



Zahnarzt
im Zentrum von Höngg
Dr. med. dent. Silvio Grilec

Über 25 Jahre im Dienste der
Zahngesundheit in Höngg

Limmattalstrasse 204, 8049 Zürich
Telefon 044 342 44 11
www.grilec.ch

Räume Wohnungen usw.
Hole Flohmarktsachen ab
Kaufe Antiquitäten

Mobil 079 405 26 00
M. Kuster, hm.kuster@bluewin.ch



**Sauberkeit:
unsere stärkste Seite.**

POLY-RAPID AG
Facility & Clean Services
www.poly-rapid.ch, Tel. 058 330 02 02

POLYRAPID
SAUBERE ARBEIT

Online seit 30. Oktober 2019

«Kapitel 10»: Buchhandlung eröffnet in Höngg

Seit Ende Oktober gibt es in Höngg auch eine Buchhandlung. Das «Kapitel 10» soll ein Ort werden, um zu verweilen und sich inspirieren zu lassen.

..... Patricia Senn

Es war eine glückliche Fügung: Ein Gedanke, der schon lange schwebte, ein Bericht in dieser Zeitung, eine freie Lokalität, die sofort den Gedanken auslöste: «Das ist es! Hier eröffne ich meine Buchhandlung» und eine aufgeschlossene Hausbesitzerin, die das Vorhaben unterstützte. All diese Zutaten führten schliesslich dazu, dass Andreas Pätzold nun auf einem bordeauxfarbenen Sofa sitzt, in seinem Laden an der Limmattalstrasse 197, wo er sich schon jetzt wohl fühlt, auch wenn noch nicht alles fertig eingerichtet ist. Seit zehn Jahren lebt Pätzold mit seiner Familie in Höngg und vermisste eine Buchhandlung in diesem Quartier, in dem sonst alles zu finden ist. Die Lage ist perfekt: Es gibt Laufkundschaft, die Tram- und Bushaltestelle liegt in unmittelbarer Nähe und vor dem Fenster könnten ein paar Sitzgelegenheiten Platz finden. Eine Auszeit vom Alltag nehmen, in Büchern blättern, sich inspirieren lassen, das ist es, was er seinen Besucher*innen anbieten will. Sein Sortiment besteht aus Romanen und Krimis, einer grossen Auswahl an Kinder- und Jugendbüchern – aber auch Ratgebern für Eltern – sowie Sachbüchern, darunter Reiseführer, Kochbücher



Andreas Pätzold in seiner Buchhandlung «Kapitel 10» mitten in Höngg.
(Foto: Marion Nitsch)

und Biografien. Alles, was nicht vor Ort in den Regalen steht, kann

..... Schluss auf Seite 3

Unsichtbare Spange



Dr. Christoph Schweizer
Fachzahnarzt für Kieferorthopädie

Limmattalstrasse 123, 8049 Zürich
Tram 13, Bus 46 (Schwert) Parkplatz
044 341 53 11, www.drschweizer.ch

Rechtsberatung Verkauf Bewertung Verwaltung **Baumanagement**

**Ihr Bauvorhaben.
Unser Baumanagement.**

Sie planen eine Teil- oder Gesamtanierung? Wollen Ihre Immobilie oder deren Potential beurteilen lassen? Haben einen Garantiefall oder nicht? Unsere Bauprofis begleiten Sie vom Spatenstich bis zur Bauabrechnung. In Gummistiefeln bei Wind und Wetter genauso wie am Schreibtisch.

Hauseigentümerverband Zürich
Telefon 044 487 18 10
baumanagement@hev-zue
www.hev-zuerich.ch



Ihre Immobilien.
Unser Zuhause.

Inhaltsverzeichnis

Räbeliechtliumzug	5
Bazar reformierte Kirche	7
ewz-Unterwerk	9
Meinungen	9
Höngger gewinnt Solarpreis	11
Wir sind Höngg	15
Höngger Fauna	19
Laufstrecke TVH Abschluss	20
Volley-Weekend	21
Jubiläumsball Pfadi	21
SV Höngg	22
Frank Frei	22
Parteien zur Abstimmung	24
Gesundheitsratgeber	26
Ausblick	ab 27
Wettbewerb	32
Umfrage	32

Höngg aktuell

Liste der Anlässe ab Seite 7

Am Morgen
erfrischt und
ausgeruht –
dank einer
kompetenten
Beratung.

www.creativa-schlafcenter.ch

Creativa Schlafcenter AG
Daniela und Dani Zimmermann
Wehntalerstr. 539, 8046 Zürich
Telefon 044 371 72 71

MiR
Immobilien

Ihr Immobilienverkauf ist in guten Händen bei MiR.



Immobilien MiR GmbH, Irina Ryser,
Vorhaldenstr. 43, 8049 Zürich, Mobil 079 329 51 52
www.immo-mir.ch

Vom 18. bis 30. November im
Gwunderfizz-Laden FLOHMARKT

Grossformatige Bilder von (Strubler, Delin), afrikanische Kunst, Ersttagsbriefe, Geschirr, Trödel und vieles mehr am Meierhofplatz.
Falls geschlossen: 044 341 05 22

Per sofort zu vermieten:
2 grosse Garagenplätze am Zwielplatz

Fr. 160.– pro Platz/Monat
Telefon 044 341 14 86
H. Buff, Wieslergasse 8, 8049 Zürich

Dekoverkauf und die letzten Schnäppli
am Freitag, 8., und Samstag, 9. November

Gwunderfizz

Für Chli und Gross
Ackersteinstrasse 207
8049 Zürich
am Meierhofplatz

Telefon 044 340 03 90
E-Mail: info@gwunderfizz.ch
www.gwunderfizz.ch

Garage Riedhof

Autoelektrik und Fahrzeug-Diagnose
Modernste Test- und Messmethoden
Riedhofweg 35

- Service- und Reparaturarbeiten aller Marken
- Spezialisiert auf VW, Audi, Skoda und Seat
- Oldtimerservice

Alle Komponenten aus einer Hand – in höchster Qualität für Ihre Sicherheit



Tel. 044 341 72 26

BINDER Treuhand AG
Treuhand-, Revisions- und Steuerrechtspraxis

Daniel Binder,
dipl. Wirtschaftsprüfer,
dipl. Steuerexperte

- Buchhaltungen, Steuern, Beratungen
- Revisionen und Firmengründungen
- Personaladministration
- Erbteilungen

Limmattalstrasse 206, 8049 Zürich
Tel. 044 341 35 55
www.binder-treuhand.ch

Impressum

Der «Höngger» erscheint 14-tägig (donnerstags), mit Ausnahme der Schulferien, der «Wipkinger» erscheint quartalsweise.

Herausgeber
Quartierzeitung Höngg GmbH
Meierhofplatz 2, 8049 Zürich
Tel. 044 340 17 05; Konto: UBS AG, 8098 Zürich,
Nr. 275-807664-01R
Abo Schweiz: Franken 108 pro Jahr, exkl. MWST.

Redaktion
Fredy Halfner (fh), Verlagsleitung
Patricia Senn (pas), Redaktionsleitung
E-Mail: redaktion@hoengger.ch

Freie Mitarbeiter
Anne-Christine Schindler (acs),
Dagmar Schröder (sch)

Druck
Druckzentrum Zürich, 8045 Zürich

Redaktionsschluss
Montag, 18 Uhr, in der Erscheinungsweise

Inserate und Marketing
Eva Rempfler, Telefon 043 311 58 81
E-Mail: inserate@hoengger.ch

Verlagsadministration
Petra England, Telefon 043 311 58 81
E-Mail: inserate@hoengger.ch

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

Insertionspreise
www.hoengger.ch/insertieren

Auflage Höngger
Total verbreitete Auflage (WEMF-beglaubigt):
12 580 Exemplare

Auflage Höngger und Wipkinger-Zeitung
Total verbreitete Auflage (WEMF-beglaubigt):
22 312 Exemplare

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

Bauprojekte

Ausschreibung von Bauprojekten
(§ 314 Planungs- und Baugesetz, PBG) Planaufgabe: Amt für Baubewilligungen, Amtshaus IV, Lindenhofstrasse 19, Büro 003 (8.00–9.00 Uhr; Planeinsicht zu anderen Zeiten nach telefonischer Absprache, Telefon 044 412 29 85/83)
Interessenwahrung: Begehren um Zustellung von baurechtlichen Entscheiden müssen bis zum letzten Tag der Planaufgabe (Datum des Poststempels) handschriftlich unterzeichnet (Fax oder E-Mail genügen nicht) beim Amt für Baubewilligungen, Postfach, 8021 Zürich, gestellt werden (§ 315 PBG). Wer diese Frist verpasst, verwirkt das Rekursrecht (§ 316 PBG).

Für den Bauentscheid wird eine Gebühr erhoben, deren Höhe vom Umfang abhängig ist. Die Zustellung erfolgt per Nachnahme. Es erfolgt nur ein Zustellversuch. Bei Abwesenheit über die postalische Abholfrist von sieben Tagen hinaus ist die Entgegennahme anderweitig sicherzustellen (z. B. durch Bezeichnung einer dazu ermächtigten Person).

Dauer der Planaufgabe:
25. 10. 2019 bis 14. 11. 2019

Jacob-Burckhardt-Strasse 16, Anbau an bestehendem Einfamilienhaus, innerer Umbau, W2bII, Patrick und Manuela Müller, ProjektverfasserIn: Willi Tehlar, Verena-Conzett-Strasse 7.
Regensdorferstrasse anstelle 60, Ersatzneubau Mehrfamilienhaus mit 8 Wohnungen und Einstellhalle, W3, Wernerinvest AG, c/o Angelo Werner, Architekturbüro, Eichstrasse 61, 8712 Stäfa.
Nummer: 2019/0614
Kontakt:
Amt für Baubewilligungen

Dauer der Planaufgabe:
1. 11. 2019 bis 21. 11. 2019

Regensdorferstrasse 189, bei 189, Instandsetzung und Umnutzung Quartierhof Höngg (im Inventar Denkmalpflege), F, Stadt Zürich, Amt für Hochbauten, Lindenhofstrasse 21, berichtigte Ausschreibung.
Nummer: 2019/0623
Kontakt:
Amt für Baubewilligungen

Gratulationen

Für keinen ist es zu spät oder zu früh, für die Gesundheit der Seele zu sorgen.

Liebe Jubilarinnen und Jubilare
Wir wünschen Ihnen einen guten Start ins neue Lebensjahr.

9. November	
Zuzana Leuzinger	80 Jahre
Paul Götti	97 Jahre
11. November	
Erich Müller	85 Jahre
Elisabeth Simon	90 Jahre
14. November	
Jakob Wieser	95 Jahre
17. November	
Giuseppe Minniti	80 Jahre
Klothilde Heinrich	85 Jahre
18. November	
Gertrud Fischer	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 drei Wochen vorher eine schriftliche Mitteilung an Verena Wyss, Segantini-Strasse 93, 8049 Zürich, zugestellt werden. Vergessen Sie bitte nicht, Ihre genaue Adresse und das Geburtsdatum zu erwähnen.

Bestattungen

Hegetschweiler geb. Erismann, Heidi Lisbeth, Jg. 1924, von Ottenbach ZH; verwitwet von Hegetschweiler-Erismann, Albert; Kapfenbühlweg 11.
Honegger geb. Arm, Irene, Jg. 1943, von Rütli ZH; verwitwet von Honegger-Arm, Jürg Ernst; Limmattalstrasse 237.
Katzorke geb. Rühle, Gudrun Frieda, Jg. 1937, von Zürich; verwitwet von Katzorke-Rühle, Peter Arno Friedrich; Imbisbühlhalde 11.
Zbinden geb. Kaspar, Rosa, Jg. 1921, von Zürich und Rüschegg BE; verwitwet von Zbinden-Kaspar, Ernst Rudolf; Limmattalstrasse 371.

Kunst beim «Höngger»

Mit Pinsel und Farbe unterwegs
Aquarelle und Acrylbilder von Heidi Dürst
Quartierzeitung Höngg GmbH
Meierhofplatz 2/www.hoengger.ch

Schluss von Seite 1

«Kapitel 10»: Buchhandlung eröffnet in Höngg

bei ihm bestellt werden – online oder persönlich – und ist in Kürze lieferbar. «Das Angebot im Laden ist flexibel», meint Pätzold, «wenn sich herausstellt, dass die Kund*innen sich für andere Themen interessieren, passe ich es gerne an».

Bücher faszinieren den ehemaligen nationalen Verkaufsleiter der Schweizer Post, seit er lesen kann. Als es Zeit wurde für eine berufliche Veränderung, nahm er sich eine Auszeit und kümmerte sich vermehrt um seine Kinder, während er eine Weiterbildung zum Buchhändler und einen Barista-Kurs absolvierte. Beides in erster Linie aus Interesse, doch nun ist daraus ein Konzept entstanden: «Kapitel 10», wie er das Geschäft getauft hat, wird auch eine Kaffeecke haben.

Keine Angst vor Online-Konkurrenz

Ist es nicht riskant, in Zeiten von E-Readern und Onlinehandel eine Buchhandlung zu eröffnen? «Wenn ich die Leute dabei beobachte, wie sie ein Buch in die Hand nehmen, über den Buchdeckel streichen und behutsam in den Seiten blättern, bestätigt das meine Ansicht, dass viele immer

noch das haptische Gefühl eines richtigen Buches vorziehen», sagt Pätzold. Vor allem auch Kinder- und Jugendbücher seien teilweise so aussergewöhnlich gestaltet, da könne die elektronische Variante nicht mithalten. Ausserdem geben ihm die Zahlen recht: In der Deutschschweiz macht der Onlinehandel erst 25 bis 30 Prozent des Umsatzes aus, obwohl die Branche eine der ersten war, die diese Konkurrenz zu spüren bekam. «Vielleicht nimmt die Zahl der Leser*innen, die ihre Bücher online bestellen, zu, aber auch das kann ich abdecken». Letztendlich hänge alles vom Konzept ab: Wenn sich die Besucher*innen wohl fühlten und das Angebot liebevoll und ansprechend präsentiert werde, dann stünden auch die Chancen gut, dass es funktioniert.

Ein neues Kapitel auch für Höngg

«Kapitel 10»: Ein neues Kapitel also für ihn, ein neues Kapitel für Höngg. Und der Name? «Ich hatte meine Ideen auf eine Liste von fünf kondensiert, die ich je an zehn Frauen und Männer verschickt habe. Diese haben dann daraus ihren Favoriten bestimmt: das Ka-

pitel 10», erzählt Pätzold. «Die 10 steht offensichtlich für den Kreis 10. Und in jedem Buch gibt es Kapitel, auch wenn sie nicht immer so genannt werden». Im Laden bilden die verschiedenen Sparten eine Art von Kapiteln: die Bücher, die Postkarten und irgendwann in der Zukunft – wenn der Bewilligungsprozess einmal durch ist – die Kaffeebar. Selbst der Prozess zum Logo war ein Kapitel für sich – ein schönes noch dazu: Jugendliche der Grafikabteilung bei «Access», einer Institution im Kreis 5, in der junge Menschen ohne Lehrstelle ein Zwischenjahr absolvieren und konkrete Arbeitspraxis sammeln können, entwickelten es gemeinsam und kümmern sich auch um den Web-Auftritt. Aus seinem Bekannten- und Freundeskreis erfährt Pätzold viel Rückhalt. Obschon dies noch keine Garantie für den Erfolg ist, bestätigt es ihn sehr in seinem Vorhaben. «Ich wünsche mir einen belebten Ort, nicht im Sinne davon, dass die Leute Schlange stehen, sondern davon, dass sie hier in eine andere Welt eintauchen können, vielleicht auch jemandem begegnen und dann wieder in den Alltag zurückkehren». ■

Editorial

Darüber zu sprechen, wie schnell die Zeit vergeht, gehört ja – zumindest in einem gewissen Alter – irgendwie zum Small Talk, wie das Wetter. Besonders wenn die Tage kürzer werden und das Jahresende naht, drehen sich bei manchen die Gedanken automatisch um die Vergänglichkeit der Zeit, und also des Lebens. Wie soll man die verbleibenden Jahre sinnvoll einsetzen? Und dabei auch lustvoll bleiben? Was hat man eigentlich das ganze Jahr über gemacht, waren die Dinge, für die man die Zeit, die einem durch die Finger rann, genutzt hat, auch zufriedenstellend? Oder zumindest auf irgendeine Weise erinnerungswürdig? Dieses Editorial würde wohl eher in den Jahresrückblick passen, jeweils die letzte Ausgabe des «Hönggers». Wieso schon im November so nachdenklich? Vielleicht liegt die Jahresendstimmung ja daran, dass wir immer in der Zukunft leben, weil wir ständig bereits die nächste Zeitung planen, während die letzte noch nicht einmal gedruckt ist. Und so zwangsläufig auch ein bisschen Gegenwart verpassen. Hat jemand nicht einmal gesagt, dass Zeit das einzige sei, das sich vermehrt, wenn man es teilt? Ah nein, das war das Glück. Aber um Glück zu teilen, braucht man Zeit, also ist Zeit die Voraussetzung für noch mehr Glück.

Ich wünsche Ihnen viel Zeit und Glück und jemanden, es zu teilen. ■
Herzlich Ihre
Patricia Senn, Redaktionsleitung



IL PAN THEON

TRATTORIA • PIZZERIA

Herzlich willkommen!

Wir freuen uns, Sie wieder im Restaurant begrüßen zu dürfen.

Aufgrund des grossen Umbaus des ganzen Wohnblocks mussten wir während der Sommerzeit leider schliessen, jetzt sind wir aber wieder voller Elan für Sie da und freuen uns, Sie kulinarisch verwöhnen zu können.

Unsere Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag, 11 bis 14 Uhr und 18 bis 24 Uhr
Samstag, 18 bis 24 Uhr
Sonntag geschlossen

Restaurant Il Pantheon, Limmattalstrasse 400,
8049 Zürich beim Frankental, Tel. 044 341 10 70
info@ilpantheon.ch / www.ilpantheon.ch

Kapitel 10

Buchhandlung Andreas Pätzold
Limmattalstrasse 197
info@kapitel10.ch / www.kapitel10.ch
Telefon 044 544 20 08
Öffnungszeiten:
Sonntag und Montag geschlossen,
Dienstag bis Freitag: 10 bis 18 Uhr,
Samstag: 10 bis 16 Uhr

Komentieren Sie alle Artikel
online auf www.hoengger.ch

Frauenkleider-Tausch

Do, 7. Nov.
19–21.30 Uhr
GZ Höngg, Limmattalstr. 214
CHF 10.00/5.00 KulturLegi

ETH zürich

Dienstag, 12. November 2019

Vergiften wir unser Wasser?

Pestizide, Medikamente, Putzmittel verschmutzen unser Lebenselixier. Was tun?

Christian Stamm, Schadstoffexperte an der Eawag
David Brugger, Schweizer Bauernverband
Kurt Seiler, Kantonschemiker und Trinkwasser-Kontrolleur
Jürg Strauss, Biobauer

Moderation: **Judith Wittwer**, Chefredaktorin Tages-Anzeiger

Ort: ETH Zentrum, Audimax, Rämistrasse 101, Zürich
 Zeit: 19.30 bis 21.00 Uhr
 Eintritt: frei

Herbstprogramm «Ohne Wasser kein Leben»
www.treffpunkt.ethz.ch

ERLEBNIS
ETH
Wissen für
alle!

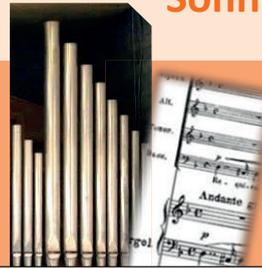
Medienpartner
Tages-Anzeiger

TREFFPUNKT
SCIENCE CITY

Kath. Pfarrei Heilig Geist
Limmattalstr. 146, Höngg

Konzert

in der Kath. Kirche Heilig Geist, Höngg
Sonntag, 10. Dezember, 17 Uhr
 mit Cantata Prima und Cantata Nova



Werke für Chor, Soli, Orchester, Orgel
 und Klavier von **Maurice Durufle**:
 «Requiem»
 und **Lili Boulanger**
Jonas Gassmann, Leitung
 Eintritt frei – Kollekte

www.zahnaerztehoengg.chBesuchen Sie uns auch
im Internet!

Zahnärzte

Dr. med. dent. Martin Lehner
 med. dent. Jasmin Nydegger,
 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

Urs Blattner

Polsteri- Innendekorationen

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

- Polsterarbeiten
- Vorhänge
- Spannteppiche

QUARTIERVEREIN HÖNGG

Werden Sie Mitglied des Quartiervereins

Der Quartierverein Höngg (QVH) ist mit Jahrgang 1937 nicht der älteste, dafür aber mit über 1200 Mitgliedern der grösste Quartierverein der Stadt Zürich und steht allen interessierten Personen offen. Ehrenamtlich tätige und im Quartier gut vernetzte Vorstandsmitglieder leiten den Verein und zeichnen für ein oder mehrere Ressorts verantwortlich.

Der politisch und konfessionell neutrale QVH engagiert sich für den Erhalt und die Verbesserung der Lebensqualität im Quartier und ist privatrechtlich organisiert. Der QVH ist von den Stadtbehörden als offizielle Vertretung der Quartierbevölkerung anerkannt und unterstützt. Der Quartierverein Höngg erfüllt wichtige Aufgaben und bezweckt die Wahrung der Interessen der Quartierbevölkerung gegenüber Behörden und Privaten, er bespricht und berät über Fragen öffentlicher Bedeutung und beobachtet die Entwicklungen im Quartier.

Die Förderung des Quartiers und des Gemeinwesens liegt ihm ebenso am Herzen wie die Anregung und Förderung von gemeinnützigen und kulturellen Unternehmungen im Quartier.

Möchten Sie Mitglied des QVH werden? Der jährliche Mitgliederbeitrag für Einzelmitglieder beträgt Fr. 20.–, für Ehepaare und eingeschriebene Partnerschaften Fr. 40.–. Die Generalversammlung findet jeweils im ersten Halbjahr statt.

Schreiben Sie uns gerne per Post oder via Formular auf unserer Website. Wir freuen uns auf Ihre Mitgliedschaft.

www.zuerich-hoengg.ch**Öis liit Höngg am Herze!**

Alexander Jäger
 Präsident Quartierverein
 Segantinstrasse 29
 8049 Zürich



Stadt Zürich
 Umwelt- und Gesundheitsschutz

Frag den
**Energie
 Coach ...**

Energieeffizient bauen oder erneuern?

Instandsetzung sichert Werterhalt – nutzen Sie das Know-how der Energie-Coachs der Stadt Zürich und lassen Sie sich beraten.

www.stadt-zuerich.ch/energie-coaching

Online seit 5. November 2019

Räbeliechtliumzug – Eine lange Tradition

Am vergangenen Samstag führte der Quartierverein den traditionellen Räbeliechtliumzug durch. Der Anlass erfreute Jung und Alt.

Bereits am Dienstag begannen die Vorbereitungen zum diesjährigen Räbeliechtliumzug. Mit einem Lastwagen transportierte die Landi 600 Räben nach Höngg. Dann holten die Lehrerinnen und Lehrer die bestellten Räben für die Schul- und Kindergartenklassen in der Lila Villa, dem Gemeinschaftszentrum Höngg, ab. Der Quartierverein verteilte die Räben gemäss eingegangenen Bestellungen an die Kinder.

600 Räben für die Kinder

Die Lehrerinnen und Lehrer begleiteten ihre kleinen Schützlinge mit ihren Räben voller Vorfreude in den Kindergarten und in die Schulhäuser zurück. In den Schulzimmern und teils auch zu Hause schnitzten die Kinder ihre kleinen Kunstwerke, setzten eine Kerze hinein und befestigten einen geeigneten Stecken daran. Am Samstag kam der grosse Moment: Alle zogen mit ihren Kunstwerken wieder auf fünf Routen, begleitet von Tambouren der Gruppe Drumtastiks, zum abgedunkelten Kirchenplatz.

Von fünf Ausgangspunkten marschierten die Kinder mit ihren leuchtenden Räben sternförmig zum gemeinsamen Ziel: von der Kürbergstrasse, der Segantinistrasse, der Imbisbühlstrasse, dem Giblenweg und der Hardeggrasse. Das milde Herbstwetter bescherte der Organisation einen neuen Besucherrekord. 25 Helferinnen und Helfer verteilten 800 Weggen und schenkten über 1300 Becher alkoholfreien Punsch aus.



Die Kinder genossen den Spaziergang durch die Nacht.



Für die Kinder, die mit einem Räbeliechtli am Umzug teilnahmen, gab es ein Weggli.

Auf dem Kirchenplatz begeisterte die Guggenmusik Kookaburra aus Nürensdorf das Publikum mit ihrem Platzkonzert.

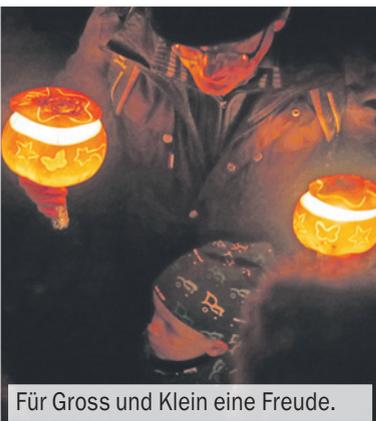
Für die Sicherheit auf den Routen sorgten Bruno Etter, Polizeichef Kreis 10, mit seinem Team, sowie die Feuerwehr Rümlang und die Verkehrskadetten Zürich-Unterland auf den Strassen rund um den Kirchenplatz.

Bürokratie nimmt zu

Die ersten Vorbereitungen begannen bereits zu Jahresbeginn, als der Quartiersvereinsvorstand pflichtgemäss die Bewilligung für den Anlass einholte. Grosse Augen gab es, als vor wenigen Wochen die Nachricht eintrudelte, es sei eine Risikoanalyse für den Anlass notwendig. Warum ein traditionsreicher Anlass, der seit Jahrzehnten erfolgreich und ohne Probleme durchgeführt wird, plötzlich neue administrative Hürden erhalten soll, war niemandem klar. Es wird immer schwieriger, Helferinnen und Helfer für die Vorbereitungen, Planung und Begleitung der Züge zu finden. Die Bürokratie der Stadt ist jedenfalls keine Hilfe für die beliebten, bewährten traditionsreichen Anlässe im Quartier.

Möge der zukünftige bürokratische Mehraufwand dem Quartierverein nicht die Freude an der Organisation nehmen. Im November 2020 findet der wunderschöne Anlass hoffentlich erneut statt. ■

*Eingesandt von
Jrène-Beatrix Rösli*



Für Gross und Klein eine Freude.



Auf dem Kirchenplatz trat die Guggenmusik Kookaburra aus Nürensdorf auf.

(Fotos: Lina Gisler)

DIENTSTLEISTUNGEN RUND UM IHRE ABWESENHEIT

- HAUSTIERE - PFLANZEN - GARTEN VERSORGEN UND PFLEGEN
- BRIEFKÄSTEN LEEREN
- ZU HAUSE IST ALLES OK !

FON +41 79 874 36 00
 Manuela Nyffenegger | eidg. dipl. Tierpflegerin
 info@hausundtierbetreuung.ch
MANUELA NYFFENEGGER SEIT 1993



Kanton Zürich



Stadt Zürich

**Informationsveranstaltung
 Rosengartentram & Rosengartentunnel**

Am 9. Februar 2020 befinden die Stimmberechtigten der Stadt und des Kantons Zürich über das Gesamtprojekt Rosengartentram & Rosengartentunnel. Die Rosengartenstrasse in der Stadt Zürich ist eine der am stärksten befahrenen Strassen der Schweiz, die mitten durch ein Wohngebiet führt. Bis zu 56'000 Fahrzeuge befahren täglich diese wichtige Verbindungsachse. Staus, Wartezeiten Verkehrsüberlastungen und Beeinträchtigungen des öffentlichen Verkehrs gehören seit Jahrzehnten zum Alltag. Zudem sind die angrenzenden Wohngebiete übermässig Lärm- und Schadstoffemissionen ausgesetzt. Mit dem Projekt Rosengartentram & Rosengartentunnel wollen Stadt und Kanton Zürich die Situation nachhaltig verbessern und durch das neue, leistungsfähige Tramangebot den öffentlichen Verkehr stärken.

Regierungspräsidentin Carmen Walker Späh, Stadtrat André Odermatt sowie Fachleute des Kantons und der Stadt Zürich erläutern das Projekt. Im Zentrum stehen die Auswirkungen auf das Quartier Wipkingen. Dazu sind Sie herzlich eingeladen.

Montag, 18. November 2019, 19.00 Uhr
Kath. Pfarreizentrum Guthirt, Zürich
 (Türöffnung 18.30 Uhr)

**Zahnmedizin
 am Meierhof
 Zahnärzte**

**Zahntechnik
 am Meierhof
 Zahntechnik**

Karin Beerli

Limmatstrasse 177
 8049 Zürich
 Telefon 044 341 26 10

Der Ort für Ihre Zähne

www.zahnmedizin-am-meierhof.ch

Garage Preisig

Scheffelstrasse 16
 8037 Zürich
 Telefon 044 271 99 66

**Verkauf von Skoda
 und Mitsubishi**

Service und Reparaturen

Reifenservice

Räderhotel

Carrosserie-Reparaturen



Jubiläum: 8 Jahre Mandarin TCM Services Zentrum

Neukunden erhalten eine Gratis-Therapie geschenkt. Inbegriffen sind:
 Chinesische Massage und Schröpfen im Wert von ca. Fr. 150.-.
 Bitte melden Sie sich an.
 Frau Dr. Zhang Weiwei freut sich, Sie kennenzulernen!
 Wir sind bei den Komplementärmedizin-Zusatz-Versicherungen anerkannt.



Hönggerstrasse 1
 8102 Oberengstringen
 Telefon 044 750 24 22

www.mandarin-tcm.ch
 info@mandarin-tcm.ch
 Montag-Freitag 8-18 Uhr
 Samstag 8-12 Uhr



Unsere TCM-Schwerpunkte sind:

- Asthma
- Depressionen (Burnout)
- Entwöhnung von Rauchen und Alkohol
- Herzbeschwerden
- Heuschnupfen (Allergie und Sinusitis)
- Hirnschlag (Lähmung nach Schlaganfall)
- Ischias, Lumbago, Arthrose
- Krebs-Konditionierung
- Lendenwirbel-Probleme (HIVD Bandscheibenvorfall)
- Migräne (Kopfschmerzen)
- Myome
- Nacken-, Schulter- und Rückenschmerzen
- Prostata-Krankheit
- Psoriasis, Neurodermitis
- Schlafstörungen
- Schwindel (Bluthochdruck)
- Sportverletzungen
- Stress und Müdigkeit
- Tinnitus (Hörsturz)
- Unfruchtbarkeit bei Frauen (Sterilität bei Männern)
- Verdauungsstörungen
- Wiederaufbau nach dem Gebären

Indisches Buffet



Freitag, 29. Nov., 18-22 Uhr

Preis pro Person Fr. 42.- (inkl. Dessert)
 Kinder bis 7 Jahre: gratis
 8 bis 11 Jahre: Fr. 2.- pro Lebensjahr



Fresh and spicy

Bistro Restaurant Hotwok
 Gemeinschaftszentrum Roos
 Roostrasse 40, 8105 Regensdorf
 Telefon 044 840 54 07
 Di-Fr: 11-14, 17.30-23 Uhr
 Sa: 17-23 Uhr, So: 11-22 Uhr

www.hotwok.ch
 Lieferservice:
 www.hotwok-kurier.ch



La grande bouffe

Sonntag Höngg im Dorf 8 bis 12 Uhr Regensdorferstr. 15, 8049 Zürich, T 044 341 33 04
offen Kornhaus 8 bis 15 Uhr Nordstr. 85, 8037 Zürich, T 044 350 30 71
Wipkingen 8 bis 12 Uhr Weihersteig 1, 8037 Zürich, T 044 271 27 20

www.flughafebeck.ch



Online seit 5. November 2019

Heimeliges Bazar

Der Bazar der Reformierten Kirche Höngg am ersten Novemberwochenende bildet jeweils einen farbenfrohen Auftakt in die Winterzeit und weckt erste Vorfreude auf Weihnachten.

..... Patricia Senn

Um die Mittagszeit herrscht im Saal des reformierten Kirchgemeindehauses fröhlicher Betrieb: Das Küchenteam am Bazar ist bekannt für ihre vorzüglichen Kochkünste. Nach einer ersten Besichtigung der zahlreichen Stände gönnt man sich Hacktätschli und Canapés, oder geht ausnahmsweise gleich zu Kaffee und Kuchen über. Wohlgestärkt geht es auf die Suche nach potentiellen Weihnachtsgeschenken – und davon gibt es viele! Genähtes und Glismets für die Kleinsten und die Grossen, über Glückwunsch- und Trauerkarten, hin zu Schmuck und Nippes ist alles zu erschwinglichen Preisen zu finden. Die Produkte sind liebevoll gefertigt und arrangiert. Heute greift man zwar zu Mikrofasertücher, aber diese können nie mit dem Charme eines selbstgemachten flauschig-stacheligen Putzklumpens, den es hier in verschiedenen Farben zu finden gibt, mithalten. Wer gleich selber Hand anlegen will, kann in der Kreativ-Werkstatt eigene Weihnachtsgeschenke kreieren, ein Angebot, das gerne und rege genutzt wird, nicht nur, weil dieses Jahr die Hüpfchile aufgrund des Regens abgesagt werden musste. Wie viel Arbeit in diesen Anlass fliesst, wird klar, wenn man sich mit den Damen hinter dem Adventskalender-Stand unterhält: Eine Gruppe von zehn Helferinnen hat 220 Kalender gefertigt, und damit schon anfangs Jahr begonnen, denn: Im Frühling finden sich keine Sternchen oder andere weihnachtliche Symbole in den Bastelläden. Die schmucken Schachteln sind sehr beliebt und schon fast ausverkauft. Aber auch wenn man das Portemonnaie zu Hause gelassen hat, ist der Bazar ein schöner Ort, um zu verweilen. Die farbenfrohen Stände verströmen eine heimelige Atmosphäre, und wenn man genauer hinsieht, entdeckt man die witzigen Engelsfiguren, die von der



Am Bazar trifft sich Jung und Alt.

(Fotos: Markus Fässler)



Die Wahl des richtigen Geschenkes fällt schwer bei diesem grossen Angebot.



Wer genau hinsieht, erspäht Engel beim Schabernack treiben.

Decke hängen und allerlei Schabernack treiben. Auf dem Weg hinaus locken im Foyer noch einmal selbstgemachte Chutneys, Marmeladen und Zöpfe und die Damen hinter der Cüplibar winken fröhlich zum Abschied. ■

Der Erlös aus dem Bazar geht an folgende Projekte:
 Patenschaft Honigprojekt/Schule Talentum in Göncruszka;
 Stiftung Chinderhuus Strahlegg in Fideris;
 HEKS: Ferienlager für Konfirmand*innen aus der Ukraine;
 Elternnotruf Zürich

Höngg aktuell

Freitag, 8. November

Turnen 60plus

9 bis 11 Uhr. Für Frauen, die trotz des Alterwerdens ihre Beweglichkeit und Kraft erhalten wollen. Jeden Freitag (ausser in den Schulferien) von 9 bis 10 Uhr oder von 10 bis 11 Uhr. Katholische Kirche und Pfarreizentrum Heilig Geist, Limmattalstrasse 146.

Senioren Turner Höngg

9 bis 10 Uhr. Gymnastik, Fitness, Gedächtnistraining. Jeden Freitag. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186.

Kunst beim «Höngger»

9 bis 17 Uhr. Mit Pinsel und Farbe unterwegs. Aquarelle und Acrylbilder von Heidi Dürst. Die Ausstellung dauert bis Mitte April 2020. Höngger Quartierzeitung, Meierhofplatz 2.

Cargo-Tram

15 bis 19 Uhr. Für Sperrgut bis 40 Kilogramm und 2,5 Meter Länge. Keine Anlieferung mit dem Auto. Tramschleife Wartau, Limmattalstrasse 257.

1. Höngger Wurstessen

Ab 18 Uhr. Wurstessen ist die neue Metzgete. Der Männerchor lädt mit Unterstützung des Frauenchors zu Brühwürsten, Kartoffeln und Lauch. Weinbeiz und Fasskeller Zweifel 1898, Regensdorferstrasse 20.

Samstag, 9. November

1. Höngger Wurstessen

Ab 11 Uhr. Wurstessen ist die neue Metzgete. Der Männerchor lädt mit Unterstützung des Frauenchors zu Brühwürsten, Kartoffeln und Lauch. Weinbeiz und Fasskeller Zweifel 1898, Regensdorferstrasse 20.

Bauspielplatz Rütihütten

14 bis 17.30 Uhr. Der Bauspielplatz ist jeden Mittwoch und Samstag geöffnet, ausser in den Schulferien. Hütten bauen und mit Holzwerken für alle Primarschulkinder, jüngere nur in Begleitung Erwachsener, kostenlos und ohne Anmeldung. Bauspielplatz Rütihütten, Bus-Endstation Nr. 46 Rütihof, unterhalb der ASIG-Siedlung.

Fortsetzung auf Seite 10

Höngger  KULTUR präsentiert:

Nubya – Christmas Moments 2019



Der Schweizer Star kommt mit Pop, Soul, Gospel und Eigenkompositionen nach Höngg.

**Vorverkauf
läuft**

Freitag, 22. November, 20 Uhr

**Türöffnung und Barbetrieb: 19.15 Uhr
Programmbeginn: 20 Uhr**

Reformiertes Kirchgemeindehaus,
Ackersteinstrasse 190, 8049 Zürich-Höngg
Ticketpreis Fr. 35.–

Vorverkauf

«Höngger», Quartierzeitung, Meierhofplatz 2, 8049 Zürich
Telefon 043 311 58 81 oder inserate@hoengger.ch
(nur gegen Barzahlung)

Sponsor

Poly-Rapid AG, Facility & Clean Services
www.poly-rapid.ch, Tel. 058 330 02 02

POLYRAPID
SAUBERE ARBEIT

www.hoengger.ch

ETH zürich

Sonntag, 17. November 2019

Vom Trinken und Schwitzen

Erfahren Sie, welche vielfältigen Aufgaben Wasser im Körper hat. Wie viel trinken ist gesund? Ist «Hahnenburger» besser als abgefülltes Wasser in Flaschen? Und warum verbrauchen wir eigentlich das meiste Wasser beim Einkaufen?

**ERLEBNIS
ETH
Wissen für
alle!**

Vorlesungen, Experimente, Demos für Gross und Klein

Ort: ETH Hönggerberg, Gebäude HCI
Zeit: 11 bis 16 Uhr
Eintritt: frei

Herbstprogramm «Ohne Wasser kein Leben»
Treffpunkt Science City www.treffpunkt.ethz.ch

Medienpartner
Egges & Anziger

TREFFPUNKT
SCIENCE CITY



LETZIPARK

1500 Parkplätze, 3 h gratis
Einkaufen, Mo-Sa 9-20 Uhr

**Grosse
Dino-
Liveshow**



**Zu gewinnen:
Ford EcoSport**

Online seit 5. November 2019

Unter Strom: Zu Besuch im «Hönggi»

Die Stadt Zürich lud Interessierte zu einem Rundgang in das erneuerte ewz-Unterwerk Hönggerberg ein. Dieses versorgt Höngg sowie Teile von Affoltern mit Elektrizität.

Daniel Diriwächter

Das Departement der Industriellen Betriebe der Stadt Zürich will der Bevölkerung die Innovationen und Entwicklungen in deren Umgebung aufzeigen. Unter der Leitung von Stadtrat Michael Baumer kann man bei Führungen erleben, wie die Versorgung mit Energie und Trinkwasser funktioniert und wie der öffentliche Verkehr organisiert wird. Der jüngste Rundgang führte Interessierte in das erneuerte ewz-Unterwerk Hönggerberg.

Rund 20 Personen fanden sich Ende Oktober ein, um zu erfahren, von wo der Strom in ihre Steckdosen gelangt. Baumer begrüßte die Anwesenden und erklärte, dass das Höngger Unterwerk, seit 1966 in Betrieb, das letzte der Stadt sei, das für die 1972 vom Stadtrat beschlossene Spannungserhöhung umgebaut wurde. «Es ist ein Meilenstein in der städtischen Energie-Geschichte», sagte er. Nach 50 Jahren musste zwingend die elektromechanische Ausrüstung erneuert werden, gleichzeitig wurde auch die Mittelspannung von elf auf 22 Kilovolt erhöht. Vor rund zwei Jahren fand der Spatenstich zur Erneuerung des Werks statt. Im August 2020 sollen alle Arbeiten beendet sein.

Das Unterwerk Hönggerberg, das eines von 15 Unterwerken der Stadt ist, werde an Bedeutung gewinnen, denn die Quartiere Höngg und Affoltern wachsen, sagte Baumer. Dann übergab er das Wort an Rolf Studer, dem Gesamtprojektleiter der Erneuerung. Er hiess die Teilnehmenden willkommen im «Hönggi» – so wird das Unterwerk intern genannt.

Was, wenn ein Blitz einschlägt?

Stauend stand man zunächst noch im Freien vor einem der drei neuen Transformatoren, die die Energie von der 150 Kilovolt-Hochspannungsebene auf die Mittelspannungsebene von neu 22 Kilovolt umwandeln. Erstaunlich war, dass man nur ein leises Sur-

Vom sogenannten Kabelkeller aus, der einige Meter unter der Erde liegt, fliesst der Strom zum Verbraucher. (Fotos: Daniel Diriwächter)



Rolf Studer, der Gesamtprojektleiter der Erneuerung vom ewz-Unterwerk Hönggerberg, führte durch den Rundgang.

ren hörte. Viele der Anwesenden stellten interessiert ihre Fragen an Studer. Was würde passieren, wenn alle Höngger auf einmal kochen – das wäre kein Problem für das Unterwerk – oder was geschieht, wenn ein Blitz das Werk beschädigen würde – dann würde ein anderes Zürcher Unterwerk einspringen.

Alle 15 Minuten eine Kontrolle

«Fassen Sie bitte nichts an und bleiben Sie zusammen», sagte Studer daraufhin lächelnd. Mit einem orangenen Helm ausgerüstet, ging es hinein in den neuen monolithischen Bau. Der Projektleiter führte die Teilnehmenden durch einige Räumlichkeiten unter der Erde. Einblick bekam man beispielsweise in den sogenannten Kabelkeller, einem langen neugebauten Raum, in welchem sich dicke Kabel win-

den. «Von hier geht der Strom schliesslich zum Verbraucher», erklärte er. Kabel mit einer Länge von rund 70 Kilometern bringen die Elektrizität nach Höngg und Affoltern zu 64 Trafostationen, wo sie auf die Spannung für die heimischen Steckdosen umgewandelt wird. Der Verbrauch und die Produktion vom Strom müssen zudem immer gleich sein, was alle Viertelstunde kontrolliert werde. Eine Kontrolle, die jeder Energieversorger machen muss. Nach rund einer Stunde hatten alle Anwesenden einen guten Einblick in die Funktionen eines Unterwerks, dessen Kosten für die Erneuerung sich auf 23,5 Millionen Franken belaufen. Abgerundet wurde der Rundgang mit einem Applaus für Studer und seine anwesenden Mitarbeiter sowie einem feinen Apéro. ■

Meinung

Causa Segantinistrasse und Kettberg

(«Höngger» vom 24. Oktober)

Anstatt die Strassen den Bedürfnissen der Menschen anzupassen, müssen sich heutzutage die Menschen den Bedürfnissen der Strassen anpassen. So darf eine Strasse nicht zu breit sein, sonst erfüllt sie die Voraussetzungen für eine Tempo-30-Zone nicht.

Eine kommunale Fahrradroute wie die, die durch die Segantinistrasse führt, schreit nach einer Fahrbahnbreite von vier Metern durchgehend, da müssen nun einfach von Gesetzes wegen Parkplätze geopfert werden – Sinnlosigkeit der Massnahme hin oder her. Und eine zweispurige Strasse in beide Richtungen wie die Winzerstrasse darf keinen Fussgängerstreifen für deren Überquerung erhalten, sonst bräuchte es eine Ampelanlage. So müssen Fussgänger*innen, die mit dem ÖV unterwegs umsteigen wollen und dafür die Winzerstrasse queren müssen, sich via Mittelinsel in teils waghalsigen Manövern über die Strasse begeben. Natürlich wird dann beim ersten Todesfall Wehgeschrei und trotziges «Wir haben es schon immer gewusst» ertönen und der Fussgängerstreifen dem Toten geschuldet und zu dessen Ehren doch noch etabliert und in die saure Ampel wird erst noch gebissen. Was lernen wir aus der Geschichte? Nichts! Die wurmstichigen gesetzlichen Vorgaben werden weiter unbesehen angewendet werden. Und der gesunde Menschenverstand – wo ist der geblieben? Aber der fehlt ja nicht nur auf den Strassen, oder? *Daniel Schlossberg, Höngg*

Wir freuen uns über jeden Leserbrief und veröffentlichen diesen gerne. Aus Platzgründen kann es vorkommen, dass eine Auswahl getroffen werden muss, einzelne Beiträge gekürzt oder verschoben werden. Vorrang haben Briefe, die sich auf aktuelle Themen aus dem Quartier beziehen. Aus Zeitgründen sind wir dankbar, wenn wir die Beiträge per E-Mail erhalten: redaktion@hoengger.ch

Kommentieren Sie alle Artikel online auf www.hoengger.ch



Stadt Zürich
Stadtspital Waid und Triemli

Waidforum Vortrag

Tumorbehandlung – eine interdisziplinäre Zusammenarbeit

Mittwoch, 13. November 2019
18.00 bis 20.00 Uhr

Referentinnen und Referenten

Dr. Giovanni L. Carboni

Leitender Arzt Klinik für Viszeral-, Thorax- und Gefässchirurgie, Standort Waid

PD Dr. Stefan Wildi

Chefarzt Klinik für Viszeral-, Thorax- und Gefässchirurgie, Standort Waid

Dr. Roger Pfiffner

Leitender Arzt Institut für Radiologie und Nuklearmedizin, Standort Waid

Dr. Reto Kühne

Leitender Arzt Onkologie und Hämatologie, Standort Waid

Eintritt frei – Pausengetränke

Stadtspital Waid und Triemli, Standort Waid
Tièchestrasse 99, 8037 Zürich
waidspital.ch/waidforum

Höngg aktuell

Sonntag, 10. November

Naturspaziergang – Lebensraum Baum

9 bis 11 Uhr. Der Baum ist Lebensraum für viele verschiedene Tiere. Er ist ein eigenes kleines, faszinierendes Ökosystem, das gemeinsam während eines Spaziergangs des NVVs durch den Wald entdeckt werden kann. Haltestelle Schützenhaus, Bus 38.

«Abentür» – Die Geschichte einer waghalsigen Reise

15 bis 16 Uhr. Mit seinem dritten Stück schickt das Theater «Tägg en Amsle» die drei einfallsreichen «Fründe» Johnny Mauser, Franz von Hahn und Säuli Waldemar erneut los, diesmal auf eine waghalsige Reise. Eine Veranstaltung des Forum Höngg (Kulturkommission des Quartiervereins Höngg) in Zusammenarbeit mit der ETH Hönggerberg und dem GZ Höngg. Restaurant Bellavista, Hönggerbergring 47, Zürich.

Konzert Cantata Nova und Cantata Prima

17 bis 18 Uhr. Werke für Chor, Soli, Orchester, Orgel und Klavier von Maurice Durufé, Lili Boulanger. Eintritt frei, Kollekte zur Deckung der Unkosten. Katholische Kirche und Pfarreizentrum Heilig Geist, Limmattalstrasse 146.

Montag, 11. November

Bewegung mit Musik

8.45 bis 11 Uhr. Für Gelenke und Muskeln mit Lachen und Geselligkeit, fein, subtil und effizient. Jeden Montagmorgen, 8.45 bis 9.45 und 10 bis 11 Uhr. Ref. Kirchgemeindehaus, Ackersteinstr. 186.

Dienstag, 12. November

Café littéraire

14 bis 16.30 Uhr. Frauen stellen anregende, spannende und bewegende Bücher vor. Jetzt zum Thema «Alles Natur». Ref. Kirchgemeindehaus, Ackersteinstr. 186.

Spielmobil im Rütihof

15.30 bis 17 Uhr. Spielgeräte zum Ausprobieren für Kinder, im Quartier Rütihof, organisiert vom GZ Höngg. GZ Höngg, Hurdackerstr. 6.

Mittwoch, 13. November

Bewegung mit Musik 60+

10 bis 11 Uhr. Für Gelenke und Muskeln mit Lachen und Geselligkeit, fein, subtil und effizient. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186.

Mittagessen für alle

11.30 bis 14 Uhr. Für Menschen jeder Generation frisch gekocht von Freiwilligen. 14 Franken (10 Franken halbe Portion), plus Dessert 2.50 Franken. Ohne Anmeldung. Gewinn für einen guten Zweck. Im Familien-Generationen-Haus Sonnegg, Bauherrenstrasse 53.

Kunst beim «Höngger»

Mit Pinsel und Farbe unterwegs



Aquarelle und Acrylbilder
der Höngger Künstlerin
Heidi Dürst.

Die Ausstellung dauert
bis Mitte April 2020.

Wir freuen uns auf Ihren
Besuch in den Redaktionsräumen
des «Hönggers»
am Meierhofplatz 2.



**PAWI-
GARTENBAU**

Beratung – Planung –
Erstellung – Unterhalt
von Gärten – Biotopen
– Parkanlagen – Dach-
gärten – Balkonen

PATRIK WEY Ackersteinstr. 131
Staatl. geprüfter 8049 Zürich
Techniker und Tel. 044 341 60 66
Gärtnermeister 079 400 91 82
E-Mail: pawi-gartenbau@bluewin.ch



Patrik Wey



Daniel Castelli

Jetzt aktuell:

November bis März

Schnittarbeiten an Sträuchern und
Bäumen, allgemeine Fäll-Arbeiten

Höngg aktuell

Bauspielplatz Rütihütten

14 bis 17.30 Uhr. Der Bauspielplatz ist jeden Mittwoch und Samstag geöffnet. Hütten bauen und mit Holz werken für alle Primarschulkinder, jüngere nur in Begleitung Erwachsener, kostenlos und ohne Anmeldung. Bauspielplatz Rütihütten.

Kreativ im Rütihof

14 bis 17 Uhr. Basteln für Kinder, in der offenen Halle der Baugenossenschaft ASIG, organisiert vom GZ Höngg. ASIG Forumslokal, Rütihofstrasse 69.

Jugendtreff Underground

14 bis 18 Uhr. Der Jugendtreff ist mittwochs von 14 bis 18 Uhr geöffnet, ausser in den Schulferien. Willkommen sind explizit alle Jugendlichen der Oberstufe, die Religionszugehörigkeit spielt dabei keine Rolle. Sonnegg, Bauherrenstrasse 53.

Donnerstag, 14. November

Chrabelgruppe

15 bis 16.30 Uhr. Für Eltern und Grosseltern mit ihren Babys zum Plaudern und Spielen. GZ Höngg, Limmattalstrasse 214.

Fortsetzung auf Seite 19

**1001 Nacht
im Hot Wok
Silvester 2019/20
31. Dez., ab 19 Uhr**

Orientalisches Buffet à discrétion

Vorspeisen, Suppe,
Salate, mehrere
Hauptgerichte
und Dessert
Preis pro Person Fr. 85,-
inkl. Welcome-Drink



Mit Mitternachtsfeuerwerk
Bauchtanz mit Dunya
Happy New Year!

Bistro Restaurant Hot Wok
Gemeinschaftszentrum Roos
Roosstr. 40, 8105 Regensdorf
Tel. 044 840 54 07,
Fax 044 840 54 08

Öffnungszeiten:
Di-Fr: 11-14 und 17.30-23 Uhr
Sa: 17-23 Uhr / So: 11-22 Uhr

www.hotwok.ch

Bitte reservieren

Online seit 4. November 2019

Höngger gewinnt erneut Schweizer Solarpreis



In der Kategorie B Neubauten geht der Schweizer Solarpreis 2019 an die kämpfen für architektur ag für das 126 % PlusEnergie-MFH in Höngg. (Foto: Marco Blessano)

Am 18. Oktober wurde der alljährliche Schweizer Solarpreis vergeben. Der Höngger Architekt Beat Kämpfen überzeugte die Jury mit einem Holzbau-Mehrfamilienhaus, das mehr Energie produziert als es selber braucht.

An der Segantinistrasse stellte das Architekturbüro kämpfen für architektur ag im Januar 2019 ein Plus-Energie-Mehrfamilienhaus mit sechs Wohnungen fertig, «welches vorbildliche Solararchitektur mit moderner Solartechnologie verbindet», wie die Jury des Schweizer Solarpreises in ihrer Beschreibung festhält. Die Innovation dieses Holzbaus liegt darin, dass die ganze Fassade – neben dem Dach – aus Solarzellen besteht. Dies ist sinnvoll, da die flache Sonneneinstrahlung im Winter, wenn am meisten Energie benötigt wird, auf eine vertikale Fläche grösser ist als auf eine horizontale. So produziert das Haus 126 Prozent des eigenen Gesamtenergiebedarfs. 60 Prozent davon werden direkt verbraucht, 40 Prozent ins Netz eingespiessen und von dort, wenn nötig, auch wieder bezogen. Die Gestaltungsmöglichkeiten bei Fassaden wer-

den immer breiter, erklärt Kämpfen, der diese Technologie mit der belgischen Firma Issol entwickelt hat und die Fassadenpanels dort produzieren liess. Wenn die Solarzellen mit Farben behandelt werden, kommt es zu Energieverlusten. Diese hat Kämpfen nun weiter verkleinert, in dem er die Farbe schachbrettmusterartig aufgetragen hat. So ist nur die Hälfte der Solarzellen bedruckt, und dennoch sieht das menschliche Auge die farbige Fläche als Ganzes. «Hier liegt die eigentliche Innovation: Durch diese Technik konnten wir den durch die Farbe bedingten Energieverlust auf 18 Prozent reduzieren», sagt Beat Kämpfen stolz. Er ist überzeugt, dass sich diese Technologie der Fassaden-Photovoltaik in Zukunft durchsetzen wird.

Pionier der Photovoltaik-Architektur

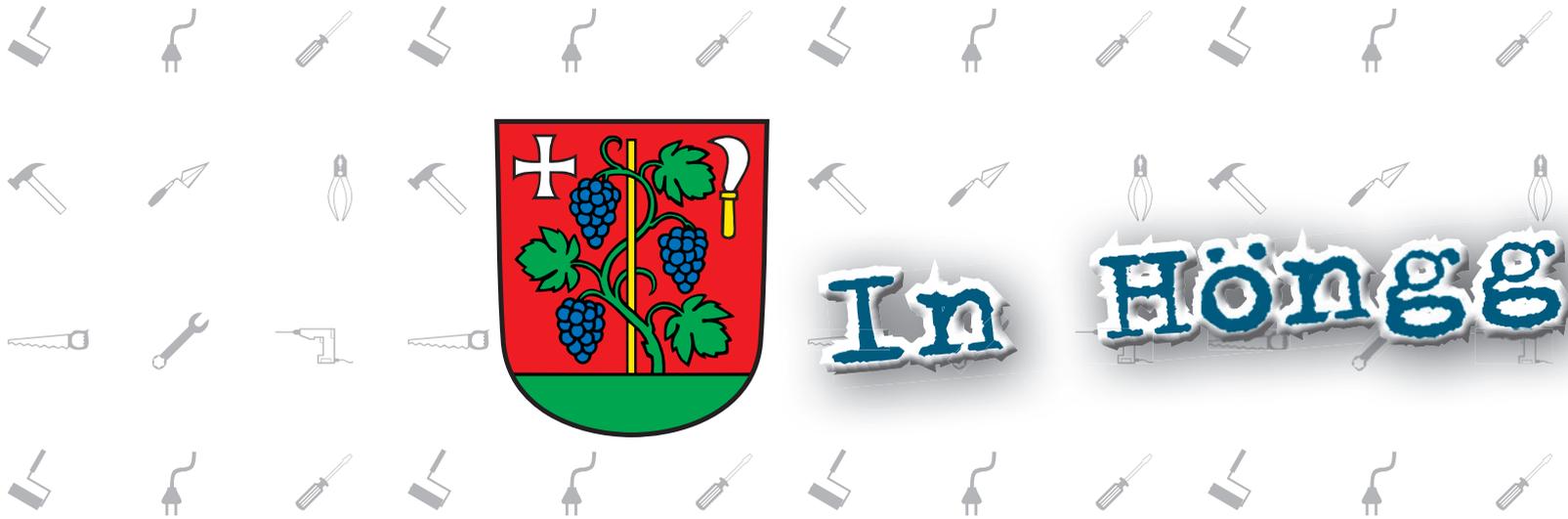
Die Eigenverbrauchsquote des Hauses erhöht sich durch den 30 kWh Batteriespeicher und die Komfortlüftung mit Wärmerückgewinnungsanlage. Ein Gebäudeautomationssystem optimiert den Eigenverbrauch. Zu Solarstromspitzenzeiten wird der Batteriespeicher geladen. Dadurch wird

die Wärmepumpe oft mit selbst produziertem Strom betrieben. Beat Kämpfen gilt als Pionier der Photovoltaik-Architektur und hat bereits mehrere Solarpreise gewonnen, unter anderem für das Mehrfamilienhaus Sunny Woods im Rütihof 2002 oder den Umbau eines Hauses an der Limmattalstrasse. 2016 wurde er mit dem Schweizer Solarpreis ad personam für sein «Gesamtwerk» ausgezeichnet. Trotz der sehr sonnigen Lage ist Höngg wohl nicht der Ort mit der höchsten Dichte an Photovoltaikanlagen. Es könnte aber durchaus der Ort mit der grössten Dichte an Schweizer Solarpreisen sein. (mm/pas)

Höngger ONLINE

Artikel, Bilder, Videos,
Verlosungen:
das Neueste
aus dem Quartier
immer auf:

www.hoengger.ch



In Höngg

adrian schaad
MALERGESCHÄFT

Rebstockweg 19 Renovationen innen
Postfach 597, 8049 Zürich Bau- und Dekorationsmalerei
Telefon 044 344 20 90 Tapeziererarbeiten
Fax 044 344 20 99 Fassadenrenovationen
info@adrianschaad.ch Farbgestaltung
www.adrianschaad.ch

SWISS **INSEKTENSCHUTZ**

Kropf Holz GmbH
Zimmerei | Schreinerei | Treppenbau | Glaserei

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

BRUDER & ZWEIFEL

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

Gartenbau GmbH,
Vogtsrain 49, 8049 Zürich
www.bzgartenbau.ch
Telefon 079 304 64 24

GLAS MÄDER
044 299 20 00

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

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
www.caseri.ch

Holzwurm 2000
**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

Elektro Stiefel
GmbH

Limmattalstrasse 67
8049 Zürich
Telefon 044 341 17 17
www.elektro-stiefel.ch

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

ROLF
WEIDMANN AG

Bauspenglerei
Metallgestaltung
Steilbedachungen
Flachbedachungen

Neugutstrasse 25
8102 Oberengstringen
Tel. 044 750 58 59

www.rolf-weidmann.ch



gerne für Sie da:

DEZEMBER 2019-MÄRZ 2020
WINTERRABATT

20 % * Tapezieren
* Treppenhäuser
* Keller

15% * Allg. Malerarbeiten

Dieser Rabatt ist mit bestehenden Preisvergütungen nicht kumulierbar.

50 Jahre
Since 1961

kneubühler ag
maler- und gipserarbeiten

www.maler-kneubuehler.ch

DENZLER

**Ofenbau
Plattenbeläge
GmbH**

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

bolliger

NATURSTEINBELÄGE
KUNSTKERAMIKBELÄGE
KERAMISCHE WAND-
UND BODENBELÄGE

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

**DS David Schaub
Höngg**

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

142 MALERATELIER
FÜR DEKORATIVE TECHNIKEN
SOWIE SÄMTLICHE MALERARBEITEN

**3 GENERATIONEN
60
JAHRE
QUALITÄT**

**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

Standorte
Riedhofstrasse 285
8049 Zürich
Beckenhofstrasse 56
8006 Zürich
Telefon 044 341 98 80
www.greb.ch

50 Jahre

**F. Christinger
Haustechnik**

Heizkesselauswechslungen
Service/Reparaturen

felix.christinger@gmail.com
8049 Zürich
Tel. 044 341 72 38

**Frehner
Bedachungen
GmbH**

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

**RENÉ PIATTI
MAURERARBEITEN
8049 ZÜRICH
NACHFOLGER
SANDRO PIATTI**

Imbisbühlstrasse 25a
Mobil 079 236 58 00

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



Zu Gast beim Männerchor

1. Höngger Wurstessen

Freitag, 8. November 2019, 18 - 24 Uhr
Samstag, 9. November 2019, 11 - 24 Uhr

Weinbeiz und Fasskeller
zu Zweifel 1898
Regensdorferstrasse 20
8049 Zürich Höngg



Patronat Quartierverein Höngg
Männerchor Höngg

H LIEBE HÖNGGERINNEN UND HÖNGGER

Ö Wir begrüßen Sie herzlich zur leichten
N Mittagsküche oder einem feinen Nachtessen
G bei traumhafter Aussicht auf die Limmat
G und wunderbarem Ambiente.



Für Reservationen:
Telefon 044 296 13 13

Montag bis Freitag: 11-14 Uhr
Dienstag bis Freitag:
11-14 Uhr / 18-23 Uhr
Samstag: 18-23 Uhr
Sonntag: 11-14 Uhr Brunch

WWW.HOENGGERHOF.CH

Ihre Werbung als Banner auf www.hoengger.ch:

Höngger ONLINE    Individuell
→ Effektiv
→ Günstiger, als Sie denken

Wir beraten Sie gerne:
Telefon 043 311 58 81 oder inserate@hoengger.ch

Geschenke aus Höngg?

Im «Höngger Infozentrum» erhältlich:

Vom Marronikuss bis zur Fastenwähe



77 Rezepte in «Globis Winterbackbuch» sind pünktlich zum Herbstanfang erschienen. Jetzt, wo die Tage kürzer und kälter werden und die Menschen sich mehr drinnen aufhalten, wird Globi ganz warm ums Herz, denn es ist Backzeit!

Die originellen Rezepte sind wunderschön illustriert vom Höngger Walter Pfenninger, jeder einzelne Schritt ist als Bild dargestellt. Somit ist gutes Gelingen garantiert, und kleine und grosse Kinder werden viel Spass beim Backen haben.

Der Winter kann also kommen – und eine Idee für ein Weihnachtsgeschenk gibt es auch schon.

Alle Artikel, die im Infozentrum angeboten werden, sind mit ausschliesslicher oder wesentlicher Beteiligung von Hönggerinnen oder Hönggern entstanden. Die Einnahmen gehen ohne Abzug an diese Personen, Vereine oder Institutionen.

Neues Globi-Buch

Online seit 18. Oktober 2019

Mit viel Fingerspitzengefühl provozieren

«Theater ist etwas für alle»: Susanne Schloss holt die Leute aus sich raus.

..... Aufgezeichnet von
Anne-Christine Schindler

Cindy war im achten Monat schwanger, mit ihrem Mann Leo sass sie inmitten einer Geburtstagsgesellschaft in einem grossen Garten. Es war Hochsommer und sie schwitzte in ihrer dicken weissen Strumpfhose, die sowieso nicht recht zu ihrem schönen Seidenrock und den hohen silbernen Schuhen passen wollte. Aber als sie sie ausziehen wollte, brüllte Leo sie an: «So bekommst du bloss wieder eine Blasenentzündung!». Manche der anderen Gäste fingen an, sich einzumischen – da wurde Leo noch wütender. Das stinke ihm alles sowieso, rief er aus, «jetzt kommt dieser Goof zur Welt und ich muss meinen Porsche verkaufen!» Viele der Gäste waren schockiert, aber manche von ihnen gaben Leo Stützhilfe. Das war der erste Anlass, an dem ich unsichtbares Theater spielte, vor 30 Jahren. Ich bin Schauspieler*in, und damals hatte mich ein Schauspielkollege angefragt, ob ich mit ihm unsichtbares Theater spielen würde. Zwar war ich an jenem Fest tatsächlich schwanger mit meinem ersten Kind, aber die Charaktere von Cindy und Leo hatten wir komplett erfunden. Unsichtbares Theater geht auf einen brasilianischen Theaterautor zurück. Man wird an Geburtstagen, Hochzeiten oder ähnlichen Anlässen engagiert, um zu spielen, wobei meist nur der oder die Gastgeber*in weiss, wer man wirklich ist. Von den ungefähr 2000 Auftritten, die mein Schauspielpartner und ich seit jenem ersten gehabt haben, war jeder anders, aber es war immer fantastisch. Ich habe nebst Cindy mehrere Figuren und in welche Rolle ich schlüpfe, kommt sehr auf den Anlass an. Aber ob mein Kollege und ich nun ein verschrobenes Ehepaar oder komische Kellner spielen, es geht immer darum, Dinge zu tun, die man sonst nicht tut. Im unsichtbaren Theater provoziert man, diskutiert mit den Gästen, baut so langsam eine Geschichte auf, experimentiert mit sozialen Regeln. Spiele ich eine Serviertochter, dann probiere



Susanne Schloss wohnt nicht mehr im Quartier, trotzdem ist sie hier noch fest verwurzelt. (Foto: Anne-Christine Schindler)

ich vielleicht den Wein, oder lege den Gästen eine Serviette um den Hals und putze ihnen manchmal den Mund, oder ich sauge mit einem kleinen Handstaubsauger den Tisch. Das braucht viel Fingerspitzengefühl, denn die Leute dürfen einen ja nicht durchschauen, und es stellt sich immer die Frage, was Platz hat und was zu weit geht. Oft deckt man so die Schattenseiten der Gäste auf. Nach zwei Stunden platzt dann üblicherweise die Bombe, der Gastgeber klopft mit einem Löffel gegen ein Glas und klärt die versammelte Gesellschaft auf. Die Reaktionen sind sehr unterschiedlich, manche reagieren erschreckt oder verschämt, aber meistens ist die Situation sehr lustig. Schon als kleines Kind träumte ich davon, Schauspieler*in zu werden. Vielleicht, weil ich in einer Künstlerfamilie aufgewachsen bin. Ich bin eine Urhöggerin, meine Eltern sind vor meiner Geburt ins Quartier gezogen. Meine Mutter gab in den umliegenden Schulhäusern Blockflötenunterricht. Ausserdem war sie Bildhauerin und schrieb Theaterstücke, die jedes Jahr vom Höngger Kirchenchor aufgeführt wurden. Mein Vater führte jeweils Regie. Er war Organist, Dirigent, Kunst- und Orgelbaulehrer. Die schöne Orgel in der Reformierten Kirche hat er konstruiert, als ich noch ganz klein war.

Meine Kindheit und Jugend im Quartier habe ich in sehr guter Erinnerung. Wir Jungen hatten den Wald und das Werdinseli, und später wurde uns das «Jufo» wie ein zweites Zuhause. Mir scheint, wir waren freier, als man es heute ist. Dabei war Höngg wirklich ein Dorf. Ich erlebte es, als das Frankental noch eine Wiese war und es die alte Mülihalde noch gab, eine verrauchte «Chnelle», in der sich Jung und Alt mischten. Und es gab damals noch richtige Dorforiginale, auch ein paar tolle Künstler, die mich immer sehr fasziniert und inspiriert haben. Heute wohne ich nicht mehr im Quartier, bin aber immer noch fest damit verbunden. Vor 25 Jahren gründete ich hier nämlich das Kindertheater «Märli Bühne», das ich bis heute in der Lila Villa leite. Meine Mutter hatte mich auf die Idee gebracht, eine Kindertheater-Ausbildung zu machen, als meine eigenen noch klein waren. Sie waren alle vier dann auch bei der «Märli Bühne» dabei. Die Kinder, die mitmachen, sind alle zwischen 6 und 12 Jahre alt. Jeden Herbst und Winter spielen wir Theaterspiele und improvisieren viel. Ich habe einen Koffer mit alten Kleidern, und sie überlegen sich damit aus dem Stegreif ein Theater. Wir Erwachsenen können so etwas gar nicht mehr – bei Kindern sprudelt es

einfach! Zwischen den Weihnachts- und den Frühlingsferien festigt sich dann aber langsam ein Stück, das wir im Sommer schliesslich aufführen. Letztes Mal war es die Goldene Gans. Die Kinder haben so viele Fäden draus gesponnen... Nach der Aufführung kam ein alter Schauspieler aus dem Publikum auf mich zu und sagte, das sei Bernhard Theater-würdig gewesen. Das Bernhard Theater oder das Schauspielhaus haben mich als Schauspieler*in früher übrigens sehr gereizt. Aber mit dem unsichtbaren Theater war ich immer meine eigene Herrin und konnte meine eigenen Figuren schaffen. Wobei es lange auch eine sehr intensive Zeit war; samstagsabends nach den Auftritten war ich früher meist todmüde und habe sonntags dann gerne ausgeschlafen – das heisst, bis 9 Uhr, ich hatte ja kleine Kinder. Jetzt, wo sie gross sind, nähe ich meiner Freizeit, bastle Schmuck, male oder spiele auf meinem geliebten Cello, das ich habe, seit ich ein Kind bin. Claude Starck, der weltberühmte Höngger Cellist, hat es damals für mich ausgewählt, worauf ich sehr stolz bin. Im Moment schreibe ich ausserdem an einem sozialkritischen Film und einem Kabarettprogramm. So ist das Schauspielerische auch Teil meiner Freizeit. Theater, finde ich übrigens, ist etwas für alle – auch für Erwachsene! ■

In diesen monatlichen Beiträgen werden ganz normale Menschen aus Höngg porträtiert: Man braucht nicht der Lokalprominenz anzugehören und muss auch nicht irgendwelche herausragenden Leistungen vollbracht haben, nein, denn das Spezielle steckt oft im scheinbar Unscheinbaren, in Menschen «wie du und ich».

So funktioniert's:

Die zuletzt porträtierte Person macht drei Vorschläge, an wen der Stab der Portrait-Stafette weitergereicht werden soll. Die Redaktion fragt die Personen der Reihe nach an und hofft auf deren Bereitschaft.

Sollte die Stafette abreißen, sind wir froh, wenn auch Sie uns mögliche Kandidat*innen melden. Kontaktangaben bitte per Mail an redaktion@hoengger.ch oder Telefon 044 340 17 05.



Alles Gute gleich



Fusspflege

Sigrun Hangartner

• MITGLIED SFPV •

Wiesergasse 2 • 8049 Zürich
Mobile 079 555 98 38
www.fusspflege-hangartner.ch

Venenmesstage bei Becker

Leiden Sie unter schweren, müden, schmerzenden oder gar geschwollenen Beinen? Profitieren Sie vom 18. - 21. Nov. 2019 von unserem kostenlosen Venencheck mit Funktionsmessung. Wir empfehlen Ihnen jetzt allfälligen Venenleiden vorzubeugen. Tun Sie sich etwas Gutes, nutzen Sie die Gelegenheit und vereinbaren Sie jetzt einen Termin.

BECKER AG
Orthopädie-Technik u. Sanitätshaus
Schaffhauserstrasse 18 | 8006 Zürich
Tel. 044 363 85 31 | info@becker-ag.ch



Wer sich in diesen kalten Tagen etwas Gutes tun will, findet in Höngg alles, was der beanspruchte Körper braucht, um sich wohl zu fühlen.

Gerade in der Winterzeit kommen wir oft an unsere Grenzen: Weihnachten steht fast vor der Tür, Geschenke wollen gekauft werden, Feste organisiert, und bei der Arbeit sollten die Projekte möglichst noch vor Jahresende abgeschlossen sein. Manchmal spult man wie ein Hamster im Rad und sucht vergeblich nach dem «Pause»-Knopf des Lebens. Zum Glück ist Abhilfe nah: Auf dieser Doppelseite finden Sie verschiedene Angebote in und um Höngg, die Ihr Wohlbefinden verbessern können. Wenn der Kopf raucht, kann es sich lohnen, den Computer eine halbe Stunde früher als gewohnt auszuschalten und sich stattdessen eine Rücken- oder Nackenmassage zu gönnen. Schon arbeitet es sich am nächsten Tag



Praxis für Atemtherapie Franziska Kronenberg

KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom

Mit der Kraft des Atems zu mehr Achtsamkeit, Gelassenheit und Wohlbefinden.

Limmattalstrasse 167
079 33 99 700

www.spirare.ch
Krankenkassen anerkannt

SORELL HOTEL SONNENTAL, DÜBENDORF

ENTSPANNUNG FÜR KÖRPER UND GEIST: WELLNESSOASE IM SONNENTAL

Drei verschiedene Saunas, Dampfbad, Whirlpool, Bio-Schwimmteich und mehr – ob Hotelgast oder nicht, es erwartet Sie pure Entspannung.

T +41 44 802 12 82
SONNENTAL@SORELLHOTELS.COM

A member of ZFV

SORELL
HOTELS SWITZERLAND

-Gesundheit

ch um die Ecke

wieder leichter. Vielleicht besuchen Sie eine Schnupperlektion in Feldenkrais, um die vor Kälte verkrampten Glieder wieder geschmeidig zu machen. Oder Sie gönnen sich eine Schönheitskur für den ganzen Körper. Im Stress vergisst man glatt das Atmen und wundert sich, wieso alles ein bisschen schwerer fällt. Ein Besuch bei der Atemtherapeutin kann helfen, den Körper wieder mit neuer Energie zu füllen. Oft hetzen wir durch den Alltag und merken gar nicht, wer eigentlich dafür sorgt, dass wir überhaupt durchs Leben kommen: Die Füße. Weil wir sie nicht ständig sehen, vernachlässigen wir sie oft. Das Mindeste, was wir für sie und uns selber tun können, ist, ihnen ein bisschen Zeit zu schenken und ein wenig Zuneigung. Nur ein paar Schritte entfernt finden sich die Spezialistinnen, die genau wissen, was Füße wollen. Lehnen Sie sich zurück und lassen Sie sich verwöhnen. (pas) ■

Aloe-Vera kennt jeder. Sie auch?

Gesichtspflege – Honigrückenmassage – Körpermassage – Nahrungsergänzungs-Produkte – Aloe Vera-Kosmetik – Tierpflege-Produkte

Ewa Eugster, Wieslergasse 5
8049 Zürich, Tel. 079 289 87 14
www.be-forever.ch/aloe-ewa-online-shop

Praxis für medizinische Massage

Verena Howald
Med. Masseurin mit eidg. Fachausweis

Limmattalstrasse 195
8049 Zürich-Höngg
Telefon 044 342 21 67

Aqua-Gymnastik

für einen starken Rücken
Schulschwimmbad Vogtsrain,
Ferdinand-Hodlerstrasse 23

Mittwoch 13.50 – 14.35 Uhr
Mittwoch 14.40 – 15.25 Uhr
Krankenkassen anerkannt

Melde Dich für eine kostenlose Probelektion.

der starke Rücken im Zentrum

Yvonne Brand
Vitaltrainerin
Tel. 076 331 00 08
yvonne.brand@hispeed.ch

Wo Füße heiss werden.

Fusspflege Jacqueline

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

GESUNDHEITS PRAXIS HARMONY

- * Ganzkörpermassage
- * Rücken- und Nackenmassage
- * Heublumenwickel mit Massage
- * Fussreflexzonenmassage
- * Manuelle Lymphdrainage

Ursula Birmele
Dipl. med. Masseurin
Limmattalstr. 234
8049 Zürich-Höngg
Tel. 044 342 52 42

Von den Krankenkassen in der Zusatzversicherung anerkannt



WELLNESS & BEAUTYCENTER

MARIA GALLAND PARIS

- Kosmetik
- Haarentfernung mit Faden
- Permanent-Make-up
- Microdermabrasion
- Manicure und Fusspflege
- Bodyforming
- Lymphdrainage
- Nail-Design

Cornelia Höltschi, eidg. dipl. Kosmetikerin, Make-up Artistin
Limmattalstr. 340, 8049 Zürich, Telefon 044 341 46 00, www.wellness-beautycenter.ch

8.11. Nationaler Grippeimpftag
Impfung nur 30.-*



Grippe? Geht auch ohne.

Impfen Sie sich jetzt bei uns gegen die Grippe.

* Grippeimpfstoff + Impfung
Preis nur am 8.11. gültig.



ZÜRIGSUND
Apothek im Brühl AG
Regensdorferstrasse 18 | 8049 Zürich

Schönheit und Pflege von Kopf bis Fuss

ROYAL Cosmetic

Daniela Hofmann
Wieslergasse 2, 8049 Zürich

Telefon 044 342 39 02
www.royalcosmetic.ch

FELDENKRAIS  CHRISTIANE RENFER

Verspannt?
Zeit für einen Feldenkrais-Kurs!
wöchentliche Gruppe
Samstagskurs oder Einzelstunden
Tel. 044 341 02 53 / 078 771 12 82

www.feldenkrais-renfer.ch

RICHTIG LIEGEN – DEM RÜCKEN ZULIEBE

Richtiges Liegen kann Rückenschmerzen lindern oder sogar zum Verschwinden bringen. Mehr dazu erfahren Interessierte im Creativa Schlafcenter in Zürich-Affoltern in einer persönlichen Beratung oder bei einem Fachvortrag.



Guter Schlaf bedeutet Lebensqualität. Das passende Bett hilft.

Verspannungen und Rückenprobleme sind eine wahre Volkskrankheit, sie treffen jede zweite Person irgendwann im Leben. Nachts im Bett oder am Morgen beim Aufstehen ist es für viele am schlimmsten. Entspannung heisst das Zauberwort. An den richtigen Stellen sanft gestützt, kann sich der Körper beim Schlafen ganz entspannen und somit erholen.

Welche Matratze bringt guten Schlafkomfort? Welches Kissen? Antworten gibt es im Creativa Schlafcenter in Zürich-Affoltern. Daniela und Dani Zimmermann, die Inhaber, zeigen Schmerzgeplagten auf, wie sie mit weniger Verspannungen und Schmerzen schlafen können, so dass sie am Morgen erfrischter und ausgeruhter aufstehen.



Der Körper wird vermessen, damit das neue Bett sicher passt.

Zusammenarbeit mit Ärzten und Therapeuten

Die beiden sind zertifizierte Schlafberater und Mitglieder der Interessengemeinschaft für richtiges Liegen und Schlafen. Diese vereint Schlafberater, Mediziner, Therapeuten sowie Vertreter der Produktentwicklung und der Industrie. Ausserdem arbeiten sie mit Ärzten und Therapeuten zusammen, denn so können Probleme auf mehreren Ebenen angegangen werden.

Massgeschneiderte Lösungen

Das Bett und der Bettinhalt müssen auf Grösse, Gewicht und Körperform abgestimmt sein – und natürlich auf die Beschwerden, die gelindert werden sollen. Nur: Wie soll man sich im riesigen Angebot an Betten, Matratzen und Gesundheitskissen zurechtfinden? Die Berater vom Creativa Schlafcenter helfen, sich zu orientieren und die Produkte aufzuspüren, die passen. So besteht eine hohe Wahrscheinlichkeit, dass Beschwerden tatsächlich gelindert werden oder gar verschwinden.

Kauf ohne Risiko

Entschliesst sich jemand für ein Bettssystem, gewährt das Creativa Schlafcenter darauf ein Rückgaberecht wäh-

rend zehn Wochen für den Fall, dass keine Verbesserung der Beschwerden eintritt.

Persönliche Beratung

Eine persönliche Erstberatung, zu der man sich anmelden muss, ist gratis und verpflichtet zu keinem Kauf. Dabei werden gesundheitliche Probleme und Bedürfnisse erörtert und der Körper wird vermessen.

Viel Wissenswertes erfahren Interessierte an den Fachvorträgen, die das Creativa Schlafcenter periodisch anbietet: Wie der passende Bettinhalt entspanntes Schlafen fördert und was man selbst beitragen kann, damit man sich nachts gut erholt. Auch dafür ist eine Anmeldung erwünscht.



Bettssysteme nach Mass – die Spezialität des Creativa Schlafcenters.

Das sagen Kunden:

Giulia Marthaler, Zürich, Februar 2018

Die Beratung war professionell, transparent und auf mich zugeschnitten. Mit dem neuen Bettssystem sind die Verspannungen im Nackenbereich besser geworden, mein Körper ist morgens frischer.

Urs und Monika Remund, Dänikon Oktober 2018

Wir schätzten die kompetente, sachliche und unaufdringliche Beratung. Das neue Bettssystem bringt uns angenehme Nächte mit entspanntem Aufwachen zurück. Bei meiner Frau sind die Verspannungen im Schulterbereich verschwunden, bei mir die Kreuzschmerzen.

Die Profis
für gesunden
Schlaf.



Die zertifizierten Schlafberater Daniela und Dani Zimmermann wissen Rat, wenn Schmerzen den Schlaf beeinträchtigen.

Fachvortrag «Was tun bei Rückenschmerzen und Verspannungen?»

Freitag, 22. November 2019,
19–21 Uhr

Wie entstehen Liege- und Schlafprobleme – und was kann man dagegen tun? Worauf sollte man bei der Liegelage im Bett achten? Wie kann man das Bettklima verbessern? Diese und ähnliche Fragen behandelt ein spannender Fachvortrag. Dazu erhalten die Teilnehmenden Tipps zum besseren Einschlafen.

Anmeldung:

Tel. 044 371 72 71 oder
kontakt@creativa-schlafcenter.ch

Creativa Schlafcenter AG
Daniela und Dani Zimmermann
Wehntalerstrasse 539
8046 Zürich
Tel. 044 371 72 71
www.creativa-schlafcenter.ch

Online seit 5. November 2019

Zeig mir dein Gebiss...

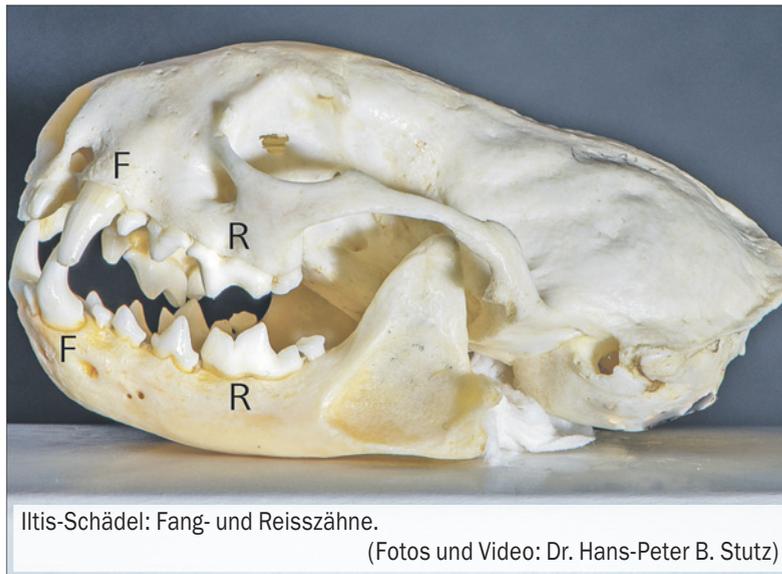
... und ich sag dir, was du isst. Dass wir wie Schweine essen, hören wir nicht gerne. Ebenso wenig erfreulich ist, dass wir die Schweine gar nicht richtig essen können – ausgerechnet in der Zeit der «Metzgete».

..... Dr. Marianne Haffner

Mit unseren spatelförmigen Schneidezähnen und den ähnlich geformten Eckzähnen können wir gut ein Stück Apfel oder Brot abbeissen. Doch einen Happen von einer Schweinekeule abzutrennen, gelingt uns kaum, ohne sie vorher weichgekocht zu haben. Und mit den runden Höckern unserer Backenzähne werden Salate und Gemüse eher gequetscht, als wirklich zermahlen. Unsere Zähne sind eine Kompromisslösung: Sie verarbeiten zwar nichts so richtig effizient, aber erlauben dafür ein breites Nahrungsspektrum. Ähnlich vielfältig wie wir ernähren sich Wildschweine. Die Wühlspuren im Hönggerwald sind Zeugen ihrer Suche nach Wurzeln, Engerlingen und anderen Insektenlarven. Ebenso stehen Schnecken, Jungmäuse, Pilze, Buchennüsschen, Eicheln und – wo die Feldeinzäunung fehlt – Maiskolben auf ihrem vielfältigen Speiseplan. Und tatsächlich haben Wildschweine – von den imposanten Eckzähnen der Eber abgesehen – ein generalisiertes Gebiss wie wir: ein typisches Allesfresser-Gebiss. Im Gegensatz dazu sind die Gebisse von Tieren, welche sich im Laufe der Evolution auf einen bestimmten Nah-



Abendsegler: so isst man Insekten stilgerecht.



Iltis-Schädel: Fang- und Reisszähne.

(Fotos und Video: Dr. Hans-Peter B. Stutz)

rungstyp spezialisiert haben, entsprechend angepasst. Spitzmäuse und Fledermäuse etwa ernähren sich hauptsächlich von Insekten.

Die Oberflächen ihrer Backenzähne sind darum mit mehreren Spitzen besetzt und ihre Schneidezähne sind zugespitzt. Dank die-

sen vielen scharfen Zahnsitzen können sie die harten Aussenpanzer von Insekten durchbohren und zertrümmern. Fledermäuse haben zudem grosse Eckzähne, mit denen sie Insekten im Flug schnappen und töten können. Mit solchen Fangzähnen packen und immobilisieren auch Fleischfresser wie Fuchs oder Marder ihre Beutetiere. Um Fleischstücke herauszubeißen, benutzen sie aber nicht etwa die Schneidezähne, sondern die Backenzähne. Das können Sie ganz gut an Ihrem Hund beobachten. Geben Sie ihm ein grösseres Stück Fleisch, und er wird seine Schnauze seitlich daran ansetzen. Denn der hinterste Vorbackenzahn im Oberkiefer und der erste Backenzahn im Unterkiefer sind vergrössert und tragen scharfkantige Spitzen. Zusammen wirken diese Reisszähne wie eine Brechschere und ermöglichen es den Raubtieren, nicht nur Fleisch zu zerschneiden, sondern ebenso Knochen zu brechen. Viele von ihnen, so auch Fuchs und Marder, essen aber auch gerne Früchte und Beeren. Doch den echten tierischen «Veggies» fühlen wir in einem der späteren «Höngger» auf den Zahn. ■



Abendsegler: so isst man Insekten stilgerecht, hier als Video.

Höngg aktuell

Freitag, 15. November

Turnen 60plus

9 bis 11 Uhr. Für Frauen, die trotz des Alterwerdens ihre Beweglichkeit und Kraft erhalten wollen. Jeden Freitag (ausser in den Schulferien) von 9 bis 10 Uhr oder von 10 bis 11 Uhr. Katholische Kirche und Pfarreizentrum Heilig Geist, Limmattalstrasse 146.

Senioren Turner Höngg

9 bis 10 Uhr. Gymnastik, Fitness, Gedächtnistraining. Jeden Freitag.

Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186.

Freies Malen für Kinder

9.30 bis 12 Uhr. Freies Malen für Kinder mit Begleitperson. Staffeleien, Malblätter, Farben und Pinsel stehen zur Verfügung. 2 Franken pro Malblatt. GZ Höngg, Standort Rütihof, Hurdäckerstr. 6.

Erzählcafé

14 bis 16.30 Uhr. Offenes Erzählcafé zum Thema «Geschenke».

Keine Anmeldung nötig. Sonnegg, Bauherrenstrasse 53.

Samstag, 16. November

Palatso pop up + art feiert Geburi

10 bis 16 Uhr. Zwei Jahre Palatso pop up + art - das muss gefeiert werden! Palatso pop up + art, Limmattalstrasse 167.

Fit für den Winterschlaf

10 bis 13 Uhr. Eltern und Interessierte sind eingeladen zum Aufräumen auf dem Bauspielplatz.

Werkzeuge müssen gereinigt und alte Hütten abgerissen werden. Als Dankeschön gibt es etwas Feines aus der Rütihüttenküche. Bauspielplatz Rütihütten, Bus-Endstation Nr. 46 Rütihof, unterhalb der ASIG-Siedlung.

Fortsetzung auf Seite 29

Immer das Neueste aus Höngg: www.hoengg.ch

Online seit 28. Oktober 2019

Von Höngg bis nach Santiago de Chile



Sie haben am meisten Kilometer zurückgelegt (v.l.): Stefan Jacob, Käthi Zwicky und Christian Knapp. (zvg)

Ziel erreicht: Knapp 12 000 Kilometer haben die Höngger*innen auf der Jubiläumslaufstrecke des Turnvereins Höngg zurückgelegt. Das entspricht etwa der Luftlinie von Zürich bis zur Hauptstadt von Chile.

«Die Laufstrecke war ein voller Erfolg», zieht Marcel Pulfer Fazit. Pulfer hat zusammen mit den Mitgliedern der Ballsportgruppe des Turnvereins Höngg TVH die Laufstrecke zum 150-Jahr-Jubiläum des TVH initiiert. «Wir wollten die Bevölkerung motivieren, sich zu bewegen und den Menschen die Natur rund ums Turnerhaus näherbringen. Dieses Ziel haben wir erreicht.»

Beeindruckt ist er auch vom Fortschritt, den einige erzielen konnten. «Ich kenne einige Teilnehmer*innen, die zuerst spaziert sind, so fitter wurden und zum Schluss die Strecke gerannt sind», sagt Pulfer. «Mit der Laufstrecke haben wir vielleicht einen kleinen Beitrag geleistet, um ihr Leben besser zu machen.» Ballsportgruppen-Präsident Gian-Marco Huber ist vom Durchhalten der Teilnehmer*innen beeindruckt. «Die Laufstrecke wurde über vier Monate konstant genutzt. Das ist genial», sagt er und betont, dass der Rundkurs generationenübergreifend auf Anklang stiess. «Ich habe rund ums Turnerhaus immer wieder Leu-

te mit einem unserer Armbänder gesehen – von jung bis alt.» Die Statistik belegt ihre Aussagen: 469 Teilnehmer*innen haben von Mitte April bis zum Stichtag am 20. August mindestens eine Runde absolviert. Gemeinsam legten sie 9157 Runden zurück, was einer Strecke von 11 904 Kilometern entspricht. Weitere 500 der pinken Bänder, mit denen die Sportler*innen ihre Runden registrieren konnten, wurden zwar aus dem neuen Schaukasten mitgenommen, aber nie eingesetzt. «Wir hoffen, die Leute nahmen sie mit als Souvenir oder als Schmuck», sagt Huber mit einem Lachen.

Marathon rund ums Turnerhaus

Gesucht wurde der fleissigste Rundkursabsolvent; dabei ging es nicht um die Zeit, sondern um die zurückgelegten Kilometer. Die Teilnehmenden konnten online stets kontrollieren, auf welcher Position sie sich gerade befanden. Das weckte den Ehrgeiz der Hobbysportler*innen. «Ich bin begeistert vom Spitzenkampf, den sich die Läufer*innen zum Schluss lieferten. Sie haben sich gegensei-

tig angespornt, noch mehr Runden zu laufen», sagt Pulfer.

So lief ein Läufer beispielsweise an einem einzigen Tag 33 Runden, was einer Strecke von 42,9 Kilometern entspricht – also einem Marathon. Trotz Ehrgeiz und Spitzenkampf ging es aber immer fair und kameradschaftlich zu. «Teilweise haben sie sich auf dem Hönggerberg auch zufällig getroffen und liefen dann gemeinsam ein paar Runden», sagt Huber. Auf dem 1,3 Kilometer langen Rundkurs war fast immer jemand anzutreffen: Die frühesten Läufer loggten sich um 4 Uhr ein, die spätesten nach Mitternacht. Die meisten Runden wurden jedoch am Morgen zwischen 9 und 10 Uhr und am Abend zwischen 18 und 20 Uhr zurückgelegt.

Schliesslich wurden die drei Erstplatzierten am Jubiläumsfest des TVH ausgezeichnet: Christian Knapp legte 770 Runden (1001 Kilometer) zurück, gefolgt von Käthi Zwicky mit 658 Runden (855 Kilometer) und Stefan Jacob mit 626 Runden (814 Kilometer). ■

Eingesandt von André Bisegger

«Die Laufstrecke wurde über vier Monate konstant genutzt. Das ist genial.»

Online seit 1. November 2019

Das letzte Oktoberwochenende war für die Mitglieder von Volley Höngg sonnig, streng und sportlich: das jährliche Trainingsweekend im Toggenburg stand an.

Nachdem sich am Freitagabend alle Spielerinnen in Bendel im Toggenburg eingefunden und bei einem heiteren Spaghetti-Plausch gestärkt hatten, wurde zuerst wie üblich das anstehende Höngger Volleyballturnier vom 19. Januar 2020 organisiert und durchgesprochen. Aufbauend auf den Erfahrungen der bereits abgehaltenen Turniere konnten die Checklisten zügig abgehakt werden und es folgte der gemütliche Teil des Abends mit grosser Vorfreude und Spannung auf den anstehenden Trainingstag.

Nach einem kräftigenden Frühstück am Samstagmorgen wurden die Volleyballerinnen in der Sporthalle Büelen in Nesslau von Markus Graber empfangen. Der ehemalige Nati-A-Trainer konnte bereits zum dritten Mal als externer

Online seit 5. November 2019

Am vergangenen Samstag lud die Abteilungsleitung der Pfadi St. Mauritius Nansen zu einem legendären Jubiläumsball ein. Gemeinsam feierte sie mit Ehemaligen und Helfenden ein letztes Mal «75 Jahre SMN».

Nachdem die letzten Girlanden aufgehängt und alle Kabel verlegt waren, bereitete die «Gruppe für gesellschaftliche Arbeit» der Pfarrei Heilig Geist einen Apéro vor, den Dessert brachten die Gäste. Es gab überraschende Wiedersehen und ein Austauschen von alten Geschichten und neuen Ereignissen. Während die Gläser klirrten und die Häppchen verschwand, wurden die Gäste durch die Abteilungsleitung begrüsst. Sie bedankte sich für den grossartigen Einsatz des Leitungsteams und der vielen Helfenden, die dieses Jahr unvergesslich machten.

Gemeinsames Feiern

Die Feiern blickten zurück auf ein Jahr voller Abenteuer und

Volleyballweekend mit Bergpanorama

Trainer von Volley Höngg engagiert werden. In den anstehenden Trainingseinheiten wurde sowohl an den Grundtechniken für Pass, Manschette, Service und Angriff geübt als auch die verschiedenen Aufstellungen und Positionen am Whiteboard und in diversen Spielsequenzen vertieft. Mit viel Konzentration und Ausdauer versuchten die Spielerinnen so viel wie möglich vom Know-How des erfolgreichen und erfahrenen Trainers zu profitieren. Bei strahlendem Sonnenschein konnten die Spielerinnen nach dem gemeinsamen Mittagessen ihre Verschnaufpause im Grünen mit dem herrlichen Panorama der Churfürsten geniessen und die Kraftreserven nochmals auftanken, um dann für die Nachmittagslektionen fit zu sein. Nach weiteren Übungslektionen

Für die Spielerinnen heisst es jetzt «dranbleiben» und das neu Erlernte in den wöchentlichen Trainingseinheiten zu wiederholen und zu verinnerlichen.

nen wurde am Ende des intensiven Trainingstages noch in zwei Teams gegeneinander gespielt und die erlernten Techniken ausprobiert. So wurden nicht nur die Muskelzellen, sondern auch die Gehirnzellen trainiert, ist doch das Umsetzen von theoretischen Spielzügen am Whiteboard auf das «reale» Spielfeld in der Halle nicht immer ganz so einfach. Bei einem wohlverdienten feinen Znacht liessen alle nochmals die vergangenen fünfzehn Trainingseinheiten mit den vielen hilfreichen Inputs Revue passieren, und am Ende des Tages waren alle erschöpft, aber glücklich. Dank der Zeitumstellung durften sich die Glieder und Muskeln in der Nacht noch eine Stunde länger erholen und so konnte das



Die Volleytruppe mit ihrem externen Trainer Markus Graber. (Foto: zvg)

Sonntagstraining mit viel Energie beginnen. Die Übungen vom Samstag wurden wiederholt, und es stellten sich schon etliche Verbesserungen und Erfolge im gemeinsamen Spiel ein. So endete das Trainingsweekend in bester Laune und mit einem feinen gemeinsamen Mittagessen im

Sonnenschein. Für die Spielerinnen heisst es jetzt «dranbleiben» und das neu Erlernte in den wöchentlichen Trainingseinheiten zu wiederholen und zu verinnerlichen. ■

Eingesandt von Eva-Maria Nufer, Volley Höngg

Jubiläumsball der Pfadi SMN



Ben McNamara alias Flipper präsentierte zwei Lieder seiner neu erschienen EP «First cut». (Foto: zvg)

prägender Erlebnisse. Das Abteilungs-lager in Ebnat-Kappel blieb allen in guter Erinnerung. Der logistische Aufwand war es wert,

um 100 Kindern und Jugendlichen ein Wochenende voller Abenteuer zu ermöglichen. Am Familien-Openair wurde der Lachenzelg-

Pausenplatz mit Musik beschallt und ein Blasio in die Luft gelassen. Nach dem Kirchweihfest, das unter dem Motto der Pfadigesetze stand, folgte ein Ehemaligen-Weekend, das alle in ihre Kindertage zurückversetzte.

Ben McNamara singt

Nach dem kleinen Rückblick folgten musikalische Einlagen von aktiven Leiterinnen und Leitern. Ben McNamara alias Flipper gab zwei Lieder seiner neu erschienen EP «First cut» zum Besten. Er sang aber nicht nur seine eigenen Kompositionen, sondern lud mit klassischen Pfadi-Hits wie «Wonderwall» zum Mitsingen ein. Die Gäste lauschten seinen Klängen und genossen die gemütliche Stimmung. Aufregung kam während des Bingo-Spiels auf, denn es konnte ein Zippo, eine Sigg-Flasche und ein Jubiläumspull gewonnen werden. Die Stimmung wurde zunehmend ausgelassener, als zu 80er-Hits wie Nena und Blondie getanzt werden konnte.

Der Abend neigte sich für einige dem Ende zu, andere verschoben sich ins Jufo und schwelgten dort noch in Erinnerungen. Mit dem Jubiläumsball wurde das letzte Mal 75 Jahre Pfadi St. Mauritius Nansen und ein ereignisreiches Jahr gefeiert. (e) ■

Höngger BRANCHENBUCH

Suche:

Branchen:

Prüfung:

Wählen Sie eine Branche oder Firma...

**Im Höngger ONLINE-Branchenbuch
oder nach Branchen:
www.hoengger.ch**

**Gesucht?
Gefunden!**

Online seit 5. November 2019

1.-Liga-Spektakelspiel im letzten Spiel der Vorrunde

Zwei Punkte zugunsten Höggs trennten die beiden Teams vor dem Match. Entsprechend wurde eine spannende Partie erwartet – und auch ausgetragen.

..... **Andreas Zimmermann**

Die Jungspunde aus St. Gallen, der älteste Spieler war gerade mal 22, trugen das ihre zu dieser äusserst spektakulären Partie bei. Aber auch die Högger engagierten sich von Beginn weg mächtig. So hatte Kocayildis bereits in der zehnten Minute eine Riesenchance. Und kurz darauf, in der elften Minute, brachte Dave Rutz die Stadtzürcher in Führung. In der 16. Minute konnte sich Keeper Winzap und in der 18. Minute der St. Galler Goalie mit Glanzparaden

auszeichnen. In der 31. Minute boten sich den Höggern zwei weitere Riesenchancen. Aber eben: es blieben Chancen und keine Tore, und so ging es mit der verdienten 1:0-Führung in die Pause.

Siegtreffer in der Schlussminute

Zu Beginn zur zweiten Hälfte traten die beiden Teams vorerst in unveränderter Aufstellung an. Ab der 54. Minute mussten die Högger zu zehnt weiterspielen: Schreiner hatte für ein Notbremsenfoul ausserhalb des Strafraumes die rote Karte gezeigt bekommen. Aber die Högger spielten mit einem Mann weniger erstaunlich gut weiter. Erst in der 67. Minute erzielte Campos mit einem Flachschuss das Ausgleichstor für die

St. Galler. Vier Minuten später legten die Högger durch Rutz erneut vor, zum 2:1. Nun begannen die wirklich spektakulären Schlussminuten: In der 89. Minute erzielte der St. Galler Pfyl das 2:2. Mit einem Mann weniger auf dem Platz könnte man mit einem Unentschieden eigentlich leben, mag man denken. Doch dem kurz vorher eingewechselten Pepperday war es vorbehalten, in der 90. Minute den Siegtreffer zum 3:2 zu erzielen. Dieser Treffer löste natürlich Freudenstürme aus, bei der Mannschaft und auch bei den treuen Fans. Die 1. Mannschaft des SVH liegt nun mit 19 Punkten auf Platz sechs der Tabelle, sieben Plätze über dem ominösen Strich. ■

Matchtelegramm 2. November

Hönggerberg, 173 Zuschauer*innen
SV Höngg – St. Gallen II (u21), 3:2 (1:0)
SR: Jonathan Jaussi, Yanick Wettstein, Ilo Jancevski
SVH: Winzap, Bétrisey, Von Thiessen, Rutz, Schreiner, Gullo (81. Pepperday), Constancio (Rodriguez), Forny, Wiskemann, Stojanov, Kocayildis (60. Derungs).
Tore: 11., Rutz (1:0); 68., Campos (1:1); 72., Rutz (2:1); 89., Pfyl (2:2); 90., Pepperday (3:2)

Nächstes Spiel

Sportplatz Hönggerberg,
Samstag, 9. November, 16 Uhr,
SV Höngg – Winterthur II

Frank Frei

Ich habe mir DIE Strickjacke gekrallt!

Sicher haben Sie es mitbekommen: Am 26. Oktober wurde Curt Cobains Strickjacke für 334 000 US-Dollar versteigert. Kurt wer? Cobain. Frontmann von Nirvana? Grunge-Ikone? Nahm sich im April 1994 das Leben? Keine sechs Monate nach dem legendären Unplugged-Konzert, an dem er besagte Jacke getragen hatte? Ja, der. Seine Strickjacke. Wobei es eigentlich keine Jacke ist, sondern eher ein formloser Lappen mit Ärmeln und Knöpfen, gefertigt aus Schafwolle und danach von einem Hunnenkönig während 26 von Cobains total 27 Jahren unter dem Sattel seines Tatarenhengstes zu Filz geritten. Aber egal. Jedenfalls habe ich mir dieses Ding gekauft. Ungewaschen sei es, seit jenem Konzert, inklusive Flecken. Und einem Loch, das aber nichts mit Kurtlis Suizid zu tun hat, dafür liegt es viel zu tief. Nein, es ist ein Brandloch. Von einer Zigarette, wird gesagt. Vielleicht war es aber auch ein Joint. Oder eine in Whisky getunkte Havanna. Oder ein selbstentzündetes Amphetamin, so genau weiss man das bei

Cobain nicht. Spielt aber auch keine Rolle. Jedenfalls habe ich mir den Spass geleistet und das Ding gekauft.

Gleich am Montag darauf habe ich das Steueramt angefragt, als was ich meine Trophäe nächstes Jahr zu deklarieren hätte. Primär als Vermögenswert, kam die Antwort. Das fand ich verständlich. Weniger verständlich fand ich dann den Nachsatz: «Bitte denken Sie daran, für die Jacke einen Eigenragwert von Fr. 15 000 pro Jahr als Einkommen zu deklarieren». «Eigenragwert»? «Einkommen»? Ja, wurde mir beschieden, Eigenragwert, denn ich könnte die Jacke ja vermieten, solange ich das aber nicht tue, sei dieser fiktive Eigenragwert anzugeben. Das sei wie bei Wohneigentum, in dem man selber wohnt: Man könnte es theoretisch ja vermieten, also muss man auch einen Eigenmietwert versteuern, als Einkommen, auch wenn man das gar nicht bekommt. Logisch, oder? Ich stutzte und wies dann gutgläubig auf den Schmutzgehalt der Fasern und das Brandloch hin, ob ich die wie bei Liegenschaften als Minderwert abziehen könne? Nein,

nur allenfalls die chemische Reinigung und die Schneiderrechnung, würde ich meine Erwerbung entsprechend aufwerten. Können Sie sich den Shitstorm vorstellen, wenn das bekannt würde? Also argumentierte ich weiter, dass es sich hier um eine Strickjacke, so ein Omi-Ding, handle, und nicht um eine Liegenschaft. Egal, fand das Steueramt, denn ich hätte mir für das viele Geld theoretisch eine Liegenschaft – vielleicht im Jura oder Ostdeutschland – kaufen können und deshalb sei es im Rahmen der sozialen Umverteilung des Volksvermögens nur recht und billig, wenn ich nun den Eigenragwert bezahlen müsse (fast hätten sie «berappen» geschrieben, fanden das dann aber in Anbetracht der vielen Nullen doch etwas degoutant). Im Kleingedruckten wurde «soziale Umverteilung» dann mit «Instandsetzung Sozialhilfezentrum» definiert, was mich aber auch nicht beruhigte. Mein Einwand, dass nebst mir auch sonst niemand im Jura oder in Ostdeutschland wohnen wolle und ich meine theoretisch erworbene Wohnung dort nicht einmal theoretisch vermie-

ten könne, wurde schnöde weggeschickt.

Gut, dass ich mir Kurtlis Gitarre, weitere 340 000 Dollar, nicht auch noch gekauft hatte, die ebenfalls versteigert wurde. Gespielt hatte er sie auf der «In Utero»-Tournee und bei dem Namen wage ich nicht, mir vorzustellen, wie sie im Tageslicht aussieht. Wahrscheinlich gleich versifft wie der Eigenragwert, den das Steueramt als theoretisch mit ihrer Vermietung zu erzielendes Einkommen veranschlagen würde. ■

*Es grüsst in sozialer Umverteilungslaune
Frank Frei*



Zur Person

Frank Frei ist ein Pseudonym. Er oder sie sendet der Redaktion «frank und frei» Kolumnen ein und wird bei Gelegenheit auch um eine solche gebeten. Reaktionen der Leserschaft werden gerne gedruckt. Einfach einsenden an redaktion@hoengger.ch

Der «Högger» wird zu rund 90 % aus Werbeeinnahmen finanziert – und zu wichtigen 10 % aus Ihren Sympathiebeiträgen.

Herzlichen Dank, dass Sie Ihre Quartierzeitung unterstützen!

IBAN: CH76 0027 5275 8076 6402 H / Konto 80-2-5 / UBS Switzerland AG, CH-8098 Zürich / Vermerk «Sympathiebeitrag Höngger»

Mehr Raum, weniger Energie

Ein Gebäude aus den 1930er-Jahren ohne fossile Energie heizen, geht das? An der Vorhaldenstrasse in Zürich-Höngger ist dies dank der Beratung durch einen Energie-Coach der Stadt Zürich gelungen.

Die Doppelhaushälfte von Daniel Baumann unterscheidet sich kaum von der seines Nachbarn, obwohl bei der Sanierung die Energie im Vordergrund stand. «Der Erhalt des Charakters des Hauses aus den 1930er-Jahren war mir ein grosses Anliegen», erklärt Baumann. Deshalb setzte er 2014, als er die Gebäudehülle dämmen liess, auf die neueste Technologie. Statt herkömmlicher Dämmung aus Steinwolle oder Schaumstoff setzte er auf einen 3 Zentimeter dicken Dämmputz aus Aerogel – ein Material, das zu 98 Prozent aus Luft besteht und deshalb eine sehr gute Dämmwirkung hat. Dank dieser Lösung steht die Fassade gegenüber dem Nachbarhaus nur unmerklich hervor.

Schritt für Schritt

Die Sanierungsgeschichte begann jedoch schon viel früher, als Daniel Baumanns Mutter 2004 die Dachwohnung und den Estrich



ausbauen und das Dach dämmen liess. Zwei Jahre später folgte der Ersatz der doppeltverglasten Fenster durch neue Fenster mit Wärmeschutzverglasung. Als Daniel Baumann das Haus 2011 schliesslich übernahm, begann er sich über die weitere Zukunft des Gebäudes Gedanken zu machen. «Wir hatten in den unteren Wohnungen mit Feuchtproblemen und Schimmel zu kämpfen. Und ich wollte die Wärmeversorgung auf erneuerbare Energien umstellen», erklärt der

Agronom. Fachliche Unterstützung für dieses Vorhaben holte er sich vom Energie-Coaching der Stadt Zürich.

Ganzheitliche Betrachtung

Der unabhängige Energieexperte Reto Niedermann zeigte Daniel Baumann acht Szenarien auf. Rasch war klar, dass ohne Dämmung der Fassade keine Wärmepumpenlösung infrage kam. «Ich wollte kein Flickwerk», so Baumann. Deshalb packte er die Sanie-

rung wie vom Energie-Coach empfohlen, ganzheitlich an. Die nächsten Schritte wurden auf drei Jahre verteilt: Als erstes liess er die Gebäudehülle dämmen, dann folgte die Dämmung des Kellerbodens und der Einbau einer Wärmepumpe mit drei Erdsonden. Schliesslich wurde in der Waschküche ein Studio eingebaut. «Dank Etappierung hatten die Handwerker genug Zeit und wir konnten die Steuerabzüge optimieren», erklärt der Bauherr. Mit der naturnahen Gestaltung des Gartens ist die Sanierung nun abgeschlossen. Die Bilanz ist positiv: Der Energiebedarf für Heizung und Warmwasser ist um über 40 Prozent gesunken, obwohl der Wohnraum erweitert wurde. «Der Wohnkomfort hat deutlich zugenommen und dank Wärmepumpe heizen wir heute ohne fossile Energie», freut sich Baumann. (pr) ■

Energie-Coaching

Unabhängige Energie-Coachs der Stadt Zürich beraten Bauherrschaften zum Heizungsersatz und zur energetischen Erneuerung von Gebäuden. Informationen zum Angebot und Anmeldung unter: www.stadt-zuerich.ch/energie-coaching, 044 412 24 24, Montag bis Freitag, 9 bis 12 Uhr

Gewerbeverband der Stadt Zürich

Online seit 25. Oktober 2019

Münsterhof: Postkartenidylle oder Rahmen für Brandreden?

Am 25. September beschloss der Stadtrat von Zürich eine Anpassung des Nutzungskonzepts Münsterhof. Diesen bezeichnete er einleitend «mit seinen barocken Fassaden... als eigentliches Juwel der Innenstadt» mit herausragendem Potenzial. Dem kann man nur zustimmen.

Vom Parkplatz zum Kulturplatz...

Befreit von parkierenden Autos sollte der Münsterhof primär der Bevölkerung für die Alltagsnutzung zur Verfügung stehen. Übersetzt heisst das: Es herrschte erst mal gähnende Leere neben dem Fraumünster, belebt im Sommer von flatternden Sonnensegeln und übers Jahr ab und an von kulturellen Veranstaltungen. Nicht nur

Touristen und Flanierende konnten sich daran erfreuen, auch die umliegenden Restaurationsbetriebe und Detailhandelsgeschäfte hatten ausreichend Gelegenheit, den Blick ins Leere schweifen zu lassen. Herrschte doch, abgesehen vom lauen Lüftchen von der Limmat her, Flaute – die Umsätze brachen regelrecht ein. Aktuell sagt das Chäsvreneli als weiteres Traditions-geschäft endgültig Adieu.

Immerhin hat der Stadtrat neu den Maximalrahmen für Veranstaltungen auf dem Platz von bisher 114 auf 148 Tage pro Jahr angehoben. Die Veranstaltungen wurden mit klarem Fokus auf Kultur ausgewählt im Konsens mit den Anrai-

nerinnen und Anrainern, so das Protokoll. Gut so. Bitte mehr Projekte wie zuletzt die geniale Ad-hoc-Begrünung! Solche strahlen weit über die geschützten Fassaden des Münsterhofs, sind beste Werbung für die Stadt Zürich und wahre Publikumsmagnete.

...und Ort für Demos

Im gleichen Dokument findet sich unter Punkt 8 auf Wunsch des Sicherheitsdepartements (!) eine kleine, feine Ergänzung: «Der Stadtrat kann den Platz auch für grössere, politische Veranstaltungen zur Verfügung stellen.» Auch das im Konsens mit den Anrainern und Anrainern? Selbst bei bewilligten Demos können Aus-

schreitungen – auch Dritter – nie ausgeschlossen werden, werden Beeinträchtigungen Unbeteiligter – auch akustische, siehe letzte Kolumne in der Wipkinger Zeitung – in Kauf genommen. Das «Jewel der Innenstadt» als zentraler Demoplatz? Echt jetzt? Das muss nicht sein! ■



Nicole Barandun
Präsidentin
Gewerbeverband
der Stadt Zürich
www.gewerbe-zuerich.ch

Am 17. November kommen vier Vorlagen auf städtischer Ebene zur Abstimmung, auf kantonaler und eidgenössischer Ebene sind liegen keine Vorlagen vor. Der «Höngger» hat die in den Zürcher Parlamenten vertretenen Parteien aus dem Wahlkreis 6 und 10 um ihre Empfehlung gebeten. Die Nummerierungen auf dieser Doppelseite entsprechen jenen der Vorlagen.

Städtische Vorlagen

- 1) Gegenvorschlag des Gemeinderats zur Volksinitiative «Ein Prozent gegen die globale Armut (1%-Initiative)».
- 2) Liegenschaft Röschi-bachstrasse 24/26, Quartier Wipkingen, Instandsetzung und Umbau für das Sozialzentrum Hönggerstrasse, Übertragung vom Finanz- ins Verwaltungsvermögen, Objektkredit von 59,8 Millionen Franken.
- 3) Neubau der Schulanlage Allmend im Gebiet Manegg, Quartier Wollishofen, Bau einer Passerelle, Übertragung vom Finanz- ins Verwaltungsvermögen, Objektkredit von 57,318875 Millionen Franken.
- 4) Vereinbarung zwischen dem Kanton Zürich und der Stadt Zürich über Errichtung und Betrieb des Forensischen Instituts Zürich (FOR).

Kantonale Vorlagen

Keine.

Eidgenössische Vorlage

Keine.



SVP
Christoph Marty,
Gemeinderat
Bauunternehmer

Städtische Vorlagen

- 1) **Nein.** Der Gemeinderat wäre gut beraten, mehr lokal und weniger global zu agieren. Kümern wir uns doch besser vorab um die Belange unserer Gemeinde.
- 2) **Nein.** Bei der Vorlage zum Kauf des Gebäudes wurde dem Gemeinderat eine Pinselrenovation (sic) für zehn Millionen Franken versprochen. So wurde der Erwerb vom Rat genehmigt. Jetzt soll das Gebäude im Innern weitgehend ausgehöhlt werden. Aktuell werden die Büros von diversen Kleinfirmen gemietet, welche mit den vorhandenen Infrastrukturen gut arbeiten können. Gebraucht wird ein Verwaltungsgebäude, welches als Sozialzentrum dienen wird und nicht ein Sozialpalast. Mit dem ursprünglich vorgesehenen Betrag kann dieses Ziel erreicht werden. Wir lehnen den verantwortungslosen Umgang des Hochbaudepartements mit dem Gemeindevermögen ab.
- 3) **Ja.**
- 4) **Nein.** Die vorgesehene Rechtsform ist für die Bedürfnisse des Instituts ungeeignet. Die Kader sowohl der «Kriminaltechnischen Abteilung» (KTA) der Kapo und des «Wissenschaftlichen Dienst» (WD) der Stapo lehnen sie darum geschlossen ab. Das FOR gehört in einem grösseren Kontext, auf die Ebene Kanton angeordnet. Der Hauptzweck der geplanten Rechtsform bestünde darin, dass der Kommandant der Gemeindepolizei und mit ihm die lokale Politik weiter Einfluss auf eine Institution nehmen könnten, welche rein technisch-naturwissenschaftlich tätig ist. Wenn von der Politik eine ungeeignete Lösung zur Annahme empfohlen wird, ist die Wahrscheinlichkeit gross, dass dieser zugestimmt wird, da die Materie doch eher komplex ist und vom Stimmbürger nicht erwartet werden kann, sich in derselben Tiefe damit zu befassen, wie das Politik und Verwaltung hätten tun sollen. Man ist darauf angewiesen, über Vorlagen abstimmen zu können, welche optimal ausgearbeitet worden sind. Das ist hier klar nicht erfüllt.



GLP
Florin Isenrich,
Co-Präsident
GLP Kreis 6&10,
Doktorand
Mikrofluidik ETH

Städtische Vorlagen

- 1) **Ja.** Nach äusserst zähen Verhandlungen hat das Parlament einen Gegenvorschlag ausgearbeitet. Dieser geht bedeutend weniger weit als die Initiative, entspricht aber einer klaren Erhöhung gegenüber dem Status Quo. Die GLP hat bei der Ausarbeitung des Gegenvorschlags wesentlich mitgewirkt. Insbesondere insistierten die Grünliberalen dafür, dass eine Art Notbremse eingebaut wurde: Verschlechtert sich die finanzielle Situation der Stadt, können die Beiträge gekürzt werden oder ganz entfallen. Der Gegenvorschlag entspricht damit unserer grünliberalen Einstellung: «Geld nicht mit der Giesskanne ausgeben, aber sich auch nicht aus der sozialen Verantwortung stehlen».
- 2) **Ja,** wenn auch wenig euphorisch. Kostenüberschreitungen bei städtischen Bauten kommen leider immer wieder vor, zum Beispiel beim Kongresshaus oder beim Triemlisplital-Bettenhaus. Die Stadt hatte nach dem Kauf erklärt, es seien nur kleine Renovationen und Malerarbeiten nötig. Am Schluss kostete die Sanierung aber beinahe so viel wie der ursprüngliche Kauf. Nichtsdestotrotz steht die GLP weiterhin hinter der Vorlage. Fremdmieten bergen das Risiko von Mieterhöhungen und Ausbauten können notwendig werden. Deshalb soll die Stadt die Fremdmieten reduzieren, dieses Argument gilt weiterhin. Die Liegenschaft ist ausserdem zentral gelegen, gut erschlossen und Sozialzentren können darin zusammengeschlossen werden.
- 3) **Ja.** Unsere wachsende Stadt benötigt dringend mehr Schulraum. Ziehen Familien in ein wachsendes oder neuüberbautes Quartier, braucht es zusätzlichen Schulraum für die steigende Schülerzahl.
- 4) **Ja.** Es macht Sinn, die Forensischen Institute der Stadt und vom Kanton nach dem Organisatorischen auch rechtlich zusammenzulegen.



FDP
Martina
Zürcher-Böni,
Gemeinderätin,
Präsidentin
FDP 10
Ökonomin

Städtische Vorlagen

- 1) **Nein.** In der föderalistischen Struktur der Schweiz trägt der Bund die Verantwortung für die Entwicklungszusammenarbeit, er hat auch die nötigen Kompetenzen, das Know-how und die Stellen dazu. Diese Vorlage möchte nun, dass die Stadt Zürich jährlich zwischen 0,3 und einem Steuerprozent, das heisst zwischen fünf und 18 Millionen Franken Steuer-gelder spendet. Wohin das Geld gehen soll, sagt die Vorlage nicht, somit müsste die Stadt zusätzliche Bürokratie aufbauen. Dabei spenden die Zürcherinnen und Zürcher bereits viel selbst, sie können so auch wählen, an welche Organisationen und in welche Länder sie das Geld geben möchten. Mit dieser Vorlage würden hingegen Mitarbeitende der Stadtverwaltung das bestimmen.
- 2) **Nein.** Die Stadt hat die Liegenschaft 2014 für 34 Millionen Franken gekauft, um damit Fremdmieten abzubauen. Sie hat ursprünglich eine Pinselsanierung versprochen, nun kommen Sanierungskosten von 31 Millionen Franken dazu – für dieses Geld könnte man lange Büros mieten. Der Stadtrat, allen voran das Hochbaudepartement unter SP-Stadtrat Odermatt, geht gar nicht sorgsam mit Steuergeldern um: Das zeigt dieses Beispiel oder auch die ausufernden Kosten beim Kongresshaus, bei der Fischerstube, bei der neuen 12-Millionen-Garderoben-Baracke auf dem Hönggerberg, bei verschiedenen Schulhäusern et cetera. Mit einem Nein können die Stimmbürgerinnen und Stimmbürger zeigen, dass sie dies nicht länger dulden und an der Röschi-bachstrasse ein günstigeres Projekt wollen.
- 3) **Ja,** der Schulraum wird infolge der vielen Neubauten in der Manegg dringend benötigt. Auch wenn einmal mehr die Stadt einfach (zu) teuer baut.
- 4) **Ja,** seit rund neun Jahren arbeiten die forensischen Dienste der Stadt- und der Kantonspolizei Zürich eng zusammen. Die vorliegende Vereinbarung macht Sinn.



Grüne
Monika
Bättschmann,
Gemeinderätin
Kreis 10
Leiterin
Alterszentrum



SP
Sarah
Breitenstein,
Gemeinderätin



AL
Judith Stofer,
Kantonsrätin AL
Kreis 6 und 10

Städtische Vorlagen

1) Ja. Mit dem Gegenvorschlag wird das Grundanliegen der 1%-Initiative aufgenommen: ein verstärktes Engagement der Stadt Zürich für internationale Entwicklungszusammenarbeit. Damit soll sich die Stadt noch stärker für Projekte der Trinkwasserversorgung, Gesundheitsförderung, Demokratisierung, Berufsbildung oder Hungerbekämpfung in Afrika, Asien und Lateinamerika einsetzen. Ein Ja ist auch ein starkes Signal an andere Gemeinden, denn die Entwicklungszusammenarbeit gehört zu einer verantwortungsvollen und solidarischen Kommunalpolitik.

2) Ja. Das Sozialzentrum Höggerstrasse soll in die städtische Liegenschaft an der Röschibachstrasse verlegt werden. Fremdmieten fallen damit weg. In der neuen Liegenschaft sind genügend Arbeitsplatzreserven vorhanden, um die heute an verschiedenen Standorten verstreuten Organisationsteile des Sozialzentrums unter einem Dach zusammenzufassen. So können Synergien genutzt werden und die Aufgaben des Sozialzentrums können zentral an einem Ort angeboten werden.

3) Ja. Im Quartier Manegg sind viele neue Wohnungen entstanden, daher hat auch die Anzahl der Schüler*innen stark zugenommen. Das Schulhaus Allmend ist dringend nötig, damit nicht noch mehr Schulprovisorien auf Freiland und Grünräumen aufgestellt werden müssen. Wenn, wie vom Gemeinderat gefordert, die Parkplätze in benachbarte Tiefgaragen verlegt werden, steht künftig auch ein angemessener Freiraum für die Schüler*innen zur Verfügung.

4) Ja. Die Stadtpolizei und die Kantonspolizei verfügen je über Abteilungen für kriminaltechnische Aufgaben. Seit 2010 arbeiten diese beiden Abteilungen im sogenannten «Forensischen Institut» zusammen. Mit der Vereinbarung zwischen Stadt und Kanton kann die bisher erfolgreiche Arbeit des Forensischen Instituts langfristig gesichert werden.

Städtische Vorlagen

1) Ja. Die Entwicklungszusammenarbeit geniesst in der Stadt Zürich eine lange Tradition. Mit dieser Vorlage werden die Beiträge für die internationale Zusammenarbeit massiv erhöht (0,3 bis ein Steuerprozent) und ein Teil unseres Wohlstands an weniger privilegierte Menschen weitergegeben, was sich die finanzstarke Stadt Zürich ohne Weiteres leisten kann. In finanziell angespannten Zeiten können die Beträge gekürzt oder ganz gestrichen werden. Die unterstützten Projekte werden auf ihre Wirksamkeit hin überprüft.

2) Ja. Die Stadt Zürich möchte das Sozialzentrum Höggerstrasse in einer eigenen Liegenschaft unterbringen. Am neuen Standort hat es Platz für alle Mitarbeitenden des Sozialzentrums der Stadtkreise 6 und 10 sowie des Quartierteams Affoltern. Dadurch wird die Zusammenarbeit massiv verbessert. Zudem entfallen mit dem Umzug in eine eigene Liegenschaft die bisherigen Kosten für die hohe Fremdmiete.

3) Ja. Dass der Wohnungsbau den Bedarf für Schulraum erhöht, gerade auch in der Manegg, ist unbestritten. Das neue Schulhaus bietet Raum für zwölf Schulklassen und soll als Tagesschule betrieben werden. Die Sporthalle steht auch Vereinen und anderen Interessierten zur Verfügung, zudem ist der Allwetterplatz auf dem Dach des Schulhauses für die Quartierbevölkerung zugänglich.

4) Ja. Das Forensische Institut erbringt für die Kantons- und Stadtpolizei Leistungen im Bereich der Forensik. Mit dieser Vereinbarung wird die Zusammenarbeit für die Zukunft rechtlich abgesichert und es kann sichergestellt werden, dass sich die Stadt Zürich weiterhin an der Forensik beteiligen und auf Augenhöhe mit dem Kanton mitbestimmen kann.

Städtische Vorlagen

1) Ja. Mit dem vom Gemeinderat vorgeschlagenen Gegenvorschlag verpflichtet sich die Stadt Zürich, jährlich zwischen fünf bis 18 Millionen Franken beziehungsweise 0,3 bis höchstens 1 Steuerprozent für Projekte im Bereich der Entwicklungszusammenarbeit zu spenden. Weist die Stadt einen Bilanzfehlbetrag aus, können die Beiträge tiefer ausfallen oder ganz entfallen. Da die Initiant*innen die Volksinitiative, welche 1 Steuerprozent für die Bekämpfung der globalen Armut verlangte, zurückgezogen haben, kommt nur dieser etwas kleingeistige Gegenvorschlag zur Abstimmung. Aber, wie heisst es doch: Lieber den Spatz in der Hand als die Taube auf dem Dach.

2) Stimmfreigabe. Es macht Sinn, dass die städtische Verwaltung mit ihren Angeboten und Dienstleistungen für die Bevölkerung in stadt eigenen Liegenschaften untergebracht ist. So soll das Sozialzentrum Höggerstrasse in die von der Stadt Zürich im Jahre 2014 gekaufte Liegenschaft an der Röschibachstrasse umziehen. Ein Wermutstropfen ist, dass mit dem Umbau der Liegenschaft die kreative Welt, die sich als Zwischennutzung installiert hat, wieder verschwindet.

3) Ja. Die Stadt wächst. Mit dem Wachstum nimmt auch die Anzahl der Schüler*innen zu. Diese brauchen Schulräume und Sportanlagen. Das Projekt der neuen Schulanlage passierte den Gemeinderat ohne Gegenstimmen.

4) Ja. Nach einer unendlich langen und mühseligen Vorlaufzeit liegt endlich eine Vereinbarung zwischen dem Kanton und der Stadt vor. Damit ist der Weg für das FOR zu einer selbstständigen öffentlich-rechtlichen Anstalt frei. Die zivilen Angestellten des FOR unterstehen neu dem Personalrecht des Kantons. Sagt die städtische Bevölkerung Ja zur neuen Vereinbarung, braucht es noch die Zustimmung des Kantonsrats. Erst danach kann die Vereinbarung in Kraft gesetzt werden – voraussichtlich per 1. Januar 2021.

Högger Senioren-Wandergruppe 60plus

Die Kurzwanderung vom Mittwoch, 20. November, führt ins Furttal von Endingen über Vogelsang nach Niederweningen mit einem Aufstieg von 330 und Abstieg von 270 Metern. Die Wanderzeit beträgt dreieinhalb Stunden.

Um 11.52 Uhr fährt die S15 nach Niederweningen und der Bus 355 weiter nach Endingen. Die Wanderung beginnt mit einem gut ausgebauten Treppenaufstieg durch den Ort bis zum Waldrand. Gemütlich geht es weiter an Feldern und Weinreben vorbei, bis sich nach einer Stunde der Weiler Vogelsang zeigt, wo es bei Doris' Beizli Kaffee und Nussgipfel gibt. Nach der Stärkung geht es in Richtung Wald Althau. Zwischendurch zeigen sich kleine Wiesen und Felder, so die Allmend Rütihof, dann der Eetelweier. Der verschlungene Weg führt durch den Wald bis der relativ steile Abstieg auf der Asphaltstrasse nach Schneisingen und Unterweningen beginnt, wo die Gruppe um zirka 16.30 Uhr ankommt. Von dort fährt die S15 jeweils um xx.05 und xx.35 nach Zürich.

Da der Ticketkauf für Endingen verwirrend ist, wird ein Kollektivbillet gelöst. Vorausgesetzt wird, dass jeder ein gültiges Ticket für die Stadt Zürich hat. Um Zeit zu gewinnen wird der Betrag für die Verpflegung im Beizli zusammen mit dem Kollektivbillet eingezogen. Auf eine schöne Herbstwanderung freuen sich Hans Schweighofer und Martin Wyss. (e) ■

Besammlungen um 11.35 Uhr beim Gruppentreff Bahnhof HB. Kollektivbillet 14 Franken mit Halbtax, inklusive Organisationsbeitrag von 5 Franken. Die Anmeldung ist obligatorisch, auch für GA-Inhaber, Montag, 18. November, 20 bis 21 Uhr; Dienstag, 19. November, 8 bis 9 Uhr bei Hans Schweighofer, 044 341 50 13 oder Martin Wyss, 044 341 67 51. Notfall-Nummer 079 538 07 34.

Online seit 1. November 2019

Kein «Högger» im Briefkasten?

Bitte melden Sie es uns:
Telefon 043 311 58 81.
Danke.

Gesundheits-Ratgeber

Online seit 1. November 2019

Gesund durch die kalte Jahreszeit

Mit dem Herbst und der Umstellung auf die kältere Jahreszeit beginnt auch wieder die Grippezeit.

Fakt ist, dass sich bei Personen mit zu wenig qualitativ gutem Schlaf die Anfälligkeit für eine Erkältung oder andere Infekte erhöht. Denn im Tiefschlaf wird der Körper nach Krankheitserre-



Daniela Zimmermann
zertifizierte
Liege- und
Schlafberaterin
Creativa

Wasserbett-
und Schlafcenter AG
Wehntalerstrasse 539, 8046 Zürich
Telefon 044 371 72 71
www.betten-center.ch

ger durchforstet und das Immunsystem aufgebaut. Gelingt es ihm während der Nacht nicht, sich zu regenerieren, wird das Immunsystem automatisch geschwächt. Hinzu kommt, dass die Ansteckungsgefahr für eine Erkältung oder eine Grippe in dieser Jahreszeit besonders hoch ist, da die Viren und Bakterien bei kalten Temperaturen besser überleben. Im Normalfall spürt man, wenn man Schlaf benötigt. Wie viel Schlaf man benötigt, ist individuell und wird von Geschlecht, Körperbau, Alter und Gesundheitszustand beeinflusst. Egal, ob es nun sechs, acht oder mehr Stunden Schlaf sind, eines gilt für alle: Schlaf ist lebenswichtig. Jeder weiss, wie stark eine schlechte Nacht die Leistungsfähigkeit am nächsten Tag beeinträchtigt. Schlaf ist eine zentrale Voraussetzung für Gesundheit und Wohlbe-

finden, laufen doch während des Schlafs zahlreiche körperinterne und -notwendige Prozesse ab. Wer zu wenig schläft oder unter Schlafstörungen leidet, läuft Gefahr, dem eigenen Körper langfristig zu schaden. Auch die richtige Bettausstattung trägt wesentlich dazu bei, sich im Schlaf optimal zu regenerieren, zum Beispiel, indem man nachts nicht zu sehr abkühlt. Wichtig dabei sind ein individuell abgestimmtes Duvet und Kissen, mittlerweile in verschiedenen Materialien erhältlich – je nach Bedürfnis des Einzelnen.

Einige Tipps für die kalten Tage

Um in der kalten Jahreszeit das Immunsystem zu stärken, empfiehlt es sich neben einem gesunden Schlaf – hier zählt Qualität, nicht Quantität – viel Flüssigkeit, vorzugsweise ungesüßten Tee und Wasser, zu sich zu nehmen.

Eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung versorgt den Körper mit Vitaminen, Nährstoffen und Spurenelementen. Vitamin D ist essentiell – also raus an die Sonne, auch bei Kälte. Auch im Winter ist Bewegung das A und O. Spaziergehen ist zudem eine sehr gute Prävention gegen Verspannungen und Bandscheibenvorfälle und hilft beim Stressabbau. Stress schwächt den Körper, ist eine Belastung für die Psyche und man wird krankheitsanfällig. Wichtig ist jedoch, sich passend zu kleiden, nicht, dass man sich eine Erkältung einfängt. Ausserdem gilt: Die Hände häufig und gründlich mit Seife waschen und Räume regelmässig und gut lüften, denn ist die Luft trocken können sich die Krankheitserreger besser in den Schleimhäuten wie Nase, Hals und Lunge festsetzen. (pr)

Kostenlose Venenmesstage

Wer unter schweren, müden, schmerzenden oder gar geschwellenen Beinen leidet, profitiert vom 18. bis 21. November von einer kostenlosen Venenmessung bei Venen-Expertinnen.

Chronisch venöse Erkrankungen der Beine sind eine der häufigsten Erkrankungen bei Erwachsenen. Wobei sich Frauen eher öfters behandeln lassen. Gemäss einer Studie sind ab dem Alter von 40 Jahren fast jede zweite Frau und jeder fünfte Mann betroffen. Oft sind Krampfadern erste Zeichen einer Venenerkrankung. Krampfadern sind häufig erblich bedingt. Doch auch wer erblich nicht vorbelastet ist, sollte auf die Zeichen des Körpers achten, um Venen-Fehlfunktionen frühzeitig zu erkennen. Erste Symptome für ein Venenleiden sind geschwellene und schmerzende Beine, Kribbeln, Krämpfe oder Spannungsgefühl, ziehender oder stechender Wadenschmerz, Schwellungen in der Knöchelregion und Besenreiser.

Diese Symptome werden oft unterschätzt oder falsch interpretiert. Die Ursache von venösen Erkrankungen liegt in rund 80 Prozent der Fälle in einer angeborenen Venenwandschwäche. Dadurch verringert sich der Rücktransport des Blutes zum Herzen. Das Blutvolumen in den Venen des betroffenen Beines und der auf den Venenwänden lastende Druck steigen hierdurch deutlich an. Betroffene und Interessierte haben vom 18. bis 21. November jeweils von 8.30 bis 18 Uhr bei Becker Orthopädie-Technik und Sanitätshaus die Möglichkeit, einen Gratis-Venencheck mit Funktionsmessung durchführen zu lassen. Wer sich etwas Gutes tun will, nutzt die Gelegenheit und vereinbart einen Termin. (pr)

Becker Orthopädie-Technik und Sanitätshaus

Schaffhauserstrasse 18, 8006 Zürich,
Telefon 044 363 85 31
info@becker-ag.ch, www.becker-ag.ch

Dino-Time im Letzipark



Die imposanten Dinosaurier sind schon vor Millionen von Jahren ausgestorben. Doch nun sind sie wieder zurück: Vom 11. bis 23. November ist Show-Time für T-Rex & Co im Einkaufszentrum Letzipark.

Die Dinos sind los! Während zwei Wochen besetzen die imposanten Dickhäuter aus der Vergangenheit die Mall des Einkaufszentrums

Letzipark

Baslerstrasse 50, 8048 Zürich
Montag bis Freitag, 9 bis 20 Uhr.
Das ganze Programm ist auf
www.letzipark.ch zu finden.

Letzipark. Der 4,60 Meter grosse T-Rex sorgt mit seiner Live-Show für Gänsehaut-Feeling. Mittwochs um 15.30, donnerstags um 14, 16 und 18 Uhr, freitags um 15.30 Uhr und samstags um 15.30 Uhr sind die Besuchstermine, die sich der T-Rex in seiner Steinzeit-Agenda reserviert hat.

Die kleinen und grossen Besucher*innen können sich auf archäologische Ausgrabungen von Fossilien im Sand oder die Suche nach wertvollen Edelsteinen im Wasser freuen. Zusätzlich können die Kinder als Erinnerung ihren eigenen Dinosaurier basteln. Wer noch immer nicht genug hat, kann einen spannenden 3D-Film anschauen.

Während des gesamten Dinosauria-Events haben die Letzipark-Kund*innen die Möglichkeit, einen Ford EcoSport im Wert von 28 000 Franken zu gewinnen. Die Wettbewerbstalons liegen in der Mall auf und können in die bereitstehende Wettbewerbsurne geworfen werden. (pr)

Online seit 28. Oktober 2019

«Abentür» – Die Geschichte einer waghalsigen Reise

Mit seinem dritten Stück schickt das Theater «Tägg en Amsle» die drei einfallsreichen «Fründe» Johnny Mauser, Franz von Hahn und Säuli Waldemar erneut los, diesmal auf eine waghalsige Reise.

«Abentür» erzählt die ereignisreiche Geschichte von drei ungleichen Freunden und wie diese dem Alltagstrott entkommen. Bunt, brenzlich und etwas verrückt. Ein Theaterstück über die Neugier auf das Unbekannte und die Kraft der Freundschaft. Mit viel Musik und Überraschungen, für Menschen ab fünf Jahren. Als Vorlage dient das Bilderbuch «Die Abenteurer» von Helme Heine. Dieses wurde 1994 veröffentlicht und erschien 2018 in einer Neuauflage. Der erfolgreiche Bilderbuchautor erhielt diverse Auszeichnungen und Prei-

Theater «Tägg en Amsle» (v.l.n.r.): Claudia von Grünigen, Michael Fuchs und Lena Wälly. (Foto: zvg)



se für seine Werke, unter anderen «Schönste Deutsche Bücher», den Europäischen Jugendbuchpreis und den «Grossen Preis der Deutschen Akademie für Kinder- und Jugendliteratur». In «Freunde», 1982, Gesamtauflage 5 Millionen, erschuf er seine berühmtesten Figuren Johnny Mauser, Franz von Hahn und Waldemar, welche die Protagonisten von «Die Abenteurer» sind. (e) ■

«Abentür»

Sonntag, 11. November, 15 bis 16 Uhr im Restaurant Bellavista, Hönggerberggring 47. Eine Veranstaltung des Forum Höngg (Kulturkommission des Quartiervereins Höngg) in Zusammenarbeit mit der ETH Hönggerberg und dem GZ Höngg.

Online seit 28. Oktober 2019

«Unplugged» – Konzert der gospelsingers.ch

Als Einstimmung auf den nahenden Advent laden die gospelsingers.ch zu einem abwechslungsreichen Konzertabend. Unter dem Motto «unplugged» gehen sie zurück zu ihren eigenen Wurzeln und singen ohne technische Verstärkung, buchstäblich «nicht eingesteckt». Dafür mit mitreissendem Groove, sanften Songs und neu interpretierten «Traditionals»: Gospel pur.

Mit der kühlen Jahreszeit nahen traditionsgemäss die Jahreskonzerte der gospelsingers.ch, die seit einem guten Vierteljahrhundert in Höngg beheimatet sind. Unter der Leitung von Peter Bachmann präsentieren sie Perlen aus



Die gospelsingers.ch kehren zu den Wurzeln zurück und singen für einmal «unplugged».

(Foto: zvg)

Gospelsingers.ch «Unplugged»

Sonntag, 17. November, 15.30 Uhr; Kassenöffnung ab 14.30 Uhr
Katholische Kirche Heilig Geist, Limmattalstrasse 146
Sonntag, 1. Dezember, 16.30 Uhr; Kassenöffnung ab 15.30 Uhr
Ref. Kirche, Chilegass, 8164 Bachs
Eintritt: Erwachsene 25 Franken, Kinder bis 16 Jahre gratis
Lehrlinge, Studenten, AHV, 15 Franken
Vorverkauf mit einem Preisabschlag von 5 Franken auf den Erwachsenenpreis möglich via E-Mail an info@gospelsingers.ch

dem vielseitigen Spektrum des Gospels. Die Einflüsse aus unterschiedlichsten Stilrichtungen sind unverkennbar. So wird beispielsweise im Fundus von alten Skavenliedern voller Sehnsucht und Symbolik gegraben. Beim Country-Gospel «I saw the light» meint man fast, durch die staubige Steppe zu wandern und den Duft des Wilden Westens zu riechen. In den bunten Strauss des Konzertprogrammes gehören sowohl melancholische Gospelsongs als

auch Leichtigkeit und ansteckende Freude, die zum Mitklatschen einlädt.

Das Beste steht nicht in den Noten

Solistinnen und Solisten aus den Reihen des Chores bereichern das Programm mit Abwechslung und Dynamik. Begleitet werden die Sänger*innen von ihrer langjährigen, choreigenen Band, die mit viel Rhythmus und Fingerspitzengefühl Boden legt und Songs lebendig werden lässt, denn das

Beste an der Musik steht ja bekanntlich nicht in den Noten.

Die gospelsingers.ch freuen sich auf die Begegnung und den Austausch mit grossen und kleinen Zuhörer*innen. Ab der Kassenöffnung und im Anschluss an das Konzert lädt ein Barbetrieb zum Verweilen ein. (e) ■

Kommentieren Sie alle Artikel online auf www.hoengger.ch



Gottesdienst

mit Theaterszene zu Zwingli

Sonntag, 10. November, 10 Uhr, Kirche Höngg mit Kinderhüte

Das Zürcher Helferei-Theater kommt in den Gottesdienst und spielt eine historische Szene aus der Reformationszeit. Das ist Verkündigungsschauspiel und Ausgangspunkt für die Predigt von Pfarrerin Yvonne Meitner zum Thema «Zwinglis Glaube – auch im 21. Jahrhundert noch anregend!»

Erzählcafé: «Geschenke»

Freitag, 15. November, 14 Uhr, Sonnegg

Über Geschenke freuen wir uns. Bekamen wir schon Geschenke, die uns nicht freuten? Manchmal ist schenken sogar schöner, nach dem Motto «Geben ist seliger als Nehmen». Wie reagieren wir, wenn ein Geschenk nicht gefällt? Schenken wir heute anders als früher?



Moderation: Jean Pierre Cotti, Telefon 044 493 27 72
Nächstes Erzählcafé: 13. Dezember «Nachbarschaft»

Konzert für Orgel und Violine



**Sonntag, 17 Uhr
17. November
Kirche Höngg**

Robert Schmid, Orgel, und **Sebastian Bohren**, Violine, spielen Werke von Giuseppe Tartini, Johann Sebastian Bach, Arcangelo Corelli und Fritz Kreisler.

Eintritt frei, Kollekte, anschliessend Apéro



Crashkurs Reformation

Samstag, 23./30. November und 7. Dezember, je 9 bis 12.30 Uhr, Sonnegg Höngg

Gründe, Voraussetzungen und Verlauf der Reformation in der Eidgenossenschaft mit Schwerpunkt in Zürich. Alles, was Sie wissen müssen. Kompakt und intensiv. Inputs wechseln mit Textarbeit und Bildbetrachtungen, Gespräch und Diskussion.

Leitung: Pfrn. Anne-Marie Müller, Pfr. Matthias Reuter und Pfrn. Angela Wächler-Boveland (fokustheologieref.ch)

Teilnahme: Mindestens 10, max. 25 Teilnehmende. Herzlich willkommen – nicht nur Reformierte! Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.

Anmeldung bitte bis 17. November an A.-M. Müller, Telefon 043 311 40 54 oder per E-Mail an: anne-marie.mueller@reformiert-zuerich.ch
Details: auf www.kk10.ch, im aufliegenden Flyer und in diesem «Höngger» auf Seite 30.



Adventskranz

**Kurs 14a: Dienstag, 26. Nov. 16.30–18.30 Uhr, oder Kurs 14b: Dienstag, 26. Nov. 19–21 Uhr
Atelierkurs im Sonnegg Höngg**

Gestalte deinen einzigartigen, nassgesteckten Adventskranz unter Leitung von Barbara Truffer, Floristin.

Details auf www.kk10.ch/atelier. Anmeldung bis 19. November an Ruth Studer, 043 311 40 60

Adventskranz-Binden in Oberengstringen

Mittwoch, 27. November, 19–22 Uhr, und Donnerstag, 28. November, 9–12 und 17–20 Uhr

Auskunft bei Peter Lissa, Telefon 044 750 06 06

Online seit 4. November 2019

«Christmas Moments 2019»-Konzert mit Nubya



Nubya verzaubert Höngg.

(Foto: zvg)

«Höngger Kultur» präsentiert: «Christmas Moments 2019» mit Nubya. Am Freitag, 22. November, im reformierten Kirchgemeindehaus.

Inspiziert durch die Erfolge als Mitglied in einem Gospelchor in New York bringt Nubya seit einiger Zeit die Kraft dieser Musik auch in der Schweiz auf die Bühne. Sie kombiniert Christmas Songs, Gospels, alte und neue Eigenkompositionen und präsentiert ein sehr persönliches Live-Programm, das so wunderbar zur besinnlichen Jahreszeit passt. «Die Menschen sind in der Adventszeit offener, denken vermehrt über sich und die Welt nach und möchten sich gerne verzaubern lassen. Ich möchte sie an diesem Punkt abholen, ihnen Freude schenken und ihnen etwas mit auf den Weg geben», sagt Nubya. Das Programm erzählt viel über Nubya, wie sie denkt, was sie bewegt, wie sie fühlt. Gospel ist seit ihrer Kindheit ihre Quelle der Inspiration. Und in ihren eigenen Liedern besingt sie die Liebe, aber auch die Turbulenzen im Leben, sie erinnert an die Kraft des Neinsagens und wie wichtig es ist, sich treu zu bleiben. Ein Konzerterlebnis voller Emotionen und Geschichten ist zu erwarten, präsentiert von einer strahlenden Persönlichkeit, einer selbstbewussten Frau, die etwas zu sagen und erzählen hat und das Publikum einlädt, mit ihr unvergessliche feierliche Momente zu erleben.

Nubya's Bio

Nubya zählt zu den populärsten Schweizer Sängerinnen. Ihr Vater stammt aus Nigeria, ihre Mutter ist Schweizerin. Sie singt Pop,

Soul, Jazz und Gospel. Ihr Künstlername ist ihrer Fantasie entsprungen, ist aber abgeleitet von den in Sudan und Ägypten lebenden Nubiern. Nubya verbrachte die ersten zwei Jahre ihres Lebens in Nigeria, bevor sie in die Schweiz kam. Im Alter von sieben Jahren begann sie mit klassischem Klavierunterricht, hörte aber 1990 damit auf und begann Gesangsunterricht zu nehmen. Nach bestandener Matur studierte sie für ein Jahr an der New School for Social Research in New York Jazzmusik. Nach der Rückkehr nach Basel studierte sie an der Uni Basel Wirtschaft. Es folgten Auftritte, unter anderem als Background- Sängerin von Céline Dion. Einen Höhepunkt erlebte sie, als sie im Vorprogramm von Whitney Houston vor 12 000 Leuten im Zürcher Hallenstadion auftrat. Es folgten Fernsehsendungen und eigene Konzerte sowie Alben. Dieses Jahr war Nubya auf 100-Jahre-Circus-Knie-Tournee und mit dem Programm «Divamix» mit Michael von der Heide und Christina Jaccard auf diversen Bühnen zu sehen. (mm)

Nubya live in Höngg

Freitag, 22. November, 20 Uhr
Reformiertes Kirchgemeindehaus
Höngg, Ackersteinstrasse 190
Türöffnung- und Barbetrieb: 19.15 Uhr
Ticketpreis: 35 Franken
Vorverkauf: «Höngger» Quartierzeitung,
Meierhofplatz 2
(nur gegen Barzahlung).
Telefon 043 311 58 81
oder inserate@hoengger.ch
Abendkasse: am 22. November vor Ort,
sofern nicht ausverkauft

Höngg aktuell

Sonntag, 17. November

Erlebnisonntag an der ETH

11 bis 17 Uhr. Vom Trinken und Schwitzen. Wie viel Wasser braucht der Körper und was macht er damit. ETH Hönggerberg, Hönggerberggringe 39.

Kinderkino

15 bis 17.30 Uhr. Für Primarschulkinder. GZ Höngg, Limmattalstrasse 214.

Gospel unplugged

15.30 bis 16.30 Uhr. Siehe Text auf Seite 27.

Konzert für Orgel und Violine

17 bis 18 Uhr. Robert Schmid, Orgel, und Sebastian Bohren, Violine, spielen Werke von Giuseppe Tartini, Johann Sebastian Bach, Arcangelo Corelli und Fritz Kreisler. Eintritt frei, Kollekte, anschließend Apéro. Reformierte Kirche, Am Wettingertobel 38.

Montag, 18. November

Bewegung mit Musik

8.45 bis 11 Uhr. Für Gelenke und Muskeln. Jeden Montagmorgen, 8.45 bis 9.45 und 10 bis 11 Uhr. Ref. Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186.

Mittwoch, 20. November

Kunst beim «Höngger»

9 bis 17 Uhr. Mit Pinsel und Farbe unterwegs. Aquarelle und Acrylbilder von Heidi Dürst. Die Ausstellung dauert bis Mitte April 2020. Höngger Quartierzeitung, Meierhofplatz 2.

Bewegung mit Musik 60+

10 bis 11 Uhr. Für Gelenke und Muskeln mit Lachen und Geselligkeit, fein, subtil und effizient. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186.

Malen und basteln

14 bis 17 Uhr. Für Kinder bis 1. Klasse in Begleitung. GZ Höngg, Limmattalstrasse 214.

Jugendtreff Underground

14 bis 18 Uhr. Der Jugendtreff ist mittwochs von 14 bis 18 Uhr geöffnet, ausser in den Schulferien. Willkommen sind explizit alle Jugendlichen der Oberstufe, die Religionszugehörigkeit spielt dabei keine Rolle. Sonnegg, Bauherrenstrasse 53.

Multikulti-Spielnachmittag

15.30 bis 17.30 Uhr. Für Kleinkinder in Begleitung, miteinander spielen, plaudern und andere Kulturen kennenlernen. GZ Höngg, Standort Rütihof, Hurdackerstrasse 6.

Donnerstag, 21. November

Indoor-Spielplatz

9.30 bis 16 Uhr. Der Kulturkeller steht offen für Kinder mit ihrer Begleitung zum Turnen, Herumtollen und Spielen. GZ Höngg, Limmattalstrasse 214.

Öffentliche Chorprobe für die Mitsing-Wienacht

17.30 bis 18.15 Uhr. An zwei speziellen Proben unter der Leitung des Kantors Peter Aregger lernen die Kinder vom Kiki bis zur sechsten Klasse die Weihnachtslieder gemeinsam singen. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186.

Freitag, 22. November

Turnen 60plus

9 bis 11 Uhr. Siehe 15. November.

Senioren Turner Höngg

9 bis 10 Uhr. Gymnastik, Fitness, Gedächtnistraining. Jeden Freitag. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186.

E-Tram

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

Friday Kitchen Club

17.30 bis 21 Uhr. Kosten 5 Franken pro Abend. Der Friday Kitchen Club ist ein Angebot der Jugendarbeit Höngg (GZ Höngg, Reformierte und Katholische Kirche). Katholische Kirche und Pfarreizentrum Heilig Geist, Limmattalstrasse 146.

Nubya – Christmas Moments 2019 – Konzert

20 bis 22.15 Uhr. «Christmas Moments 2019» – Konzert mit NUBYA. 35 Franken, Türöffnung ab 19.15 Uhr. Vorverkauf in der Höngger Quartierzeitung, Meierhofplatz 2. Konzert und Abendkasse: Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 190.

Online seit 1. November 2019

Crashkurs Zürcher Reformation

Wie kam es zur Reformation? Zu den Gründen, Voraussetzungen und Anfängen der Reformation bietet die reformierte Kirche einen dreiteiligen Kurs an. Alles, was man wissen muss. Kompakt und intensiv.

Die Zürcher Reformation fiel nicht einfach vom Himmel. Politisch, sozial und kirchlich war die Zeit reif für eine grundlegende Änderung. Natürlich brauchte es dann zur rechten Zeit die richtigen Personen wie einen Zwingli, aber die Reformation lässt sich nicht ver-

stehen ohne die Gründe und Voraussetzungen vor 1519 zu kennen. An drei Samstagvormittagen lädt ein Kurs der Reformierten Kirchengemeinde dazu ein, sich mit dieser Vorgeschichte und den Anfängen der Zürcher Reformation zu beschäftigen. Pfarrerin Anne-Marie Müller, die Erwachsenenbildnerin und ehemalige Höngger Pfarrerin Angela Wäffler-Boveland und Pfarrer Matthias Reuter werden Interessierte – nicht nur Reformierte – mit Inputs, Textarbeit und Bildbetrachtungen, Gespräch und Dis-

kussion an verschiedene Themen heranzuführen. Am Samstag, 23. November, um 9 Uhr beginnt im Haus Sonnegg der dreiteilige Kurs mit der Frage «Zuviel oder zu wenig Kirche? Üppige und dürftige Zeiten am Vorabend der Reformation». Am 30. November heisst das Thema «Back to the Roots! Humanismus und Buchdruck als Bildungs- und Medienrevolution», und eine Woche später konzentriert man sich auf die Reformation in der Eidgenossenschaft «Gemeinsam, nicht einsam!». Jeweils ge-

gen 12.30 Uhr enden die Kursteile mit einem freiwilligen, einfachen Zmittag. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt und die Kursteilnahme ist gratis. (e) ■

Crashkurs Zürcher Reformation

An den Samstagen 23. und 30. November und 7. Dezember, jeweils von 9 bis 12.30 Uhr. Anmeldungen bitte bis 17. November an A.-M. Müller, 043 311 40 54 oder an crash@kk10.ch. Es sind mindestens zehn Teilnehmende nötig und maximal 25 möglich.

Kirchliche Anzeigen

Reformierte Kirche Zürich Kirchenkreis zehh

Montag bis Freitag
14.00–17.30: kafi & zyt – das Generationencafé Sonnegg, C.-L. Kraft
Donnerstag, 7. November
10.00 Bibelkolleg für Frauen Kirche Oberengstringen Ingrid v. Passavant
13.30 Zeichnen und Malen für Erwachsene Sonnegg
14.15 Qi-Gong zur Pflege der inneren Organe Sonnegg
20.00 Kirchenchor-Probe KGH Höngg, P. Aregger, Kantor
Freitag, 8. November
15.40 Spaziergang und Znacht Wandergruppe Oberengstringen
Samstag, 9. November
Gottesdienst
9.00 im Alterszentrum Sydefädéli
10.15 im Alterszentrum Trotte Pfr. Beat Häfliger
10.00 Uhr / 12.00 Uhr: Malen und Gestalten für Kinder und Jugendliche Sonnegg
14.00 Ökumenisches Senioren-Fest Zentrumssaal Oberengstringen nur mit Anmeldung bis 1. November unter 044 750 06 06
Sonntag, 10. November
10.00 Gottesdienst mit Theaterszene zu Zwingli mit Kinderhüte Chilekafi Kirche Höngg Pfrn. Y. Meitner, Helfereitheater
10.00 Gottesdienst Kirche Oberengstringen Chilekafi Pfrn. N. Dürmüller
Montag, 11. November
13.30 Zeichnen und Malen für Erwachsene Sonnegg
Dienstag, 12. November
10.00 Ökumenische Andacht Alterswohnheim Riedhof Ulrich Harzenmoser, Vikar

12.00 Ökumenischer Senioren-Mittagstisch KGH Oberengstringen P. Lissa, SD
14.00 Round Dance 60plus «Grundstufe» KGH Höngg Silvia Siegfried, Susanna Knobel
14.30 Café littéraire: Natur KGH Höngg B. Anderegg, SD
16.30 Andacht Tertianum Im Brühl Pfrn. A.-M. Müller
Mittwoch, 13. November
11.30 Mittagessen für alle Sonnegg Monika Brühlmann
14.15 Kiki-Träff mit Eltern-Kafi: Zur Taufe nimmt man Wasser ohne Seife Sonnegg
Ab 13.45 Auffangzeit
15.45–16.45 Elternkafi Anmeldung bis 12. November: Telefon 076 508 86 47 B. Schenkel, R. Gantenbein, Katechetinnen
14.00 Jugendtreff Underground Sonnegg C. Honefeld, SD
16.30 Tanzkurs für Paare KGH Höngg Silvia Siegfried, Susanna Knobel
Donnerstag, 14. November
10.00 Frauen lesen die Bibel Sonnegg Pfrn. A.-M. Müller
11.30 Spaghettiplausch KGH Oberengstringen P. Lissa, SD
13.30 Zeichnen und Malen für Erwachsene Sonnegg
20.00 Kirchenchor-Probe KGH Höngg P. Aregger, Kantor
Freitag, 15. November
14.00 Erzählcafé: Geschenke Sonnegg Jean Pierre Cotti
Samstag, 16. November
9.00 im Alterszentrum Sydefädéli

10.15 im Alterszentrum Trotte Pfrn. A.-M. Müller
10.00 / 12.00 Uhr: Malen und Gestalten für Kinder und Jugendliche, Sonnegg
Sonntag, 17. November
10.00 Taufgottesdienst mit KLEIN und gross Kirche Höngg Chilekafi Katechetinnen und die Kinder des Unti3 Pfr. M. Fässler
17.00 Gospelkirche Kirche Oberengstringen mit dem Jackie-Rubi-Trio Pfrn. A.-M. Müller
17.00 Konzert für Orgel und Violine Kirche Höngg Apéro R. Schmid, Orgel, Sebastian Bohrer, Violine
Montag, 18. November
13.30 Zeichnen und Malen für Erwachsene Sonnegg
19.30 Kontemplation Kirche, Lilly Mettler
Dienstag, 19. November
19.00 Nähkurs 1a am Abend Sonnegg
Mittwoch, 20. November
9.00 Nähkurs mit Kinderbetreuung Sonnegg
10.00 Andacht Altersheim Hauserstiftung P. Förty, Pastoralassistentin
11.15 Kurzwanderung Wandergruppe Höngg
14.00 Adventskalender-Bastelnachmittag Kirche Oberengstringen P. Lissa, SD
14.00 Jugendtreff Underground Sonnegg C. Honefeld, SD
16.30 Round Dance 60plus für Fortgeschrittene KGH Höngg Silvia Siegfried
19.00 Film im Sonnegg: Zwingli Anmeldung bis 18. November: Telefon 043 311 40 60 Pfr. M. Reuter

Donnerstag, 21. November
10.00 Bibelkolleg für Frauen Kirche Oberengstringen Ingrid v. Passavant
13.30 Zeichnen und Malen für Erwachsene Sonnegg
17.30–18.15 Uhr: Öffentliche Chorprobe für die Mitsing-Wienacht KGH Höngg P. Aregger, Katechetinnen
20.00 Kirchenchor Probe KGH Höngg P. Aregger, Kantor
Freitag, 22. November
17.30 Friday Kitchen Club Pfarreizentrum Heilig Geist C. Honefeld, SD
18.00 Liib & Seel Sonnegg Freiwilligenteam
19.30 Adventskonzert Kirche Oberengstringen Katja Peter (Piano) und Jörg Frei (Panflöte)
Samstag, 23. November
Gottesdienst
9.00 im Alterszentrum Sydefädéli
10.15 im Alterszentrum Trotte Pfr. Beat Häfliger
9.00 Crashkurs Reformation Sonnegg mit Anmeldung bis 16. November: Telefon 043 311 40 54 Pfrn. A.-M. Müller, Pfr. M. Reuter, Pfrn. A. Wäffler
10.00/12.00 Uhr: Malen und Gestalten für Kinder und Jugendliche Sonnegg
Sonntag, 24. November
10.00 Gottesdienst zum Ewigkeitssonntag Kirche Höngg mit Chilekafi Pfrn. A.-M. Müller
10.00 Gottesdienst zum Ewigkeitssonntag Kirche Oberengstringen mit Chilekafi Pfr. J. Naske

Online seit 5. November 2019

Sami, Niggi, Näggi im GZ Höngg



Anfang Dezember machen sich Samichlaus und Schmutzli wieder auf den Weg aus ihrem Waldhäuschen in die Stadt zu den Kindern. Am 4. Dezember beehren sie das GZ Höngg mit ihrer Anwesenheit.

Nach dem Sommer ist vor dem Winter: Bald schon steht tatsäch-

lich Weihnachten wieder vor der Tür. Und davor – so muss es sein – kommt natürlich der Samichlaus auf Besuch. Am 4. Dezember macht er einen Abstecher nach Höngg und besucht die Kinder im GZ Höngg. Hier wird er, unterstützt von seinem treuen Begleiter Schmutzli, den Kindern eine Geschichte erzählen und jedem persönlich eine kleine Überraschung überreichen.

Musikalisch wird der Nachmittag von Samantha Grass am Klavier begleitet, damit Samichlaus und Kinder gemeinsam lautstark altbekannte und vielleicht auch neuere Chlauslieder singen können. Und natürlich hoffen die beiden Gäste aus dem Wald, dass die Kinder etwas für sie vorbereitet haben – einen Vers vielleicht oder gar eine selbstgemalte Zeichnung?

Gut vorbereitet auf den hohen Besuch

Doch bevor die Besucher Einzug ins GZ halten können, gibt es für

die Kinder erst noch einiges vorzubereiten.

Gemeinsam mit den Mitarbeiter*innen des GZs können sie am Nachmittag nicht nur den Raum festlich dekorieren, sondern ausserdem noch selber Grittibänzen backen. Die dürfen dann zur Feier des Tages natürlich gleich verspeist werden. Und wer weiss, vielleicht brauchen Samichlaus und Schmutzli ja auch noch eine kleine Stärkung für den Heimweg? (e) ■

Samichlaus

Mittwoch, 4. Dezember, 14 bis 17 Uhr
GZ Höngg, Limmattalstrasse 214
Kosten: 12 Franken
(mit Kulturlegi 50% Rabatt).
Nur auf Anmeldung und Vorauszahlung bis Mittwoch, 27. November.
Kinder bis 5 Jahre mit Begleitperson.
dominique.grob@gz-zh.ch,
Telefon 044 341 70 00
dorothea.rios-hofmann@gz-zh.ch,
Telefon 044 342 91 05

reformierte
kirche zürich
kirchenkreis zehn



**Mittwoch, 20. November, 19 Uhr
(nicht 20 Uhr!), Sonnegg oder Kirche**

Film im Sonnegg: Ein Spielfilm über das Leben und Wirken des Zürcher Reformators – ein prächtiger und berührender Schweizer Historienfilm!

Max Simonischek spielt diesen Zwingli ausdrucksstark als charismatischen und leutseligen Mann in seinen besten Jahren, der innerlich brodelnd, aber besonnen agiert. Ausserdem bekommt die junge Witwe und spätere Ehefrau Zwinglis Anna Reinhart im Film eine tragende Rolle.

Bitte anmelden bis 18. November
per Telefon 043 311 40 60 (Sekretariat)
oder E-Mail an film@kk10.ch (M. Reuter)
Apéro: 10 Franken

www.kk10.ch

Kirchliche Anzeigen

Katholische Kirche Heilig Geist Zürich-Höngg

Donnerstag, 7. November

9.00 Wortgottesdienst
14.00 @KTIVI@ – Spiel- und Begegnungsnachmittag mit Lotto

Samstag, 9. November

10.30 ökum. Gedenkgottesdienst im Pflegezentrum Bombach
18.00 Familien-Wortgottesdienst mit HGU-Eröffnung mit Kinderchor, Familienapéro

Sonntag, 10. November

10.00 Eucharistiefeier
17.00 Konzert Cantata Prima und Cantata Nova in der Kirche – Werke von Maurice Durufle, Lili Boulanger – Eintritt frei, Kollekte zur Deckung der Unkosten
19.00 Jugendgottesdienst in der Jugendkirche Zürich
Kollekte: Kath. Schulen Zürich

Dienstag, 12. November

10.00 ökum. Andacht im Alterswohnheim Riedhof
16.30 ökum. Andacht im Tertianum Im Brühl
18.00 ökum. Solemnitas-Gottesdienst mit anschliessender Teille

Mittwoch, 13. November

15.00 Krankensalbung mit Kaffee und Brötli oder Kuchen

Donnerstag, 14. November

9.00 Eucharistiefeier
9.30 Dunschtig-Chilekafi nach dem Gottesdienst

15.00 @KTIVI@ – Die letzte Ordnung. Tote hinterlassen Dinge – novemberliche Exkursion

Samstag, 16. November

18.00 Eucharistiefeier

Sonntag, 17. November

10.00 Eucharistiefeier, anschl. Kirchgemeindeversammlung und Apéro
Kollekte: Theologiestudierende Bistum Chur
15.30 Konzert Gospelsingers in der Kirche

Montag, 18. November

19.30 Kontemplation in der ref. Kirche

Dienstag, 19. November

18.00 Eucharistiefeier

Mittwoch, 20. November

10.00 ökum. Andacht in der Hauserstiftung

Donnerstag, 21. November

9.00 Eucharistiefeier

Freitag, 22. November

17.30 Friday Kitchen Club

Samstag, 23. November

10.00 ELKI-Feier in der Kirche, anschliessend Guetzli backen
18.00 Schulgottesdienst der kath. Schulen Zürich, anschliessend Apéro

Sonntag, 24. November

10.00 Eucharistiefeier
Kollekte: HIV-Aidsseelsorge Zürich

Ein Inserat dieser Grösse

2 Felder, 104 x 16 mm, kostet nur Fr. 84.–

3576 Artikel und somit immer das Neuste aus Höngg:
www.hoengger.ch

Umfrage

Wie lebt es sich im Rütihof?



Béatrice Müller

Ich fühle mich wohl im Rütihof und lebe gerne hier. In der Freizeit orientiere ich mich allerdings eher am Zentrum von Höngg, besuche das Sonnegg

und engagiere mich dort. Meiner Meinung nach fehlt im Rütihof vor allem ein Angebot für die Jugendlichen. Es gibt zwar den «blauen Kasten» vom GZ, aber sonst haben die jungen Leute wenig Beschäftigungsmöglichkeit hier im Quartier. Für kleinere Kinder gibt es viele Möglichkeiten, aber für Kinder so ab der fünften Klasse fehlt es an Infrastruktur. Das ist schade.



Lara Weisz

Ich finde, es lebt sich sehr gut hier. Das Quartier ist überschaubar, man kennt sich. Das fühlt sich fast ein wenig an wie in einer grossen Familie, vor allem im

alten Dorfkern, wo ich meine Kindheit verbracht habe. Der Rütihof ist eine Community für sich, eine sehr schöne Community, in die ich immer wieder gerne zurückkehre, obwohl ich mittlerweile von hier weggezogen bin. Problematisch ist einzig, dass wir hier doch immer wieder mal Probleme mit Vandalismus haben.



Tamerlan Chasiev

Für mich ist der Rütihof das beste Quartier, das ich mir vorstellen kann. Es ist ruhiger als in anderen Quartieren und man hat viel Platz. Meiner Meinung nach

ist es hier auch nicht langweilig, es gibt genug zu tun. Gerne möchte ich auch in Zukunft hier wohnen. Das einzige, das mir fehlt, sind ein paar weitere Läden. Es wäre beispielsweise nett, einen Interdiscount in der Nähe zu haben.

10 x 2 Tickets für das Familienkonzert von Tischbombe zu gewinnen!



Der «Höngger» verlost in Zusammenarbeit mit der Katholischen Kirche Heilig Geist 10 x 2 Tickets für das Familienkonzert mit der Band Tischbombe. Am Sonntag, 1. Dezember um 14 Uhr startet das Familienkonzert zum Mitsingen.

Seit über drei Jahren begeistert die Kinderliederband Tischbombe Gross und Klein. Ihre Lieder sind genauso kunterbunt wie eine Tischbombe. Und wer weiss, vielleicht geben die sympathischen

Zürcher*innen sogar das eine oder andere Lied von ihrem neuen Weihnachtsalbum «S.O.S. usem Tannewald» zum Besten? Man darf gespannt sein.

Das Familienkonzert findet im Rahmen des Adventsbazars der Pfarrei Heilig Geist statt. Sämtliche Einnahmen gehen an das Projekt Hoffnungsbaum Kolumbien. (e)

Mitmachen und gewinnen

Wer zwei Tickets gewinnen möchte, schickt bis am Freitag, 15. No-

vember, (Posteingang), eine Postkarte an: Quartierzeitung Höngg GmbH, Meierhofplatz 2, 8049 Zürich, oder bis zum selben Datum, 10 Uhr, ein E-Mail an redaktion@hoengger.ch. Den Absender inklusive Telefonnummer und das Stichwort «Tischbombe» nicht vergessen. Bei Teilnahme per E-Mail «Tischbombe» unbedingt bereits in der Betreffzeile erwähnen. Alle anderen Mails nehmen nicht an der Verlosung teil. Wer gewonnen hat, erfährt oder liest man immer in der nächsten Printausgabe. Die Gewinner*innen werden persönlich informiert. ■

Konzert von Tischbombe

Sonntag, 1. Dezember, 14 bis 15 Uhr, Türöffnung um 13.30 Uhr, Katholische Kirche Heilig Geist, Limmattalstr. 146. Tickets à 15 Franken (Erwachsene) und zehn Franken (Kinder ab einjährig). Unnummerierte Plätze, freie Sitzwahl. Vorverkauf: Sekretariat Pfarrei Heilig Geist, Limmattalstrasse 146, Telefon 043 311 30 30 per E-Mail unter info@kathhoengg.ch.

Naturspaziergang Lebensraum Baum

Der Natur- und Vogelschutzverein Höngg lädt am Sonntagmorgen, 10. November, zu einem «bäumigen» Naturspaziergang ein. Dabei steht die Eiche im Mittelpunkt.

Wenn Bäume sprechen könnten, hätten sie sicher viel zu erzählen. Doch auch ohne direkt mit den Bäumen sprechen zu können, erfährt man durch genaues Beobachten viel über das Leben und den Lebensraum der Bäume. Wer

hat diese Eiche schon als Lebensraum genutzt? Wie hat der Wald ausgesehen, als die Eiche vor langer Zeit ihre ersten Blätter entfaltete? Und welche Rolle spielt der Wald im Leben der Menschen? Erkundet werden diese Fragen am Beispiel der Eichen im Höngger Wald. Von den kleinen Bewohnern bis zu den grossen Veränderungen im letzten Jahrhundert gibt es viele verschiedene Aspekte im Leben einer Eiche zu entdecken. (e) ■

Naturspaziergang mit dem NVV Höngg

Sonntag, 10. November, 9 bis 11 Uhr, Treffpunkt Haltestelle Schützenhaus Höngg, Bus 38.

Der Anlass ist kostenlos und findet bei jedem Wetter statt.

Leitung: Silvana Wölfle, Simon Knüsel, Stefan Wymann.

Weitere Informationen: www.nvvhoengg.ch



In Höngg...
Geborgen, Herzlich,
Persönlich, Professionell



RIEDHOF

Leben und Wohnen im Alter