihrer Wohnung in Ostsydney wohnten, während eines Jahres untersucht. 56% trugen regelmässig während des ganzen Jahres multifokale Brillen und 48% von ihnen stürzten im Vergleich zu 37% der Betagten ohne solche Brillen. Bei Berücksichtigung der Sturzursachen wie verminderter Beinkraft, verlangsamter Reaktionszeit, Gleichgewichtsstörung und Sehschwäche erhöhte das Tragen von multifokalen Brillen das Sturzrisiko

# Der Kommentar

## Fans

Fans haben etwas Rührendes, und welche zu haben, kann sich jede Sportgrösse rühmen. Und weil geteilte Begeisterung doppelte Freude bereitet, gibt es Fanclubs.

Von Geistesgrössen oder Politikern können keine Fanclubs ausgemacht werden, obschon natürlich auch die ihre Anhänger haben. Und ihre Gegner. Klar, dieser Bundesrat und jene Bundesrätinnen können ebenfalls auf Sukkurs zählen. Der Sowieso, der ist Spitze. Die Dingsda ist eine Niete.

Sei es so oder anders, zu Klumpen von Anhängern oder Ablehnenden formiert sich kein Pulk. Zu emotionalen Höchstleistungen lassen sich nur Sportbegeisterte hinreissen.

Fan heisst eigentlich Fächer, Ventilator. Doch damit können Fans wenig zu tun haben. Möglich, dass Fan in unserem Sinne an dieser Stelle etwas mit «fanatic» zu tun hat: Fanatiker, Schwärmer, Eiferer.

Die Mitglieder eines Fanclubs heften sich nach Möglichkeit an die Spuren der von ihnen Verehrten, reisen ihnen nach. Bestücken sich mit Fahnen und Fähnchen und Plakaten. Und wenn die Angeboteten ein Rennen gewinnen, dann sind sie aus dem Häuschen vor lauter Glücksgefühl.

Und wenn ihre Idole enttäuschen und verlieren, gibt das zu grossen Diskussionen Anlass, weshalb der Coup nicht gelungen sei. Dass die Konkurrenz für einmal einfach besser war, ist kaum ein ernsthaftes Argument. Doch was ein echter Fan ist, braucht nicht objektiv zu sein, er hält seinem Idol die Treue, durch dick und dünn. Dies ist der schönste Zug an den Fans, die, obwohl enttäuscht, den Angeboteten die Stange halten.

Geradezu Vorbilder für andere, bestenfalls alle Lebenslagen.

generell 2,3-mal, das Risiko wegen Stolpern zu stürzen 2,8fach, ausser Haus zu stürzen 2,6fach, ausser Haus wegen Stolpern zu stürzen 3,2fach und auf der Treppe zu stürzen noch stärker (12 Stürze mit und 0 Stürze ohne multifokale Brille). (RR Lord et al.: Multifocal glasses increase the risk of falls in older people J. AM. Geriater, Soc.50: 1 760–66; 2002).

## Empfehlung:

Personen, die multifokale Brillen tragen, müssen auf Treppen und bei Unebenheiten besonders vorsichtig sein. Der Kopf wird oft zu wenig gesenkt und der Blick durch den zum Lesen bestimmten Teil dieser Brillen ist getrübt. Haben die Brillenträger zusätzlich Sturzrisiken wie Geh-, Gleichgewichts- oder Sehstörungen, sollten sie je nach Tätigkeit besser eine Nah- oder eine Fernbrille tragen.

Machen Sie den Test: Steigen Sie einmal selbst mit einer Lesebrille auf der Nase eine Treppe hinunter. Halten Sie sich aber sorgfältig am Geländer fest. Sie werden die Treppe nur verschwommen sehen, und es wird Ihnen eventuell davon schwindlig werden!

Dr. med. A. Wettstein

# Schutzmassnahmen gegen Elektromog

Abstand vergrössern? abschalten? abschirmen? absorbieren? Bei niederfrequentem Elektromog z. B. durch Stromleitungen und Elektrogeräte musste man sich bisher meistens darauf beschränken, durch Vergrössern des Abstandes, Abschalten oder Abschirmen der Strahlenquelle die elektrischen und/oder magnetischen Felder mit mehr oder weniger grossem Erfolg und Kostenaufwand zu verringern.

Viele Menschen haben dadurch ihre gesundheitliche Situation und ihr Wohlbefinden wesentlich und oft überraschend schnell verbessern können. Derartige Schutzmassnahmen sind bei hochfrequentem Elektromog, der z. B. von Rundfunk- und Fernseh-Sendern, Mobilfunk-Antennen, Radaranlagen, Satelliten, Handys und Schnurlostelefonen ausgestrahlt wird, nur sehr eingeschränkt wirksam, wenn überhaupt möglich. Schliesslich ist die Abstrahlung von Mikrowellen eine Grundvoraussetzung für die Funktion von Sendeanlagen und für die Mobilfunk-Kommunikation. Durch die technische Entwicklung der letzten Jahre und in Zukunft verstärkt werden zusätzlich auch über Stromleitungen hochfrequente Signale transportiert und abgestrahlt. Mikrowellen werden z. B. auch von Mikrowellenherden, Computern, Überwachungsanlagen und elektronisch gesteuerten Maschinen erzeugt. Diese Entwicklung hat zu einer erheblichen Zunahme des hochfrequenten Elektromogs geführt. Eine Vergrösserung des Abstandes oder die Abschaltung der Strahlenquelle

als Schutzmassnahme gegen hochfrequenten Elektromog ist nur selten möglich.

## Die komplette Abschirmung

von einzelnen Räumen oder einem Gebäude z. B. mit Tapeten, Geweben, Folien oder Vorhängen, die den messbaren hochfrequenten Elektromog für technische Zwecke nachweisbar gut abschirmen, ist technisch und finanziell aufwändig. Hinzu kommt aber noch, dass sich die bisher praktizierten Schutzmassnahmen gegen Strahlung von Rundfunk- und Fernsehendern, Radaranlagen, Schnurlostelefonen, Handys und Mobilfunksendern immer häufiger als unzureichend erweisen. Untersuchungen in Gebäuden, die zum Schutz vor Strahlenbelastungen mit erheblichen Kosten messtechnisch nachweisbar perfekt abgeschirmt wurden, haben gezeigt, dass bestimmte, biologisch sehr störende Anteile der hochfrequenten Strahlung bisher nicht abschirmbar sind.

## Warum schützen die bisherigen Abschirmmassnahmen nur unzureichend?

Die offiziell angewandte Physik geht davon aus, dass es sich bei elektromagnetischen Wellen bzw. Strahlen regelmässig um Hertz'sche Wellen = Transversalwellen handelt. Alle heute bekannten Messgeräte können nur diese Wellen registrieren. Jede elektromagnetische Welle beinhaltet jedoch neben dem messbaren transversalen Anteil einen mehr oder weniger grossen Anteil Skalarwellen. Dieser Anteil ist jedoch aufgrund der besonderen Eigenheiten von Skalarwellen mit herkömmlichen Messgeräten

(noch?) nicht messbar. Die Enttäuschung ist dann gross, wenn nach aufwendigen Abschirmungsmassnahmen gegen hochfrequenten Elektromog niedrige Immissionswerte gemessen werden, doch die Benutzer der betreffenden Wohnung noch über dieselben, jedoch nur in dieser Wohnung auftretenden gesundheitlichen Beschwerden klagen. Es handelt sich bei diesen nicht abschirmbaren Elektromoganteilen sehr wahrscheinlich um Potentialwirbel, die durch bestimmte Anlagen und Geräte in Form von sogenannten Longitudinal- oder Skalarwellen erzeugt werden. Auf diese Wellen reagiert der menschliche Organismus genauso wie Tiere und Pflanzen besonders empfindlich. Biophysiker gehen davon aus, dass der menschliche Körper Longitudinalwellen für verschiedene Zwecke verwendet, und dass sie in der Natur sowie innerhalb und zwischen Lebewesen eine bevorzugte Kommunikationsmethode sind.

## Neue Technologie gegen Elektromog

Ein Team von Fachleuten ist deshalb einen völlig neuen Weg zum Schutz vor Elektromog gegangen. Dieser bestand in der Entwicklung eines sogenannten Skalar-Absorbers, der die biologisch schädigenden Anteile elektro-magnetischer Strahlung partiell absorbiert, ohne die technischen Eigenschaften der Strahlung z. B. eines Senders oder eines Handys zu verändern. Dazu waren umfangreiche Forschungs- und Entwicklungsarbeiten erforderlich.

Mehr Informationen im Internet: [www.lebenswert-leben.at](http://www.lebenswert-leben.at)

Spitzbarth Inserat

## Herpasim gegen Fieberbläschen

Similasan AG, die Nummer 1 im schweizerischen Markt homöopathischer Arzneimittel, lanciert in diesen Tagen eine neue Salbe für die Behandlung von Herpes labialis (Fieberbläschen).

Herpasim, so die Bezeichnung des Präparates, ist in Jonen entwickelt worden und als registriertes Arzneimittel ohne Rezept in Apotheken und Drogerien erhältlich. Die neue Salbe ist in der Schweiz einzigartig und erlaubt den betroffenen Personen eine alternative Behandlungsmöglichkeit, die schnell und nachhaltig hilft.

Im Unterschied zu synthetischen Mitteln, die versuchen, die Viren abzutöten (was im Gegensatz zu Bakterien kaum möglich ist), packt die Homöopathie das Problem an der Wurzel an. Weil hinter jedem Ausbruch von Fieberbläschen nachweisbar eine Schwäche des Immunsystems steht, stärkt Herpasim direkt und gezielt das Immunsystem. Die Salbe ist gut verträglich, Nebenwirkungen sind keine bekannt. Dank einer speziellen Tubenform kann die Salbe direkt auf die Bläschen aufgetragen werden. Damit kann die Verschleppung der Viren eingedämmt werden.

Kaspar Weber

# Höngg Zentrum Hö

## TAP – der Tipp der Apotheke!

Senden Sie ein SMS mit dem Text TAP an die Nummer 8400 und Sie erhalten die aktuellen Ratschläge vom Apotheken-Team direkt auf Ihr Handy.



Wenn Sie uns das empfangene SMS in der Apotheke im Brühl zeigen, wartet erst noch eine Überraschung auf Sie.

**APOTHEKE IM BRÜHL**

REGENSDORFERSTRASSE 18 · CH-8049 ZÜRICH-HÖNGG  
TELEFON 01 342 42 12 · FAX 01 342 42 17  
WWW.ZUERIGSUND.CH · INFO@ZUERIGSUND.CH

**JUNGHANS**  
GERMANY · SEIT 1861

- Funksolar-gesteuerte Zeiteinstellung
- Ceramic-Edelstahl
- Safirglas
- 5 bar wasserdicht
- 2 Jahre Garantie

**BRIAN**

Michael Brian  
Goldschmiede und Uhren  
Limmattalstrasse 222  
8049 Zürich  
Telefon 01 341 54 50  
E-Mail: MichaelMBrian@hotmail.com

**Weltneuheit**  
ab Fr. 790.-



Blumengeschäft



**Gardenia**

Limmattalstrasse 197  
8049 Zürich  
Telefon 01 341 27 77

**Frühling  
Frühling**

bunt und duftend,  
wunderschön

Hauslieferdienst

## Sportbrille

**Fr. 168.-**



**Adidas 121 sprocket**

Diese Sportbrille ist erhältlich in acht verschiedenen Farben mit zehn möglichen Filtergläsern, alle mit 100%igem UV-Schutz.

- Kein Beschlagen der Filtergläser
- optische Korrektur mit Clip möglich

**Augenoptik Götti**

Brillen und Kontaktlinsen

eidg. dipl. Augenoptiker  
Limmattalstr. 204, 8049 Zürich  
Telefon 01 341 20 10

## Radwanderwoche auf Kreta



Ihre Reisen AG

Limmattalstrasse 193  
8049 Zürich  
Telefon 01 344 50 70  
mb@travel.ch

Entdecken Sie  
die abwechslungsreichste Insel  
Griechenlands per Velo!  
14. April bis 30. Juni 2003

**Sauna Biosa  
Rütihof-Höngg**

Daniel und Elsi Hänseler  
ärztl. dipl. Masseur  
Naglerwiesenstrasse 6  
8049 Zürich  
Tel. 01 341 36 16

**Sauerstoff-Vital-Kur**  
Sauerstoff bildet die Grundlage der wichtigsten Vitalprozesse im Körper. Sauerstoffmangel und der daraus resultierende Energiemangel ist die Hauptsache für 80% unserer Beschwerden. Schöpfen Sie neue Energie mit einer Sauerstoff-Vital-Kur. Als Heimkur 18 Tage bequem, bei Ihnen zu Hause: Fr. 580.-, als Studiokur bei uns Fr. 410.-. Lassen Sie sich beraten!

## ESTÉE LAUDER

Promotion bis 1. März 03

**Ihr Geschenk  
ab Fr. 60.-**



**IMPULS  
DROGERIE HÖNGGERMARKT  
PARFUMERIE REFORMHAUS DROGERIE**  
LIMMATTALSTRASSE 186 · CH-8049 ZÜRICH · TELEFON +41 1 341 46 16



**SCHOGGI - KÖNIG**

Limmattalstrasse 206  
8049 Zürich-Höngg Tel. 01 341 87 00

4 neue Sorten für Geniesser:

**Chocolat noir  
de Domaine**

Die Aromen edler Kakao-Sorten  
ausgewählter Provenienzen  
erkunden und erleben.

## Leserbrief

**20 Millionen Jahreslohn: gerechter Verdienst oder Abzockerei?**  
Vor kurzem ging die Meldung durch die Presse, Herr Vasella, Chef der Novartis, habe im letzten Jahr insgesamt 20 Millionen Franken Gehalt bezogen. In krassm Gegensatz dazu steht beispielsweise der Lohn einer Beschäftigten im Verkauf, die bei einem 100%-Pensum auf einen Bruttojahreslohn von knapp Fr. 40 000.- kommt. Das ist 500 Mal weniger als Herr Vasella. Ist es da verwunderlich, dass «normale» Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer mit Entrüstung reagieren? Weshalb sind die Unterschiede derart gross? Ist es nicht verständlich, dass breite Kreise den Wirtschaftsführern «Abzockerei» vorwerfen? Welche Politikerinnen und Politiker wehren sich gegen immer grösser werdende Lohnunterschiede?  
Als Mitglied der FDP und Kantonsratskandidatin stehe ich zu einer starken Schweizer Wirtschaft. Unser Land braucht eine gewinnbringende

Wirtschaft: Sie schafft Arbeitsplätze, sie erbringt Dienstleistungen, sie schafft Mehrwert und – sie zahlt Steuern. Wirtschaft und Staat sollen deshalb nicht gegeneinander ausgespielt werden. Der Staat braucht die Wirtschaft als Steuerzahlerin – und die Wirtschaft braucht einen Staat, der Infrastruktur zur Verfügung stellt, der ein funktionierendes Rechtssystem unterhält, der für soziale Sicherheit sorgt usw. Ein solcher Staat bietet unerlässliche Rahmenbedingungen für eine stabile Wirtschaft. Genau dies ist für die Entwicklung unserer Wirtschaft von grösster Bedeutung. Wirtschaft und Staat müssen also aus langfristigen Interessen gut und eng zusammenarbeiten.  
Die **Wirtschaftsführer** sind angehalten, im Interesse einer langfristig stabilen Wirtschaft zu denken und zu handeln. Hauptziel darf nicht nur kurzfristiger Gewinn und persönlicher Profit sein. Gefragt sind heute Führungspersonen, die auch schlechte Zeiten durchstehen, die während Krisen voll für ihr Unternehmen da sind, die Projekte durchtragen mit

Blick auf bessere Zeiten, die ihr Personal als wertvolles Kapital verstehen und dementsprechend behandeln. Es versteht sich daher von selbst, dass die Lohnschere nicht immer weiter aufgehen darf.

In der **Politik** braucht es dasselbe: langfristige Verbindlichkeit und Weitblick, der im Interesse des Ganzen denkt und handelt.

Tonja Jünger,  
Kantonsratskandidatin FDP

## Starke Familien gegen Alkohol- und Drogenprobleme

Die Qualität der familiären Beziehungen und mehr noch eine gute Vertrauensbasis zwischen Jugendlichen und ihren Müttern sind es, die – neben einem gewissen Mass an Beaufsichtigung – die Chancen auf ein gesundes Leben ohne Alkohol- und Drogenprobleme erhöhen. So lauten die zentralen Ergebnisse einer internationalen Schülerstudie, die nach Ansicht der

## Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) in Lausanne auch hierzulande Gültigkeit besitzen.

Der Einfluss des Elternhauses und der Familie auf den Alkohol- und Drogenkonsum des Nachwuchses ist ein oft diskutiertes Thema. Neue Ergebnisse aus einem internationalen Forschungsprojekt zu diesem Thema sind deshalb von grossem Interesse. Fast 4000 Schüler und Schülerinnen im Alter von 14 und 15 Jahren aus fünf europäischen Städten gaben einem Forschungsteam Auskunft über ihre Familiensituation und ihren Umgang mit Alkohol und illegalen Drogen.

### Gute Beziehung zur Mutter nützt

Der Umstand, mit beiden Elternteilen zusammenzuleben, kann als Schutzfaktor gelten, ist aber keine definitive Barriere gegen den Substanzkonsum von Jugendlichen. So lautet ein zentrales Ergebnis der Studie. Wichtiger sind «qualitative» Aspekte der Familienbeziehungen, wobei besonders eine Vertrauensbeziehung

zur Mutter ausschlaggebend ist. Wo diese gegeben ist, wurden von den Jugendlichen in allen Ländern weniger Alkohol und Drogen konsumiert.

Die Ergebnisse zeigen aber auch, dass bei stärkerem Drogenkonsum und gleichzeitigem anderen Problemverhalten wie Kriminalität usw. der Einfluss der Familie auf den Nachwuchs rasch an Grenzen stösst.

Die Jugendlichen ziehen sich dann in für Erwachsene nur schwer zugängliche Gleichaltrigengruppen zurück. Der Grad der elterlichen Aufmerksamkeit und der Beaufsichtigung der Aktivitäten der Kinder spielt nach den Ergebnissen der Fünf-Städte-Studie eine wichtige Rolle für den Substanzkonsum des Nachwuchses. Dies gilt besonders für Jugendliche männlichen Geschlechts.

Diese Resultate sind durchaus auf die schweizerischen Verhältnisse übertragbar. Besonders das Eingebundensein der Jugendlichen in Vertrauensbeziehungen mit den Familienmitgliedern scheint ausschlaggebend, um den Nachwuchs vor Alkohol- und anderen Drogenproblemen zu schützen.

# Höngg

Persönlich  
und in Ihrer Nähe

# Höngg Zentrum



**Könnte nicht genau hier  
Ihr Inserat die gleiche auffallende  
Wirkung erzielen?**

Interessiert?  
Rufen Sie uns an:  
Telefon 01 340 17 06

DESIGNER FASHION  
UOMO & DONNA

## MOSCHINO

Di - Fr: 14:00 - 18:30 • Sa: 11:00 - 18:00 • Mo: Ge.  
Limmattalstr. 195 • 8049 Zürich • Tel. 01 340 05 05

## Aura Flor

### Hausliefer- dienst

Ganze Stadt  
und Agglomeration

Inh. Elisabeth Steinauer  
Limmattalstrasse 167  
8049 Zürich-Höngg

Telefon 01 341 74 00

### Drei Parkhäuser in Höngg

stehen zu Ihrer Verfügung,  
um von dort mit wenigen  
Schritten die Detail-  
geschäfte und  
Dienstleistungsbetriebe  
zu erreichen:

- Höngger Markt
- Meierhofplatz
- Regensdorferstr. bei ZKB

## il punto

Wolle und Mode  
Regensdorferstr. 19  
8049 Zürich  
Telefon 01 341 64 64

**Neu  
eingetroffen!**

## Frühlings- und Sommer-Kollektion Vanilia - CHECK-OUT

BANG & OLUFSEN

# D&B



BeoSound 1

**Eleganz, die vorzüglich  
von sich hören lässt —  
der BeoSound 1  
für klangvolles Wecken  
zu jeder Zeit. Fr. 2130.–**

**tv Reding**  
Limmattalstrasse 124+126  
8049 Zürich  
Telefon 01 342 33 30  
info@tvreding.ch

vor dem Hause



Bäckerei  
Konditorei

# Baur

**St. Galler Brot  
dunkel oder halbweiss,  
eine von vielen Sorten  
aus der Brot-Hitparade  
vom Beck Baur!**

am Meierhofplatz  
8049 Zürich-Höngg  
Telefon 01 341 07 51

Wir offerieren Ihnen auf dem ganzen  
**Luxus-Schreibgeräte-Sortiment**  
von Parker, Waterman  
und Caran D'Ache, bis Ende Februar 2003  
**30 % Rabatt**

## Papeterie Morgenthaler

Ackersteinstrasse 207  
8049 Zürich-Höngg  
Telefon 01 341 13 21  
E-Mail: pap.morgenthaler@bluemail.ch

zen. Nicht entbunden werden können  
die Eltern – und besonders die Väter – von der Pflicht, ein wachsames  
Auge auf die Aktivitäten ihrer Kinder  
zu werfen. Doch darf die Familie  
andererseits nicht als allmächtig  
und für alles verantwortlich angesehen  
werden, wenn es um den Alkohol-  
und Drogenkonsum des Nachwuchses  
geht. Wo junge Leute ein ausgesprochenes  
Problemverhalten zeigen, sollten Eltern  
bei Fachleuten Hilfe suchen.

SFA Lausanne  
Auskunft: Sekretariat Prävention und  
Information; Telefon 021 321 29 85

### Kinder ruhiger Eltern atmen besser

(azpd) Das Klima, das im Elternhaus  
herrscht, lässt sich oft an der Atmung  
der Kinder ablesen. Saubere Luft, frei  
von Tabakrauch und anderen Giften,  
ist sehr wichtig.

Aber auch das psychologische Klima  
spielt eine Rolle. Kinder von ruhigen  
Eltern keuchen deutlich weniger als

Kinder von gestressten Eltern. Das  
hat eine Untersuchung an fast 500  
Kindern aus der Umgebung von Boston  
gezeigt, in deren Familie Asthma  
aufgetreten ist.

### Elterlicher Stress kann das kindliche Immunsystem ungünstig beeinflussen

Dabei hat sich gezeigt, dass schon  
Stress allein das Keuchen verstärken  
kann, unabhängig von Tabakrauch,  
Milben, zu leichtem Gewicht bei der  
Geburt und Asthma bei den Eltern.

Die Fakten deuten darauf hin, dass in  
frühester Kindheit – vielleicht schon  
im Mutterleib – die Weichen für das  
Immunsystem gestellt werden. Dann  
entscheidet sich, ob es auf bestimmte  
Reize zu heftig reagieren wird. Solche  
Überreaktionen sind die Ursache von  
Allergien und Asthma.

Stress ist ansteckend. Er überträgt sich  
von den Eltern auf die Kinder. Bei diesen  
lässt er dann die Hormone Adrenalin  
und Cortison im Blut ansteigen. Sie  
wirken unter anderem auch auf das  
Immunsystem.

### «Flieg Ikarus»

**Am Mittwoch, dem 26. Februar,  
sind H.-P. Allenspach und Guido  
Staub zu Gast im Gemeinschafts-  
zentrum Wipkingen.**

Mit Theater, Musik und Liedern führen  
uns H.-P. Allenspach und Guido Staub  
in die Welt der griechischen Sagen.  
Dädalus flieht mit seinem Sohn Ikarus  
vor Minos, dem König und Herrscher  
über Kreta.

Die selbstgebastelten Flügel sollen ihnen  
dabei helfen. Wie die Geschichte sagt,  
wird Ikarus dabei die Sonne zum  
Verhängnis. Minos glaubt sich schon  
seinem Ziel, Dädalus zu fangen, sicher...  
aber manchmal kommt es anders als  
man denkt.

Die Vorstellung findet am Mittwoch,  
dem 26. Februar, um 15 Uhr im Saal  
des Gemeinschaftszentrums Wipkingen  
statt. Für Kinder ab fünf Jahren und  
Begleitpersonen. Eintritt für Kinder  
acht Franken, für Erwachsene zehn  
Franken.

Die Reservierung im GZ-Sekretariat  
unter Telefon 01 276 82 80 ist emp-

fehlenswert! Die Theaterkasse im  
Kafi Tintenfisch ist ab 14 Uhr geöffnet.

Reservierte Billette müssen bis 14.30  
Uhr abgeholt werden.

### Höngger Senioren- Wandergruppe

**Halb-Tageswanderung  
Mittwoch, 26. Februar**

Route: Milchbuck – Zoo – Stettbach.  
Auf-/Abstieg: unbedeutend. Wanderzeit:  
2¼ Stunden (kann unterbrochen werden).

**Besammlung:** 13.20 Uhr Tram /  
Bushaltestelle Milchbuck (Irchel).  
Mit Bus 72 ab Escher-Wyss-Platz  
(Fahrzeit 8 bis 10 Minuten). Billette:  
Stadtverbund Zone 10. Wanderleiter:  
Hans Jaun und Alex Redard.

*Liebe Wanderfreunde*

Unsere Halbtageswanderung führt  
uns durch den schönen «Zürwald». Vom  
Milchbuck aus durchqueren wir die  
schöne Anlage der Uni Irchel. Weiter  
zum lieblichen Haselweiher und dem  
Vreneligsärtli entlang Richtung  
Rigiblick.

Von hier aus haben wir einen wunderschönen  
Ausblick auf die Alpen. Dem Zoo entlang  
und anschliessend der Abstieg zum  
Aussichtspunkt Ziegelhütte. Im romantischen  
Restaurant gibt es die obligate Kaffee-  
pause. Frisch gestärkt wandern wir  
dem Wald entlang zum kleinen, alten  
Dorfkern Stettbach. Unterwegs  
besichtigen wir die grösste Herde von  
Schottland-Rindern auf der Weide  
vom Bauern Ryffel.

Für die Heimkehr kann das Tram  
oder die SBB benützt werden.

Liebe Wanderfreunde, wir freuen  
uns auf einen schönen Nachmittag.

Die Wanderleiter:  
Hans Jaun und Alex Redard



## Kirchliche Anzeigen

<b>Reformierte Kirchgemeinde Höngg</b>	
9.30	Gottesdienst Pfr. Markus Fässler Kollekte: Werchschüür, Zürich-Seebach Chilekafi Sonnegg Keine Sonntagsschule während den Sportferien Krankenheim Bombach Gottesdienst mit Abendmahl Pfr. Antoine Plüss <i>Wochenveranstaltungen</i> Dienstag, 25. Februar Alterswohnheim Riedhof Stunde des Gemüts Pfr. Markus Fässler <i>Mittwoch, 26. Februar</i> Sonnegg – Café für alle Spielmöglichkeit, Café bis 17.30 Uhr Bauherrenstrasse 53 Senioren-Wandergruppe Halbtageswanderung Route: Milchbuck–Zoo–Stettbach Wanderzeit 2½ Stunden, Besamm- lung 13.20 Uhr Bushaltestelle Milchbuck (Irchel) <i>Donnerstag, 27. Februar</i> Frauen lesen die Bibel bis 11.30 Uhr im Sonnegg Pfrn. Barbara Wiesendanger <i>Freitag, 28. Februar</i> Hauserstiftung 10.00 Andacht Pfarrer Matthias Reuter 12.00 Mittagessen für Seniorinnen und Senioren im Sonnegg an der Bauherrenstrasse 53 19.00 bis 22.00 Uhr «Cave» – der Jugendtreff im Sonnegg für 13- bis 16-jährige Jugendliche
10.00	Kindergottesdienst im Kirchgemeindehaus <i>Wochenveranstaltungen</i> Montag, 24. Februar 15.30 Fiire mit de Chliine <i>Donnerstag, 27. Februar</i> 18.00 Jugendgottesdienst <i>Freitag, 28. Februar</i> 16.15 Kigo im Foyer
<b>Eglise réformée française de Zurich</b> Schanzengasse 25, 8001 Zurich Dimanche, 23 février	
10.00	Culte Pasteur Michel Baumgartner
11.00	Après-culte
<b>Evangelisch-Methodistische Kirche Zürich-Höngg</b> Bauherrenstrasse 44 <i>Sonntag, 23. Februar</i> 10.30 Gebetsgemeinschaft 11.00 Gottesdienst mit Segnung von Beat Jung Predigt: Pfr. Hans-Peter Schaad gleichzeitig Kinderhort <i>Wochenveranstaltung</i> Dienstag, 25. Februar 17.30 Bibelkunde-Unterricht in der EMK Oerlikon	
<b>Pfarramt Heilig Geist Zürich-Höngg</b> <i>Samstag, 22. Februar</i> 18.00 Heilige Messe <i>Sonntag, 23. Februar</i> 10.00 Heilige Messe Opfer: Studentenpatronat Zürich <i>Wochenveranstaltung</i> Montag, 24. Februar 19.30 Meditativer Kreistanz	
<b>Reformierte Kirchgemeinde Oberengstringen</b> <i>Sonntag, 23. Februar</i> 10.00 Gottesdienst mit Pfr. Jean-Marc Monhart Kollekte für Domicil – gemein- nützige Wohnungsvermittlung Zürich	

## Alterswohnheim Riedhof

Mittwoch, 26. Februar, 15 Uhr:  
**Vierhändiges Klavierrezital mit Teemu und Junko Holma.**

Der Riedhof würde sich bei allen An-  
lässen auch über auswärtige Besucher  
sehr freuen. Der Eintritt ist frei.

Jeweils am 3. Dienstag des Monats  
gibt es im Riedhof um 15.00 Uhr eine  
zirka einstündige Information für In-  
teressenten mit einem kleinen Rund-  
gang, Treffpunkt in unserer Cafete-

## Feel the difference

Durch eine klassische Handmassage  
steigert sich Ihr Wohlbefinden –  
Für Damen und Herren. Fr. 70.–

**Sauna Massage Höngg**  
Imbisbühlstrasse 7, Tel. 01 341 53 77

ria. Nächste Information: **18. März.**  
Telefon 01 344 33 33.

Übrigens ist die Cafeteria täglich wie  
folgt geöffnet: von 10 bis 11 Uhr und  
von 14 bis 16.30 Uhr.

## Quartierverein Höngg

«Öis liit Höngg am Herze!» Deshalb  
übernimmt der Quartierverein neben  
der Organisation verschiedener Anläs-  
se auch das Patronat über diverse jäh-  
rlich wiederkehrende Veranstaltungen,  
wie beispielsweise das Wümmefäsch.  
Auch ist er Schirmherr über die Aktivitä-  
ten des Forums, der Kulturkommission  
des Quartiervereins Höngg.

Auch wenn die Vorstandsmitglieder eh-  
renamtlich tätig sind, sind finanzielle  
Mittel notwendig, damit der Quartierver-  
ein seine Aufgaben zum Wohle des  
Quartiers – und in diesem Sinne auch  
für Sie – wahrnehmen kann. Wir sind  
deshalb auf Ihre Mitgliedschaft ange-  
wiesen (mindestens Fr. 20.–/Jahr).  
Denn: «Willst Du ein echter Höngger  
sein, werde Mitglied im Quartierverein!»

*Co-Präsidium:*  
Marcel Knörr und Monika Sacher.

*Kontaktadresse: Quartierverein Höngg,  
Postfach 115, 8049 Zürich,  
Telefonnummer 01 341 66 00.*

## Vereinsnachrichten Sport

**Schweizerische Lebensrettungs-  
Gesellschaft, Sektion Höngg**  
Trainingsangebot im Hallenbad Bläsi

*Für Jugendliche:*  
Montag 18.00 bis 19.00 Uhr  
für ca. 9- bis 15-Jährige

*für Erwachsene:*  
Dienstag 20.00 bis 21.30 Uhr  
Rettungsschwimmen  
und Kondition  
Donnerstag 20.00 bis 21.30 Uhr  
Rettungsschwimmen  
und Fitness  
Freitag 18.00 bis 19.15 Uhr  
Rettungsschwimmen  
Fitness und Kondition

*Aquafit-Kurse*  
auf Anfrage Marta Hunziker  
Telefon 01 341 21 06

*Rettungs-  
schwimm-Kurse*  
auf Anfrage Markus Spillmann  
Telefon 01 726 06 40  
oder Martin Kömeter  
Telefon 01 340 28 40

*Weitere Infos:* www.srlg.ch/hoengg

## Vereinsnachrichten

### Aktuelle Veranstaltungen

#### Standschützen Höngg

Schnupperschiessen 300m mit Sturm-  
gewehr 90 für Jugendliche ab Jahrgang  
1990 bis zur Rekrutenschule oder 20. Al-  
tersjahr. Im Schützenhaus Höngger-  
berg, Kappenbühlstrasse 80, 8049 Zü-  
rich, am Samstag, 22. März, von 14 bis  
16 Uhr. Kosten: fünf Schuss Fr. 3.–; zehn  
Schuss Fr. 6.–.

*Standschützen Höngg, Renato Petrocchi,  
Telefon 01 853 27 49 und Feldschützen-  
verein Oberengstringen, Sabine Pfen-  
ninger, Telefon 01 748 50 60. Anmeldung  
für Schützenkurs/Jungschützenkurs ab  
Jahrgang 1990 bei obenstehenden Per-  
sonen erhältlich.*

### Vereinsnachrichten Jugend

#### Cevi Zürich 10

Christliche, quartierbezogene Kinder-  
und Jugendarbeit des CVJM/CVJF Zü-  
rich 10. Wir treffen uns gruppenweise je-  
den Samstagnachmittag und erleben in  
spielerischer Form Geschichten aus der  
Bibel. Dabei lernen wir, uns in der Natur  
richtig zu verhalten. Erste Hilfe, Seil-  
und Zelttechnik und... spielen miteinander.  
Lager und Weekends sind feste Be-  
standteile und Höhepunkte unseres  
Jahresprogrammes.

*Kontaktperson CVJF (Mädchen):  
Seraina Ruther, Telefon 01 363 75 40*

*Kontaktperson CVJM (Buben):  
David Brockhaus, Telefon 01 371 61 45  
E-Mail: zh10@cevi.ch*

Alle Kinder ab 7 Jahren sind herzlich  
eingeladen, einmal unverbindlich an ei-  
nem Jungcharprogramm mitzumachen.

#### Verein Jugendtreff Höngg

Wir sind ein politisch und konfessionell  
unabhängiger Verein, der sich für die  
Anliegen von Jugendlichen im Quartier  
einsetzt. Im Jugendtreff, der sich neu im  
«Lila-Haus» befindet, treffen sich Ju-  
gendliche (ab zirka 14 Jahren) u. a. zum  
«Hängen», Musikhören, Schwatzen,  
«Töggele» und Billardspielen. Es finden  
aber auch immer wieder verschiedene  
Workshops statt, die vom Malen, Thea-  
terspielen, Tanzen, Fotografieren, Kochen,  
Filme- oder Musikmachen bis hin zum  
Schweissen von Schrottskulpturen  
reichen. Neue Gesichter und Ideen sind  
herzlich willkommen. Für allfällige Fra-  
gen steht das Team (Andreas, Elinor und  
Musa) gerne zur Verfügung.

*Unsere Öffnungszeiten:*  
Dienstag, Mittwoch, Donnerstag und  
Sonntag, jeweils von 17.00 bis 22.00  
Uhr.

*Unsere Adresse:*  
Verein Jugendtreff Höngg,  
Limmattalstrasse 214, 8049 Zürich,  
Telefon 01 341 28 81.

#### Jungschar Waldmann vom Rütihof

Wer sind wir?

Wir sind eine Gruppe von Kindern und  
Leitern, die sich oft am Samstagnach-  
mittag treffen. Gemeinsam entfachen  
wir Feuer, basteln, lachen, spielen, sin-  
gen oder toben uns einfach einmal so  
richtig aus.

Wir erleben miteinander mitreissende  
Abenteuer von Indianern, Rittern; Ge-  
schichten aus der Bibel, wie Mose, Pau-  
lus, Daniel usw. Natürlich haben wir  
auch verschiedene spezielle Anlässe,  
z. B. das «Kerzenziehen für alli»...  
Bist Du zwischen 6 und 14 Jahren alt,  
dann bist Du ganz herzlich eingeladen,  
bei uns zu «schnuppern».  
Wir sind dem Bund Evangelischer  
Schweizer Jungscharen (BESJ) ange-  
schlossen.

*Kontaktpersonen:*  
Barbara Bucher, Telefon 01 341 34 46  
David Keller, Telefon 01 341 50 78  
www.jungscharwaldmann.ch

#### Pfadi St. Mauritius-Nansen

Hast du Lust, den Samstagnachmittag  
sinnvoll mit Kindern und Jugendlichen in  
deinem Alter zu verbringen? Dann bist  
du bei uns genau richtig!  
An unseren Übungen erlebst du span-  
nende Verfolgungsjagden, baust geniale  
Waldhütten, entdeckst neue Spiele,  
lernst mit der Natur umzugehen und  
triffst neue Freunde.  
Die Pfingst- und Sommerlager sowie die  
Weekends sind die Höhepunkte unse-  
res Pfadijahres.

Haben wir dein Interesse geweckt und  
bist du zwischen 6 und 16 Jahre alt?  
Dann melde dich für eine Schnupper-  
übung bei:

*Fabian Rohrer/Penalty, Tel. 01 341 93 84  
Laura Coradi/Mikesch, Tel. 076 376 13 97  
www.pfadismn.ch*

Ein **Schmuckstück**  
mache ich aus Ihrem

## antiken Möbel

- Restaurationen
- Reparaturen

Eine Anfrage lohnt sich!

**Chris Beyer, Schreiner**  
Telefon 01 341 25 55

### Vereinsnachrichten Musik · Tanz · Gesang

#### Männerchor Höngg

Unser Chor ist offen für Sänger in allen  
Stimm- und Lebenslagen. Der Probe-  
abend ist jeweils am Mittwoch, 20 Uhr,  
im reformierten Kirchgemeindehaus  
Höngg an der Ackersteinstrasse 188.  
Wir singen Schlager, Spirituals, Folk,  
Klassik usw.

*Kontakt:*  
Unverbindlicher Probenbesuch oder te-  
lefonisch an Christian Schmidt, Mobil  
079 633 27 89. Infos: www.maennerchor-  
hoengg.ch

#### Zürcher Freizeit-Bühne

seit 110 Jahren der Höngger-Theater-  
verein. Für unsere Mundart-Volksthea-  
ter-Inszenierungen (Lustspiel, Komödie,  
Schwank, Schauspiel, Drama, Krimi  
usw.) suchen wir laufend neue Mitglie-  
der (w. und m.) jeglichen Alters. Auch  
Anfänger sind bei uns gerne gesehen!  
Wenn vielleicht die «neuen» Rollen  
schon verteilt wurden, weil unsere neue  
Saison bereits auf Hochtouren läuft, bist  
Du uns trotzdem jederzeit herzlich wil-  
kommen und kannst Dich bei uns hinter  
der Bühne einleben in unser aktives Ver-  
einsleben! Wir proben jeden Mittwoch-  
abend auf der Werdinsel ZH-Höngg und  
geniessen dort auch die Geselligkeit!

*Infos unter Telefon 01 482 83 63, Heinz  
Jenny, oder Telefon 01 803 07 15, Markus  
Ulrich, oder zfb@bluewin.ch*

#### Reformierter Kirchenchor Höngg

Wir proben jeden Donnerstag, 20.00 bis  
zirka 21.45 Uhr, im reformierten Kirchge-  
meindehaus, Ackersteinstrasse 190.  
Pro Jahr singen wir in acht bis neun Got-  
tesdiensten, und auch die Geselligkeit  
kommt bei uns nicht zu kurz. Wir freuen  
uns über jede neue Sängerin. Tenöre  
und Bässe sind ganz besonders wil-  
kommen.

*Weitere Auskünfte:*  
Nelly Sieber, Präsidentin, Bombach-  
strasse 1, 8049 Zürich, Tel. 01 341 71 84

#### Pestalozzi-Bibliothek Höngg

*Kirchgemeindehaus, Ackersteinstr. 190,  
Telefon 01 341 88 26*

Grosse Auswahl an Kinder- und Erwach-  
senenbüchern. Romane deutsch und  
englisch, Erzählungen, Krimis und Thril-  
ler, Grossdruck- und Sachbücher. *Mu-  
sik- und Kinder-CDs, Kinder-CD-Roms,  
Videos und DVDs.*

*Laufend Neuerscheinungen!*

*Öffnungszeiten*

Dienstag	15.00–19.00
Mittwoch	9.00–12.00 13.00–16.00
Freitag	15.00–19.00
Samstag	10.00–12.00

### Vereinsnachrichten Sozialdienste

#### Spitex-Zentrum Höngg

**Gemeindekrankenpflege – Hauspflege  
– Haushilfe**

Für alle drei Dienste  
gemeinsame Tel.-Nr. **01 341 10 90**  
*Montag bis Freitag 8.00 bis 12.00 Uhr  
und 14.30 bis 16.00 Uhr*

**Ambulatorium** Gemeindekrankenpfe-  
ge im blauen Haus des Höngger Mark-  
tes, Limmattalstrasse 186, 2. Stock. Ein-  
gang auf Seite des kleinen Riegelhau-  
ses.

*Montag, Mittwoch und Freitag,  
14.30 bis 16.00 Uhr nach Voranmeldung*

#### Verein claro Weltladen Höngg

Am Meierhofplatz Orsinihaus  
Limmattalstrasse 178, 8049 Zürich  
Telefon 01 341 03 01

Im Verein claro Weltladen Höngg enga-  
gieren sich Menschen aus dem Quartier  
für entwicklungs- und umweltpolitische  
Anliegen. Mit dem Fairen Handel versu-  
chen wir partnerschaftliche Beziehun-  
gen zu benachteiligten Regionen zu  
knüpfen und diesen eine langfristige  
Entwicklungschance zu bieten.

Wir freuen uns über neue Mitglieder, die  
sich in diesem Sinne und nach individu-  
ellen Möglichkeiten bei uns engagieren  
möchten.

*Für weitere Fragen wenden sie sich bitte  
an Christine Höötmann, Hohenklingen-  
strasse 29, 8049 Zürich, Tel. 01 341 07 84,  
oder schauen sie einfach bei uns im La-  
den vorbei!*

#### Verein Wohnheim Frankental

Limmattalstrasse 414

Betreuung, Beschäftigung und Pflege  
von Menschen mit einer geistigen Be-  
hinderung. Wir freuen uns über neue  
Mitglieder und freiwillige Kontaktperso-  
nen für unsere Pensionärinnen und Pen-  
sionäre. Für Auskünfte wenden Sie sich  
an die Heimleitung. Wir stehen Ihnen  
gerne zur Verfügung, Tel. 01 341 97 10.  
PC für allfällige Spenden Nr. 87-45619-1.

#### Krankenmobilen-Magazin

Samariterverein Höngg

Ackersteinstrasse 190, Tel. 01 341 51 20.  
Öffnungszeiten: Montag, Dienstag, Mitt-  
woch und Freitag von 9.00 bis 11.30 Uhr,  
Dienstag auch abends von 18.00 bis  
19.00 Uhr. (Donnerstag und Samstag  
geschlossen) – Notfalltel. 01 341 14 04  
oder 01 341 35 52.

### Vereinsnachrichten Sport

#### Armbrustschützen Höngg

*Trainingsangebot  
im Armbrustschützenhaus Höngg*

**Jugendliche  
10- bis 20jährige**

Mittwoch 18.00 bis 20.00 Uhr

**Erwachsene**

Dienstag 18.00 bis 20.00 Uhr  
Donnerstag 18.00 bis 20.00 Uhr

*Kontaktadresse:  
Peter De Zordi, Schulstrasse 150,  
8105 Regensdorf, Telefon 01 840 55 38*

#### Runners Team Hönggerberg

Jeden Montag  
Lauftraining: 18 Uhr, Schützenhaus  
Hönggerberg. Alle Stärkeklassen, Teil-  
nahme gratis.

*Auskunft erteilt gerne:  
Christian Marti, Telefon P 01 341 21 34,  
Telefon G 801 28 56*

#### Damen- und Frauenriege des TV Höngg

Unser Angebot für Erwachsene

Montag Seniorinnen  
Turnhalle Lachenzel\* 17.00–18.00 Uhr

Montag Seniorinnen  
Turnhalle Lachenzel\* 18.00–19.00 Uhr

Montag Frauen  
Turnhalle Lachenzel\* 19.00–20.10 Uhr

Montag Frauen  
Turnhalle Lachenzel\* 20.20–21.30 Uhr

Dienstag Jogging  
Turnplatz Hönggerberg 8.45–9.45 Uhr

Dienstag Rhönradturnen  
Turnhalle Rütihof 19.30–21.45 Uhr

Dienstag Kondi für alle  
Turnhalle Lachenzelg 20.00–21.00 Uhr

Mittwoch Walking  
Turnplatz Hönggerberg 9.00–10.00 Uhr

Mittwoch Seniorinnen  
Turnhalle Rütihof 14.45–15.45 Uhr

Mittwoch Volleyball  
(Allround)  
Turnhalle Lachenzelg 20.00–22.00 Uhr

Mai bis Oktober  
Turnplatz Hönggerberg

Donnerstag Walking  
(nur Mai bis Oktober)  
Turnplatz Hönggerberg 18.30–19.30 Uhr

Donnerstag Gymnastik  
Turnhalle Lachenzelg 20.00–21.30 Uhr

*Auskunft erteilt gerne die TK-Präsidentin  
Marianne Schraner, Telefon 01 311 67 11*

*Für Rhönradturnen  
Nicole Schuhmacher, Telefon 01 321 34 83*

Unser Angebot für die Jugend

Montag, Dienstag und Mittwoch  
Mädchenriegen Allround  
in zwei Altersgruppen

Donnerstag  
Geräteturnen Unterstufe und  
Mittelstufe

Kinderturnen (Kindergartenalter)  
auf Anfrage

Mutter- und Kind-Turnen (ab 3 Jahren)  
auf Anfrage

*Auskunft erteilt gerne  
für die Mädchenriegen  
Lydia Pulfer, Telefon 01 341 85 62*

*für Muki- und Kinderturnen  
Anita Kühne, Telefon 01 341 03 83*

*Weitere Auskünfte gibt gerne die Präsi-  
dentin Ruth Stössel, Tel. 01 341 28 45*

## DAS GRABMAL



## DIE GESTALTUNG

A. Wüst

Grabmale  
eidg. dipl. Bildhauermeister

### Seebach:

Seebacherstrasse 131 a  
8052 Zürich  
Telefon 01 302 55 77

mit Bus Nr. 80 bis Glaubten,  
dort umsteigen in Bus Nr. 29 bis  
zum Friedhof Schwandenholz,  
30 m nach Haltestelle rechts.

**www.wuest-bildhauer.ch**

### Zivilstandsnachrichten

#### Bestattungen

**Brunner** geb. Heeb, Else Marie, geb.  
1924, verwitwet von Brunner, Paul;  
Limmattalstrasse 371.

## Wir gratulieren

Wer das Gute, Schöne und Wahre in seinem Herzen wohl begründet hat, dem wird es so leicht nicht entrissen werden.

Liebe Jubilarinnen und Jubilare

Wir wünschen Ihnen einen frohen und glücklichen Geburtstag. Auf dem Weg durch das neue Lebensjahr möchten wir Sie mit vielen guten Wünschen begleiten.

### Geburtstag feiern:

22. Februar Frau Diana Altermatt Riedhofweg 4	85 Jahre
23. Februar Herr Ernst Uttinger Rütihofstrasse 3	80 Jahre
Herr Alfred Koch Limmattalstrasse 224	90 Jahre
24. Februar Frau Margrit Lienhart Kappenbergweg 9	85 Jahre
25. Februar Frau Dora Meier Im Wingert 24	80 Jahre
Herr Stephan Stutz Michelstrasse 38	80 Jahre
Frau Frieda Wintsch Regensdorferstrasse 153	85 Jahre
Frau Rosalie Rinderknecht Winzerhalde 109	97 Jahre
26. Februar Frau Lilly Siegenthaler Schwarzenbachweg 8	85 Jahre
27. Februar Frau Margrit Imoberdorf Winzerhalde 24	80 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, Imbisbühlstrasse 159, 8049 Zürich, zugestellt werden. Vergessen Sie bitte nicht, Ihre genaue Adresse und das Geburtsdatum zu erwähnen.

## Ausschreibung Bauprojekte

(§314 des Planungs- und Baugesetzes)

**Planaufgabe:** Amt für Baubewilligungen, Amtshaus 4, Lindenhofstrasse 19, Büro 003, (8.00 bis 9.00 Uhr; Plan-einsicht zu anderen Zeiten nur nach telefonischer Absprache, Telefon 01 216 29 85/83).

**Dauer der Planaufgabe:** 20 Tage vom Datum der Ausschreibung im «Zürich-Express» an.

**Interessenwahrung:** Begehren um Zustellung von baurechtlichen Entscheidungen müssen innert 20 Tagen seit der Ausschreibung im «Zürich-Express» bzw. im kantonalen Amtsblatt schriftlich beim Amt für Baubewilligungen gestellt werden (§315 des Planungs- und Baugesetzes, PBG). Wer den baurechtlichen Entscheid nicht rechtzeitig verlangt, hat das Rekursrecht verwirkt (§ 316 Abs. 1 PBG).

Die Zustellung des baurechtlichen Entscheids ist gebührenpflichtig und erfolgt per Nachnahme. Es erfolgt nur ein Zustellversuch. Bei Abwesenheit ist die Zustellung sicherzustellen.

**Giblenstrasse nach 61,** Neubau eines provisorischen Schulpavillons, Freihaltezone, Stadt Zürich, Vertreter: Amt für Hochbauten, Lindenhofstrasse 21.

14. Februar 2003  
Amt für Baubewilligungen

## GZ aktuell

Gemeinschaftszentrum Wipkingen,  
Breitensteinstrasse 19a, 8037 Zürich,  
Telefon 01 276 82 80, Fax 01 271 98 60

### Kein Kulinarischer Freitagabend!

Wegen der Schulferien fällt der kulinarische Abend vom Freitag, 21. Februar, aus!

### World Music Disco / IG Binational

Samstag, 22. Februar, 19.30 Uhr, im GZ-Saal. Anschliessend an die GV der IG Binational erklingen heisse Rhythmen und exotische Klänge aus Afrika und Lateinamerika und laden zum Tanzen ein. Unkostenbeitrag für Nichtmitglieder: Fr. 5.–.

### Sonntagswerken in der Holzwerkstatt

Sonntag, 23. Februar, 11.00 bis 17.00 Uhr, für Gross und Klein!

### Kindertheater «Flieg Ikarus»

Mittwoch, 26. Februar, 15.00 Uhr. Für Kinder ab 5 Jahren. Eintritt: Fr. 8.– (K), Fr. 10.– (E). Telefonische Reservation im GZ-Sekretariat empfehlenswert, Telefon 01 276 82 80.

**Werkatelier und Holzwerkstatt**  
**Abend der offenen Türen!** Mittwoch, 26. Februar, 18.30 bis 21.30 Uhr.

## Männer im Alter

Über Männer im Alter weiss man noch wenig. Das Alter ist weiblich – doch wie lebt die männliche Minderheit? Der Altersforscher François Höpflinger hat in einer Fachpublikation von Pro Senectute einige Fakten und Beobachtungen zusammengetragen.

### Spannende Fragen

Frauen haben in unserem Land eine im Durchschnitt sechs Jahre längere Lebenserwartung als Männer. Wie kommt es, dass Männer weniger lang leben? Wie leben ältere Männer in einer hauptsächlich von Frauen geprägten Alterskultur? Was bedeutet das für ihre Männlichkeit – und welchem Wandel sind männliche Rollenbilder im Alter unterworfen? Was brauchen Männer im Alter von der Gesellschaft? Spannende Fragen, die bislang viel zu wenig Beachtung gefunden haben! Erst langsam beginnen sich Forschung, Medien, Politik und Altershilfe für das Thema «alternde Männer» zu interessieren.

### Wie können Männer gut altern?

Die Grundfrage ist: Wie können Männer gut altern? Die Stiftung Pro Senectute sucht – ohne im geringsten die Frauen aus dem Blick zu verlieren – Antworten auf diese Frage. Deshalb hat sie den Soziologen und Altersforscher François Höpflinger gebeten, eine Studie zu erstellen, die das zusammenfasst, was man heute über das Thema weiss.

### Fachpublikation

Die Ergebnisse dieser Studie liegen inzwischen als Fachpublikation vor. Sie trägt den Titel «Männer im Alter». Die Fachpublikation ist zum Preis von Fr. 15.– erhältlich bei: Pro Senectute Schweiz, Geschäfts- und Fachstelle/Kommunikation, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich, Telefon 01 283 89 89, Fax 01 283 89 80, E-Mail verlag@pro-senectute.ch.

He·OPTIK  
Brillen und Kontaktlinsen

**Kinder-  
Brillen**

**Unser  
Sonderangebot!**

- Sie bezahlen nur die Fassung.
- Die Gläser (6/2) bezahlt die KK.

Limmatstrasse 168  
Am Meierhofplatz  
Telefon 01 341 22 75

Restaurant  
**Grünwald**

Regensdorferstrasse 237 · 8049 Zürich  
Telefon 01 341 71 07



Wir verwöhnen Sie zur Abwechslung mal mit **fernöstlichen Gerichten**

Weiterhin im Angebot sind unsere beliebten

**Fondues**

Laufend neueste Informationen über [www.gruenwald.ch](http://www.gruenwald.ch)

## Der Steuerfuchs

Christa Zdarsky lic. oec. HSG bringt Ihre Buchhaltung, Steuern, Administration in Ordnung

**Junioren** (bis 25) und **Senioren** (ab 60) erhalten Rabatt von 10 %.

Vereinbaren Sie einen Termin:  
**Telefon 01 341 93 67**, 10 bis 20 Uhr (Samstag 10 bis 17 Uhr)

Regensdorferstrasse 2, 8049 Zürich

Coiffure  
Jasmin

Der kleine Salon  
mit Ambiance

Hedy Zimmerli  
Limmattalstrasse 59  
8049 Zürich ☎

Telefon 01 342 14 86



**Samariterverein  
Zürich-Höngg**

## Einladung

an alle Ehren-, Frei- und Aktivmitglieder zur 109. ordentlichen Vereinsversammlung am Freitag, 14. März 2003, 19.30 Uhr im katholischen Pfarreizentrum, Limmattalstrasse 146 in Zürich-Höngg

### Traktanden

1. Wahl der Stimmzähler
2. Protokoll der 108. ordentlichen Vereinsversammlung vom 15. März 2002
3. Jahresbericht 2002
4. Genehmigung der Jahresrechnung 2002
  - 4.1 Verein
  - 4.2 Fonds
  - 4.3 Krankenmobiliemagazin
  - 4.4 KMM-Fonds
  - 4.5 Gesamtrechnung
  - 4.6 Revisorenbericht
  - 4.7 Entlastung des Vorstandes
5. Festsetzen des Jahresbeitrages 2003
6. Voranschläge 2003
  - 6.1 Verein
  - 6.2 Krankenmobiliemagazin
7. Wahlen
  - 7.1 Präsidium
  - 7.2 Vorstandsmitglieder
  - 7.3 Samariterlehrer
  - 7.4 Ersatzrevisor
8. Anträge der Mitglieder/ des Vorstandes
9. Jahresprogramm 2003
10. Ernennungen und Ehrungen
11. Datum der 110. ordentlichen Vereinsversammlung 2004
12. Verschiedenes

Um 19.30 Uhr wird das Nachtessen serviert. Die Versammlung beginnt ungefähr um 20.30 Uhr. Anschliessend bleibt genügend Zeit, um beim gemütlichen Zusammensitzen Kaffee und Dessert zu geniessen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.  
Freundliche Grüsse

Samariterverein Zürich-Höngg  
Vorstand und SamariterlehrerInnen



Mittwoch, 26. Februar,  
5. und 12. März,  
ab 18.00 Uhr

**Es darf gemuschelt werden**

Griechischer Bauernsalat  
Frische Miesmuscheln in Weisswein und Kräutern gedämpft mit Knoblauch- oder Baguette-Brot

Portion inkl. Salat Fr. 28.50  
Kl. Portion inkl. Salat Fr. 23.80

**Crêpes-Variationen**

mit Kalbshaxen-Ragout  
Wurzelgemüse oder Quorn

vom Wagen serviert

Freitag, 7. März und 4. April,  
ab 18.00 Uhr

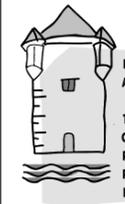
Portion inkl. Salat Fr. 24.–  
Kl. Portion inkl. Salat Fr. 19.50

Das Brühlbach-Team freut sich auf Ihren Besuch  
**Telefon 01 344 43 36**

Seniorenresidenz Im Brühl  
(oberhalb Migros Höngg)

## RISTORANTE LA TORRE

Hardturmstrasse 126, 8005 Zürich  
Telefon 01 440 66 77 [www.latorre.ch](http://www.latorre.ch)  
Telefax 01 440 66 79



**Hochzeit  
Kommunion  
Taufe  
Firmung  
und andere Feste**



### Lo Chef consiglia

Rohschinken aus Parma  
½-Portion Fr. 17.50, 1/1-Portion Fr. 26.50  
\*\*\*\*

Hausgem. Teigwaren mit Broccoli und Cherrytomaten  
½-Portion Fr. 15.50, 1/1-Portion Fr. 20.50  
\*\*\*\*

Hausgem. Ravioli gefüllt mit schwarzem Trüffel an Rahmsauce ½-Portion Fr. 20.50, 1/1-P. Fr. 29.50  
\*\*\*\*

Pizza mit Speck, rotem Chicorée und Mais Fr. 22.50  
\*\*\*\*

Kalbsschnitzel an Marsala-Sauce mit Risotto Fr. 32.50  
\*\*\*\*

Wolfsbarschfilet mit Crevetten an Prosecco-Sauce mit Reis Fr. 39.50  
\*\*\*\*

Empfehlung Monatswein:

Casale dei Biscari, 1998, Sicilia nero d'Avola, 10 Monate in Barriques gelagert,  
**Spezialpreis: 1 dl Fr. 7.50 / 7,5 dl Fr. 52.50**

500 m<sup>2</sup> Gartenrestaurant mit Spielgeräten für Kinder · Parkplätze in Tiefgarage

Inserate in verschiedenen Formen  
und Grössen bestellen Sie ganz einfach bei Telefon 01 340 17 06  
oder via E-Mail: [inserterate@hoengger.ch](mailto:inserterate@hoengger.ch)

**PFARREIFASNACHT  
HEILIG-GEIST**

**V. I. P.**  
Motto: Very Important Persons

**Höngger Pfarreifasnacht  
Kath. Kirchenzentrum Heilig-Geist**

**1. März 2003** Für Kinder ab 15 Uhr  
Für Erwachsene ab 19 Uhr  
Musik, Tanz, Unterhaltung  
Maskenprämierung,  
Open End

**Alle 5 Sekunden erblindet aus Armut ein Mensch, jede Minute ein Kind...**

Helpen Sie mit, einem Menschen in der «Dritten Welt» das Augenlicht zu retten.



Postfach, 8027 Zürich, Telefon 01-202 21 71  
[www.cbm.ch](http://www.cbm.ch), Spenden: Postkonto 70-1441-5

**Christine Demierre**  
**Betrifft: Ansprüche**  
Jeder Mensch hat Erwartungen und Ansprüche, traut sich aber nicht, sie zu äussern. Trotzdem versuchen wir, sie zu ahnen und zu erfüllen.  
Ihre Apotheke

**LIMMAT APOTHEKE**  
Tel. 01 341 76 46

## Bettenreinigung in einem Tag!

Decken und Kissen werden morgens abgeholt und in einem Tag aufgefrischt. Inhalt reinigen: Decken Fr. 25.-, Kissen Fr. 10.-. Neue Stoffe und Nachfüllung auf Wunsch. Nur 1a-Qualitäten, kein Lebendrupf! Neue Decken und Kissen, auch Spezialanfertigungen. Direktverkauf aus eigener Fabrikation.

**Bettwaren  
Kloten**

**BETTFEDERNREINIGUNG**  
**POTEMA®**  
**MOBILE MATRATZENREINIGUNG**  
**ZOLLINGER + CO. AG**

• 8302 Kloten, Oberfeldstrasse 10  
Telefon 01 813 06 91  
Mo-Do 14-18, Fr 13.30-17 Uhr  
Samstag auf Voranmeldung

**8197 Rafz**  
Hüslhof 22a, Telefon 01 869 10 75  
www.rafzfeld.com

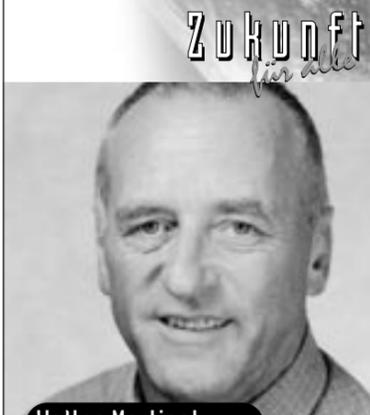
008-012434

FELDENKRAIS  METHODE

Für AnfängerInnen Christiane Renfer  
ab 3. März, Tel. 01 341 02 53  
Mittwochabend chrisrenfer@dplanet.ch

**Zeit für eine professionelle  
Zahnreinigung? Oder  
möchten Sie weisse Zähne?**  
Ihre persönliche Dentalhygienikerin SRK berät  
Sie gerne in einer neuen modernen Praxis.  
Telefon 01 342 55 07 - 076 441 00 00  
DH Care, Limmattalstr. 177, Höngg - Tram Nr. 13

IN DEN KANTONS RAT



**Walter Martinet**

52, verheiratet, 2 Kinder  
Heimleiter

**Liste 6**

In den Regierungsrat

www.gerhardfischer.ch



**EVP**

Evangelische Volkspartei Zürich 6/10

## GESUNDHEITSPRAXIS

- Augendiagnose
- Akupunkt- und Reflexzonentherapie
- Spagyrik/allg. Homöopathie

Tel. Voranmeldung 079 263 02 03  
Winzerstrasse 99, 8049 Zürich

A. Bleisch, dipl. Therapeut



## Ihre Fahrschule im Quartier

## Fahrschule Schmid

Erika und Hans Schmid  
Bekannt für guten Unterricht  
Obligatorischer  
Verkehrskunde-Unterricht  
Jeden Montag Kursbeginn

**Telefon 01 341 42 60**

Mobil 079 406 56 02  
Giblenstrasse 25

**Sie bürgt für neuzeitlichen  
methodischen Unterricht**



## ZEIT VERSCHENKEN

Nachbarschaftshilfe.  
Rufen Sie uns an.

Montag bis Freitag  
9.00 bis 11.30 Uhr

**NEUE** einsatzfreudige  
Mitglieder sind jederzeit  
herzlich willkommen.

Firmengründungen · Steuern ·  
Revisionen · Buchhaltungen ·  
Beratungen

## Treuhandbüro Heinz P. Keller

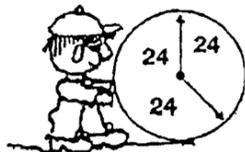
Eidg. dipl. Buchhalter/Controller  
Limmattalstrasse 206, Postfach 3122, 8049 Zürich  
Telefon 01 341 35 55, Fax 01 342 11 31  
E-Mail: hpkellertreuhand@swissonline.ch

www.pape-kochschule.ch

Telefon 079 638 19 89

HAUSBETREUUNGSDIENST  
für Stadt und Land AG

**365 Tage im Jahr  
24 Stunden pro Tag**



Unser Angebot ermöglicht es Ihnen,  
daheim betreut und gepflegt zu werden.  
Wir helfen, es gibt nichts, was wir nicht  
tun für Sie. Wir sind rund um die Uhr im  
Einsatz.

Rufen Sie uns an:

Telefon **01 342 20 20**

Fax 01 342 20 23

**Radio/TV/HIFI Reparaturen**  
Burkhardt **01 363 60 60**  
TV HIFI Video Rötelstrasse 28  
www.radio-tv-burkhardt.ch

## Liegenschaftenmarkt

Für einen Kunden  
suchen wir in Höngg

## ein MFH

mit mindestens  
6 Wohnungen.

Angebote bitte an:  
André Böhlen  
Liegenschaftsverwaltung  
Bauherrenstrasse 33  
8049 Zürich  
Tel. 079 514 10 64

**Hönggerberg,**  
Ferdinand-Hodler-Strasse

exklusiv, ruhig, sonnig und zentral  
**5.5 Zi. Wohnung** mit Cheminee und Aus-  
sicht zu verkaufen

Helle, überhohe Räume, sowie Lift und 2  
Nasszellen zeichnen dieses Objekt aus  
VP 1'350'000.- Sfr.

Für Infos oder eine Besichtigung steht  
Ihnen Frau Jacqueline Grahofer, Tel.  
079/3581149 jederzeit gerne zur Verfü-  
gung

**RE/MAX** Jacquelin. Grahofer  
**079 358 11 49**  
Winterthur Shop: Marktgasse 28  
Weitere Angebote unter: www.remax.ch

**Räume** Wohnungen, Keller usw.  
**Hole** Flohmarktsachen ab  
**Kaufe** Antiquitäten  
Telefon 01 341 29 35  
Mobil 079 405 26 00, M. Kuster

In einer kleineren Eigentümergemein-  
schaft in **Zürich-Höngg** verkaufen wir  
folgende UN-Garagenplätze

**1 Einzelplatz Fr. 35 000.-**

**1 Doppelplatz**

**hintereinander**

(der hintere Platz ist von Beton-  
wänden umgeben und als Keller/  
Abstellraum mit einer Metalltüre  
abgetrennt)

**Fr. 50 000.-**

**BLATTMANN IMMOBILIEN-TREUHAND**  
Telefon 01 341 04 25

Zu **mieten** gesucht  
im Raum Frankental-Wartau

## Einstellplatz für PW

Telefon 01 341 09 52

In Zürich-Höngg, an zentraler Lage  
(Hönggermarkt), vermieten wir nach  
Vereinbarung freie

## Garagenplätze

in einer Einstellhalle.

Miete pro Monat Fr. 162.-, inkl. MWSt.

Auskunft/Besichtigung:  
Telefon 01 225 28 31, l.kunz@seitzmeir.ch  
oder www.seitzmeir.ch

**Seitzmeir Immobilien AG**  
Bahnhofstrasse 73, 8001 Zürich

**Umzüge** 1 bis 4 Zimmer  
Schrankmontage  
Sperrgut-Abfuhr  
Seit 26 Jahren  
**Fr. 95.-/Std.**  
2 Männer+Wagen **079 678 22 71**

## Schnell-Umzüge

Einlagerung, Reinigen, Entrümpeln, Entsorgen.  
Kaufe Möbel, Teppiche, alte Sachen. Seriös.

**10% AHV-Rabatt**  
**Gratis ☎ 0800 800 907 Gratis-Offerte**

**Vielseitig engagiert:**  
Tiere mit allen Sinnen erleben – im Zoolino

Die ZKB unterstützt den Zoo Zürich  
und das neue Zoolino.



www.zkb.ch

Die nahe Bank

 **Zürcher  
Kantonalbank**

## Steuererklärung 2002

ab Fr. 60.-, Rentner ab Fr. 50.-

Allgemeine Steuer-und Vermögensberatung  
seit über 25 Jahren

Telefon 01 340 20 06

## aiki-dojo.ch

traditionelles Aikido

**NEU** Limmattalstr. 140 in Höngg

Roland Spitzbarth, 4. Dan, Tel. 079 350 15 66

**Training für Jugendliche**

**Donnerstag 18.15 bis 19.15 Uhr**

**合気道**  
Eintritt jederzeit – Probelektion gratis

## Herren-Coiffeur Michele

in Zürich-Höngg  
Limmattalstrasse 236

Öffnungszeiten:

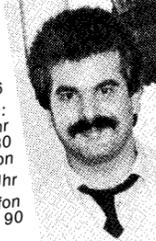
Di bis Do 8 bis 18.30 Uhr

Freitag 8 bis 18.30

nur auf Reservation

Samstag 7.30 bis 16 Uhr

Telefon  
01 341 20 90



Blattner Inserat

## PADO

### Swiss-Cosmetic

Doris und Paul Scherrer  
Regensdorferstrasse 27  
8049 Zürich  
Telefon 01 342 90 70

- Cosmetic
- Pédicure
- Nail-Studio
- Camouflage  
Make-up/Beratung
- Fussreflextherapie
- Schlankheits-  
Behandlung

## BRUDER & ZWEIFEL GARTENBAU

**Wir sind Spezialisten auf:**

- Gartenpflege
- Baumpflege
- Gartenumänderungen
- Neugestaltungen von Gärten

Limmattalstrasse 133, Postfach, 8049 Zürich  
Telefon **079 677 15 43**, von 7.00 bis 18.00 Uhr

Brugger Treuhand Inserat