

Höngger Zeitung



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

Über 30 Jahre im Dienste der
Zahngesundheit in Höngg

Limmatalstrasse 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

Eine geballte Ladung Frauenpower

Der Frauenchor Höngg besteht seit über 150 Jahren. Nun feiert der Verein sein verdientes Jubiläum.

In Zeiten, in denen vom «Vereinstorben» die Rede ist, kann ein Verein in Höngg auf eine langjährige und anhaltende Geschichte zurückblicken: Der Frauenchor Höngg wurde 1870 als «Töchterchor» gegründet und legt nun eine über 50 Seiten starke Chronik vor. So manche Anekdote darin verweist auf bewegte Jahre, bei denen durchaus auch geschmunzelt werden darf.

Die Geschichte wird weitergeschrieben: Mit einem Doppelkonzert wird die Jubiläumsfeier endlich nachgeholt. (red)



Artikel auf Seite 5 Der Frauenchor Höngg mit Dirigent Daniel Manhart im Kloster Fischingen. (Foto: Marion Nitsch)

**Wir danken allen,
von denen wir
ein Haus kaufen
durften**

Bei uns kann die Mieterschaft nach dem Kauf Ihrer Liegenschaft bleiben.
043 322 14 14

pwg.ch

Stiftung zur Erhaltung von preisgünstigen Wohn- und Gewerberäumen der Stadt Zürich

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



raiffeisen.ch/zuerich
mobiliar.ch/zuerich

Gemeinsam Träume ermöglichen.

Profitieren Sie von unserer gebündelten Kompetenz für Versicherungen, Vorsorge und Finanzen.

RAIFFEISEN die Mobiliar

Wer hatte keine Höngger Zeitung im Briefkasten?

Kennen Sie jemanden, der den «Höngger» nicht im Briefkasten hatte?

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

Schiessdaten

300-Meter-Schiessdaten
und -zeiten November

Samstag, 5. November,
10–12 Uhr & 14–16 Uhr
Morgarten und Uster-Schies-
sen (Training)
Samstag, 12. November,
10–12 Uhr
Samstag, 26. November,
14–17 Uhr

Die Allmend Hönggerberg ist während dieser Zeiten gemäss den Sicherheitsvorschriften des VBS zwischen Schützenhaus und Zielhang gesperrt. Die Absperrungen sind signalisiert.

Pistolenübungen

Ohne Sperrung der Allmend finden während der Schiesssaison jeweils dienstags bis freitags von 16 bis 20 Uhr Pistolenübungen statt.

Impressum

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

Herausgeberin:
Quartierzeitung Höngg GmbH
Meierhofplatz 2, 8049 Zürich
Telefon 044 340 17 05

Konto:
UBS AG, 8098 Zürich,
IBAN CH81 0027 5275-8076 6401 R

Abo Schweiz:
CHF 108.– pro Jahr, exkl. MwSt.

Redaktion:
Daniel Diriwächter (dad),
Redaktionsleitung
Dagmar Schröder (sch), Redaktorin
Jina Vracko, Assistentin Redaktion
und Inserate
E-Mail: redaktion@hoengger.ch

Layout: bartók GmbH, Oliver Staubli,
8049 Zürich

Druck: Druckzentrum Zürich,
8045 Zürich

Inserate, Marketingleitung
und Verlagsadministration:
Petra England (pen)

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

Inserateschluss «Höngger»:
Dienstag, 10 Uhr,
Erscheinungswoche

Inserateschluss «Wipkinger»:
Mittwoch der Vorwoche, 10 Uhr

Insertionspreise:
www.hoengger.ch/inserieren

Auflage «Höngger»: total verbreitete
Auflage (WEMF-beglaubigt):
13 148 Exemplare

Auflage «Höngger» und «Wipkinger»:
total verbreitete Auflage
(WEMF-beglaubigt): 22 846 Exemplare

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

Bauprojekte

Ausschreibung von Bau-
projekten gemäss § 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, Tel. 044 412 20 11). Die ausgeschriebenen Baugesuche können auf Anfrage auch digital eingesehen werden. Die Begehren zur digitalen Einsicht können auf www.stadt-zuerich.ch/baubewilligungsverfahren unter «Öffentliche Ausschreibungen» gestellt werden. Die Begehren sind bis spätestens 14.00 Uhr des letzten Publikationstages zu stellen. Es ist untersagt, die digital erhaltenen Unterlagen Dritten zugänglich zu machen oder diese zu vervielfältigen.

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 die Zustellung des Bauentscheids wird eine einmalige Kanzleigeühr von Fr. 50.– erhoben. Es erfolgt nur ein Zustellversuch. Bei Abwesenheit über die postalische Abholfrist von 7 Tagen hinaus ist die Entgegennahme anderweitig sicherzustellen (z. B. durch Bezeichnung einer dazu ermächtigten Person).

Dauer der Planaufgabe:
21.10.2022 – 10.11.2022

Limmattalstrasse 64, Dachisolierung mit nord- und westseitigen Lukarnen, W2bll, Lukas Stiefel, Hürststrasse 59.

Limmattalstrasse anstelle 404, 406, Ersatzneubau Doppelfamilienhaus mit Unterniveaugarage für 22 Autos und Parkplatz für 1 Auto im Freien, W4, MOMA AG, Germaniastrasse 39.

Nummer: 2022/0654
Kontakt: Amt für Baubewilligungen der Stadt Zürich

Gesucht: 1 bis 1,5-Zi. Wohnung in Zürich
für alleinstehende 64-jährige Ukrainerin, die vor dem Krieg geflüchtet ist.

Der Mietzins bis CHF 1250 sowie Kautions werden vollumfänglich von AOZ übernommen.

Einzugstermin: per sofort.

Gerne beantwortet allfällige Fragen ihre Tochter (CH-Bürgerin und Hönggerin) unter 079 428 78 85.

Vielen Dank für Ihre Hilfe im Voraus.



Räbeliechtli-Umzug 2022

Der diesjährige Höngger Räbeliechtli-Umzug findet am **Samstag, 5. November**, bei jeder Witterung statt. Auf fünf verschiedenen Routen laufen Kinder und Eltern ab 18.30 Uhr mit ihren Räben zur reformierten Kirche Höngg. Tambouren und musikalische Unterhaltung auf dem Kirchenplatz untermalen diesen schönen Anlass. Kindern mit einer Räbe verteilt der Quartierverein einen feinen Weggen.

Routenzeiten auf:

www.zuerich-hoengg.ch

Öis liit Höngg am Herze!

Inhaltsverzeichnis

Frauenchor Höngg	5
Grabhügel Heizenholz	7
GVZ-Kolumne	10
SVH-Oktoberfest	10
Wir sind Höngg	11
Velo Lukas	12
«Heissi Marroni» in Höngg	13
GZ und drei Tage Action	17
Höngg aktuell	18
Höngger Tanznacht	19
Zürcher Freizeit-Bühne	19
Räbeliechtli-Umzug	20
AKTIVIA: Bewegung	21
Seniorenwanderung	21
Reformationssonntag	21
Konzert zu Allerseelen	23
Umfrage	24
Dagmar schreibt	24
Momentaufnahme	24

Grabaufhebung auf dem Hönggerberg

Bei der Grabaufhebung am 5. November trägt eine ökumenische Gedenkfeier dem Anlass Rechnung.

Jährlich werden in den Friedhöfen der Stadt Zürich Grabaufhebungen vorgenommen. In diesem Jahr werden im Friedhof Hönggerberg 56 Erdbestattungs- und 115 Urnengräber aufgehoben, die von 1998 bis 2000 belegt wurden. Die Gebeine und Urnen bleiben dabei unberührt im Boden, es werden nur der Grabstein, der Grabschmuck und die Bepflanzung oberirdisch abgeräumt.

Die Stadt Zürich schreibt in einer Mitteilung, dass die Grabaufhebung für Angehörige dennoch kein leichter Moment sei. Daher wird diese mit einer ökumenischen Gedenkfeier begangen, damit sich die Angehörigen verabschieden können. Vertreter*innen des Bestattungsamtes, der evangelisch-reformierten und der römisch-katholischen Kirche werden die Feier gestalten. Der Trompeter Werner Eberle wird ihr eine musikalische Form geben. (red) ○

Samstag, 5. November, 11.30 Uhr,
Friedhofkapelle Hönggerberg

Bestattungen

Bossoni geb. Rosio, Glory, Jg. 1944, von Zürich; Gattin des Bossoni, Umberto Walter; Am Wasser 56.

Chaperon geb. Meier, Isabella, Jg. 1935, von Zürich und Saint-Gingolph VS; verwitwet von Chaperon-Meier, Francis Virgile; Hohenklingenstrasse 40.

Isler, Otto, Jg. 1922, von Zürich und Wangen-Brüttisellen ZH; verwitwet; Limmattalstrasse 371.

Koch, Ernst Walter, Jg. 1920, von Zürich; verwitwet von Koch geb. Schöpfer, Margartha Franziska; Bergellerstrasse 33.

Sieber, Daniel, Jg. 1960, von Zürich und Oekinggen SO; Konrad-Ilg-Strasse 17.

Zeit für den Booster?

Das Bundesamt für Gesundheit empfiehlt eine Auffrischimpfung. Diese gibt es auch in Höngg.

Zum jetzigen Zeitpunkt der Pandemie sind fast alle Personen in der Schweiz entweder geimpft und/oder haben Covid-19 durchgemacht. Das schreibt das Bundesamt für Gesundheit (BAG) auf seiner Website. Aber: Bei den aktuellen Virusvarianten schützt die bisherige Impfung kaum und nur kurz vor einer Ansteckung und vor einer milden Erkrankung. Daher empfiehlt das BAG besonders gefährdeten Personen eine Auffrischimpfung. Der Impfschutz gegen schwere Covid-19-Erkrankungen werde mit dem neuen

Booster (mRNA-Impfstoffe) erhöht und verlängert. Für die Durchführung der Auffrischimpfungen sind die Kantone zuständig. Es wird empfohlen, den Termin über das Zürcher Impftool «VacMe» sowie über die Impfhilfe 0848 33 66 11 zu buchen. Geimpft wird in den kanto-

nalen Impfzentren, Hausarztpraxen und in Apotheken.

In Höngg bieten aktuell (Stand Redaktionsschluss) die Apotheke im Brühl sowie die Apotheke zum Meierhof die Auffrischimpfung an. (red) ○

CaBaRe

Café Bar Restaurant

CaBaRe
Rütihofstrasse 40
Endhaltestelle Rütihof
Telefon 044 558 80 80

29.10. Kürbisschnitzen ab 14 Uhr
Oktoberfest ab 17 Uhr mit Grill, Brezeln etc.

31.10. Halloweenparty mit Gruseldrinks, Crêpes, Marroni und Kürbisprämierung.

www.cabare.ch

NEU:

Senioren-Mittagstisch im Riedhof

Gemeinsam essen macht Spass!

Gönnen Sie sich ein feines Mittagessen, setzen Sie sich an einen schön gedeckten Tisch und verbringen Sie gemütliche Stunden im Riedhof.

Herzlich eingeladen sind Seniorinnen und Senioren aus Höngg. Alleinstehende und Paare sind willkommen.

Der Mittagstisch findet immer am ersten Donnerstag im Monat statt. Wir freuen uns, Sie um 11.45 Uhr im Riedhof mit einem Glas Wein zum Apéro zu begrüßen.

Das Serviceteam des Riedhofs freut sich, Sie an folgenden Tagen im 2022 willkommen zu heissen:
3. November und 1. Dezember

Kosten: 4-Gang-Mittagsmenü, inklusive Getränke und Wein für nur 22 Franken.

Wir bitten um telefonische Anmeldung unter Telefon 044 344 60 01
www.riedhof.ch

RIEDHOF

Leben und Wohnen im Alter



Jubiläum: 12 Jahre Mandarin TCM Services Zentrum

Neukunden erhalten ab 5 Sitzungen eine Gratis-Therapie geschenkt. Inbegriffen sind: Akupunktur, 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.

中医

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
- Covid-19 Nebenwirkungsbehandlung
- 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

EDITORIAL



Im Herbst angelangt

Die Tage werden kürzer, die Winterzeit bricht an. Manche sprechen von dunklen Wochen, die auf uns zukommen. Nicht nur, was die Jahreszeit anbelangt, sondern auch im Hinblick auf unser aller Situation. Hätte mir jemand vor drei Jahren gesagt, wir würden in eine Pandemie geraten, gefolgt von einem nahen Krieg, dann hätte ich das als wilde Science-Fiction abgetan. Doch sie wurde bittere Realität.

Aktuell liest man in den Schlagzeilen wieder von steigenden Corona-Zahlen, die Maskenpflicht steht erneut zur Diskussion, die Energiekrise hängt wie ein Damoklesschwert über uns, und dann ist da noch die Rede von «schmutzigen» Bomben. Die schlimmen Nachrichten überwiegen.

Wir bei der «Höngger Zeitung» verschliessen davor nicht die Augen. Aber es gelingt uns, mehrheitlich auf gute Nachrichten zu setzen, auf das Leben im Quartier. Auf jene Dinge, die uns inspirieren. Dafür muss Platz sein.

Beste Grüsse
Daniel Diriwächter
Redaktionsleiter



2 1/2-Zimmer-
Appartement
für Sie
bezugsbereit

Hier will
ich leben

Tertianum Residenz Im Brühl

- Sicherheit
- Service à la Carte
- länger in der eigenen Wohnung leben
- hausinterne Spitex,
24-Stunden-Notrufservice
- gepflegte Gastronomie
- vielseitiges Veranstaltungs-
und Kulturprogramm

Rufen Sie an
für eine individuelle Besichtigung:
044 344 43 43

TERTIANUM

Tertianum
Residenz Im Brühl
Kappenhühlweg 11
8049 Zürich
Telefon 044 344 43 43
www.imbruehl.tertianum.ch

De Filippo AG
Umbauten und Renovationen
www.de-filippo.ch



Lehenstr. 35, 8037 Zürich, Tel. 044 272 21 71, info@de-filippo.ch
Kundenmaurer | Plattenleger | Gipser | Maler | Diamantbohrungen

Das Neueste aus Höngg immer auf:
www.hoengger.ch

He-Optik

...für den richtigen Durchblick

Wäre es nicht schön, für den richtigen Durchblick eine neue Brille zu tragen?

Mit etwas Geduld, einer Amaryllis und einem Messband können Sie einen von drei Gutscheinen im Wert von Fr. 200.– gewinnen.

Was müssen Sie tun? Am 2.11. bei He-Optik am Meierhofplatz eine Amaryllis holen. Diese dann hegen und pflegen, nach sechs Wochen messen und am 21.12. mit Foto bei He-Optik vorbeigehen. Die drei Personen mit den höchsten Amaryllis erhalten je einen Gutschein, den sie für eine korrigierte Brille einsetzen können.

Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt.



Am Meierhofplatz
8049 Zürich-Höngg

Tel. 044 341 22 75
www.he-optik.ch



DJ Philippo

Hits aus
den 60ern bis 80ern

Freitag, 28. Oktober 2022, 20 Uhr
Abendkasse und Bar ab 19.30 Uhr

Restaurant Mühlehalde 13'80, Grosser Saal
Limmattalstrasse 215, 8049 Zürich

Tickets zu 15 Franken bei

- ▶ eventfrog.ch
- ▶ Buchhandlung & Café Kapitel 10
- ▶ Restaurant Mühlehalde 13'80



Kulturkommission des
QUARTIERVEREIN
HÖNGG
Ois litt Höngg am Herzli



Höngger
Tanznacht



kulturbox-hoengg.ch

Führung Zürcher Nachtwächterführung

Termin:
Freitag, 25. November 2022,
18:30 – 19:30 Uhr (exkl. Apéro)

Eine Zeitreise zurück ins alte Zürich macht das Mittelalter lebendig: Während es in den Gassen um St. Peter langsam dunkel wird, erzählt uns der Nachtwächter im Lauf der einstündigen Führung durch die Altstadt allerlei erheiternde Anekdoten, aber auch «schröckliche» Geschichten aus dem alten Zürich. Sie werden Zürich mit neuen Augen sehen!

Treffpunkt:
18:15 Uhr, Lindenhof

Anmeldung:
bis 20. November 2022 per
E-mail
→ claudia.perpinyani@frauenverein-hoengg.ch

Kosten:
CHF 25.– (exkl. Apéro)

Zahlung und Details
www.frauenverein-hoengg.ch

Danach optionaler Apéro.



Küchen und Badezimmer

- Riesenauswahl
- Heimberatung
- Umbau aus einer Hand
- Lebenslange Garantie
- Montage mit eigenen Schreibern

FUST : Küchen
: Badezimmer
Und es funktioniert. : Bauleitung

Luca Belvedere
Höngg
079 594 00 93



Seit mehr als 150 Jahren dem Singen verpflichtet



Damals und heute: Aus dem Töchterchor wurde ein moderner Verein voller Frauenpower. (Fotos: zvg / Marion Nitsch)

Der Frauenchor Höngg feiert sein verspätetes 150-Jahr-Jubiläum mit dem Jahreskonzert «Autumn Love» und mit einer spannenden Chronik des Vereins.

Von Lydia Pulfer-Signer und Daniel Diriwächter – «Ein sonniger Spätnachmittag im idyllischen Rebberndorf Höngg [im Jahr 1870]: Eine frohe Schar junger Frauen tritt nach getaner Arbeit im Rebberg singend den Heimweg an. Pfarrer Weber und Lehrer Nägeli unterbrechen ihr Gespräch und lauschen verzaubert dem frischen Gesang. Pfarrer Weber meint zu Lehrer Nägeli: Diese Frauen haben Talent, da liesse sich etwas daraus machen! Wollen wir einen

Töchterchor gründen, mit dir als Dirigenten?»

So lauten die ersten – leicht ausgeschmückten – Zeilen von Elisabeth Lattka Fürer in der Chronik zum 150-Jahr-Jubiläum des Frauenchors Höngg. Einen Hinweis darauf, dass die erwähnte Begegnung tatsächlich stattgefunden hat, gibt Hugo Huber in seiner Festschrift aus dem Jahr 1945. Schriftliche Aufzeichnungen zur Gründung des Töchterchors fehlen. Dafür aber eine enorme Fülle von weiteren Informationen: Lattka Fürer berichtet auf fast 60 Seiten von vielen spannenden Erlebnissen des Frauenchors Höngg. «Welch ein Wandel hat in den 150 Jahren stattgefunden», sagt Lydia Pulfer-Signer, Präsidentin des Frauenchors. Sie ist überzeugt, dass die vielen Anekdoten, gepaart mit

allerlei Fotos, die Leser*innen zum Schmunzeln bringen. In der Tat: Aus dem Töchterchor, aus dem man einst wegen Heirat austreten musste, wurde ein engagierter Verein voller Frauenpower, der diverse musikalische (Zeit-)Reisen hinlegte, um heute mit seinen gut 20 Sängerinnen das Publikum zu begeistern.

Viel Herzblut

Die Chronik, die kostenlos beim Frauenchor Höngg erhältlich ist, markiert das 150-jährige Bestehen des Vereins; das Jubiläum selbst fand vor zwei Jahren statt, konnte aber aufgrund der Pandemie nicht gefeiert werden. Am Wochenende vom vergangenen Wümmefäscht war es dann so weit. «Am Freitagabend präsentierten wir unsere Chronik im Haus Sonnegg und boten dazu eine gesangliche Darbietung mit fünf Liedern», sagt Pulfer-Signer.

Sie lobte an diesem Abend besonders die Autorin Lattka Fürer für ihre Arbeit. «Elisabeth hat mit viel Herzblut die 150 Jahre in einer wunderbaren Chronik zusammengefasst.» Die Recherche und das anschliessende Schreiben dauerten rund eineinhalb Jahre, wie am Anlass zu erfahren war. Dieser war gut besucht: Viele Sponsor*innen, Gönner*innen und Freund*innen des Chors folgten der Einladung.

Unter den geladenen Gästen waren auch Rosita Hunziker, die Präsidentin des Chorverbands Zürich See und Hugo Eisenbart, der Präsident des Zürcher Kantonal-

sangsvereins. Beide gratulierten dem Frauenchor und überbrachten Glückwünsche sowie Geschenke aus ihren Verbänden.

Das Jahreskonzert

Aktuell ist der Frauenchor Höngg unter der Leitung von Daniel Manhart fleissig am Proben für das nächste Konzert mit dem Titel «Autumn Love». «Unser Auftritt soll vielfältig und bunt werden», so Pulfer-Signer.

Es bietet neben A-cappella-Stücken den Einbezug von Berufsmusikern: am Saxofon Mario Schenker und am Kontrabass Fridolin Berger. Popsongs wie «Mon mec à moi» von Patricia Kaas oder «Azzurro» von Paolo Conte stehen neben anspruchsvollen Arrangements aus dem Musical «A Chorus Line» oder Jazz-Standards wie «One Note Samba» auf dem Programm. Nicht zu kurz kommt auch das Mundart-Repertoire mit Evergreens wie «Anneli, wo bisch geschter gsii». ○

FRAUENCHOR HÖNGG

Doppelkonzert: «Autumn Love – Love Songs aus aller Welt»
Samstag, 12. November, 19 Uhr
Sonntag, 13. November, 17 Uhr
Im Saal des Restaurants Mühlehalde 13'80. Tickets: Frauenchorhoengg.ch

CHRONIK ZUM 150-JAHR-JUBILÄUM
Erhältlich unter
info@frauenchorhoengg.ch
oder bei der «Höngger Zeitung».




ZWEIFEL
 1898

UNSERE
EVENTS IM
HERBST



SALUTE!

GENUSSREISE DURCH
BELLA ITALIA

Nicht verpassen: **diesen Freitag und Samstag!** Feinste italienische Tropfen degustieren und von attraktiven Aktionspreisen profitieren!

ZWEIFEL 1898 HÖNGG
Regensdorferstr. 20 | 8049 Höngg

Alle Weine auch erhältlich im
Webshop auf www.zweifel1898.ch



Bazar Oberengstringen

Freitag, 28. Oktober, 16–19 Uhr
Samstag, 29. Oktober, 10.30–16 Uhr
Kirche und Kirchgemeindehaus
Oberengstringen, beim Dorfplatz

Herzlich willkommen am Bazar mit:

- Verkaufsständen, Flohmarkt, Second-Hand-Boutique für Damen
- Restaurant mit Abend- und Mittagessen, Kuchen, Torten, Vermicelles, belegten Brötli usw. sowie eine Cüpli-Bar!
- Bratwurst- und Waffelstand auf dem Dorfplatz
- Kinderprogramm am Samstagnachmittag mit Kasperltheater, Kinderschminken und Lebkuchen-Verzieren
- Tolles Nostalgie-Karussell auf dem Dorfplatz!

Auskunft: Peter Lissa, 044 244 10 70

Unti4-GOTTESDIENST für KLEIN und gross

Sonntag, 30. Oktober, 10 Uhr, Kirche Höngg
anschliessend Chilekafi



Ein Schöpfungs-Gottesdienst:

Die Katechetinnen erzählen die Schöpfungsgeschichte visualisiert mit einer Bildergeschichte. Die Kinder des Unti4 präsentieren ihre farbenfrohen Beiträge dazu. Musikalisch untermalt wird der Gottesdienst durch Beiträge der StringKids (Violinenschüler:innen) und durch Orgelmusik von Robert Schmid.

Mitwirkende: Die Kinder vom Unti4, die Violinenschüler:innen von Nina Ulli, Pfarrerin Nathalie Dürmüller, die Katechetinnen Sylvie Vaucher und Marlise Casutt, Organist Robert Schmid



«Licht am Bazar»

Freitag, 4. November, 16–21 Uhr und
Samstag, 5. November, 11–16 Uhr
Kirchgemeindehaus Höngg, Ackersteinstr. 186

Der Höngger Bazar erwartet Sie mit:

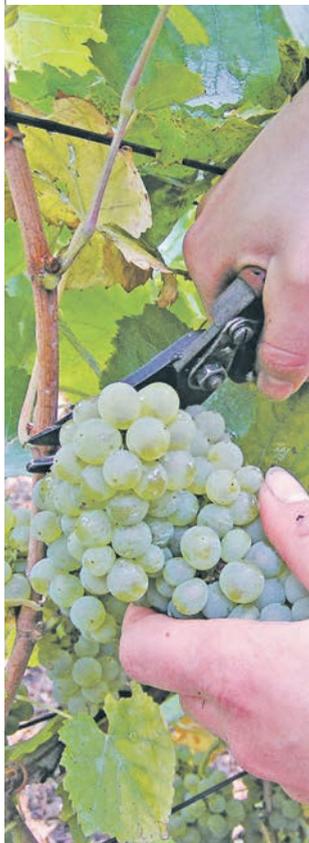
- Verkaufsstände für den begehrten Adventskalender und moderne Geschenkartikel, Textilien, Floristik, Socken und Strickwaren (online unter www.handglismets.ch)
- Bazar-Restaurant mit feinen Menüs, Wurststand, Canapés, selbstgemachten Kuchen und Desserts
- Cüpli-Bar und das Glücksrad für alle!
- Kreativ-Werkstatt: Jung und Alt basteln originelle Geschenke
- Hüpfchile draussen auf dem Vorplatz

Erlös zugunsten von gemeinnützigen Projekten im In- und Ausland.

Aktuelle Infos: www.kk10.ch/bazar oder bei Valeria Dodig, 043 311 40 59

Gottesdienst zum Reformationssonntag im Kirchenkreis zehn

Sonntag, 6. November, 10 Uhr,
Kirche Oberengstringen,
anschliessend kleiner Apéro



Den Reformationssonntag feiern wir im ganzen Kirchenkreis zusammen an einem Ort und mit Abendmahl

Anhand des Gleichnisses vom «Neuen Wein in alten Schläuchen» denkt das Pfarrteam (Yvonne Meitner, Anne-Marie Müller und Jens Naske) über das Verhältnis von Erneuerung und Bewahrung in der Kirche nach.

Der reformierte Kirchenchor singt drei Chöre aus dem Oratorium «Die letzten Dinge» von Louis Spohr (1784–1859). Er musiziert zusammen mit dem Organisten Robert Schmid unter der Leitung von Kantor Peter Aregger.

Gottesdienst mit Abendmahl

Sonntag, 6. November, 10 Uhr
Altersheim Riedhof
Pfarrer Martin Günthardt und
Vikar Simon Sigrist

Der Höngger Onlineshop für Handgestricktes

handglismets.ch

Erlös zugunsten der Bazar-Projekte.

Bestellen Sie auch telefonisch unter 079 394 61 27.

Halloween im Heizenholz

Die Grabhügelgruppe «Heizholz» aus der älteren Eisenzeit ist eines der bedeutendsten archäologischen Denkmäler der Stadt Zürich. Es empfiehlt sich die Erkundung bei einem herbstlichen Waldspaziergang.

Thomas Bürgisser – Die erdachte Legende verschollener Zwillingsschwester, die eine jahrtausendealte Totenruhe störten, Irrlichter im nächtlichen Wald, gespenstisches Flüstern, schemenhafte Gestalten zwischen den Bäumen und Ermahnungen einer keltischen Druidin – letztes Jahr nutzten Bewohner*innen der Genossenschaft Kraftwerk Heizenholz die nahen Grabhügel als Kulisse für eine stimmungsvolle Halloween-Inszenierung.

Die Informationstafel der Kantonsarchäologie am Anfang der Grünwaldstrasse ist wohl vielen aus Waldspaziergängen vertraut. Gleich dahinter findet sich eines der insgesamt fünf keltischen Hügelgräber. Drei weitere Erhebungen sind eingangs der Alten Regensdorferstrasse auszumachen.

Der umfangreichste Grabhügel schliesslich lag rund 400 Meter weiter nördlich, tiefer im Wald, und war von einem Kranz grosser roter Ackersteine umgeben. Dieser stand am Beginn der archäologischen Entdeckung der Grabhügelgruppe. Im Jahr 1836 wurde er nämlich von Höngger Bauern fast vollständig abgetragen. Dabei fanden die Bauern Menschenknochen, zerbrochene Krüge, Eisen- und Erzwaren, die jedoch weder beachtet noch aufbewahrt wurden. Die Feldsteine zerschlugen sie achtlos und belegten damit den neuen Weg, der durch das Gehölz führte: die heutige Grünwaldstrasse.

Alarmiert begab sich der Zürcher Altertumsforscher Ferdinand Keller nach Höngg, um in den Jahren 1839 und 1841 die übrigen vier



Unscheinbar im Herbstwald: einer der Grabhügel im Heizenholz. (Foto: zvg)

«helvetischen Heidengräber und Todtenhügel» zu öffnen und zu verzeichnen. Die Knochen und Totengaben, die bei den Ausgrabungen zutage gefördert wurden – Schwerter, Lanzenspitzen, Messer und Schmuck aus Eisen, Bronze und Silber sowie irdene Töpfe – wurden dokumentiert. Allerdings ging auch Keller nicht nach allen Regeln der Kunst vor: So liess sich später nicht mehr rekonstruieren, aus welchem Hügelgrab welche Fundstücke stammten. Bei den Artefakten aus dem Heizenholz, die heute im Landesmuseum aufbewahrt werden, handelt es sich leider nur noch um einen Teil der damals gehobenen Schätze.

Ruhestätte eines «Kriegers»

Eine fundierte archäologische Würdigung nahm rund fünfzig Jahre später Jakob Heierli vor, Dozent an der Universität Zürich. Dieser widmete sich in den 1880er-Jahren intensiv der Erforschung und Popularisierung der schweizerischen Urgeschichte. Heierli ordnete den Fundort «Heizholz» der frühen Eisenzeit zu, ca. 800 bis 480 Jahre vor Christi Geburt. Aufgrund ihrer einheitlichen Bestattungsweise in Hügelgräbern (tumuli) sowie ähnlicher Grabbeilagen wird diese Epoche nach dem bedeutendsten Fundort Hallstatt im österreichischen Salzkammergut benannt. Die Hallstattkultur ist in einem Gebiet zwischen Ostfrankreich und Slowenien nachgewiesen. Wir wissen, dass sich damals auf dem Üetliberg ein keltischer Fürstensitz mit einer von Wällen umgebenen,

dorfartigen Siedlung befand. Bislang sind im Kanton Zürich kaum weitere Überreste aus der Hallstattzeit überliefert. Es erscheint jedoch plausibel, dass sich in der Umgebung weitere befestigte Höhengründungen, Gehöfte und Nekropolen befunden haben.

Gerade weil es sich um äusserst rare Fundstücke handelt, wurde die Grabhügelgruppe Heizholz 1981 ins Inventar der kunst- und kulturhistorischen Schutzobjekte und archäologischen Denkmäler der Stadt Zürich aufgenommen. Wie Patrick Nagy von der Kantonsarchäologie ausführt, lassen die erhaltenen Grabbeilagen auf die letzte Ruhestätte eines «Kriegers» schliessen, der im Zusammenhang mit dem «Fürstensitz» auf dem Üetliberg stand.

Das Wissen um die Menschen, die vor rund zweieinhalbtausend Jahren im Heizenholz – nahe des heutigen Friedhofs – beigesetzt wurden und wohl auch in der Nähe siedelten, bleibt rudimentär. Ihr Totenkult weist auf eine sozial und politisch stark differenzierte Gesellschaft hin. Die Kelt*innen betrieben Ackerbau, Viehzucht, Jagd sowie Handwerk und standen in kulturellem Austausch mit dem mitteleuropäischen Raum. Von ihrer Sprache wissen wir heute nur noch aus spärlichen römischen Überlieferungen.

Umso mehr Raum bleibt für Spekulationen, über die sich bei einem herbstlichen Waldspaziergang – vielleicht gerade zur Halloween-Zeit – bestens sinnieren lässt. ○



Karte zu den Grabhügeln im «Heizholz». Nachlass Jakob Heierli, Archäologie Schweiz, Basel. (Bild: zvg)



Persönlich und

WILDGENUSS VOM FEINSTEN

Mit Zürcher Oberländer Reh und Schaffhäuser Damhirsch. Für mehr Qualität und Frische.

WWW.EICHENBERGERMETZGEREI.CH



EICHENBERGER
LIMMATTALSTRASSE 274
8049 ZÜRICH



HAUT und Ernährung – diese Themen liegen uns am Herzen

APOTHEKE
ZUM MEIERHOF



Ihre Apotheke:
Limmattalstrasse 177
8049 Zürich-Höngg
Telefon 044 341 22 60
www.haut-und-ernaehrung.ch



IHRE HÖNGGER GOLDSCHMIEDE



Unsere Dienstleistungen:

- Neuanfertigungen und Abänderungen von Schmuckstücken aller Art
- Schmuckkreationen nach Wunsch
- Perlenketten: Aufziehservice von Colliers
- Uhren-Service: Kaufberatung, Batteriewechsel, Armband, Reparaturen aller Marken



Goldschmiede und Uhren
Michael und Suzanne Brian

Limmattalstrasse 222
8049 Zürich-Höngg
Telefon 044 341 54 50

www.brianschmuck.ch



Genuss schenken mit Terra Verde



Lieber Lebensmittel als Plastik verschenken

Gutschein für 5 Franken Rabatt auf alle Geschenkssets von Terra Verde. Einlösbar bei uns im Laden.



terra-verde.ch
Fabrik am Wasser 55
8049 Zürich
Mo-Fr 9-18 / Sa 10-16

canto verde
bio & fair
am Meierhofplatz

Bioladentag

Mostabfüllung so lang s'het & Premeoul Chai Dégustation am Vormittag. Es gibt 10% auf Ihren Einkauf (ausgenommen Textil & KHW) am Samstag 29.10.

Mode-Apéro

Die neue Herbst- und Winterkollektion zeigt sich nicht nur in den schönen warmen Herbstfarben, sie ist sportlich schick bis klassisch. Im Anschluss an die Modenschau in der Buchhandlung Kapitel 10 findet der Apéro im CANTO VERDE statt am Samstag 5.11.

canto verde
Limmattalstr. 178
8049 Zürich
044 341 03 01
cantoverde.ch



Fachgeschäft für Hilfsmittel in Höngg Für Ihre Gesundheit und Mobilität.

Beratung

Verkauf

Vermietung

Reparaturen

Services



Rütihofstr. 21, 8049 Zürich, Tel. 044 341 02 93, info@jomes.ch, www.jomes.ch
Öffnungszeiten: Dienstag–Freitag 9–12 Uhr und 13.30–18.30 Uhr
Samstag 8–16 Uhr, Montag geschlossen



nah

**Ich freue mich
auf Ihren Besuch.**

**Ilja, Ihr persönlicher
Schuhmacher
im Quartier**

**Schuhreparaturen, Taschen
Ledersachen, Gürtel**

Regensdorferstrasse 2, 8049 Zürich,
zwischen Post und Velo Lukas
Telefon 044 342 32 62

Öffnungszeiten: Montag 14–18.30 Uhr
Dienstag–Freitag 9–12/13.30–18.30 Uhr
Samstag 9–16 Uhr



**Ihr Fleurop-Partner
im Quartier für
Blumenversand in
die ganze Welt**



Blumen Jakob

**Ihr Fleurop-Partner
in Höngg**

Suzanne Eller
Limmattalstrasse 224
8049 Zürich-Höngg
Telefon 044 341 88 20

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
8–12/13–18.30 Uhr,
Samstag 8–16 Uhr

www.blumen-jakob.ch



BELLAVISTA

GUTSCHEIN

FÜR EIN KOSTENLOSES TAGESDESSERT
ZU IHREM MITTAGSMENÜ.
EINLÖSBAR BIS 30. NOVEMBER 2022



RESTAURANT BELLAVISTA
HÖNGGERBERG 47
+41 44 633 01 91

UNSER MENÜ

AUSSCHNEIDEN UND MITBRINGEN



HERBST-SALE

Mehr auf unserer
Homepage oder durch
persönliche Beratung in
unseren Filialen.

VELOLUKAS
FRÖID AM VELO

Velo Lukas GmbH Höngg Regensdorferstrasse 4 8049 Zürich 044 341 77 88 hoengg@velolukas.ch	Velo Lukas GmbH Oerlikon Schwamendingenstrasse 25 8050 Zürich 044 341 88 77 oerlikon@velolukas.ch
--	--

www.velolukas.ch

bravo
RAVIOLI & DELIKATESSEN



Herbstzeit

Probieren Sie
unsere hausgemachten
und köstlichen
Feigen-Brie Ravioli.

Erhältlich in der Metzgerei
Eichenberger:
Di-Fr, 8–12.30 & 14–18.30 Uhr
Sa 8–15 Uhr
Limmattalstrasse 274, Höngg

www.bravo-ravioli.ch

Fahren Sie besser mit Ihrer Heimtankstelle



**Keine Lust auf Freiheit, Flexibilität und Mobilität zu verzichten?
AVIA macht's möglich!**

Als grösstes Tankstellennetz in der Schweiz unterhält AVIA mehr als
550 Tankstellen und Shops in allen Sprachregionen der Schweiz.

**Als Karteninhaber der
exklusiven AVIA Tankkarte
erhalten Sie folgende
Spezialkonditionen:**

- 5 Rp./Liter Rabatt
an Ihrer Heimtankstelle
- 4 Rp./Liter Rabatt schweizweit
- Keine Gebühren

Worauf warten Sie noch?



Besuchen Sie unsere Landing Page www.ahmeyer.ch/heimtankstelle
und beantragen Sie Ihre AVIA Tankkarte.



Jetzt Tankkarte beantragen!
www.ahmeyer.ch/heimtankstelle




«Aapacke statt aaliime»

In letzter Zeit häufen sie sich, die Demos von Klimaaktivist*innen. Waren sie bisher vorzugsweise in kritischer Zahl mit Velos unterwegs, setzen sie sich nun auch gerne auf Durchgangsstrassen, und die ganz Schlaunen kleben sich mit der Hand am Belag fest. Wohl zu lange an der Tube geschnüffelt. Ihre Forderung: vier Milliarden Franken zum Sanieren von Gebäuden. Schlechten Willen will man ihnen nicht unterstellen, und in der Politik sind ihre Anliegen angekommen. Fragen darf man darum schon, wo hört Protest auf und wo fängt Nötigung an? Oder ob mit solchen Aktionen

tatsächlich in der Sache etwas erreicht oder nur Ärger und Ablehnung provoziert werden? Sanktioniert werden sie jedenfalls kaum.

Berufsfachleute mit Umsetzungsqualitäten

Interessanterweise sitzen da Studierende und Akademiker*innen beisammen. Mit Nachdenken als Beruf sollte ihnen doch klar sein, dass Geld allein hier nicht Abhilfe schaffen kann. Es braucht nicht immer mehr Klimaspezialisten an Hochschulen, die alle wissen, wie's gemacht wird, sondern Berufsfachleute wie Gebäudeplaner und -techniker, Maurer, Sanitäre,

Dachdecker, Elektriker und so weiter mit Macherqualitäten, die tatsächlich umsetzen. Zu überlegen wäre auch, dass jene, die wegen der Kampagnenarbeit offenbar ihr Studium abbrechen oder ihre Arbeit aufgeben – keine Sorge, für sie wird mittels Crowdfunding gesorgt –, eine Berufslehre in Betracht ziehen würden. Das wäre sinnstiftend, und sie würden tatsächlich etwas bewegen. Übrigens: Das Laufbahnzentrum der Stadt Zürich unterstützt lebenslanges Lernen und hilft bei der Berufswahl.

Hohe Energiekosten und Inflation
Wir haben ja noch ein paar andere

Sorgen, die uns beschäftigen. Viele wissen nicht, wie sie im nächsten Winter die enorm gestiegenen Energiekosten decken sollen. Auch die Inflation hat uns wieder im Griff, obwohl die meisten wohl gar nicht mehr wissen, was das ist. In den Herbstferien war Zürich wie leergefegt. Viele waren verreist, auch mit dem Flugzeug. Es scheint uns immer noch recht gut zu gehen, oder? ○



Nicole Barandun-Gross,
Präsidentin Gewerbeverband der Stadt Zürich
www.gewerbezuersch.ch



Sie haben das SVH-Oktoberfest organisiert: Barbara Gubler und Kilian Fanger sowie die Kickerinnen Charlie und Nadia. (Foto: dad)

Was für eine Gaudi!

Der Sportverein Höngg veranstaltete sein zweites Oktoberfest an zwei ausgelassenen Abenden. Die Damen punkteten im Dirndl und getanzt wurde auf den Bänken.

Daniel Diriwächter – Während das Münchner Oktoberfest schon im September startete, wird das bay-

erische Volksfest in der Schweiz meist im titelgebenden Monat gefeiert. Mittlerweile gibt es kaum

eine Stadt oder ein Dorf, das nicht selbst eigene «Wiesn» austrägt. Auch in Höngg ging ein Oktoberfest vonstatten: Der Sportverein Höngg (SVH) organisierte nach 2019 zum zweiten Mal eine Wiesn-Gaudi. An zwei Abenden luden die Sportler*innen ins grosse Festzelt neben dem neuen Clubgebäude auf dem «Hönggi» – mit Erfolg.

«Unser Oktoberfest ist in erster Linie eine Vereinsfeier, zu der aber alle eingeladen sind», sagte Kilian Fanger. Der Trainer gehört gemeinsam mit der Trainerin Barbara Gubler sowie den zwei Kickerinnen Charlie und Nadia zum OK-Team des Festes. Eine der Ideen: Wer im Dirndl oder in Lederhosen kam, musste keinen Eintritt zahlen. Diese Kasse dürfte nicht sehr voll sein, viele erschienen im klassischen Oktoberfest-Outfit, ganz nach dem Motto «Wenn schon, denn schon».

Die Geselligkeit zählt

Es war das Ziel, dass mit dem SVH-Oktoberfest eine neue Tradition ins Leben gerufen wird. «Alle haben Freude am Fest und in diesem Jahr kamen sogar mehr Leute als beim ersten Mal», sagte Fanger. Es sei nicht «nur» die Freude an der bayerischen Tradition, sondern insbesondere die Geselligkeit, die zähle. «Dafür stehen wir als Verein ein und das ist sehr gefragt», so der Trainer.

Eine Geselligkeit, die ankommt: Bereits im Vorfeld waren die Reservationen zahlreich. Geboten wurde das volle Programm: Fröhliche Schlagermusik dröhnte dank

DJ DanField stampfend aus den Boxen und die Karte bot neben Haxen und Weisswüsten selbstverständlich auch Bretzeln und die obligate Mass. «Die war der Renner, wir haben am ersten Abend bereits zehn Fässer mit jeweils 20 Liter Bier angezapft, das ist eine grosse Menge», erklärt Fanger.

Nach dem Schmaus folgte das ausgelassene Feiern. Wie an Oktoberfesten so üblich, stellte man sich auf die Bank und tanzte. «Wir haben alle Bänke verstärkt, damit diese nicht zusammenbrechen, wenn fünf Personen darauf schunkeln», sagte Fanger lachend. Es wurde also viel getan, damit der hiesige Sportverein mit seinen Gästen ein schönes Fest feiern konnte – und das hoffentlich wieder. Bereits denkt das OK an das nächste Oktoberfest im kommenden Jahr. Was für eine Gaudi! ○

Gewohnt persönlich

Sparhafen

Immobilien

www.sparhafen-immobilien.ch

«In Höngg fehlt es an Räumen für Jugendliche»

Chiara Ballerini ist in Höngg stark verwurzelt. Dabei schätzt sie das Quartier nicht nur als Wohnort, sie hat sich für eine Arbeit während der Ausbildung auch intensiver mit der Geschichte auseinandergesetzt. Für die Zukunft hat die 17-Jährige einige konstruktive Vorschläge.

Ich bin in Höngg geboren und hier aufgewachsen. Im Quartier lebe ich nicht nur mit meinen Eltern und meinen zwei Brüdern, auch meine Grosseltern sowie eine Tante und mein Götti mit Familie leben in derselben Strasse wie wir. Wir haben hier also eine ziemlich starke Familienbande. Die Geschichte unserer Familie in Höngg lässt sich zudem weit zurückverfolgen. Schon mein Ururgrossvater war im Quartier zu Hause, er hat an der Regensdorferstrasse 14, genau dort, wo sich heute die Alnatura-Filiale befindet, um das Jahr 1900 ein Wohnhaus gebaut, wo er mit seiner Frau und den sieben Kindern lebte. Er arbeitete bei der Firma Zweifel als Küfer, produzierte also dort die Weinfässer.

Mit Leidenschaft in Beruf und Hobby

Ich bin momentan im dritten Ausbildungsjahr zur Pflegefachfrau. Diese Ausbildung macht mir grossen Spass. Ich wusste schon früh, dass dies der richtige Beruf für mich ist. Auch meine Familie und meine Freund*innen haben mir stets geraten, mich beruflich in Richtung Pflege zu orientieren. Momentan bin ich bei der Spitex beschäftigt. Ob ich hier bleibe oder vielleicht doch nach Abschluss der Lehre in ein Spital wechsle, das weiss ich allerdings noch nicht.

Neben dem Job tanze ich gerne Hiphop. Ich habe an einer Tanzschule einen Kurs besucht und gebe jetzt mein Wissen und Können freiwillig weiter. Im GZ im Rütihof unterrichtete ich einmal wö-

chentlich Primarschulkinder im Hiphop-Tanzen. Das ist für mich der perfekte Ausgleich zu meinem Job. Ich schätze es sehr, beruflich mit älteren Personen zu arbeiten und in meiner Freizeit dafür jungen Menschen das Tanzen beizubringen. Auch zum Abschalten nach einem schwierigen Tag ist Tanzen super geeignet.

Auseinandersetzungen mit der Geschichte Hönggs

Zur Lehrabschlussprüfung, die ich im kommenden Sommer hoffentlich erfolgreich absolvieren werde, gehört auch eine schriftliche Vertiefungsarbeit zu einem bestimmten Thema. Als Vorbereitung auf diese Arbeit haben wir uns in der Berufsschule mit dem Thema «Veränderung» auseinandergesetzt. Das habe ich zum Anlass genommen, mich mit den Ver-

«Ich schätze es sehr, beruflich mit älteren Personen zu arbeiten und in meiner Freizeit dafür jungen Menschen das Tanzen beizubringen.»

änderungen in meinem Quartier zu beschäftigen. In Gesprächen mit meiner Grossmutter und durch die Lektüre von historischen Schriften über Höngg habe ich erfahren, wie sich die Regensdorferstrasse und ihre Gebäude im Laufe des letzten Jahrhunderts verändert haben. Es war sehr spannend zu erfahren, wie meine Gross- und Urgrosseltern hier früher gelebt haben – in ländlicher Umgebung, mit vielen Tieren und ohne all die technischen Hilfsmittel, die wir heute haben.

Höngg kann noch attraktiver werden

Persönlich lebe ich sehr gerne hier im Quartier. Mir gefällt die Nähe zum Wald und ich finde es



Chiara Ballerini aus Höngg liebt ihren Job. (Foto: zvg)

schön, dass viele der alten Gebäude, die schon zu Zeiten meiner Urgrosseltern standen, immer noch da sind. Allerdings hätte ich schon ein paar Ideen, wie man Höngg vor allem für Jugendliche und junge Menschen noch attraktiver machen könnte. Der Leerstand bei den Läden ist hier sehr gross und ich könnte mir vorstellen, dass ein Kleiderladen mit Mode für Junge attraktiv wäre. Dann müsste man nicht immer in die Stadt fahren, wenn man etwas Neues zum Anziehen braucht. Auch für die älteren Menschen wäre es sinnvoll, einen weiteren Bekleidungsladen in der Nähe zu haben, damit sie nicht immer so weite Wege auf sich nehmen müssen. Was in Höngg ausserdem auch noch fehlt, ist ein

Raum, wo sich die Jugendlichen ungestört treffen können. Klar gibt es das Angebot des Gemeinschaftszentrums, aber für die Räume muss man entweder einen Schlüssel haben, sie kostenpflichtig mieten oder zu den Zeiten dorthin gehen, an denen das Angebot der Jugendarbeit stattfindet. Ich würde mir aber einen Ort wünschen, den man einfach gratis und unkompliziert besuchen könnte und wo wir Jugendliche ganz unter uns wären. Ein selbstverwalteter Raum vielleicht. Oder auch nur ein gedeckter Unterstand, wo man sich im Winter aufhalten und Zeit miteinander verbringen kann. Das wäre toll. ○

**Aufgezeichnet von
Dagmar Schröder**

«Fröid am Velo» in Höngg



Mike Wyss, Filialleiter von VeloLukas, freut sich mit der Kundschaft. (Foto: zvg)

Das passionierte Team von VeloLukas Höngg findet für seine Kund*innen garantiert das ideale Fahrrad, egal ob City-, Kinder- oder E-Bike.

Er radelte um die ganze Welt: Mike Wyss war nie ein Freund des langen Aufschiebens. Schon immer wollte er die Kontinente bereisen, die Frage war nur «wie». Weil das Budget für eine Weltreise bescheiden war, entschied er sich für das Velo. «Ich startete in Europa, fuhr immer ostwärts und kam so rund um den Erdball», sagt Mike. Rund zwei Jahre war er mit seinem Reisevelo unterwegs. Es ist daher konsequent, dass der gelernte Koch sich beruflich mit Fahrrädern befassen wollte. Heute ist er Filialleiter bei VeloLukas in Höngg und begeistert die Kundschaft mit seiner Leidenschaft.

«Für das passionierte Velofahren muss man ein Freigeist sein», sagt Tanja Staub, Mitinhaberin und Verantwortliche Personal und

Marketing. Im Frühling stellte sich das Team in Höngg neu auf: mit dem Arbeitsstart von Mike sowie mit Tanja, die ihren Beruf als Ernährungswissenschaftlerin an den Nagel hängte. Ihr Mann machte es vor: Gründer Lukas Staub war ursprünglich Maschinenbauingenieur. Sie alle verstehen sich als Quereinsteiger, die ihren Platz gefunden haben. Das hat sich gelohnt: «Waren es zu Beginn im Jahr 2011 zwei Mitarbeiter in Höngg, kam bald der Standort Oerlikon dazu. Heute zählen wir insgesamt 16 Mitarbeiter*innen». Dazu gesellte sich jüngst der Pop-up-Store bei «WineArt» in Höngg. VeloLukas kann eine respektable Erfolgsgeschichte vorweisen, die nicht einmal die Pandemie stoppen konnte. «Wir haben in dieser

Zeit viele Velos verkauft», sagt Tanja. «Egal, welches Modell, es musste einfach zwei Räder haben, damit die Menschen sich draussen bewegen konnten.» Mittlerweile hat sich das Geschäft normalisiert und somit legt VeloLukas den Fokus auf das Kerngeschäft: Das ideale Velo für seine Kundschaft zu finden.

Beratung und Service

«Wir wollen unsere Kund*innen für das Velo begeistern», so Tanja. Die Auswahl der Fahrräder angesehener Marken ist gross und eine umfassende Beratung sowie Probefahrten gehören selbstverständlich dazu. Im Sortiment befinden sich beispielsweise schicke Urban-Velos für das lässige Fahren in der City, das klassische Mountainbike, das mittlerweile durch das Gravel-Bike, ein geländegängiges Rennvelo, ergänzt wird. Auch Reise- und Kinderverlos werden gerne gekauft. «Wir bemerken, dass ein ansprechendes Design, gepaart mit einer starken Multifunktionalität sehr gefragt ist», weiss Tanja. In Höngg besonders beliebt sind E-Bikes, da gewisse Strecken steil hinaufführen. «Es lohnt sich, beim Kauf eines E-Bikes etwas Geld in die Hand zu nehmen», sagt Mike. Schon oft wurde er in der hauseigenen Werkstatt mit billigen E-Bikes aus dem Internet konfrontiert, welche nicht repariert werden können, weil die Ersatzteile fehlen. Das macht ein vermeintliches Schnäppchen schnell wertlos. «Wir bei VeloLukas garantieren einen schnel-

len Service, wenn die Marke im Markt etabliert ist». Die erwähnte Werkstatt ist das Plus bei VeloLukas. «Unsere Jungs sind super Mechaniker», schwärmt Tanja. Sie erklärt weiter, dass es sich lohnt, im Winter das Velo in den Service zu bringen. «Im Frühling und Sommer erhalten wir viele Anfragen und die Wartezeiten verlängern sich entsprechend.»

Selbstverständlich findet sich bei VeloLukas auch sämtliches Zubehör für das Radfahren, seien es Sattel, Taschen, Helme oder Anhänger. Was nicht an Lager ist, wird bestellt.

«Unser Team bei VeloLukas verfügt über das Talent und die Offenheit, auf die Bedürfnisse der Kund*innen einzugehen und diese zu erfüllen», sagt Tanja. So kann das VeloLukas-Team die «Fröid am Velo» entfachen, so dessen Motto. Und findet dabei das ideale Velo. ○

VeloLukas Höngg

Regensdorferstrasse 4
Di, Do, Fr: 8.30 – 12.30 Uhr /
14.00 – 18.00 Uhr
Mi: 14.00 – 18.00 Uhr
Sa: 9.00 – 16.00 Uhr
Für Beratungen und Reparaturen
bitte einen Termin vereinbaren:
044 341 77 88 und
hoengg@velolukas.ch

VeloLukas @ WeinArt

Pop-up-Showroom
Imbisbühlstrasse 7
Winterpause bis April 2023

APOTHEKE IM BRÜHL

AKTUELL:

Schützen Sie sich gegen Grippe – wir impfen Sie gerne.

Weitere Informationen, auch für Covid-19-Boosterimpfungen, auf www.zuerigsund.ch



Zürigsund – Ihre Apotheke für die ganze Familie!

Regensdorferstr. 18, 8049 Zürich, Tel. 044 342 42 12, www.zuerigsund.ch

Das Familienkonzert findet im Rahmen des Adventbazars statt. Der Erlös des Bazars geht an den Verein "Helfen Sie helfen".



FAMILIENKONZERT MIT LAURENT & MAX

Sonntag, 27. November 2022

14:00 bis 15:00 Uhr

@ Kirche Heilig Geist

Limmattalstr. 146, 8049 ZH

Ticketverkauf über eventfrog.ch

Türöffnung: 13:30 Uhr

Kinder: CHF 10.--

Erwachsene: CHF 20.--



«Heissi Marroni» aus Höngg

Überall in der Stadt sind sie nun wieder zu finden: die charakteristischen grünen Marronihäuschen, aus denen es so verführerisch duftet. Die meisten hier erhältlichen Nüsse stammen aus Italien oder dem Tessin. Doch auch in Zürich gibt es Kastanienbäume.

Dagmar Schröder – Marroni gehören zum Herbst wie Kerzen zur Adventszeit. Und als Snack sind sie nicht nur köstlich, sondern obendrein noch gesund. Deshalb waren die Edelkastanien in früheren Zeiten, bevor die Kartoffeln aus Südamerika Einzug in die heimischen Küchen hielten, auch in der Schweiz, vor allem im Tessin und in Graubünden, eines der wichtigsten Grundnahrungsmittel. Auch das Holz des Kastanienbaums fand vielseitige Verwendung.

Ursprünglich aus Asien und dem Balkan stammend, wächst der Baum vornehmlich in südlichen Gefilden mit mildem Klima, vor allem im Tessin und in Italien ist er zu Hause. Doch auch in Zürich sind einige Marronibäume zu finden. 48 Edelkastanien verzeichnet der Verein «Sirku – Stadfruchtbäume» auf seiner Online-Karte für die Stadt Zürich. Er will sich nun dafür einsetzen, dass es noch mehr werden.

Mehr Kastanien für die Stadt

Das erklärte Ziel des Vereins ist es, «dass Marroni als Stadtbäume zur Kultur und Ernährung von Zürich beitragen – heute und in Zukunft». Das Projekt gehört zu den Siegern des «Für Züri»-Wettbewerbs, bei dem ein Teil der ZKB-Jubiläumsdividende an Projekte aus Zürich mit den Themenschwerpunkten Kinder und Jugendliche sowie Umwelt und Klima verteilt wurde. Bis zum kommenden Jahr möchten die Initianten nun 50 zusätzliche Kastanienbäume in der Stadt pflanzen. Für die Kastanienbäume spricht dabei nicht nur, dass sie neben der Produktion von Sauerstoff und der Verbesserung des innerstädtischen Klimas nachhaltige Lebensmittel produzieren, welche einfach zu sammeln und zu verarbeiten sind. Im Gegensatz zu vielen hier ursprünglich heimischen Bäumen kommen sie auch mit den infolge des Klimawandels steigenden Temperaturen und der zunehmenden Trockenheit gut zurecht. In Zusammenhang mit dem Klima-



An diesen Standorten in Höngg sind Marronibäume zu finden. (Bild: zvg/Pixabay)

wandel wird die Esskastanie daher in Zukunft auch in den hiesigen Wäldern von wachsender Bedeutung sein.

Neun Bäume in Höngg – bis jetzt

In Höngg sind nach Angaben des Vereins bis anhin neun Bäume zu finden. Davon sind allerdings, wie Luca Bronzini, Gründungsmitglied von «Sirku», dem «Höngger» schriftlich mitteilt, momentan zwei nicht nutzbar – weil sie sich entweder auf Privatgrundstücken befinden, krank oder nicht bestäubt sind. Auf dem Areal der Schulhäuser Riedhof und Pünten, im Frankental sowie auf dem Hönggerberg befinden sich jedoch Kastanienbäume, deren Früchte von der Bevölkerung geerntet werden dürfen.

An den Stämmen aller städtischen Kastanienbäume hat der Verein einen QR-Code mit dem Link zu einem Fragebogen aufgehängt, um zu eruieren, ob und von wem die Bäume und ihre Früchte genutzt werden. Auf der Basis der so gewonnenen Erkenntnisse soll dann der Bestand an Bäumen erweitert werden.

Dazu sucht der Verein nach Grundstücken im Privatbesitz, die sich für die Pflanzung eines oder mehrerer Marronibäume eignen. In punkto Bodenbeschaffenheit soll-

ten diese Flächen möglichst wenig Kalk im Boden sowie eine gute Phosphorverfügbarkeit aufweisen. Ausserdem mögen die Pflanzen es möglichst warm. «So ist beispielsweise eine gewisse Nähe zu Gebäudefassaden und die Ausrichtung gen Süden hilfreich», erklärt Bronzini. Zudem sei es für das Projekt wichtig, dass die Bäume öffentlich zugänglich seien und sich möglichst nahe zu bereits bestehenden Kastanienbäumen befänden. Dies sei hilfreich für eine erfolgreiche Bestäubung. Baumgruppen würden auch gegenüber Einzelbäumen bevorzugt.

Zusammenarbeit mit Grün Stadt Zürich und dem Waldlabor

Auch in Kooperation mit Grün Stadt Zürich soll der Bestand an Bäumen erweitert werden. Zudem steht der Verein mit dem Waldlabor auf dem Hönggerberg in Kontakt. Hier hat «Sirku» einen Projektantrag für das Erstellen eines kleinen Kastanienhains, einer sogenannten «Selve» eingereicht. Wie Martin Brüllhardt, der Geschäftsführer des Waldlabors, erklärt, sei der Hönggerberg für eine grössere Selve zwar nicht geeignet, weil der Boden an den meisten Stellen zu kalkhaltig sei. Allerdings habe diesen Sommer

am Sonderweg ein Fichtenbestand aufgrund von Borkenkäferbefall vorzeitig geräumt werden müssen. «Daraufhin wurden auf der Fläche Bodenproben genommen, um die Eignung für die Pflanzung von Kastanien zu eruieren. Es hat sich dabei gezeigt, dass die Kalkgrenze tief genug liegt, um einige wenige Kastanien Erfolg versprechend anpflanzen zu können. Konkret wird dies aber frühestens im Frühjahr 2023 sein», so Brüllhardt.

Roskastanien fressen nicht mal die Pferde

Nicht zu verwechseln ist die Edelkastanie übrigens mit der hier viel weiter verbreiteten Roskastanie: Trotz ähnlich aussehender Früchte sind die beiden Bäume nicht miteinander verwandt. Während die Edelkastanie ein Buchengewächs ist, stammt die Roskastanie aus der Familie der Seifenbaumgewächse. Der Verzehr ihrer Früchte ist nicht ratsam: Sie sind nicht nur wenig schmackhaft, sondern können auch unerwünschte Nebenwirkungen wie Magenschmerzen und Durchfall hervorrufen. Doch mit Zahnstochern versehen und zu lustigen Figuren verarbeitet sind sie eine dekorative Ergänzung zu jeder herbstlichen Marroni-Mahlzeit. ○

Wellness &

WELLNESS- & BEAUTYCENTER
WELLNESS- & BEAUTYCENTER



MARIA GALLAND PARIS

- Ganzheitliche Kosmetik
- Dauerhafte Haarentfernung
- Seidenfaden Lifting
- Ohrloch stechen
- Bodyforming
- Wimpernextensions

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



Fusspflege

Sigrun Hangartner

• MITGLIED SFPV •

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

FELDENKRAIS  CHRISTIANE RENFER

Wiederbelebung für verlorene Bewegungen
Kurse und Einzelstunden
078 771 12 82
www.feldenkrais-renfer.ch

COIFFEUR DA PINO



Ecke Wartauweg/Limmattalstr. 252
8049 Zürich-Höngg
Telefon 044 341 16 16
pino@dapino.ch
Persönliche Beratung, Voranmeldung

www.dapino.ch

CHEZ MELANIE

Hair & Beauty

Ihr trendiger Haar- und
Make-up-Salon für Damen,
Herren und Kinder direkt
bei der Station Frankental.

Jetzt Termin vereinbaren!

Chez Melanie
Limmattalstrasse 400
8049 Zürich
Telefon 044 761 90 00
info@chez-melanie.ch

www.chez-melanie.ch

Jeden ersten
Mittwoch im Monat
haben alle

Senioren 10%

(gilt für alle AHV-Berechtigten)



Centrum
Drogerie
Höngg

Kappenhühlweg 5
8049 Zürich
Telefon 044 340 05 15

Wellness hat viele Gesichter

Es drückt Wohlbefinden und eine gute körperliche Verfassung aus. Wellness bedeutet aber auch alles rund um die Themen Entspannung, Erholung und Schönheit. Der Weg dorthin kann sehr individuell sein.

Volkskrankheit
Arthrose
Gratis Testwoche
31.10. - 4.11.22

Bekämpfen Sie ihre Schmerzen und testen Sie jetzt kostenlos unsere Knie-Orthesen. Vereinbaren Sie einen Termin.

 **BECKER Orthopädie-Technik**

Ortho Group AG | Schaffhauserstr. 18 | 8006 Zürich
Tel. 044 363 85 31 | becker@ortho-group.ch

 **SCHMID Orthopädie-Technik**

Ortho Group AG | Birmensdorferstr. 198 | 8003 Zürich
Tel. 044 463 90 55 | schmid@ortho-group.ch



Gesundheit

Wer denkt bei Wellness schon an «durch (leichte) körperliche Betätigung erzielt Wohlbefinden»? Der Duden! Zumindest wird die Bedeutung des Wortes dort so beschrieben.

Weiter erfährt man auf Wikipedia, dass der Begriff Wellness bereits 1654 als «...wealnesse» im Oxford English Dictionary erschien und dort mit «gute Gesundheit» übersetzt wurde.

Im Jahr 1959 entstand das heute geläufige Wort Wellness, zusammengesetzt aus den englischen Wörtern für Wohlbefinden («well-being») und körperliche Leistungsfähigkeit («fitness») und legte damit den Grundstein für die Wellness-Bewegung in den USA. Wellness kann also durchaus mit körperlicher Betätigung und Fitness zu tun haben.

Heute versteht man unter Wellness vor allem Methoden und Anwendungen, die das körperliche, geistige oder seelische Wohlbefinden steigern. Und von denen gibt es reichlich. Für die einen ist es ein

Waldspaziergang, für die anderen eine Yoga-Einheit. So oder so: Es geht um Betätigungen, die einem gut tun. Sich selbst spüren, wahrnehmen und ganz bei sich sein.

Schwerelosigkeit

Für andere bedeutet Wellness, komplett loszulassen: Wenn sich die Muskeln entspannen und kein Druck und keine Belastung mehr da sind – wie ein Gefühl der Schwerelosigkeit. Und wieder andere empfinden es als wohltuend, wenn ihnen jemand äusserlich etwas Gutes tut und sie optisch verändert. Die äussere Behandlung wirkt sich somit positiv auf das innere Wohlbefinden aus. Wellness ist also sehr individuell.

Ob nun aktiv oder passiv, innerlich oder äusserlich – allen Methoden gemeinsam ist, dass man sich selbst bewusst wird, was einem Wohlbefinden verschafft, und die Signale hört, wenn es an der Zeit ist, sich wieder einmal etwas Gutes zu tun. (pen) O

Schönheit und Pflege
von Kopf bis Fuss



**ROYAL
Cosmetic**

Daniela Hofmann
Wieslergasse 2, 8049 Zürich

Telefon 044 342 39 02
www.royalcosmetic.ch

Coiffeur
Michele Cotoia

Herren-Coiffeur
Limmattalstrasse 236
8049 Zürich

Reservation unter
Telefon 044 341 20 90
oder spontan vorbeischaun
und fragen.



Unsere Philosophie ist die individuelle Betreuung unserer Kunden.

Wir bieten Manualtherapie, Triggerpunkttherapie inkl. Dry Needling, Kiefergelenksbehandlungen nach Crafta, Taping und Einzeltraining an.

 **Physiotherapie
Meierhof**

Limmattalstrasse 167, 8049 Zürich
Telefon: +41 44 341 94 38
E-Mail: info@physio-meierhof.ch

Guter Schlaf ist Gold wert

und keine Selbstverständlichkeit. Vielen ist nicht bewusst, dass sie mit richtigem Liegen in der Nacht das Zwicken und Ziehen mildern oder gar loswerden könnten.



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

Gutschein für Ihre persönliche Schlaf- und Liegeberatung



Creativa
Schlafcenter AG

Wehntalerstrasse 539, 8046 Zürich
Telefon 044 371 72 71
www.creativa-schlafcenter.ch

Weil Sie einzigartig sind.



coiffeurtanya



+41 44 341 60 61 | tansa.ch | 8049 Zürich

Urs Blattner

Polsterei – Innendekorationen

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

- Polsterarbeiten
- Vorhänge
- Spannteppiche



27.11.2022

Patrice Martin Zumsteg in den Bezirksrat

Für ein vielfältiges Zürich!

Empfohlen durch die Interparteiliche Konferenz

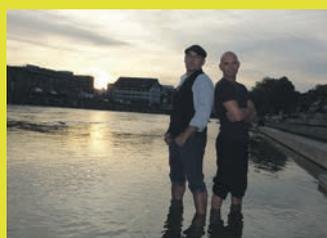
AL^r EVP FDP Die Liberalen Grünliberale Die Mitte SP SVP

patrice-zumsteg.ch

Weibel/Weiss mit «Im Fluss»

Freitag, 11. November 2022, 20 Uhr
Abendkasse und Bar ab 19 Uhr
GZ Höngg, Kulturkeller
Limmattalstrasse 214, 8049 Zürich

Tickets zu 25 Franken bei
▶ eventfrog.ch
▶ Buchhandlung & Café Kapitel 10




ZÜRCHER GEMEINSCHAFTSZENTREN gzhöngg
Kulturkommission des QUARTIERVEREIN HÖNGG
Öis liit Höngg am Herzli
kulturbox-hoengg.ch

ETH zürich

ERLEBNIS ETH Wissen für alle!

Vorträge, Talkrunden, Demos

Die Kräfte der Natur

Was die Welt zusammenhält
30. Oktober bis 27. November 2022

Wie sind aus Einzellern komplexe Lebewesen entstanden? Haben wir Sex, um uns fortzupflanzen? Wir erfahren Neues über Vulkane, Erdbeben und Tsunamis.

Eintritt frei. Alles unter www.treffpunkt.ethz.ch.



TREFFPUNKT SCIENCE CITY www.treffpunkt.ethz.ch

AUTUMN LOVE KONZERT



Samstag, 12. November, 19 Uhr
Sonntag, 13. November, 17 Uhr
Restaurant Mühlehalde 13'80

Vorverkauf: frauenchorhoengg.ch

Mario Schenker – Saxofon
Fridolin Berger – Kontrabass
Daniel Manhart – Leitung

Frauenchor Höngg seit 1870

KÜNZLE DRUCK



Inhaber John Huizing

Künzle Druck ist für Sie da.

- Briefpapiere
- Couverts
- Visitenkarten
- Postkarten
- Formulare
- Doku-Mappen
- Plakate
- Broschüren

Künzle Druck AG • 8050 Zürich • 044 305 80 50 • kuenzledruck.ch

Dienstleistungen 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

HAUS- UND TIER-BETREUUNG





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



Flavio Muggli

Jetzt aktuell:

November bis März

Schnittarbeiten an Sträuchern und
Bäumen, allgemeine Fäll-Arbeiten

Restaurant



Wir freuen
uns auf
Ihren Besuch

Tägliches
Mittagsbuffet
à discrétion für Fr. 21.50.

Salat, Suppe, diverse
Hauptspeisen und Dessert.

Und natürlich besteht
das Angebot auch
weiterhin als

Take-away oder
Lieferservice:
hotwok-kurier.ch

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

Mo–Fr: 11–14 und
17–22 Uhr

Samstag: 17–22 Uhr

Sonntag: 11–22 Uhr

(durchgehend warme Küche)

www.hotwok.ch

Ein Inserat dieser Grösse
1 Feld, 50×16 mm,
kostet nur Fr. 44.–

Drei Tage Action mit dem GZ

Im Herbstferien-Angebot
des GZ Höngg kamen
dieses Jahr unterneh-
mungslustige Primarschü-
ler*innen auf ihre Kosten:
Auf der Stadionbrache
beim Hardturm wurde
gesprayt, geskatet und
noch viel mehr.

Treffpunkt auf der Hardturmbrache: zwischen Salto-Natale-Zelten, Hühnerhof, Kletterfelsen und selbstverwaltetem Pizzaofen hat das GZ Höngg in diesen Herbstferien seine Zelte aufgeschlagen. 20 Kinder zwischen neun und zwölf Jahren treffen sich hier während dreier Tage täglich um 9 Uhr und verbringen den Tag gemeinsam.

An diesem Mittwochnachmittag scheint die Sonne, der Oktober präsentiert sich von seiner goldenen Seite. Im GZ-Zelt sind alle sehr beschäftigt: Eine Gruppe von Kindern bearbeitet Specksteine, mit Hingabe wird gesägt, geschliffen und geformt. Gleich daneben entstehen beim «Filzen» aus Schafwolle phantasievolle und farbenfrohe Figuren, vom Fliegenpilz bis zur Herzgirlande. Und auf der Wäscheleine sind bunte Batik-T-Shirts in allen Farben zum Trocknen aufgehängt, auch diese sind Eigenproduktionen der Kinder. Ein Highlight ist die Spraywand. Hier werden Kinderträume wahr, denn wer wollte nicht schon immer mal mit einer Farbdose ein Graffiti an die Wand zaubern? Und das sogar mit Anleitung: Am ersten Kurstag gab es eine kleine Einführung. Danach wurden die ersten Skizzen angefertigt und nun, am dritten Tag, steht das Gemeinschaftskunstwerk kurz vor der Vollendung.

Mit Mut in die Halfpipe

«Easy» Ian, wie die Kinder ihn nennen, ist Jugendarbeiter beim GZ und gibt derweil im Skatepark Tipps und Hilfestellung für die jungen Freestyler*innen. Trottis und Skateboards sind in Betrieb, Helme dürfen natürlich nicht fehlen. Es kostet schon ein wenig Überwindung, sich mit seinem Gefährt den steilen Abhang der Halfpipe hinunterzustürzen. Doch die Kolleg*innen leisten Unterstüt-



Gemeinsam lernen und Neues ausprobieren macht Freude. (Fotos: zvg)



Ab in die Tiefe! Mit Unterstützung von Ian kostet das nur halb so viel Überwindung.

zung und klatschen frenetisch Beifall für jede*n, der das Wagnis auf sich nimmt. In Kleingruppen haben sie am Montagnachmittag in der benachbarten Freestyle-Halle bei einem Profi eine Einführung ins Freestyle-Skaten erhalten, seither hat sie das Skatiefieber gepackt. «Es ist sehr erstaunlich, welche Fortschritte die Kinder in den drei Tagen gemacht haben, die wir hier sind», erklärt Dorothea Rios-Hofmann, Quartierarbeiterin beim GZ. Die Hälfte der Kinder konnte vor den Ferien noch gar nicht skaten, nun sind sie schon daran, «Drop-ins» und «Ollies» zu üben.

Auch Klettern steht auf dem Programm. Für einen Nachmittag ist die ganze Gruppe gemeinsam in die Kletterhalle nach Schlieren gereist, wo sich die Kinder unter Anleitung eines Trainers an der Wand oder dem Boulderfelsen versuchen konnten. Wer will, kann das neu erworbene Wissen am Kletterfelsen der Hardturmbrache nun weiter vertiefen.

Die Stimmung ist ausgelassen, entspannt und fröhlich. Das Ferienangebot des Gemeinschaftszentrums findet regelmässig in den Frühlings- und Herbstferien statt, immer zu einem anderen Thema. Die Kosten für die Eltern sind minimal, das Ziel ist es, ein Angebot für jedes Budget zu schaffen. Und das wird geschätzt: Mit den 20 Teilnehmer*innen, alle aus Höngg, ist das Ferienprogramm ausgebucht. Einige Interessent*innen mussten auf die nächsten Ferien vertröstet werden.

Zurück zur Hardturmbrache: Jetzt naht die Zvierizeit. Die GZ-Mitarbeiter*innen bereiten gesunde Snacks, Äpfel, Mango und Nüsse vor, ergänzt durch ein paar Kuchenstücke.

So richtig Zeit für Zvieri haben die Kinder eigentlich nicht, aber der Kuchen sieht dann doch so verlockend aus, dass sie kurz ihre Tätigkeiten unterbrechen. Und gleich darauf geht's wieder weiter. Es gilt, die Zeit noch auszukosten. ○

Eingesandt von Silvana Kohler

Höngg aktuell

DONNERSTAG, 27. OKTOBER

Älterwerden und danach

17.30–19.45 Uhr. Das Thema heute: «Gedanken und Austausch zum Tod». Eintritt frei. Anmeldung an das Sekretariat via Anmeldeformular oder atelier.kk.zehn@reformiert-zuerich.ch oder 043 311 40 60. Sonnegg Höngg, Lounge, Bauherrenstrasse 53.

FREITAG, 28. OKTOBER

Senioren Turner

9–10 Uhr. Gymnastik, Fitness, Gedächtnistraining. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186.

Turnen 60plus

9–11 Uhr. Für Frauen, die trotz des Älterwerdens ihre Beweglichkeit und Kraft erhalten wollen. Katholische Kirche Heilig Geist, Limmattalstrasse 146.

Offener Jugendtreff im Chaste

19.30–22.30 Uhr. Ab der Oberstufe treffen sich die Jugendlichen in dem von ihnen selbst gestalteten Treff. GZ Höngg Kasten, Im oberen Boden 2.

Höngger Tanznacht

20–1 Uhr. Siehe Artikel Seite 19.

SAMSTAG, 29. OKTOBER

Theater-Nachmittag: Schwank in einem Akt

14.30 Uhr. Siehe Artikel Seite 19.

JuFo-Bar

20–2 Uhr. Für Jugendliche und junge Erwachsene ab 16 Uhr. Katholisches Pfarramt Heilig Geist, Limmattalstrasse 146.

SONNTAG, 30. OKTOBER

Active Sundays

Bewegungslandschaft

10–17 Uhr. Die ETH macht das Sport Center Hönggerberg in den Wintermonaten an mehreren Sonntagen öffentlich zugänglich. Kinder bis acht Jahre können sich in Begleitung der Eltern unter fachmännischer Anleitung austoben. An den «Active Sundays» steht eine herausfordernde Bewegungslandschaft zur Verfügung. Umgesetzt sowie betreut durch das Institut für Bewegungswissenschaften und Sport. Der Eintritt zur Veranstaltung ist kostenlos.

ETH Zürich, Campus Hönggerberg, Sport Center, Robert-Gnehm-Platz 1, 8093 Zürich.

Ortsmuseum Höngg

14–16 Uhr. Ständige Ausstellung und Sonderausstellung zum Weinbau in Georgien. Ortsmuseum Höngg, Vogtsrain 2.

Theater-Nachmittag: Schwank in einem Akt

14.30 Uhr. Siehe Artikel Seite 19.

MONTAG, 31. OKTOBER

Bewegung mit Musik 60plus

8.45–11 Uhr. Für Frauen ab 60: Für Gelenke und Muskeln mit Lachen und Geselligkeit, fein, subtil und effizient. Von 8.45 bis 9.45 Uhr oder von 10 bis 11 Uhr. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186.

DIENSTAG, 1. NOVEMBER

Freies Malen Limmattalstrasse

9.30–12 Uhr. Für Kinder mit Begleitperson. 2 Franken pro Blatt, 50 % mit KulturLegi. Ohne Anmeldung. Geschwisterkinder im Chrabbelalter sind herzlich willkommen. GZ Höngg, Galerie 1. Stock, Limmattalstrasse 214.

Bewegung mit Musik 60plus

10.30–11.30 Uhr. Für Frauen ab 60: Für Gelenke und Muskeln mit Lachen und Geselligkeit, fein, subtil und effizient. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186.

Licht und Schatten in der Architektur

18.15 Uhr. Öffentliche Führung: Fenster holen Licht und Luft in die Wohnräume, Dachvorsprünge, Loggien und Arkaden spenden Schatten und schützen vor der Witterung. Gesimse und Fugen beleben Fassaden. Das stimmige Verhältnis von Licht und Schatten bewegt Architekturschaffende seit je. Anmeldung erforderlich unter www.tours.ethz.ch. ETH Hönggerberg, Gebäude HIL, Eingang Campus Info, Stefano-Francini-Platz 5, 8093 Zürich.

MITTWOCH, 2. NOVEMBER

Bewegung mit Musik 60plus

10–11 Uhr. Für Frauen ab 60: Für Gelenke und Muskeln mit Lachen und Geselligkeit, fein, subtil und effizi-

ent. Reformiertes Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186.

Bauspielplatz Rütihütten

14–17.30 Uhr. Hütten bauen und mit Holz werken für alle Primarschulkinder, jüngere nur in Begleitung Erwachsener, kostenlos und ohne Anmeldung. Gute Schuhe anziehen. Bauspielplatz Rütihütten, Bus-Endstation Nr. 46 Rütihof.

DONNERSTAG, 3. NOVEMBER

AKTIVIA Spiel- und Begegnungsnachmittag

14–17 Uhr. Jassen, Spielen und Austausch. Katholisches Pfarreizentrum Heilig Geist, Saal 1, Limmattalstrasse 146.

Jazz Happenings

20 Uhr. Heute mit Thedy Schütz von den Harlem Ramblers. Restaurant Grünwald, Regensdorferstrasse 237.

FREITAG, 4. NOVEMBER

Turnen 60plus

9–11 Uhr. Siehe 28. Oktober.

Höngger Bazar 2022

16–21 Uhr. Der Erlös geht zugunsten von gemeinnützigen Projekten im In- und Ausland. Mit Restaurant und Cüpli-Bar. Für Gross und Klein gibt es wieder eine Kreativ-Werkstatt und die Hüpfchile steht draussen auf dem Vorplatz. Reformiertes Kirchgemeindehaus Höngg, Saal, Ackersteinstrasse 186.

Kiki Kreativ am Höngger Bazar

16–19.30 Uhr. Upcycling Basteln für einen guten Zweck: Farbenfrohe Kränze, Laternen oder Insektenhotels aus ausgedienten Objekten. Nur Materialkosten. Der Erlös wird an karitative Organisationen gespendet. Kirchgemeindehaus Höngg, Grosser Saal/Schultrakt/Vorhof, Ackersteinstrasse 186.

Spielabend

19–22 Uhr. Unterhaltsamer Abend in geselliger Runde. Sonnegg Höngg, Saal, Bauherrenstrasse 53.

Offener Jugendtreff im Chaste

19.30–22.30 Uhr. Siehe 28. Oktober.

SAMSTAG, 5. NOVEMBER

Höngger Bazar 2022

11–16 Uhr. Siehe 4. November.

Kiki Kreativ am Höngger Bazar 11–15.30 Uhr. Siehe 4. November.

Ökumenische Gedenkfeier vor der Aufhebung der Gräber

11.30 Uhr. Siehe Artikel Seite 2. Friedhofkapelle, Notzenschürli-strasse 30.

Räbeliechtle schnitzen

14–17 Uhr. Siehe Artikel Seite 20.

Bauspielplatz Rütihütten

14–17.30 Uhr. Siehe 2. November.

Theater-Nachmittag: Schwank in einem Akt

14.30 Uhr. Siehe Artikel Seite 19.

Räbeliechtle Umzug 2022

18.45–20.30 Uhr. Siehe Artikel Seite 20.

SONNTAG, 6. NOVEMBER

Ortsmuseum Höngg

14–16 Uhr. Siehe 30. Oktober.

MONTAG, 7. NOVEMBER

Bewegung mit Musik 60plus

8.45–11 Uhr. Siehe 31. Oktober.

Wulle Träff

19–21 Uhr. Monatliches Strick- und Häkel-Treffen. Sonnegg Höngg, Bauherrenstrasse 53.

DIENSTAG, 8. NOVEMBER

Freies Malen Limmattalstrasse

9.30–12 Uhr. Siehe 1. November.

Bewegung mit Musik 60plus

10.30–11.30 Uhr. Siehe 1. November.

MITTWOCH, 9. NOVEMBER

Bewegung mit Musik 60plus

10–11 Uhr. Siehe 2. November.

Computerhilfe für 60+

14–16 Uhr. Der Verein Computeria Zürich hilft bei Laptop-, Tablet- oder Handyproblemen. Kontaktperson: Herbert Oberlin, Email: h.oberlin@gmx.ch. Ref. Kirchgemeindehaus, Ackersteinstrasse 186.

Bauspielplatz Rütihütten

14–17.30 Uhr. Siehe 2. November.

DONNERSTAG, 10. NOVEMBER

Sturzprävention

14.30 Uhr. Siehe Artikel Seite 23.

Eine Nacht voller Spass

DJ Philippo lässt mitreissende Hits der 1960er- bis 1980er-Jahre für die Högger Tanznacht wiederaufleben. Nostalgie und tolle Tanzlaune sind garantiert.

«Ich bin schon als Knirps vor der Stereoanlage meines Vaters gesessen und habe den Hits gelauscht», erinnert sich Philipp Niederöst. Das war in den 1980er-Jahren. Die Faszination ist geblieben: Der Zürcher Oberländer legt heute als DJ Philippo selbst Bestseller auf. Musik durchzieht sein ganzes Leben: Ob als Organisator von Rock- und Oldiepartys, ob als DJ am Züri-Fest oder an Public-Viewings von Fussballweltmeisterschaften – Niederöst war mit dabei. Auch in der «Guggemusig Limmatliiche» gibt er als Posau-nist laustark den Ton an.

Ein Heimspiel

Niederöst lebt mit seiner Familie in Högger und hat für sein Heimspiel Musik von den 1960er- bis in die 1980er-Jahre bereit: «Ich möchte Erinnerungen wecken an die erste Verliebtheit zum Beispiel. So entstehen gute Gefühle und positive Energie», ist der

45-Jährige überzeugt. Seine Song-Auswahl ist gross. Die 1960er-Jahre erklingen zum Beispiel mit «Hit the Road Jack» von Ray Charles, die 1970er schwingen mit Donna Summers «Hot Stuff» an, und die 1980er beflügeln mit Michael Jacksons «Beat It». Spass, Schwung und Schwelgen im Gestern – DJ Philippo und die KulturBox Högger machen es möglich. (e) ○

HÖGGER TANZNACHT

Högger Tanznacht mit DJ Philippo: «Hits aus den 60ern bis 80ern»

Freitag, 28. Oktober, 20 Uhr
Abendkasse und Bar ab 19.30 Uhr
Restaurant Mühlehalde 13'80,
Grosser Saal, Limmattalstrasse
215, Eintritt: 15 Franken.
Vorverkauf: eventfrog.ch, Buch-
handlung & Café Kapitel 10 und
www.kulturbox-hoengg.ch



An der Högger Tanznacht dreht sich alles um die 1960er- bis 1980er-Jahre. (Foto: Freepik)

HAUSERSTIFTUNG HÖGGER

Wohnen im Alter

Geselliges Quartiermittagessen Sonntag, 30. Oktober 2022, 11.50 Uhr

Menü für 30 Franken: Tagessuppe, Roastbeef an Sauce béarnaise, Kartoffelgratin, Broccoli mit Ei, Dessert Mineral und Kaffee inbegriffen

Anmeldung bis Freitag, 28. Oktober, 15 Uhr
Telefon 044 344 20 50

Nächstes Quartiermittagessen mit Hausführung:
Sonntag, 20. November 2022

Hohenklingenstrasse 40, 8049 Zürich, www.hauserstiftung.ch

«Theater im Theater» auf Mini-Tournee



Heinz Jenni, als Regisseur von Welt, der mit einem Theaterverein ein Bühnenstück einstudieren will. (Foto: zvg)

Die Zürcher Freizeit-Bühne aus Högger spielt einen Schwank in einem Akt in einigen Gesundheitszentren. Die Aufführungen sind öffentlich und gratis.

Die Theatergruppe vom Jodelclub «Alpstein-Echo» steht vor den letzten Proben ihres neuen Stücks. Ihr Regisseur ist ihnen davongelaufen, weil Susi immer etwas zu motzen hatte. Deshalb engagiert sie einen Profiregisseur. Ihre Mitspielenden sind jedoch alles andere als begeistert von dieser Idee. Verspätet trifft dieser Profi ein und legt sich ordentlich ins Zeug, damit das Theaterstück ein Erfolg wird.

Das Stück «Theater im Theater» bietet eine heitere Stunde voller Unterhaltung und ist nach dreijähriger Funkstille – bedingt durch die Pandemie – ein Lebenszeichen des Högger Theaters Zürcher Freizeit-Bühne, kurz ZFB. Das Ensemble wollte vor den März-Aufführungen mit einem Einakter für Furore sorgen. Kurzerhand versammelte man das Ensemble für die Planung. Bruno Niklaus übernahm die Regie sowie eine Nebenrolle. In weiteren Rollen agieren Vreni und Heinz Jenni, Liliane Salzmann, Silvia Senn und Lajos Lüscher. Michael Schneider übernimmt die Technik und das Soufflieren.

Auftritt im Kreis 10

Alle sechs Aufführungen, welche die ZFB quer durch die Stadt führt, finden jeweils samstags

oder sonntags statt. Högger, die Heimat des Vereins, findet sich nicht auf der Liste der Mini-Tournee, aber sehr wohl der Kreis 10 mit dem Gesundheitszentrum für das Alter Sydefädéli.

Es dauert aber nicht mehr lange und das gesamte Ensemble der ZFB wird im Saal des reformierten Kirchgemeindehauses zu erleben sein: Ende März 2023 wird die Boulevard-Komödie «Das hät mer grad no gfählt!» gespielt, die Proben laufen auf Hochtouren. (e) ○

THEATER IM THEATER

Schwank in einem Akt mit der Zürcher Freizeit-Bühne

An folgenden Daten immer jeweils um 14.30 Uhr:

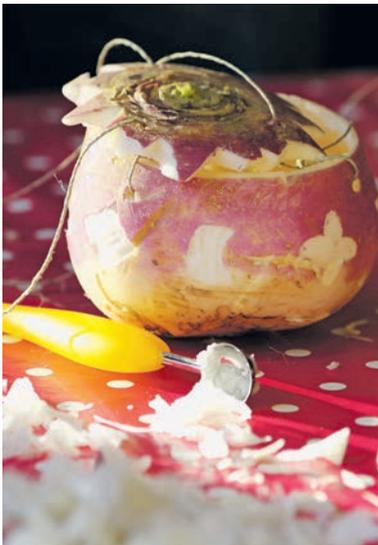
- 29. Oktober, GFA Stampfenbach in ZH-Unterstrass
- 30. Oktober, GFA Grünau in ZH-Altstetten
- 5. November, GFA Mittelleimbach in ZH-Leimbach
- 12. November, GFA Herzogenmühle in ZH-Schwamendingen
- 19. November, GFA Bullinger/Hardau in ZH-Albisrieden
- 20. November, GFA Sydefädéli in ZH-Wipkingen

Englisch- und Deutsch-Nachhilfe
für Kinder (ab 10)
und Jugendliche

Einstieg jederzeit möglich
Harper's Basic English,
Zürich-Högger
Rufen Sie uns an: Tel. 043 305 85 36

www.harpers.ch

Räben schnitzen im GZ



Bevor sie leuchtet, wird die Räbe ausgehöhlt und verziert. (Fotos: zvg)

Der November steht vor der Tür und mit ihm der nächste Räbeliechtli-Umzug: Am Samstag, 5. November, lädt das GZ Höngg zum gemeinsamen Räbenschnitzen in den Rütihof ein.

Der Winter kommt. Ganz bestimmt. Die Tage werden kürzer, die Dunkelheit nimmt zu. Es wird wieder Zeit für den Räbeliechtli-Umzug. In diesem Jahr wird der vom Quartierverein Höngg orga-

nisierte «Sternmarsch» (siehe Artikel unten) zur Kirche am 5. November stattfinden. Am gleichen Tag lädt das GZ Höngg am Standort Rütihof dazu ein, gemeinsam aus unscheinbaren weissen Rüben wahre Kunstwerke entstehen zu lassen. Wem das zu spät ist, dem/der steht am Mittwoch, 2. November, der Gemeinschaftsraum der ABZ an der Appenzelstrasse 51 fürs Räbenschnitzen offen. An beiden Standorten wird zwischen 14 und 17 Uhr geschnitzt und ausgehöhlt. Werkzeug ist vorhanden, Rüben können gegen einen Unkostenbeitrag

von zwei Franken erstanden oder selbst mitgebracht werden. Und gute Tipps der GZ-Mitarbeitenden gibt's gratis dazu. (e) ○

Mittwoch, 2. November, 14–17 Uhr. Gemeinschaftsraum ABZ, Appenzelstrasse 51.

Samstag, 5. November, 14–17 Uhr. GZ Höngg, Standort Rütihof, Hurdackerstrasse 6.

Kinder bis 7 Jahre in Begleitung. Zwei Franken pro Räbe inklusive Nutzung der Schnitzutensilien. Kostenlos mit KulturLegi. Ohne Anmeldung.

Mit dem Räbeliechtli-Umzug durch Höngg

Am Samstag, 5. November, führt der Quartierverein Höngg den beliebten Räbeliechtli-Umzug durch.

Diesen November darf man sich wieder auf einen Räbeliechtli-Umzug freuen, wie er vor der Pandemie begangen wurde: ganz ohne Einschränkungen. Organisiert vom Quartierverein Höngg wird die Route als «Sternmarsch» von fünf Orten zum Zentrum von Höngg auf den Kirchplatz führen. Tambouren werden die Gruppen anführen. Dort angekommen, versorgen Freiwillige die eintreffenden Kinder mit Weggen, die eine hiesige Bäckerei speziell für den Umzug kreiert hat. Für Musik ist gesorgt und für allfällige Bedürfnisse stehen die Sanitäreinrichtungen vom Haus Sonnegg zur Verfügung. (e) ○

**RÄBELIECHTLI-UMZUG HÖNGG
Samstag, 5. November
Die Besammlungsorte sind:**

- Kürbergstrasse/Am Börtli: **Besammlung 18.45 Uhr, Abmarsch 19 Uhr**
- Regensdorferstrasse/Segantini-strasse: **Besammlung 18.45 Uhr, Abmarsch 19 Uhr**
- Frankental Tramendstation: **Besammlung 18.35 Uhr, Abmarsch 18.50 Uhr**
- Schulhaus Rütihof: **Besammlung 18.30 Uhr, Abmarsch: 18.45 Uhr**
- Schulhaus Am Wasser: **Besammlung 18:45 Uhr, Abmarsch 19 Uhr**

**QUARTIERVEREIN
HÖNGG**

Werden Sie Mitglied des Quartiervereins

Der politisch und konfessionell neutrale Quartierverein Höngg (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 steht allen interessierten Personen offen. Ehrenamtlich tätige und im Quartier gut vernetzte Vorstandsmitglieder leiten den Verein und zeichnen für ein oder mehrere Ressorts verantwortlich.

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

Zürihegel, 1.-August-Feier, Neuzuzüger*innen-Anlass, Wümmefäsch und Räbeliechtliumzug sind nur einige Anlässe, welche der QVH durchführt.

Mit Ihrer Mitgliedschaft unterstützen Sie uns in all den oben genannten Anliegen und Unternehmungen. Der jährliche Mitgliederbeitrag beträgt Fr. 20.– pro Person und beinhaltet eine Einladung mit Apéro an die Generalversammlung. Um informiert zu bleiben empfehlen wir auch unseren Newsletter, den Sie mit der Mitgliedschaft beantragen können.

Schreiben Sie uns gerne per Post oder via Formular auf unserer Website oder sprechen Sie eines unserer Vorstandsmitglieder an. Wir freuen uns auf Sie.

Alexander Jäger
Präsident Quartierverein
Postfach/8000 Zürich

www.zuerich-hoengg.ch

Öis liit Höngg am Herze!

www.zahnaerztehoengg.ch

Zahnärzte

Dr. med. dent. Martin Lehner

Dr. med. dent.
Marie Montefiore

**Dentalhygiene
und Prophylaxe**

Praxis Dr. Martin Lehner
Limmattalstrasse 25
8049 Zürich-Höngg

Öffnungszeiten

Mo, Do: 7.30 bis 20 Uhr
Di, Mi: 7.30 bis 17 Uhr
Fr: 7.30 bis 16 Uhr

Telefon 044 342 19 30



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

Bewegung ist das A und O

Stürzen ist eine der häufigsten Unfallursachen. Am nächsten AKTIVIA-Nachmittag werden daher präventive Übungen und Tipps präsentiert.

Und plötzlich ist es passiert, man stürzt auf dem Weg von der Küche ins Wohnzimmer, in den eigenen vier Wänden. Die Gründe für einen solchen Unfall können vielfältig sein: Eine Sehbehinderung, eine Gleichgewichtsstörung oder eine Muskelschwäche können zum Sturz führen, um nur drei Ursachen zu nennen. Das Risiko

lässt sich nie ganz ausschliessen, egal, in welchem Alter man sich befindet. Dennoch lässt sich einem möglichen Sturz entgegenwirken. Aber Sturzprävention – wie geht denn das? Die Antwort findet sich in der Bewegung. Doch es reicht nicht, spazieren zu gehen und Hausarbeiten zu erledigen. Es bedarf mehr, um gesund und beweglich zu bleiben.

Kurz gesagt: Mit einem guten Gleichgewicht, gepaart mit genügend Kraft, ist schon viel gewonnen. Die diplomierte Physiotherapeutin Natalie Beck-Marty ist Fachexpertin für Mobilität im Alter und nimmt sich des Themas an. Am nächsten AKTIVIA-Nachmittag wird sie den Teilnehmenden

unter dem Motto «Bewegung im Alltag und Sturzprävention» gezielte Übungen und Bewegungen beibringen, um die Unfallgefahr zu verkleinern. Es sind Übungen, die in den Alltag gut integriert werden können. Alle Interessierten sind willkommen. (e) ○

BEWEGUNG IM ALLTAG UND STURZPRÄVENTION

Donnerstag, 10. November, 14.30 Uhr

Pfarrzentrum Heilig Geist, Limmattalstrasse 146

Freier Eintritt

Eine Veranstaltung der Katholischen Pfarrei Heilig Geist



Das Risiko eines Sturzes lässt sich nie ganz ausschliessen. (Grafik: Freepik)

Durch den bunten Herbstwald

Die Tageswanderung vom Mittwoch, 2. November, führt ins Tösstal, von Turbenthal über Gyrenbad durch das Hutziker Tobel und wieder zurück. Die Wanderzeit beträgt fast vier Stunden mit einem Auf- und Abstieg von je 400 Metern.



Die Wandergruppe wird bald die prächtigen Herbstfarben der Natur erleben. (Foto: Pixabay)

Um 8.31 Uhr geht es mit der S11 ab dem Zürcher Hauptbahnhof direkt nach Turbenthal. Ohne Startkaffee führt der Weg zuerst durchs Dorf und dann recht steil mit teils hohen Treppenstufen durch den bunten Herbstwald und über Weiden nach Gyrenbad. Dort geniessen wir die schöne Rundschau über das Zürcher Oberland. Im Gasthof Gyrenbad wartet ein feines Essen auf uns. Gestärkt wandert die Gruppe durch das malerische Hutziker Tobel mit kleinen Wasserfällen zurück nach Turbenthal. Von dort fährt die S-Bahn um 16.41 Uhr nach Zürich zurück. Die Ankunft in Zürich wird um 17.27 Uhr erwartet.

Plan B bei Schnee

Für den Auf- und Abstieg sind Stöcke und gute Wanderschuhe erforderlich. Sollte schon Schnee liegen, gibt es einen Plan B: Ab Gyrenbad würde dann die Route

über Lettenberg nach Rämismühle verlaufen. Von dort würde die S-Bahn wieder nach Zürich fahren. Das Wanderleiterteam Ruth Kunz und Peter Surber freuen sich in jedem Fall, die Teilnehmenden ins Zürcher Oberland zu (ent)föhren. (e) ○

HÖNGGER WANDERGRUPPE 60PLUS

Besammlung um 8.15 Uhr beim Gruppentreff Zürich HB. Billette: Jeder löst sein Billett selbst.

ZVV-24h-Ticket, alle Zonen, mit Halbtax-Abo Fr. 17.20. Organisationsbeitrag 6 Franken, auch für GA-Inhaber*innen. Die Anmeldung ist obligatorisch: Montag, 31. Oktober, 20 bis 21 Uhr, Dienstag, 1. November, 8 bis 9 Uhr, bei Ruth Kunz, 044 371 17 77 oder Peter Surber, 044 371 40 91. Notfallnummer: 079 258 65 66 (Ruth).

Musik aus «Die letzten Dinge»

Der reformierte Kirchenchor führt im Gottesdienst am Reformationssonntag Werke von Louis Spohr auf. Der Auftritt findet in Oberengstringen statt.

Im Gottesdienst vom Sonntag, 6. November, singt der reformierte Kirchenchor Höngg drei Chöre aus dem Oratorium «Die letzten Dinge» von Louis Spohr. Der Komponist galt nach dem Tode Beethovens als die grösste deutsche Komponistenpersönlichkeit. Sein Ruhm verblasste erst, als Felix Mendelssohn und Robert Schumann zu Anerkennung und Ehre gelangten.

«Die letzten Dinge» war zu seiner Zeit Spohrs beliebteste Komposition, was die eindruckliche Zahl von über 31 Aufführungen beweist. Im Zentrum steht die Offenbarung des Johannes. Den endzeitlichen Schreckensvisionen gibt der Komponist aber wenig Raum. Vielmehr durchzieht das Oratorium eine positive, tröstliche Grundhaltung. Der reformierte Kirchenchor musiziert mit dem Organisten Robert Schmid unter der Leitung von Kantor Peter Aregger.

Erneuerung und Bewahrung

Die Pfarrerinnen Anne-Marie Müller und Yvonne Meitner sowie Pfarrer Jens Naske halten diesen Gottesdienst mit Abendmahl in der Reformierten Kirche Oberengstringen. Ausgehend vom Gleichnis Jesu vom «neuen Wein in alten Schläuchen» denken sie über das Verhältnis von Erneuerung und Bewahrung in der Kirche nach. In Höngg findet an diesem Sonntag in der Kirche kein Gottesdienst statt. (e) ○

REFORMATIONSSONNTAG MIT DEM KIRCHENCHOR

Musik von Louis Spohr aus dem Oratorium «Die letzten Dinge» Sonntag, 6. November, 10 Uhr. Reformierte Kirche Oberengstringen, Goldschmiedstrasse 7, 8107 Oberengstringen.

Kirchliche Anzeigen

Reformierte Kirche Kirchenkreis zehn

Alle Veranstaltungen
auf www.kk10.ch/agenda

MO-FR, 14-17.30 UHR

kafi & zyt – das Generationencafé
Freitag, 4. November
geschlossen wegen Bazar
D. Hausherr

DONNERSTAG, 27. OKTOBER

14.00 WipWest Stamm
WipWest Huus
Y. Meitner
15.00 Verkauf Wintergestecke
KGH Höngg
Frauenverein Höngg
20.00 Kirchenchor-Probe
KGH Höngg

FREITAG, 28. OKTOBER

13.45 Walk & Talk
Bushaltestelle Grünwald
N. Dürmüller
15.00 Verkauf Wintergestecke
KGH Höngg
16.00 Bazar
KGH Oberengstringen

SAMSTAG, 29. OKTOBER

10.30 Bazar
KGH Oberengstringen

SONNTAG, 30. OKTOBER

10.00 Schöpfungs-Gottesdienst
mit Kindern des Unti4
Kirche Höngg
N. Dürmüller
10.00 Gottesdienst
Kirche Oberengstringen
M. Günthardt
11.00 Ukrainische Kunst
Finissage, Sonnegg

MONTAG, 31. OKTOBER

18.00 Blues-Café
KGH Oberengstringen
J. Naske

DIENSTAG, 1. NOVEMBER 2022,

18.30 Día de los Muertos
Workshop for adults (engl.)
Sonnegg, mit Anmeldung
18.30 Frau-Wohl-Sein
Sonnegg, mit Anmeldung

MITTWOCH, 2. NOVEMBER

8.15 Halbtageswanderung
Wandergruppe Höngg
9.45 Andacht Hauserstiftung
P. Föry
13.30 Día de los Muertos
Workshop for kids (engl.)
Sonnegg, mit Anmeldung

DONNERSTAG, 3. NOVEMBER

11.30 Spaghettiplausch
KGH Oberengstringen
16.00 Qi-Gong
Sonnegg, mit Anmeldung
20.00 Kirchenchor-Probe
KGH Höngg

FREITAG, 4. NOVEMBER

13.45 Walk & Talk
Bushaltestelle Grünwald
N. Dürmüller
16.00 Höngger Bazar
mit Kiki Kreativ
KGH Höngg
18.00 Liib & Seel
mit Pastaessen, Sonnegg
19.00 Spielabend:
für Erwachsene
Sonnegg

SAMSTAG, 5. NOVEMBER

9.15 Gottesdienst
Alterszentrum Sydefädeli
A.-M. Müller
10.30 Gottesdienst
Alterszentrum Trotte
A.-M. Müller
11.00 Höngger Bazar bis 16.00
mit Kiki Kreativ
KGH Höngg

SONNTAG, 6. NOVEMBER

10.00 Reformations-Gottesdienst
Abendmahl, Riedhof Höngg
M. Günthardt
10.00 Gottesdienst im Kirchen-
kreis
mit Abendmahl und
Kirchenchor
Kirche Oberengstringen
Pfarrteam

MONTAG, 7. NOVEMBER

19.00 Wulle Träff
Sonnegg
19.30 Kontemplation
Kirche Höngg

DIENSTAG, 8. NOVEMBER

12.00 Ökum. Senioren-Mittags-
tisch
KGH Oberengstringen
16.00 Andacht
Tertianum Im Brühl
A.-M. Müller

MITTWOCH, 9. NOVEMBER

14.00 Round Dance
KGH Höngg
18.00 Bibeileinführung
Sonnegg, J. Naske

DONNERSTAG, 10. NOVEMBER

20.00 Kirchenchor Probe
KGH Höngg

FREITAG, 11. NOVEMBER

18.00 Kimono Nähen
Sonnegg, mit Anmeldung

SONNTAG, 13. NOVEMBER

10.00 Taufgottesdienst für
KLEIN und gross
Kirche Höngg
D. Trinkner
17.00 Gospelkirche
Kirche Oberengstringen
Chilekafi ab 16.15
J. Naske

Katholische Kirche Heilig Geist Zürich-Höngg

DONNERSTAG, 27. OKTOBER

09.00 Eucharistiefeier, vorgängig
Rosenkranzgebet

FREITAG, 28. OKTOBER

09.00 Turnen 60+, Zentrum
10.00 Turnen 60+, Zentrum

SAMSTAG, 29. OKTOBER

18.00 Eucharistiefeier

SONNTAG, 30. OKTOBER

10.00 Eucharistiefeier mit Toten-
gedenken anschliessend
Apéro
18.00 Konzert zu Allerseelen,
Cantata Nova und Cantata
Prima, Kirche

MONTAG, 31. OKTOBER

17.00 Meditativer Kreistanz, Kirche
19.30 Kontemplation in der ref.
Kirche

MITTWOCH, 2. NOVEMBER

18.00 Taizé-Abendgebet, Kirche

DONNERSTAG, 3. NOVEMBER

09.00 Eucharistiefeier, vorgängig
Rosenkranzgebet

14.00 @KTIVI@ - Spiel- und
Begegnungsnachmittag,
Zentrum
17.00 Eucharistische Anbetung

FREITAG, 4. NOVEMBER

09.00 Turnen 60+, Zentrum
10.00 Turnen 60+, Zentrum

SAMSTAG, 5. NOVEMBER

18.00 Eucharistiefeier mit
HGU-Eröffnung

SONNTAG, 6. NOVEMBER

10.00 Eucharistiefeier, Mitsing-
Gottesdienst
18.00 Jugendgottesdienst, Kirche

MONTAG, 7. NOVEMBER

09.30 Bibelgespräch mit Pia Föry,
Zentrum

DONNERSTAG, 10. NOVEMBER

09.00 Wortgottesdienst,
vorgängig Rosenkranz-
gebet

09.30 Dunnschtig-Chilekafi
14.30 @KTIVI@ Workshop
Bewegung im Alltag,
Sturzprävention

17.00 Eucharistische Anbetung

FREITAG, 11. NOVEMBER

09.00 Turnen 60+, Zentrum
10.00 Turnen 60+, Zentrum

SAMSTAG, 12. NOVEMBER

10.00 Eltern-Kind-Feier, Kirche
11.00 Ukraine Support Sammel-
aktion, Zentrum (-15.00
Uhr)
18.00 Eucharistiefeier

SONNTAG, 13. NOVEMBER

10.00 Eucharistiefeiern
anschliessend Kirch-
gemeindeversammlung

Traueranzeigen und Danksagungen

Der Inserateschluss für Traueranzeigen und Danksagungen
ist jeweils am Dienstag um 14 Uhr in der Erscheinungswoche.

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

Persönliche Beratung in unseren Büros am Meierhofplatz 2
Montag bis Freitag 8 bis 17 Uhr

Online www.hoengger.ch Inserate aufgeben
hoengger.ch/inserat-online-aufgeben

Höngger Zeitung

Zwei Brüder und ein Konzert



Das kommende Konzert der Chöre Cantata Prima und Cantata Nova widmet sich den Brüdern Joseph und Michael Haydn. (Foto: zvg)

Die Höngger Chöre Cantata Prima und Cantata Nova geben am Sonntag, 30. Oktober, ein Konzert mit Chorwerken der Brüder Joseph und Michael Haydn.

Haydn, natürlich – da denken alle an Joseph Haydn und seine Streichquartette, Oratorien und vielleicht Messen. Im 19. Jahrhundert war das noch nicht der Fall.

Sein jüngerer Bruder Michael genoss in Musikkreisen ein ebenso hohes Ansehen, im Speziellen bei geistlichen Werken. Im Konzert der Chöre Cantata Prima und Can-

tata Nova werden beide Brüder mit einem ihrer Feder entsprungenen kirchenmusikalischen Werk zu hören sein: Michael Haydns Requiem in c-Moll und Joseph Haydns Te Deum in C-Dur.

Formvollendete Kompositionen

Das Te Deum von Joseph Haydn steht im Kontrast zum Requiem in strahlendem C-Dur. In drei Teilen angelegt, ist das für Chor und Orchester 1799 komponierte Werk ein Höhepunkt seines kirchenmusikalischen Schaffens. In komprimierter Form zeigt er einen Grossteil seines musikalischen Könnens mit der Einbettung unterschiedlichster Elemente in eine formvollendete Komposition, die ihren prächtigen Schluss in der abschliessenden Doppelfuge findet. Das Werk ist nicht nur eine Freude für das Publikum, sondern auch für die Mitwirkenden. Die Musik reisst alle richtiggehend mit. Der Dirigent Jonas Gassmann stellte ein hochkarätiges Solisten- und Instrumentalensemble zusammen, das hervorragend zusammen harmoniert und die Chöre zu Höchstleistungen animiert. ○

Eingesandt von Jonas Gassmann

Wie ein Blatt zur Erde fällt, so geht ein Leben aus der Welt.

WIR DANKEN HERZLICH

Für die Beweise liebevoller Anteilnahme beim Heimgang unseres lieben Vaters und Grossvaters

Ernst Koch

5. September 1920 – 12. Oktober 2022

Wir sind dankbar, dass er nach einem reich erfüllten Leben friedlich zu Hause einschlafen durfte.

Ein besonderer Dank geht an Frau Pfarrerin Anne-Marie Müller für die sinnreichen Worte über sein Leben. Dank auch an Herrn Bruno Reich für das schöne Orgelspiel und die passenden Lieder.

Für die sehr gute ärztliche Betreuung danken wir Herrn Dr. David Eisner, für den grossartigen Einsatz danken wir dem Spitex-Team Rütihof, dem Verein zuhause-betreut Zürich mit Frau Marcela, dem Entlastungsdienst Kanton Zürich und dem Physiotherapeuten Herrn Lorenzo Bitz.

Wir danken von Herzen allen unseren Freunden und Bekannten, die dem Heimgegangenen im Leben mit Freundschaft begegnet sind, sowie all jenen, die ihm die letzte Ehre erwiesen haben.

Für allfällige Spenden gedenke man bitte der Spitex Zürich, Team Rütihof, IBAN CH24 0900 0000 8918 19557

Die Trauerfamilie
Max Koch, Jasmine und Kurt Wyss-Koch, Esthi und Thomas Wegmann-Koch

Ein guter Ruf

Einer der Gründe für Michael Haydns guten Ruf ist sein Requiem in c-Moll für Solisten, Chor und Orchester. 1771, nach dem Tod seines Fürsten Erzbischof Sigismund Graf von Schrattenbach, in nur zwei Wochen komponiert, zeigt er eindrucksvoll sein handwerkliches Können.

Die intensive musikalische Trauer, die im Werk hörbar wird, gründet vermutlich auch darauf, dass der eigentlich als lebensfroh beschriebene Haydn im selben Jahr sein einziges Kind verlor. Streng geführte Teile in düsterem Tonfall wechseln sich ab mit unmittelbaren Stimmungsschwankungen und überraschenden harmonischen Wendungen.

Der bildreiche Text wird in musikalische Motive übersetzt, welche die Zuhörer*innen packen und trotz aller Trauer schimmern auch immer wieder Trost und Zuversicht durch. So liess sich auch Mozart, der bei der Erstaufführung als Geiger mitspielte und Haydn freundschaftlich verbunden war, von dieser Requiem-Vertonung inspirieren und griff für sein eigenes Requiem einige Ideen von Michael Haydn auf.

KONZERT MIT DEN CHÖREN
CANTATA PRIMA UND
CANTATA NOVA
Chorwerke von Joseph und
Michael Haydn
Sonntag, 30. Oktober, 18 Uhr,
Katholische Kirche Heilig Geist
Limmattalstrasse 146
Eintritt frei – Kollekte zur
Deckung der Unkosten

Der nächste
«Höngger»
erscheint am
10. November.

UMFRAGE

Was bedeutet Wellness für Sie?



Lovina Capaul: Wellness ist für mich beispielsweise ein Bad im Wärmebad. Gerne gehe ich nach Altstetten in die Badi, das warme Wasser dort lieben auch die Kinder. Bei Kälte und schlechtem Wetter ist das sehr entspannend. Daneben bedeutet auch ein schöner Spaziergang bei Sonnenschein für mich Wellness – ob in Höngg oder am Strand, das spielt dabei keine grosse Rolle.

Gerne gehe ich nach Altstetten in die Badi, das warme Wasser dort lieben auch die Kinder. Bei Kälte und schlechtem Wetter ist das sehr entspannend. Daneben bedeutet auch ein schöner Spaziergang bei Sonnenschein für mich Wellness – ob in Höngg oder am Strand, das spielt dabei keine grosse Rolle.



Helene Spillmann: Wellness bedeutet für mich Erholung und Entspannung. Dies finde ich etwa in einem Hotel mit Wellnessbereich. Das gönne ich mir von Zeit zu Zeit für ein paar Tage. Dort besuche ich etwa das Wärme- und Dampfbad oder geniesse eine Massage. Im Alltag entspanne ich mich durch Meditation und Spaziergänge.

Dies finde ich etwa in einem Hotel mit Wellnessbereich. Das gönne ich mir von Zeit zu Zeit für ein paar Tage. Dort besuche ich etwa das Wärme- und Dampfbad oder geniesse eine Massage. Im Alltag entspanne ich mich durch Meditation und Spaziergänge.



Loris Bühler: Für mich heisst das, Körper, Geist und Seele entspannen zu können. Dazu reise ich in der Regel einmal jährlich für ein paar Wochen nach Indien in ein Kloster und meditiere dort. In diesem Kloster leben viele Menschen, man meditiert gemeinsam und achtet auch auf eine gesunde Ernährung.

Dazu reise ich in der Regel einmal jährlich für ein paar Wochen nach Indien in ein Kloster und meditiere dort. In diesem Kloster leben viele Menschen, man meditiert gemeinsam und achtet auch auf eine gesunde Ernährung.

Umfrage: Dagmar Schröder

DAGMAR SCHREIBT

Schlaue Spezies

Unsere Redaktorin Dagmar Schröder schreibt über die grossen und kleinen Dinge des Lebens. Und auch darüber, warum der Mensch die Tiere beneiden sollte.

Homo sapiens. Oder homo sapiens sapiens? Das sind wir. Die wissenden Menschen. Krone der Schöpfung? Naja. So schlau wir sind, irgendwas machen wir doch ganz entschieden falsch. Nein, nicht nur irgendwas, wir haben da im Laufe unserer Evolution und ganz besonders in den letzten paar hundert Jahren doch so einiges richtiggehend verbockt, da gibt's nichts schönzureden.

Aber das soll heute nicht das Thema sein. Eine Sache beschäftigt mich besonders. Und zwar unser Umgang mit Ressourcen. Für einmal nicht mit denen des Planeten, sondern unseren eigenen. Unsere Lebensführung. Wenn ich alle anderen Lebewesen auf diesem Planeten anschau, führen diese in der Regel ein doch recht geruhiges Leben. Nahrungssuche, soziale Interaktion, körperliche Bedürfnisse, Fortpflanzung und vor allem – Schlaf. Darum dreht sich das ganze Leben. Sobald die kör-



(Bild: Jina Vracko)

perlichen und sozialen Bedürfnisse befriedigt sind, legen sich alle unsere nahen und entfernteren Verwandten dieser Erde, vom Regenwurm bis zum Elefanten, gemütlich hin und ruhen. Bis zu 20 Stunden am Tag kann etwa ein Hund schlafen. Katzen sowieso, die chillen den ganzen Tag. Aber auch die wilden Tiere scheinen recht viel Zeit für körperliche Regeneration zu haben. Die brauchen sie natürlich auch, sie müssen schliesslich aus eigener Kraft ihr

Überleben sichern. Aber solange man dem nächsten Raubtier entkommt, bleibt noch genug Gelegenheit, um zur Ruhe zu kommen. Nur wir nicht. Zumindest nicht mehr. Wahrscheinlich hatten unsere Urahren noch eine ähnlich anspruchslose Freizeitgestaltung wie die Tiere. Aber schlau, wie wir sind, haben wir in der Zwischenzeit tausend und abertausend Dinge erfunden, die unser Leben einfacher machen sollen. Nach all der Energie, die wir in diese Erfindungen investiert haben, müssten wir eigentlich gar nix mehr zu tun haben – oder zumindest nur noch Dinge, die uns Spass machen. Oder guttun. Stimmt aber nicht. Unser Leben wird gefühlt immer komplizierter. Der Stress wird immer grösser, wir brauchen digitale Hilfsmittel, um keinen unserer Termine zu vergessen. Wir leiden an Depressionen und Burnouts. Um uns erholen zu können, steigen wir in ein Flugzeug und jetten Tausende von Kilometern, bloss weit weg von unserem Alltag. Und während wir im Zeitdruck durch unser Leben hasten, schauen wir neidisch auf unsere Haustiere, die währenddessen gemütlich in der Wohnung rumliegen und einfach abschalten. Wie überaus intelligent wir doch sind. ○

 Zahnmedizin
beim Frankental

Ästhetische Zahnmedizin
Implantologie
Zahnkorrektur - Invisalign

Dr. Marina Müller
Zürcherstrasse 13
8102 Oberengstringen
Telefon 044 440 14 14

zahnmedizin-frankental.ch

**Höngger
Newsletter**



Melden Sie sich
via QR-Code oder
unter [www.hoengger.ch/
newsletter](http://www.hoengger.ch/newsletter) einfach an.

Momentaufnahme



«Blick durch die Reben am Chillesteig: der Kirchturm Höngg im goldigen Herbstglanz.» Leser Tim

Joda hielt erneut einen goldenen Moment fest.