



Editorial

Am Sonntag Septuagesimae wird in der liturgischen Tradition der Kirche schon die Vorfastenzeit eingeläutet. Septuagesimae meint den 70. Tag vor dem Ende der Osterwoche. Für diesen Sonntag hat Johann Gottfried Krebs (1741 – 1814) die Kantate «Sterblicher, durch deine Kräfte» geschrieben, die im ökumenischen Regionalgottesdienst am 24. Januar in der Pauluskirche zu Gehör gebracht wird. Es ist nicht nur ein einzigartiges musikalisches Erlebnis, zu dem wir Sie gerne einladen möchten, sondern auch eine bleibend wichtige Botschaft, die uns alle erreichen will.

In der Kantate heisst es: «Sterblicher, durch deine Kräfte wird das wichtigste Geschäft deines Heilands nicht vollbracht. Wirst du zum Genuss der Gnaden durch den Heiland eingeladen, denke, das ist Gottes Macht.» Eine vielleicht etwas spekulative, aber beim genauen Hinschauen eine konkrete und wichtige Frage: Wie haben wir Anteil an dem, was Gott in Jesus Christus gemacht hat? Wie kann das Evangelium, das an Weihnachten und in der Perspektive der Osterbotschaft in Jesus Christus konkret wurde, auch für unser eigenes Leben zur Wirklichkeit werden? Die Antwort heisst: Durch Glauben. Das stimmt. Aber wie kommen wir zu solchem Glauben? Und hier kommt die Botschaft der Kantate: Selbst dieser Glaube ist ein Geschenk Gottes, «denke, das ist Gottes Macht» – heisst es. Es ist Gottes Gnade. Wenn wir solchen Glauben haben, dann können wir dankbar sein. Wenn wir ihn nicht haben, dann können wir entspannt sein, denn Gott ist am Werk und er will, dass wir aus seiner «Fülle empfangen, Gnade um Gnade.» (Joh. 1, 16).

Josef Fuisz, Pfarrer in Paulus



Foto: Rainer Wolfsberger

Singen auf Zeit – Das offene Kantatenwochenende

Mögen Sie kompakte und kurze Chor-Projekte?

Möchten Sie das Chorsingen ausprobieren, aber nicht sofort in einen Chor eintreten?

Dann sind Sie bei unserem offenen Kantatenwochenende am richtigen Ort! Auch ohne Chorserfahrung können Sie sich gerne für dieses Projekt anmelden.

Zum ersten Mal bieten wir das Singwochenende, das wir seit vielen Jahren in der Paulusgemeinde durchführen, gemeinsam mit unseren reformierten Nachbargemeinden Oberstrass und Unterstrass und zusammen mit der katholischen Pfarrei Bruder Klaus an. Darüber freue ich mich sehr!

Am Freitagabend treffen wir uns zu einer Kennenlern- und Leseprobe. Im Laufe des Samstags reift die Kantate dann zu ihrer endgültigen Form und die Vertrautheit mit den

gelernten Noten festigt sich, bevor am späteren Nachmittag dann das Orchester dazu kommt. Nach einer Vorprobe am Sonntagmorgen erklingt die Kantate dann im ökumenischen Regionalgottesdienst um 10.00 Uhr in der Pauluskirche.

Johann Gottfried Krebs (1741–1814): Kantate zum Sonntag Septuagesimae «Sterblicher, durch deine Kräfte»

Johann Gottfried Krebs entstammt einer Musikerfamilie und ist der Sohn des wesentlich bekannteren Johann Ludwig Krebs, welcher als Johann Sebastian Bachs «Meisterschüler» diesem assistierte und ihn auch gelegentlich in seiner Funktion als Thomaskantor vertrat. Von den zahlreichen Kantaten, die Johann Gottfried Krebs vor allem während seiner Anstellung als Stadtkantor in Altenburg schrieb, sind ca. 100 bekannt. Die Kantate

«Sterblicher, durch deine Kräfte», deren Textherkunft unbekannt ist, besteht aus vier Sätzen und ist mit Chor, einer Altsolistin, Streichorchester und Basso Continuo besetzt. Den Orchesterpart übernehmen in unserem Gottesdienst Musikerinnen und Musiker des renommierten Barockorchesters Capriccio.

Sie können sich für das Wochenende bis am Mittwoch 20. Januar 2016 unter der Mailadresse stephan.fuchs@zh.ref.ch anmelden. Die Teilnahme ist kostenlos.

Sollte Ihnen der Termin des Kantatenwochenendes nicht zusagen, sind Sie selbstverständlich jederzeit auch zu einer Schnupperprobe in einem unserer Chöre eingeladen.

Ich freue mich sehr auf Ihre Teilnahme!

**Kantor Stephan Fuchs,
Kirchgemeinde Paulus**

Zu Fuss auf dem Jakobsweg von Wien nach Zürich

Dienstag, 26. Januar 2016, 14.30 Uhr
im Kirchensaal Unterstrass, Turnerstrasse 47, Zürich
mit Roland Wullemin, Pfarrer, Dr. theol.



Nachdem das Pilgern lange in Vergessenheit geraten war, gab es in den letzten Jahren einen regelrechten Pilgerboom. Weit über 200 000 Menschen sind es, die jährlich nach Santiago pilgern und zum Teil monatelang zu Fuss unterwegs sind. Und es gibt noch viele weitere Pilgerwege. Das Pilgern, eine uralte Form religiöser Erfahrung, erfährt eine Neuaufgabe. Auch ich habe mich auf den Weg gemacht: In Herbst 2014 bin ich auf dem Jakobsweg von Wien nach Zürich gepilgert. An diesem Gemeinendamstag zeige ich Ihnen den Film, den ich über diese Pilgerwanderung gemacht habe und erzähle von meinen Erfahrungen auf diesem über 900 Kilometer langen Pilgerweg.

Sie, Ihre Freunde und Bekannten sind herzlich eingeladen.
Anschliessend essen wir zusammen Zvieri.
Eintritt frei, Kollekte zur Deckung der Unkosten.

*Ökumenischer Gemeinde- und Seniorennachmittag
Kirchgemeinden Unterstrass, Oberstrass, Paulus und Bruder Klaus*

Vinyasa Yoga auch am Abend mit Yogalehrerin Yasmin Achrafié

Ab 11. Januar 2016, 18.00 bis 19.00 Uhr,
im Kirchensaal Unterstrass, Turnerstrasse 47, 8006 Zürich
Unkostenbeitrag: Fr. 15.– pro Lektion

Vinyasa Flow ist Yoga im lebendigen Bewegungsfluss – der Fokus liegt auf der Koordination von Atmung und Bewegung, der intelligenten und kreativen Verbindung der Asanas mit dem Atem. Meditation in Bewegung! Ebenmässig und geschmeidig fliessen wir von einem Asana ins nächste, welches sich natürlich offenbart. Die Wirbelsäule wird im Bewegungsrhythmus intensiv mit einbezogen. So werden wir erkennen und verstehen, wie der Körper sich verankert und stabilisiert, von wo der Impuls einer Bewegung kommt und in welche Richtung uns dieser Bewegungsimpuls natürlicherweise führt. Der gleichmässige Atem (Ujjayi) ist die Seele dieser fliessenden Bewegung, der die Verbindung zwischen Körper und Geist herstellt.

Vinyasa Flow ist ein kreativer und spielerischer Yoga-Stil, der auf Hatha Yoga basiert – körperlich herausfordernd und dynamisch. Wir tauchen ein in unseren inneren Tanz, der im Aussen seinen Ausdruck über unseren Körper findet.

Haben Sie Lust auch einmal mit dabei zu sein? Dann sind Sie herzlich zu einer Schnupperstunde eingeladen. Wir freuen uns auf neue, interessierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Yasmin Achrafié, Dipl. Yogalehrerin,
079 293 35 03, info@livingdolls.ch

Die ältere Generation spricht: Charlotte Frey

«Mein Tag hat 'gäng' zu wenig Stunden»



Frau Frey, Jahrgang 17, wuchs in Burgdorf in einer kinderreichen Familie auf. Obwohl die Familie nicht auf Rosen gebettet war – ihr Vater war Zugführer und nebenher mussten alle auf dem Kleinbauernhof anpacken – erlebte sie eine glückliche Kindheit mit verständnisvollen Eltern. Sie lernte Schneiderin und setzte sich an ihrem Arbeitsplatz schon als junges Mädchen für gerechtere Arbeitsbedingungen ein. Dass ihr Arbeitgeber Fleisch wegwerfen konnte, den Angestellten aber nicht 5 Rappen mehr Lohn pro Stunde geben wollte, veranlasste sie, einen Streik im Nähatelier zu organisieren. Sie engagierte sich Zeit ihres Lebens in der SP. Mit ihrem Mann – einem Lokführer – wohnte sie über 60 Jahre im Kreis 6 in einer Genossenschaftswohnung, bevor sie mit 89 Jahren ins Alterszentrum zog. Nach dem Tod ihres Mannes, den sie 24 Jahre lang zuhause pflegte, beschloss sie, ihren Wünschen und Sehnsüchten Platz einzuräumen. Sie reiste viel und leistet sich noch heute ein Abo in der Tonhalle. Mit 95 Jahren gönnte sie sich ihren ersten Tandemflug mit einem Gleitschirm, unterdessen hat sie schon fünf Flüge absolviert und sagt, sie sei süchtig nach diesem wunderschönen Gefühl des Fliegens. Im Alterszentrum ist sie Präsidentin des Bewohnerrates. Sie hat keine Kinder.

Womit haben Sie momentan persönlich am meisten zu kämpfen?
Ich kämpfe für nichts mehr, ausser bei Ungerechtigkeiten, wie z.B. der Erhöhung über Fr. 300.– für die

Pflege im Alterszentrum. Ich höre zwar nichts mehr und meine Beine werden langsamer, bin aber glücklich und zufrieden, so wie ich lebe.

Was schätzen Sie am Älterwerden?
Ich schätze es, an einem guten Ort leben zu dürfen. Ich warte in Gelassenheit auf den Tod. Ich bin bei Exit angemeldet und hadere nicht, dass ich sterben muss. Ich habe ein schönes Leben gehabt.

Haben Sie sich schon Gedanken über Ihren Tod, Ihr Sterben gemacht?

Ich habe mein Testament gemacht und will kein Grab, sondern verbrannt werden. Meine Organe spende ich, niemand soll um mich trauern. Ich habe eine Patientenverfügung und will nicht zu lange gepflegt werden, das kostet die Allgemeinheit nur.

Was sollen ältere Menschen absolut nicht mehr – oder im Gegenteil – unbedingt noch machen?

Keine neuen Kleider oder Schmuck mehr kaufen, was soll man damit auch machen? Ich pflege mich, aber dafür reicht das, was ich schon habe. Sie sollen so oft und viel lachen wie möglich und weiterhin eigene Interessen pflegen.

Wie erleben Sie die Gesellschaft im Umgang mit älteren Menschen?

Die Jungen sind hilfsbereit. Trotzdem sehe ich schwarz. Die Menschen lernen nicht mehr, auf etwas zu verzichten. Ich belaste mich aber nicht mehr damit, es ist nicht mehr meine Welt.

Glaube und Sterben: Gibt Ihnen der Glaube Halt?

Es gibt Gott und er hilft, wenn man ihn darum bittet. Ich traue mich aber nicht, zu beten: «Herrgott, nimm mich zu Dir. Vielleicht habe ich zu vieles falsch gemacht?» Ich würde mich aber freuen, meinen Mann und meine Eltern im Himmel wieder zu sehen.

Interview: Monika Hänggi

Gottesdienste

Sonntag, 17. Januar

Kirche Oberstrass
10.00 Uhr
Gottesdienst
«Zukunft und Hoffnung»
Jeremia 29, 11
Daniel Johannes Frei, Pfarrer
Anschliessend Kirchenkaffee

Sonntag, 24. Januar

Pauluskirche
10.00 Uhr
**Ökumenischer
Regionalgottesdienst**
zum Abschluss des
Kantatenwochenendes und
der Gebetswoche für die
Einheit der Christen
Josef Fuisz, Pfarrer
Tonja Jünger, Theologin
Chor des offenen
Kantatenwochenendes
Barockorchester Capriccio
Kiyomi Higaki, Orgel
Kantor Stephan Fuchs, Leitung
Anschliessend Kirchenkaffee

Sonntag, 31. Januar

Kirche Oberstrass
17.00 Uhr
**Musikalischer
Mundart-Abendgottesdienst**
«Lebensweisheit – Glaubens-
weisheit» Jeremia 9, 22–23
Daniel Frei, Pfarrer
Anschliessend Apéro

Alterszentrum Oberstrass

Freitag, 22. Januar

10.30 Uhr
Gottesdienst
Pfr. Jakob Dubler

Wir trauern um:

Bruno Fader-Suter,
geb. 1952,
wohnhafte gewesen an der
Scheuchzerstrasse 138

Ernst Rinderknecht,
geb. 1915,
wohnhafte gewesen am
Letziweg 6

Erwachsene und Senioren

Dienstag, 19. Januar

Pfarrzentrum Bruder Klaus
12.15 Uhr
Ökum. Wähenzmittag
Anmeldung bitte bis
Freitag, 15. Januar,
bei 044 253 62 81/80

Mittwoch, 20. und 27. Januar

Kirchgemeindehaus
17.30 Uhr
Billardkurs

Donnerstag, 21. und 28. Januar

Kirchgemeindehaus
8.45 bis 9.45 Uhr und
10.00 bis 11.00 Uhr
Gymnastik
Auskunft: Marianne Ringger,
044 713 41 46

Freitag, 22. und 29. Januar

Kirchgemeindehaus
11.00 bis 12.00 Uhr
**Everdance @-Tanzkurs für
Seniorinnen und Senioren**
Auskunft: Barbara Lochner,
079 458 10 34

Dienstag, 26. Januar

Kirchensaal Unterstrass
14.30 Uhr
**Ökum. Gemeinde- und
Seniorenachmittag**
«Zu Fuss auf dem Jakobsweg
von Wien nach Zürich»
mit Pfr. Roland Wuillemin
Er zeigt den Film, den er auf
seiner Pilgerwanderung
gemacht hat.

Dienstag, 26. Januar

Kirchgemeindehaus
19.30 Uhr
Literaturkreis
Monique Schwitter:
«Eins im Andern»

Mittwoch, 27. Januar

Kirchgemeindehaus
10.00 Uhr
Offenes Singen

Mittwoch, 27. Januar

Kirchgemeindehaus
10.00 Uhr
**Gemeinsame
Erwachsenenbildung
Oberstrass und Unterstrass**
«Das Gebet – Wie hat Jesus
gebetet?»
Pfr. Roland Wuillemin und
Pfr. Daniel Frei

Kinder, Jugendliche und Familien

Informationen zu den regel-
mässigen Angeboten für
Kinder und Jugendliche
finden Sie auf unserer
homepage
www.kirche-oberstrass.ch

Samstag, 16. Januar

Kirchgemeindehaus
9.00 Uhr
Club 4
Rahel Meier und
Claudine Ackermann

Freitag, 29. Januar

Kirchgemeindehaus
18.00 Uhr
JuKi
Andrea Bevelaqua

Konzerte in der Kirche Oberstrass

Sonntag, 24. Januar 2016

17.00 Uhr
**Jahreskonzert
Musikverein Harmonie
Zürich-Oberstrass**
Türöffnung: 16.30 Uhr
Eintritt frei, Kollekte
Direktion: Dominik Keller
Ansagen: Sandra Meienberg
Im Anschluss ans Konzert
sind alle herzlich zum Apéro
eingeladen.
www.mv-oberstrass.ch

Freitag, 5. Februar und Samstag, 6. Februar 2016

jeweils 19.30 Uhr
**Carmina Burana
von Carl Orff**
für Chor, Soli, 2 Klaviere
und Schlagwerk
«Amuse-oreilles» aus dem
Musik-Workshop des
Gymnasiums Unterstrass
Aufführende:
Sopran: Barbara Baer
Tenor: Daniel Leo Meier
Bariton: Alexandre Beuchat
Klavier: Andreas Gohl,
Stefan du Toit
Schlagwerk: Reto Baumann,
Luca Borioli, Ramon Kündig,
Ueli Kläsi
Chor des Gymnasiums
Unterstrass
Leitung: Kurt Müller Klusman
Musik-Workshop Ensemble
Leitung: Eveleen Olsen,
Andreas Gohl

Kontakte

www.kirche-oberstrass.ch

**Evangelisch-reformierte
Kirchgemeinde Oberstrass**
Winterthurerstrasse 25,
8006 Zürich

Sekretariat/Redaktion
Maria Trachsler, 044 253 62 80
Montag bis Donnerstag
sekretariat@kirche-oberstrass.ch
www.kirche-oberstrass.ch

Pfarramt
Daniel Frei, 044 363 76 00
pfr.daniel.frei@kirche-oberstrass.ch
Daniel Johannes Frei, 044 361 40 26
djfrei@kirche-oberstrass.ch

Gemeinde- und Sozialdienst
Monika Hänggi Hofer, 044 253 62 81
sozialdienst@kirche-oberstrass.ch

Jugendarbeit
Andrea Bevelaqua, 078 733 54 46
jugendarbeit@kirche-oberstrass.ch

Katechetinnen
Susanne Eichenberger, 044 915 04 38
eichenberger-blaser@bluewin.ch

Rahel Meier, 044 363 24 78
ramba@gmx.ch

Claudine Ackermann, 044 260 58 30
claudine.ackermann@hotmail.com

Spiritualität

Donnerstag

(ausser in den Schulferien)
Kirche Unterstrass
18.15 Uhr
Schweigen und Hören
Roland Wuillemin, Pfarrer

Nachbarschaftshilfe

Wir vermitteln unentgeltliche
nachbarschaftliche Hilfe,
fördern Kontakte und
ergänzen bestehende
Dienste im Quartier.

Nachbarschaftshilfe Kreis 6
Langmauerstrasse 7
8006 Zürich

Telefon 044 363 32 94
Dienstag, 9 bis 12 Uhr
Donnerstag, 14 bis 17 Uhr
kreis6@nachbarschaftshilfe.ch

Gottesdienste

Sonntag, 17. Januar

Kirche Unterstrass, 19.00 Uhr
Abendliturgie nach Iona
Roland Wuillemin, Pfarrer
Florian Gabele, Pianist

Sonntag, 24. Januar

Pauluskirche, 10.00 Uhr
Ökumenischer Regionalgottesdienst
zum Abschluss des Kantatenwochenendes und der Gebetswoche für die Einheit der Christen
Josef Fuisz, Pfarrer
Tonja Jünger, Theologin
Chor des offenen Kantatenwochenendes
Barockorchester Capriccio
Kiyomi Higaki, Orgel
Kantor Stephan Fuchs, Leitung
Anschliessend Kirchenkaffee
Kein Gottesdienst in Unterstrass

Sonntag, 31. Januar

Kirche Unterstrass, 10.00 Uhr
Gottesdienst
Roland Wuillemin, Pfarrer
Kiyomi Higaki, Orgel

Gottesdienste in den Alterszentren

Mittwoch, 20. Januar

10.00 Uhr, Klinik Lindenegg
Roland Wuillemin, Pfarrer
Alfred Haller, Pianist

Donnerstag, 21. Januar

9.30 Uhr, Stampfenbach
Roland Wuillemin, Pfarrer
Kiyomi Higaki, Pianistin

Erwachsene

Dienstag, 19. Januar

Untizimmer
14.00 bis 16.30 Uhr
Compitreff
Fr. 5.– pro Person
Info: compi.treff.unterstrass@gmail.com

Dienstag, 26. Januar

Saal, 14.30 Uhr
Gemeindenachmittag
«Zu Fuss auf dem Jakobsweg von Wien nach Zürich»
Mit Roland Wuillemin, Pfarrer, Dr. theol.

Mittwoch, 27. Januar

Kirchgemeindehaus Oberstrass, 10.00 Uhr
Erwachsenenbildung
Thema: «Wie hat Jesus gebetet?»
Roland Wuillemin, Pfarrer
Daniel Frei, Pfarrer

Mittwoch, 27. Januar

Kirchensaal
15.00 bis 18.00 Uhr
Pianocafé mit Geschichtenzeit
Frédéric Hale am Flügel
Margrit Trachsel, Geschichtenerzählerin
Eintritt frei!
Auch Familien mit Kindern sind herzlich willkommen!

Dienstag, 2. Februar

Kirchgemeindehaus
19.30 Uhr
Dienstagsrunde
Gespräch zu Spiritualität und Glaubensfragen
Pierre Kottelat
Bettina Schmidpeter
Roland Wuillemin

Kinder, Jugendliche und Familien

Informationen zu den regelmässigen Angeboten für Kinder und Jugendliche finden Sie auf unserer homepage www.kirche-unterstrass.ch

Freitag, 15. Januar

Kirchgemeindehaus, 18.00 Uhr
JuKi 6+7
«Rosa Parks – We shall overcome»
Patricia Luder

Dienstag, 26. Januar

Kirche Oberstrass, 18.15 Uhr
Konfirmanden-Unterricht
Roland Wuillemin, Pfarrer
Daniel Frei, Pfarrer
Andrea Bevelacqua, Jugendarbeiterin

Samstag, 6. Februar

Kirchgemeindehaus, 10.00 Uhr
Fiire mit de Chliine
Anschliessend Elternkafi
Patricia Luder

Konzert

Sonntag, 7. Februar

Kirche, 17.00 Uhr
Inspiration
Ensemble Spektrum:
Marielle Oggier (Flöte),
Marc Bättscher (Klarinette),
Dominique Gisler (Violine),
Ursula Hächler (Cello),
Kiyomi Higaki (Klavier)
Komponisten:
Svante Henryson, Joaquín Turina, Camille Saint-Saëns, Claude Debussy, Hajime Okumura, Paul Juon

Kontakte

www.kirche-unterstrass.ch

Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Unterstrass
Turnerstrasse 45, 8006 Zürich

Sekretariat

Sari Zurbuchen, 044 362 07 71
Dienstag und Freitag, 9.00 bis 12.00 Uhr und 13.00 bis 15.00 Uhr,
Mittwoch, 9.00 bis 12.00 Uhr
sekretariat.kg-unterstrass@zh.ref.ch

Pfarramt

Roland Wuillemin, 044 362 09 22
roland.wuillemin@zh.ref.ch

Monika Frieden, 044 362 07 58
monika.frieden@zh.ref.ch

Lea Schuler, Vikarin, 078 881 22 76
lea.schuler@gmx.ch

Gemeinde- und Sozialdienst

Sarita Ranjitkar, 044 362 44 37
sarita.ranjitkar@zh.ref.ch

SD Familie/Katechese

Patricia Luder, 044 362 44 47
patricia.luder@zh.ref.ch

Sigrist, Vermietungen

Luzius Zurbuchen, 079 400 16 27
luzius.zurbuchen@zh.ref.ch

Redaktion

Sari Zurbuchen, 044 362 07 71

Spiritualität

Donnerstag, 21. Januar

Kirchgemeindehaus, 20.30 Uhr
Aus-Zeit in der Rushhour des Lebens
Mit Monika Frieden, Pfarrerin

Regelmässige Veranstaltungen in Unterstrass (wöchentlich ausser Schulferien)

Montag

Kirchensaal
10.50 bis 11.40 Uhr
EIKi-Turnen
Daniela Cafilisch,
044 311 52 29
Fr. 10.– pro Lektion,
Fr. 5.– Geschwister

Montag

Kirchensaal
12.15 bis 13.15 Uhr
Tai Chi Chuan
Dorothea Keller,
044 361 46 31
Fr. 10.– pro Lektion

Montag

Kirchgemeindehaus
Gruppe 1: 15.00–15.45 Uhr
Gruppe 2: 15.50–16.35 Uhr
Singe mit de Chinde
Katharine Portmann,
044 361 07 60

Montag

Kirchensaal
18.00 bis 19.00 Uhr
Vinyasa Yoga am Abend
Yasmin Achrafie,
dipl. Yogalehrerin,
079 293 35 03
Fr. 15.– pro Lektion

Dienstag

Kirchgemeindehaus
9.30 bis 11.00 Uhr
Chrabbeltreff
Patricia Luder,
044 362 44 47

Mittwoch

Kirchensaal
9.00 bis 10.00 Uhr
Gym Fit/Vital
Daniela Cafilisch,
044 311 52 29
Fr. 120.– pro Semester

Mittwoch

Kirchensaal
10.15 bis 11.15 Uhr
Pilates
Daniela Cafilisch
044 311 52 29
Fr. 15.– pro Lektion

Mittwoch

Schulschwimmbad Riedtli
15.30 bis 16.15 Uhr
16.30 bis 17.15 Uhr
Aqua-Fitness
Angela Kläusler,
044 431 43 67
Fr. 12.– pro Lektion

Mittwoch und Freitag

Kirchgemeindehaus
9.00 bis 12.00 Uhr, oder bis 14.00 Uhr mit Mittagessen
Spielgruppe «Littlefoot»
Für Kinder ab 2½ Jahren
Sina Van, Spielgruppenleiterin,
078 962 71 55, van.sina@gmx.ch

Donnerstag

Kirchensaal, 12.00 Uhr
Mittagstisch (vegetarisch)
Anmeldung bis Mittwoch an Sari Zurbuchen, 044 362 07 71, sekretariat.kg-unterstrass@zh.ref.ch

Freitag

Kirchensaal, 8.00 bis 9.00 Uhr
Vinyasa Yoga
Yasmin Achrafie, dipl. Yogalehrerin,
079 293 35 03, Fr. 15.– pro Lektion