



Zentrum ELCH Regensbergstrasse

PROGRAMM

FRÜHLING/SOMMER 2018

Ausgabe Nr. 50/Feb. 18



Der Verein ELCH wird unterstützt durch das Sozialdepartement der Stadt Zürich.

INHALT

Programm Frühling/Sommer 2018



Willkommen	Seite	3
Kinderbetreuung	Seite	4-7
Eltern & Kinder	Seite	8-10
Kinder	Seite	11
Begegnung	Seite	12-13
Rund ums Baby	Seite	14-15
Bewegung & Tanz	Seite	16-20
Erziehung & Beratung	Seite	21-23
Freizeit & Hobby	Seite	23-25
Dienstleistung	Seite	26-27
Informationen	Seite	28-29
Mitgliedschaft	Seite	30-31

Externe Kursanbieter



Die mit diesem Symbol gekennzeichneten Kurse oder Angebote werden von ELCH-externen Veranstaltern durchgeführt. Diese tragen die Verantwortung für die Qualität und Administration des Angebots. Unsere ELCH-Zentren möchten Ihnen einen hohen Standard sämtlicher Angebote bieten. Wir danken Ihnen für positive oder negative Rückmeldungen zum Angebot.

Impressum

Auflage: Ca. 1850 Exemplare **Erscheinung:** Zwei Mal jährlich (Februar und August) **Druck:** Printoset, Zürich (auf FSC-zert. Papier) **Texte, Redaktion und Layout:** Verein ELCH **Illustrationen:** Suki Bamboo, Luzern **Inserate:** Inserateschluss Broschüre Nr. 51: 18. Mai 2018 **Weitere Auskünfte:** Ursula Kubiceck, ursula.kubiceck@zentrumelch.ch, Tel. 044 225 77 90

Die nächste Ausgabe des ELCH-Programms für Herbst/Winter erscheint am 13. August 2018.



Liebes Mitglied, liebe Gäste und Freunde des Zentrums ELCH Regensbergstrasse

Die langen, kalten und dunklen Wintertage sind langsam vorbei und werden von den ersten frühlingshaften Sonnenstrahlen durchleuchtet. Für mich heisst es, dass die Zeit da ist, Ihnen unsere neue Broschüre präsentieren zu dürfen.

Aber zuerst möchte ich mich kurz vorstellen. Ich heisse Silvia Straubhaar, bin 37 Jahre alt, verheiratet und Mami von einem Sohn. Die Liebe hat mich vor 16 Jahren in die Schweiz geführt, wo ich mein neues Zuhause gefunden habe. Nach mehrjähriger Mitarbeit im Zentrum ELCH Regensbergstrasse habe ich die Chance bekommen, die Zentrumsleitung zu übernehmen. Einer Familie gleich haben mich all meine Mitarbeiter*/innen vom ersten Tag an voll unterstützt und mir ihr Vertrauen geschenkt, wofür ich ihnen von Herzen danke.

Das Zentrum-ELCH steht bereits seit 20 Jahren für Integration, Entlastung und Bildung für Familien mit Kleinkindern. Auch in diesem Jahr bieten wir Ihnen in unserem Zentrum ELCH Regensbergstrasse eine bunte Palette an Angeboten für die ganze Familie. Von spontaner Kinderbetreuung, Bewegungsangeboten für Gross und Klein bis zu Elternbildungsangeboten. Unsere Türen stehen Ihnen aber auch jederzeit offen, falls sie Fragen haben, oder Unterstützung in Sachen Familienleben brauchen.

Ich und das Team des Zentrums ELCH Regensbergstrasse freuen uns auf die gemeinsame Zeit.

Herzlich, Ihre Silvia Straubhaar

Anwesend im Büro jeweils Montag, 10.30-11.30 Uhr und 13.00-16.00 Uhr;
Dienstag und Donnerstag, 09.00-11.30 Uhr

KINDERBETREUUNG

Kinderhüeti

Haben Sie einen Engpass bei der Betreuung Ihres Kindes? Unsere Kinderhüeti ist für Sie da. Unsere liebevollen Betreuerinnen spielen, basteln oder singen mit den Kindern. Die Hüeti ist so ausgestaltet, dass sie dem Kind spannende Anregungen für seine Entdeckungslust und viel Raum für Fantasie und Kreativität gibt. Kinder ab 6 Monaten sind herzlich willkommen. Es ist keine Voranmeldung nötig.

Tag, Zeit	Dienstag bis Freitag, 08.30-11.30 Uhr Dienstag und Donnerstag, 14.00-17.00 Uhr
Raum	Kleinkinderraum
Kosten	Halbtag, Fr. 12.- M / Fr. 15.- NM, Geschwisterrabatt Pro Stunde, Fr. 5.- M / Fr. 6.- NM, Geschwisterrabatt 10er-Abo (nur für Mitglieder erhältlich): Erstes Kind Fr. 120.- (plus 1 Gratihüeti) Geschwister Fr. 70.- (plus 1 Gratihüeti)
Auskunft	Während der Öffnungszeiten unter 079 374 69 92 oder Mail an hueti@zentrumelch.ch



Damit sich Ihr Kind bei uns wohlfühlt, bitten wir Sie, die folgenden Punkte zu beachten:

Eingewöhnung	Die bestmögliche Eingewöhnung ist uns sehr wichtig. Eltern oder Bezugspersonen dürfen das Kind am Anfang gerne begleiten. Ein erstes Schnuppern ist kostenlos. Bitte besprechen Sie das Vorgehen rechtzeitig mit unseren Betreuerinnen vor Ort.
Bringen und Abholen	Nehmen Sie sich fürs Bringen genügend Zeit. Sie vermeiden so eine hektische Übergabe und Ihr Kind kann sich sanft an die Situation gewöhnen. Bitte holen Sie Ihr Kind pünktlich vor Schliessung ab.
Anzahl Kinder	Damit alle anwesenden Kinder optimal betreut sind, können wir nur eine begrenzte Anzahl Kinder aufnehmen. Es besteht kein Anspruch auf einen Betreuungsplatz.
Mahlzeiten	Die Kinder erhalten in der Hüeti eine kleine Zwischenmahlzeit. Falls Ihr Kind Schoppen oder Spezialnahrung benötigt, teilen Sie dies der Betreuerin mit.
Persönliche Gegenstände	Persönliche Gegenstände wie Schoppen usw. bitte mit Namen des Kindes versehen. Die Kinder tragen in der Hüeti Finken oder Laufsöckli. Die Hüeti haftet nicht für verlorengegangene Gegenstände.

Mehr Informationen zu den ELCH-Kinderhüetis finden Sie unter www.zentrumelch.ch.

KINDERBETREUUNG

Spielgruppe Tusigfüessler ☺

Spielen, basteln, neue Materialien kennenlernen, Kreativität ausleben, Gemeinsamkeit erleben, Spass haben und erste Freundschaften schliessen. Die Spielgruppe «Tusigfüessler» ist ein spannender Begegnungsort für Kinder ab 2½ Jahren.

Tag, Zeit **Gruppe A:** Montag und Mittwoch, 08.30-11.00 Uhr
Gruppe B: Dienstag und Donnerstag, 08.30-11.00 Uhr
Gruppe C: Freitag, 08.30-11.00 Uhr

Raum Kinderraum

Kosten Gruppe A oder B: Fr. 160.- pro Monat,
Gruppe C: Fr. 80.- pro Monat,
inkl. Znüni und Bastelmaterial

Leitung & Anmeldung Claudia Spano, Irene Mardones und Mirjam Baumgartner,
ausgebildete Spielgruppenleiterinnen,
Tel. 076 560 13 89 oder Mail an
spielgruppe-im-elch@gmx.ch



Arabisch-deutsche Spielgruppe Regenbogen ☺

Diese Spielgruppe wird zweisprachig in Deutsch und Arabisch geführt. Viel Spiel- und Bastelmaterial steht den Kindern zur Verfügung, um eine einfache Kommunikation und den Kontakt untereinander aufzubauen und in die eigene Fantasiewelt einzutauchen. Für Kinder ab 2½ Jahren.

Tag, Zeit Montag und Freitag, 13.30-16.30 Uhr

Raum Kleinkinderraum

Kosten 1 Nachmittag pro Woche Fr. 80.- / Monat,
2 Nachmittage pro Woche Fr. 160.- / Monat,
inkl. Bastelmaterial

Leitung Kaouther Mraih, ausgebildete Spielgruppenleiterin
Anmeldung Kaouther Mraih, Tel. 078 667 31 12 oder
Mail an rawdh_aljinen@hotmail.com



KINDERBETREUUNG

Kinderhüeti mit Mittagstisch in den Frühlingsferien

In der ersten Woche der Frühlingsferien ist die Hüeti offen. Ihr Kind wird in liebevoller Umgebung drinnen und draussen betreut. Zwei Betreuerinnen spielen, singen, erzählen Geschichten und basteln mit Ihren Kindern. Zusätzlich bieten wir die Möglichkeit eines Mittagessens an.

Daten	Dienstag, 24. April, bis Donnerstag, 26. April 2018 (erste Ferienwoche)
Zeiten	09.00-12.00 Uhr: Hüeti 12.00-14.00 Uhr: Mittagsbetreuung
Raum	Kleinkinderraum
Kosten	Halbtag (09.00-12.00 Uhr): Fr. 12.- M / Fr. 15.- NM; 09.00-14.00 Uhr, ohne Mittagessen: Fr. 18.- M / Fr. 22.50 NM; Mittagessen: zuzüglich Fr. 6.-. (Spezielles Ferienangebot: keine Abo-Preise und kein Schnuppern möglich)
Auskunft & Anmeldung	Während der Öffnungszeiten unter Tel. 078 898 91 30 oder 078 741 25 13, ausserhalb der Öffnungszeiten Mail an hueti@zentrumelch.ch . Für das Mittagessen bitte 24 Stunden im Voraus anmelden.

Eltern-Kind-Schwimmen Wassergewöhnung Kinderschwimmkurse



Die Schwimmkurse finden in der Schulschwimmanlage Kügeliloo an der Maienstrasse in Zürich-Affoltern samstags zwischen 9.00 Uhr und 13.00 Uhr statt.

Die Kurse beginnen im Januar und im September (2x jährlich); Pause zwischen den Frühjahrs- und Sommerferien.

**Gisela Kessler, Tel: 044 371 83 83, gisela.kessler@hispeed.ch
ElKi-/Kinder-Schwimmleiterin, Schwimmlehrerin**

KINDERBETREUUNG

Babysitterliste

Sie suchen eine Babysitterin oder einen Babysitter in Ihrer Nähe? Die Quartiere Oerlikon, Affoltern, Seebach und Schwamendingen führen eine gemeinsame Babysitterliste. Die Liste wird regelmässig aktualisiert. Der Verein ELCH übernimmt keine Vermittlung von Babysittern.

Bezug	In allen ELCH-Familienzentren, Adressen siehe unter www.zentrumelch.ch
Kosten	Fr. 10.-
Auskunft	Infostelle Zentrum ELCH Regensbergstrasse, Tel. 044 225 77 88



Babysitting-Kurs

Du bist mindestens 13 Jahre alt, beschäftigst dich gerne mit Kindern und kannst Verantwortung übernehmen? Als Babysitterin oder Babysitter hast du Gelegenheit, spannende Erfahrungen zu sammeln und dabei noch etwas Sackgeld zu verdienen. Der Babysitting-Kurs vermittelt dir die wichtigsten Grundlagen zur Betreuung von Kindern, Sicherheit und Prävention sowie Infos zu den Entwicklungsstufen und passende Animation.

Daten	Mittwoch, 14., 21. und 28. März 2018
Zeit	18.30 - 20.30 Uhr
Raum	Treffpunkt
Kosten	Fr. 50.-
Leitung	Iris Stucki, dipl. Kinderkrankenschwester
Anmeldung	Bis 7. März 2018 an Kurs- und Kulturgruppe, Tel. 078 601 63 79 oder Mail an kurse.kultur@zentrumelch.ch . Anmeldung durch die Eltern erforderlich. (Mind. Teilnehmerzahl: 4 Personen)



> > Abonnieren Sie unseren **ELCH-Newsletter**: Alle zwei Monate informieren wir Sie per Mail über besondere Angebote in den ELCH-Zentren, offene Stellen und vieles mehr. Anmeldung unter www.zentrumelch.ch > >



ELTERN & KINDER

Zwerglitreff

Einfache Bastelarbeiten, Singen und Spielen für Kinder von 2 bis 4 Jahren in Begleitung einer Bezugsperson. Geschwister werden bei Bedarf in der Hüeti zu vergünstigtem Tarif betreut.

Tag, Zeit	Dienstag, Mittwoch oder Donnerstag, 09.15-11.00 Uhr (kein Zwerglitreff während der Schulferien)
Raum	Treffpunkt
Kosten	Fr. 8.- M / Fr. 10.- NM, inkl. Znüni für die Kinder, zahlbar halbjährlich im Voraus
Eintritt	Sofern Plätze frei sind, ist der Eintritt jederzeit möglich, gratis Schnuppermorgen auf Anmeldung.
Auskunft & Anmeldung	Beatrice Fasel, Tel. 044 371 72 72 oder Mail an zwergli@zentrumelch.ch (Mindestteilnehmerzahl 4 Erwachsene mit Kind)



Chrabelgruppe

Mütter und Väter mit Babys, Chrabel- und Kleinkindern im Alter von 0 bis 24 Monaten treffen sich zum Spielen und Plaudern. Die gemeinsame Zeit wird durch kreative und spielerische Inputs der Leiterin bereichert.

Tag, Zeit	Montag, 09.00-11.00 Uhr
Raum	Kinderraum
Kosten	Fr. 4.50 M / Fr. 6.- NM 5er-Abo: Fr. 22.50 M / Fr. 30.- NM 10er-Abo*: Fr. 45.- plus 1 x gratis (*nur für Mitglieder; zweites Kind gratis)
Eintritt	Jederzeit möglich, gratis Schnuppermorgen, auf Anmeldung
Auskunft & Anmeldung	Angelina Chieffo, Tel. 078 659 72 67 oder Mail an chrabel@zentrumelch.ch. Regelmässige Teilnahme und Anmeldung erwünscht



Windelturnen

Für Kinder ab 18 Monaten bis ca. 3 Jahren in Begleitung. Lassen Sie Ihr Kind spielerisch die Freude an der Bewegung ausleben und dabei grossen Spass haben. Unter fachlicher Anleitung stärkt es das Vertrauen in seine motorischen Fähigkeiten und kann sein natürliches Gespür für Rhythmus entdecken.

Tag, Zeit	Gruppe 1: Freitag, 09.15-10.05 Uhr; Gruppe 2: Freitag, 10.15-11.05 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Jederzeit möglich, Schnupperstunde gratis (bitte anmelden)
Kosten	Fr. 8.- M / Fr. 10.- NM, zahlbar quartalsweise
Leitung	Margarita Kotseva, Leiterin Muki-Turnen STV
Auskunft & Anmeldung	Margarita Kotseva, Tel. 076 453 23 76 oder Mail an magikoceva@hotmail.com . Das Angebot wird ab 5 definitiven Anmeldungen durchgeführt. Pro Gruppe können max. 8 Erwachsene mit Kind teilnehmen.



Eltern-Kind-Erlebnismittage im Wald

Ob Schlangenbrot bräteln, auf dem Waldsofa sitzen oder den Waldzwerge bei der Arbeit zuhören – ein Spaziergang im Wald bringt viele Abenteuer! Mit kleinen Ritualen feiern wir die neue Jahreszeit, im März den Frühling und im Juni den Sommer. Willkommen sind alle Kinder in Begleitung. Der Wald macht bei jedem Wetter Freude – die Kleidung muss der Witterung angepasst sein.

Daten	Mittwoch, 28. März und 27. Juni 2018
Zeit	14.30-17.30 Uhr
Treffpunkt	Bushaltestelle Birchdörfli der Linie 32
Kosten	Erwachsene mit Kind Fr. 9.-, jedes weitere Kind Fr. 3.-, Zvieri in den Teilnahmekosten inbegriffen
Leitung	Paola Dalla Corte, Kindergärtnerin und Waldpädagogin
Anmeldung	Bis Montag vorher (19.00 Uhr) an Kurs- und Kulturgruppe, Tel. 078 601 63 79 oder Mail an kurse.kultur@zentrumelch.ch (Mind. Teilnehmerzahl: 5 Erwachsene mit Kind/ern)



ELTERN & KINDER

Besuch auf dem Bauernhof

Woher kommt unsere Milch? Wo wohnen die Bienen? Wir besuchen den Bauernhof Waidhof der Familie Götsch und dürfen ihre Tiere kennenlernen: den Hofhund, die Katze, die Kühe, die Enten und viele mehr! Die Tiere und den Hofbetrieb hautnah zu erleben, ist für unsere Kleinen ein eindrückliches Erlebnis. Auf dem Hof gibt's ein feines Zvieri. Kinder nur in Begleitung. Der Ausflug wird bei jedem Wetter durchgeführt.

Datum	Mittwoch, 9. Mai 2018
Zeit	15.00 bis ca. 17.00 Uhr
Treffpunkt	Bushaltestelle Waidhof, Endhaltestelle der Buslinie 62
Kosten	Erwachsener mit Kind Fr. 9.-, jedes weitere Kind Fr. 3.-, Zvieri in den Teilnahmekosten inbegriffen
Leitung	Irma Götsch (Bäuerin) und Julia Ho
Anmeldung	Bis 5. Mai 2018 bei der Kurs- und Kulturgruppe, Tel. 078 601 63 79 oder Mail an kurse.kultur@zentrumelch.ch (mind. Teilnehmerzahl: 13 Personen)



claro Weltladen Zürich-Affoltern

FAIR TRADE

Produkte des fairen Handels

Kunsthandwerk, Nahrungsmittel
Textilien aus Partnerprojekten



Umweltschutz

Papeterie, Wasch- und Reinigungsmittel, Naturkosmetika

Biologische Lebensmittel

Brot, Obst, Gemüse, KAG-Eier und Bio-Fleisch
Milchprodukte, Getränke, Wein, Biosamen
Kaffee- und Getreidemühle



Öffnungszeiten:

Montag-Freitag: 9.00-12.00/14.30-18.30
Samstag: 9.00-16.00

Althoossteig 2, 8046 Zürich
Bus 32/62 Station Neuauffoltern
Tel/Fax: 044 372 15 60
team@claroweltladen.ch

www.claroweltladen.ch

Innenspielplatz

Regenwetter oder einfach keine Lust, draussen zu spielen? Zweimal pro Woche bietet unser mit vielen Bewegungselementen ausgestatteter Innenspielplatz viele Möglichkeiten für Bewegung, Spiel und Spass. Wer es lieber ruhiger mag, darf auf der Kuschedecke Bücher anschauen. Für alle Kinder ist etwas dabei. Der Innenspielplatz ist bis zu den Frühlingsferien für Kinder von 0 bis 5 Jahren in Begleitung geöffnet. Unsere Mitarbeiterin ist vor Ort und freut sich auf Ihren Besuch.

Tag, Zeit	Mittwoch, 15.00-17.30 Uhr Samstag, 15.00-18.00 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Auskunft	Angelina Chieffo, Tel. 078 659 72 67 oder Mail an chrabbel@zentrumelch.ch



Kasperli-Theater

«Tri, tra, trallala, dä Kasperli isch wieder da!» Kinder ab 3 Jahren dürfen gespannt sein auf ein neues Abenteuer vom Kasperli und seinen lustigen Freunden. Und nach der Vorführung gibt's ein feines Zvieri im Treffpunkt. Bei grossem Andrang findet eine zweite Vorstellung statt. Das Kafi Bohne ist für Eltern oder Begleitpersonen geöffnet.

Datum	Sonntag, 11. März 2018
Zeit	15.00 Uhr
Raum	Bewegungsraum, Ticketverkauf und Zvieri im Treffpunkt
Kosten	Fr. 8.50 pro Kind, inkl. Zvieri; Fr. 4.- pro erwachsene Begleitperson
Spielerinnen	Paulotta (Paola Dalla Corte und Charlotte Sax)
Auskunft	Kurs- und Kulturgruppe, Tel. 078 601 63 79 oder Mail an kurse.kultur@zentrumelch.ch (keine Anmeldung nötig)



BEGEGNUNG

Kafi Bohne

Das gemütliche Quartierkafi für Familien und Nachbarn. Geniessen Sie ein Stück hausgemachten Kuchen, einen Snack oder einen feinen Milchkaffee. Die Kinder können in der Spielecke, auf dem Aussenspielfeld oder mit den Outdoor-Spielzeug aus der Spielkiste spielen.

Tag, Zeit	Dienstag, Donnerstag und Freitag, 14.00-17.30 Uhr
Raum	Treffpunkt
Auskunft	Lourdes Becker, Tel. 078 826 62 81, oder Sandra Reimann, Tel. 044 371 77 30, oder Mail an kafibohne@zentrumelch.ch



**lola brause, der online Veranstaltungskalender
für Kids in der Schweiz.**



www.lolabrause.ch
familien . freizeitkalender . schweiz

Aktuelle Veranstaltungstipps für Kids von 0 - 12 Jahren, Kinder-Workshops,
Kinder-Bücher, kinderfreundliche Ausflugstipps ...



Flohmarkt

Ob stöbern oder verkaufen, jeder ist herzlich eingeladen. Für den süssen Gluscht warten leckere Kuchen und frische Waffeln aus dem Kafi Bohne auf euch. Also Kinderzimmer und Kleiderschränke ausmisten und anmelden.

Datum	Samstag, 9. Juni 2018
Zeit	14.00-16.00 Uhr
Raum	Bewegungsraum, bei schönem Wetter auch draussen
Kosten	Standgebühr: Fr. 5.-, Kinder auf eigener Decke gratis
Anmeldung	Julia Ho, Tel. 078 601 63 79, oder Mail an kurse.kultur@zentrumelch.ch

Achtung: Die Anzahl der Tische und Standplätze ist beschränkt!
Eine frühzeitige Anmeldung ist empfehlenswert.

Stell dir vor, lernen ist leicht ...



Weil du dir vertraust.

Weil du weisst, was du kannst.

Weil du keine Angst mehr hast.

Weil du konzentrierter bist.

Weil du weniger Druck spürst.

Weil du mit Erfolg lernst.

Die Lerntherapie fördert, unterstützt und begleitet Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Lernkrisen.

Elsbeth Waldmann, dipl. Lerntherapeutin ILT, Obsthaldenstrasse 86, 8046 Zürich
Telefon 043 960 16 36, elsbeth.waldmann@bluewin.ch.

RUND UMS BABY

Schwangerschaftsgymnastik/Yoga ☺

Yoga und speziell auf Schwangere abgestimmte Gymnastikübungen haben einen unterstützenden und positiven Einfluss auf den Organismus der Frau während der Schwangerschaft. Bewusste Atemübungen stärken das Vertrauen in die eigenen Kräfte und wirken vorbereitend für ein natürliches und entspanntes Geburtserlebnis.

Tag, Zeit	Montag, 18.45-19.45 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Nach Anmeldung jederzeit möglich
Kosten	Fr. 20.- pro Lektion
Leitung & Anmeldung	Barbara Thommen, dipl. Atem- u. Bewegungstherapeutin, Kursleiterin für Schwangerschaftsyoga, Tel. 079 396 77 28 oder Mail an ba.thommen@bluewin.ch



Chind & Chegel

Secondhand für Kinder

Bei uns finden Sie:

Saisonale Kleider (New Born bis 158)
Schuhe bis Grösse 37
Kinder-, Sachbücher, CDs, DVDs, Kassetten
Spielsachen
Umstandsmode, Stillkissen, Schoppenwärmer
Kinderwagen, Autositze, Lernlaufräder, Trottinett, Velos, sowie
saisonale Sportgeräte
Weitere Artikel rund um das Kind und die schwangere Frau.

Chind & Chegel

Regensbergstrasse 216
8050 Zürich
Tel. +41 44 557 44 51
info@chind-und-chegel.ch
chind-und-chegel.ch

Andrea Förtsch & Vanessa Guggenbühl

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Do, Fr: 10:00-17:30
Mi: 9:30-12:00 / 13:30-17:30
Sa: 11:00-16:00

Warenannahme nur mit Termin möglich.

 .com/chindundchegel

Rückbildungsturnen

Möchten Sie sich nach der Geburt wieder fit fühlen und die Beckenbodenmuskulatur stärken? Rückbildungsübungen helfen, sanft zu Ihrem ursprünglichen Körperbewusstsein zurückzukehren. Gezielte Entspannungstechniken unterstützen Sie im neuen Alltag mit Kind. Ab der 5. Woche nach der Geburt.

Tag, Zeit	Montag, 20.00-20.50 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Nach Anmeldung jederzeit möglich
Kosten	Fr. 20.- pro Lektion, zahlbar quartalsweise im Voraus
Leitung & Anmeldung	Barbara Thommen, dipl. Atem- u. Bewegungstherapeutin, Kursleiterin für Schwangerschaftsyoga, Tel. 079 396 77 28 oder Mail an ba.thommen@bluewin.ch



Babymassage

Die Säuglingsmassage fördert die Beziehung von Mutter/Vater und Kind und ist wohltuend für Säuglinge ab der 6. Woche. Unter Anleitung einer Mütter- und Väterberaterin lernen Sie, Ihr Kind zu massieren und dabei zu entspannen. Sie haben die Möglichkeit, andere Mütter und Väter kennenzulernen und Erfahrungen auszutauschen, um gestärkt in den Alltag zurückzukehren. Nehmen Sie bitte 2 Badetücher und Massageöl für Kinder mit. Wir massieren am Boden. Die Babymassage ist ein kostenloses Angebot der Sozialen Dienste des Sozialdepartements der Stadt Zürich. Keine Anmeldung nötig.

Daten	Dienstag, 6., 20. Februar, 6., 20. März, 3., 17. April, 15. Mai, 5. und 19. Juni 2018, weitere Termine siehe unter: www.zentrumelch.ch/Regensbergstrasse/Angebote
Zeit	10.00-11.00 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Auskunft & Anmeldung	Gabriele Franz, Tel. 044 412 82 07 oder Mail an gabriele.franz@zuerich.ch , www.stadt-zuerich.ch/mvb

BEWEGUNG & TANZ

Pilates

Bei der Pilates-Methode stehen die gezielte Kräftigung der Muskeln im Körperzentrum, die Beweglichkeit der Wirbelsäule sowie eine aufrechte Körperhaltung im Mittelpunkt. Pilates fördert die geistige und körperliche Vitalität.

Tag, Zeit	Montag, 09.00-09.50 Uhr Mittwoch, 09.00-09.50 Uhr und 19.30 bis 20.20 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Jederzeit möglich, erste Lektion gratis
Kosten	- Abo für 10 Lektionen, gültig 10 Wochen: Fr. 160.- - Abo für 9 Lektionen, gültig 3 Monate: Fr. 175.- - Einzellektion Fr. 25.-
Leitung & Anmeldung	Acácia Moraes, dipl. Zumba [®] -, Pilates-Instruktorin, lic. Sportwissenschaften, Tel. 076 388 98 76 oder Mail an moraes.acacia@gmail.com, www.acaciamoraes.com

Pilates für Senioren

Bei der Pilates-Methode stehen die gezielte Kräftigung der Muskeln im Körperzentrum, die Beweglichkeit der Wirbelsäule sowie eine aufrechte Körperhaltung im Mittelpunkt. Pilates fördert die geistige und körperliche Vitalität.

Tag, Zeit	Montag, 10.00-10.50 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Jederzeit möglich, erste Lektion gratis
Kosten	- Abo für 10 Lektionen, gültig 10 Wochen: Fr. 160.- - Abo für 9 Lektionen, gültig 3 Monate: Fr. 175.- - Einzellektion Fr. 25.-
Leitung & Anmeldung	Acácia Moraes, dipl. Zumba [®] -, Pilates-Instruktorin, lic. Sportwissenschaften, Tel. 076 388 98 76 oder Mail an moraes.acacia@gmail.com, www.acaciamoraes.com



BEWEGUNG & TANZ

Zumba® Fitness [®]

Sind Sie bereit, sich fit zu feiern? Denn genau darum geht es beim Zumba®, einer Tanz-Fitnessparty zu lateinamerikanischer Musik. Zumba® ist einfach zu erlernen, verbrennt viele Kalorien und macht weltweit Millionen Menschen Spass. Es sind keine Tanzkenntnisse erforderlich. Die erste Schnupperlektion ist gratis.

Tag, Zeit	Mittwoch, 10.00-10.50 Uhr, 18.30-19.20 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Jederzeit möglich, erste Lektion gratis
Kosten	- Abo für 10 Lektionen, gültig 10 Wochen: Fr. 160.- - Abo für 9 Lektionen, gültig 3 Monate: Fr. 175.- - Einzellektion Fr. 25.-
Leitung & Anmeldung	Acácia Moraes, dipl. Zumba®, Pilates-Instruktorin, lic. Sportwissenschaften, Tel. 076 388 98 76 oder Mail an moraes.acacia@gmail.com , www.acaciamoraes.com



Yoga [®]

Yoga, die harmonische Vereinigung von richtiger Atmung und sanften, abgestimmten Körperübungen, unterstützt Sie dabei, geistiges, seelisches und körperliches Gleichgewicht zu erlangen.

Tag, Zeit	Dienstag, 18.00-19.00 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Jederzeit möglich, Schnupperstunde gratis
Kosten	Fr. 20.- pro Lektion, zahlbar quartalsweise im Voraus
Leitung & Anmeldung	Susanne Godli, dipl. Körpertherapeutin und Yogalehrerin, Tel. 079 247 60 35 oder Mail an info@godli.ch



BEWEGUNG & TANZ

Kinderyoga

Im Kinderyoga werden Körper- und Atemübungen mit Spielen kombiniert. Die Kinder lernen, sich zu entspannen und ihre Aufmerksamkeit auf ihre eigene Persönlichkeit zu lenken. Durch regelmässiges Üben werden die Körperhaltung und Beweglichkeit der Kinder verbessert. Kinderyoga fördert die Konzentration, die Koordinationsfähigkeit und die Fantasie des Kindes. Die Yoga-Lektionen sind frei von Leistungsdenken und stärken das Selbstvertrauen des Kindes. Kinderyoga kann einen positiven Beitrag dazu leisten, dem immer stärkeren schulischen und sozialen Druck auf die Kinder entgegenzuwirken.

Tag, Zeit	Donnerstag, 16.00-16.50 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Jederzeit möglich, Schnupperstunde gratis
Kosten	Pro Lektion Fr. 15.-, Geschwisterrabatt: Das zweite Kind bezahlt Fr. 10.- pro Lektion.
Leitung & Anmeldung	Olivia Nägeli, zertifizierte Kinderyogalehrerin, Ausbildung: Institut für Ganzheitliche Gesundheitspädagogik IGG, Tel. 079 893 53 91 oder Mail an olivia@yoga-meinweg.ch , www.yoga-meinweg.ch



Schulferien und Feiertage in der Stadt Zürich 2018

Sportferien	12. bis 23. Februar 2018
Gründonnerstag/Ostern	29. März bis 2. April 2018
Sechseläuten	16. April 2018
Frühlingsferien	23. April bis 4. Mai 2018
Tag der Arbeit	1. Mai 2018
Auffahrt/schulfrei	10. und 11. Mai 2018
Pfingstmontag	21. Mai 2018
Sommerferien	16. Juli bis 17. August 2018
Knabenschüssen	10. September 2018
Herbstferien	8. bis 19. Oktober 2018
Weihnachtsferien	24. Dezember 2018 bis 4. Januar 2019

BEWEGUNG & TANZ

Teenie Yoga

Sonnengruss und Mondgruss zu deiner Lieblingsmusik nehmen dich mit auf eine Reise durch Yoga zur dir selbst. Du lernst mit einfachen Meditationen und Entspannungsübungen, mit Prüfungssituationen in der Schule und mit deinen Gefühlen gut umzugehen. Yoga unterstützt dich auch bei deiner Körperwahrnehmung und fördert deine Gesundheit.

Tag, Zeit	Donnerstag, 17.00-17.55 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Jederzeit möglich, Schnupperstunde gratis
Kosten	Pro Lektion Fr. 15.-; Geschwister zahlen Fr. 10.- pro Lektion
Leitung & Anmeldung	Olivia Nägeli, zert. Kinderyogalehrerin IGG, Tel. 079 893 53 91 oder Mail an olivia@yoga-meinweg.ch , www.yoga-meinweg.ch



Hatha Yoga

Tanken Sie neue Kraft für Ihren Alltag! Hatha-Yoga setzt sich aus Atmung, Konzentration und Körperbewegung zusammen. Es hat positive Auswirkungen auf Körper und Geist und wirkt stressabbauend. **Während des Kurses ist unsere Kinderhüeti geöffnet.**

Tag, Zeit	Donnerstag, 14.15-15.15 und 18.15-19.15 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Jederzeit möglich, Schnupperstunde gratis
Kosten	Fr. 20.- pro Lektion. Die Kosten für die Kinderbetreuung sind nicht inbegriffen. Tarife für die Kinderhüeti siehe Seite 4.
Leitung & Anmeldung	Olivia Nägeli, dipl. Yogalehrerin SYV, Tel. 079 893 53 91 oder Mail an olivia@yoga-meinweg.ch , www.yoga-meinweg.ch



BEWEGUNG & TANZ

Klassisches Ballett für Kinder

Die Kinder lernen unter Berücksichtigung der Koordination, der Konzentration und vor allem der Eleganz des Tanzes die Grundlagen des Balletts kennen und fördern auf spielerische Weise eine gesunde Körperhaltung und ihre Musikalität.

Tag, Zeit	Gruppe A (4- bis 5-Jährige): Freitag, 13.30-14.20 Uhr Gruppe B (4- bis 5-Jährige): Freitag, 14.30-15.20 Uhr Gruppe C (6- bis 7-Jährige): Freitag, 16.25-17.15 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Schnupperstunde möglich (Fr. 14.-), Eintritt jederzeit möglich
Kosten	Fr. 168.- pro Quartal (12 Lektionen à Fr. 14.-)
Leitung & Anmeldung	Giovanna Dominguez, dipl. Tanzpädagogin, Tel. 079 779 39 58 oder Mail an g.dominguez@bluewin.ch



Flamenco für Kinder

Den ausdrucksstarken und temperamentvollen Tanz aus Spanien können im ELCH auch die Kleinen lernen. Für alle Kinder, die Freude an der Musik und Lust auf tänzerische Kreativität haben.

Tag, Zeit	4- bis 7-Jährige: Freitag, 15.30-16.20 Uhr 8- bis 12-Jährige: Samstag, 10.00-10.50 Uhr 12- bis 17-Jährige: Samstag, 11.00-11.50 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Schnupperstunde möglich, Eintritt jederzeit möglich
Kosten	Fr. 180.- pro Quartal (12 Lektionen à Fr. 15.-)
Leitung	Giovanna Dominguez, dipl. Tanzpädagogin
Anmeldung & Auskunft	Giovanna Dominguez, Tel. 079 779 39 58 oder Mail an g.dominguez@bluewin.ch



ERZIEHUNG & BERATUNG

familylab-Elterngruppe «Erziehung durch Beziehung»

Für Eltern, die neue Perspektiven im Umgang mit ihren Kindern suchen. Die Gruppe trifft sich alle 2 Monate, insgesamt 5 Mal, um sich unter fachlicher Leitung über verschiedene Themen rund um die Erziehung und Beziehung zu ihren Kindern auszutauschen. Der Kurs basiert auf den Erkenntnissen der dänischen Familientherapeuten und Autoren Jesper Juul und Helle Jensen.

Daten	Mittwoch, 14. März, 16. Mai, 13. Juni, 29. August und 31. Oktober 2018
Zeit	09.00-11.00 Uhr (Kinderhüeti geöffnet)
Raum	Kursraum
Kosten	Teilnahme nur ein Elternteil: Fr. 200.-; Teilnahme Paar: Fr. 350.- Besuch erster Abend: ein Elternteil Fr. 40.-; Paar Fr. 70.-
Leitung	Maya Risch, Kindergärtnerin, Familienberaterin und Seminarleiterin familylab
Anmeldung	Bis 6. März 2018 an Maya Risch, Tel. 076 428 99 84 oder per Mail an mrisch@familylab.ch (Info: www.mayarisch.ch)

«Tut Wut gut?» Umgang mit Aggression und Wut in der Familie

Unsere aggressiven Emotionen werden vor allem dann mobilisiert, wenn wir uns nicht als so wertvoll für einen anderen Menschen empfinden, wie wir es gerne hätten. Auch im Erziehungsalltag mit unseren Kindern sind wir ab und an mit ihrer Wut konfrontiert. Um mit Wut einen konstruktiveren Umgang zu finden, wollen wir uns an diesem Workshop folgenden Fragen stellen: Wie begegnen wir der Wut unserer Kinder? Wie drücken wir Erwachsenen Wut aus? Wie geht es uns dabei? Was steckt hinter der Aggression? Wozu ist Aggression gut?

Datum	Samstag, 17. März 2018
Zeit	09.00-12.00 Uhr
Raum	Kursraum
Kosten	Einzelperson Fr. 70.-, Paare Fr. 120.-
Leitung	Maya Risch, Familienberaterin, familylab-Seminarleiterin
Anmeldung	Bis 9. März 2018 an Maya Risch, Tel. 076 428 99 84, kontakt@mayarisch.ch, www.mayarisch.ch



ERZIEHUNG & BERATUNG

Grundkurs Gordon-Training

Wie kann ich sprechen, damit mein Kind mich hört? Was teilt mir mein Kind mit und wie höre ich besser zu? Im Gordon-Training erhalten Sie Werkzeuge, die helfen, einander wirklich zu verstehen, Konflikte im Familienalltag zu reduzieren und konstruktiv zu lösen sowie das Selbstwertgefühl von Kindern und Jugendlichen zu stärken. Der Kurs eignet sich für Eltern, Betreuungspersonen von Kindern aller Altersgruppen. Dieser Kurs wird an separaten Daten auch in Englisch angeboten.

Daten	Dienstag, 20., 27. März, 3., 10., 17. April, 8., 15., 22., 29. Mai und 5. Juni 2018
Zeit	19.15-22.15 Uhr
Raum	Treffpunkt
Kosten	Fr. 550.- pro Person / Fr. 950.- pro Paar inkl. Material und Zertifikat (Ratenzahlung möglich, für Paare vergünstigt)
Leitung	Carmen Miss Tun, Gordon-Kursleiterin, Erwachsenenbildnerin SVEB 1
Anmeldung & Auskunft	Bis 13. März 2018 bei Carmen Miss Tun, Tel. 078 648 08 37 oder Mail an carmen.misstun@gordontraining-zuerich.ch , www.gordontraining-zuerich.ch

Daten Kurs in Englisch	Donnerstag, 15., 22. und 29. März, 5., 12. und 19. April, 17., 24. und 31. Mai und 7. Juni 2018
Zeit	19.15-22.15 Uhr
Raum	Treffpunkt
Kosten	Fr. 660.- pro Person / Fr. 1150.- pro Paar inkl. Material und Zertifikat (Ratenzahlung möglich, für Paare vergünstigt)
Leitung	Carmen Miss Tun, Gordon-Trainer, Erwachsenenbildnerin SVEB 1
Anmeldung & Auskunft	Bis 8. März bei Carmen Miss Tun, Tel. 078 648 08 37 oder Mail an carmen.misstun@gordontraining-zuerich.ch , www.gordontraining-zuerich.ch

> > Abonnieren Sie unseren **ELCH-Newsletter**: Alle zwei Monate informieren wir Sie per Mail über über besondere Angebote in den ELCH-Zentren, offene Stellen und vieles mehr. Anmeldung unter www.zentrumelch.ch > >



ERZIEHUNG & BERATUNG

Vertiefungskurs Gordon-Training

Sie haben bereits den Grundkurs des Gordon-Trainings besucht und möchten am Ball bleiben? Sie möchten sich in regelmässigen Abständen mit Gleichgesinnten austauschen? Sie möchten Ihr im Grundkurs erlerntes Wissen repetieren und festigen? Im Vertiefungskurs wiederholen wir die verschiedenen Werkzeuge des Gordon-Modells. Sie bringen Beispiele aus Ihrem Alltag mit, die wir näher beleuchten. Wir unterstützen Sie dabei, nach möglichen Lösungen für Ihr Thema zu suchen. Einstieg nach Absolvierung des Grundkurses jederzeit möglich.

Daten	Dienstag, 16. Januar, 13. März, 12. Juni, 4. September und 20. November 2018 Mittwoch, 7. Februar, 18. April, 27. Juni, 5. September und 21. November 2018
Zeit	19.15-21.30 Uhr
Raum	Treffpunkt
Kosten	Fr. 200.- pro Person für fünf Abende
Leitung	Carmen Miss Tun, Gordon-Kursleiterin, Erwachsenenbildnerin SVEB 1
Auskunft & Anmeldung	Bei Carmen Miss Tun, Tel. 078 648 08 37 oder Mail an carmen.misstun@gordontraining-zuerich.ch , www.gordontraining-zuerich.ch

FREIZEIT & HOBBY

English Conversation Class

Sie möchten Ihre Englisch-Kenntnisse auffrischen? In der English Conversation Class können Sie Ihr Englisch zusammen mit unserer muttersprachlichen Lehrperson üben und anwenden. Auf Anfrage kann gerne ein neuer Anfängerkurs gestartet werden.

Tag, Zeit	Montag, 14.00-15.30 Uhr
Raum	Kursraum
Eintritt	Jederzeit möglich, Schnupperstunde gratis
Kosten	Fr. 15.75 M / Fr. 19.50 NM pro Lektion (1,5 Std.), exkl. Material, zahlbar halbjährlich im Voraus
Leitung	Ann Malone
Anmeldung & Auskunft	Ann Malone, Tel. 044 312 62 11 (Mind. Teilnehmerzahl: 4 Personen)





Stadt Zürich
Soziale Dienste



Kindern ein zweites Zuhause geben

Wir suchen so vielfältige Pflegefamilien, wie es unterschiedliche Familienformen gibt.

Auskunft: Fachstelle Pflegekinder Tel. 044 412 77 40
www.stadt-zuerich.ch/pflegekinder

Sozialdepartement

Theater- und Tanzimprovisation

Überrasche dich selbst! Begegne anderen. Spüre dich wach und präsent. Einfache Übungen und sorgfältige Anleitungen werden uns Spass bringen – Szenen entstehen und wir erkunden verschiedene Rollen.

Tag, Zeit	Dienstag, 19.30-21.00 Uhr
Raum	Bewegungsraum
Eintritt	Jederzeit, Schnupperstunde möglich
Kosten	Fr. 21.- pro Mal, zahlbar jeweils für 5 Mal
Leitung	Franziska Pflug, erfahren in Tanz-Improvisation, Theater- und Körperarbeit (Bewegungs-art Freiburg, Forum für Musik und Bewegung, Lenk)
Anmeldung	Franziska Pflug, Tel. 078 868 06 34 oder Mail an franziska.pflug@gmx.ch



Bibliothek

Gratis-Ausleihe von diversen Büchern.

Tag, Zeit	Dienstag, Donnerstag und Freitag, 14.00-17.30 Uhr (während der Öffnungszeiten Kafi Bohne)
Raum	Treffpunkt
Auskunft	Lourdes Becker, Tel. 078 826 62 81, oder Sandra Reimann, Tel. 044 371 77 30, oder Mail an kafibohne@zentrumelch.ch



Bücherwurm

Für alle, die gerne lesen oder sich dazu anregen lassen möchten. Neue Bücher oder Klassiker werden vorgestellt und in kleiner Runde diskutiert.

Daten	Montag, 12. März, 7. Mai und 2. Juli 2018
Zeit	20.00-22.00 Uhr
Raum	Treffpunkt
Kosten	Keine
Anmeldung	Christine Hasenboehler, Tel. 043 244 97 75

DIENSTLEISTUNG

Kinder-Secondhandshop ELCH

Im Kinder-Secondhandshop finden Sie ein grosses Sortiment an Secondhand-Kinderkleidern ab Grösse 74 bis 152, Spielsachen und Babyausstattungsartikel von guter Qualität zu fairen Preisen. In der ersten Woche der Frühlingsferien ist der Kinder-Secondhandshop geöffnet.

Tag, Zeit	Dienstag und Donnerstag, 14.00-17.00 Uhr, Mittwoch, 08.30-11.30 Uhr,
Raum	Kinder-Secondhandshop
Kosten	Kommission für ELCH: bei Mitgliedern 40%, bei Nichtmitgliedern 50%
Auskunft	Während der Öffnungszeiten, Tel. 044 225 77 99
Annahme Kleider	Sommerkleider: 6. März bis 19. April 2018; Winterkleider: 4. September bis 25. Oktober 2018. Wir nehmen pro Person max. 30 Artikel plus Spielsachen an. Nach dem offiziellen Annahmeschluss nehmen wir jeweils nur am Dienstag Kinderkleider und -artikel entgegen.



Kindercoiffeur Babar

Stirnfransen zu lang? Ein süsser Pagenschnitt für Ihre Tochter? Oder dem Buben wieder mal die Haare kürzen? Professionelle Haarschnitte für unsere Kleinen. **Ohne Voranmeldung.**

Daten	Dienstag: 27. Februar, 13., 27. März, 10. April, 8., 22. Mai, 5., 19. Juni und 3. Juli 2018 Donnerstag: 8., 22. März, 5., 19. April, 17., 31. Mai, 14., 28. Juni und 12. Juli 2018
Zeit	15.00-17.30 Uhr
Raum	Treffpunkt
Kosten	Richtpreis: Fr. 15.- für einen Schnitt, Fransen Fr. 5.-
Coiffeuse	Azucena Vasquez
Auskunft	Zentrum ELCH Infostelle, Tel. 044 225 77 88



Vermietung unserer Räume für Ihren Anlass

Planen Sie eine Kindergeburtstagsparty, einen Familienanlass oder ein Vereinstreffen? Die Räume des Zentrums ELCH Regensbergstrasse können für Ihren Anlass gemietet werden:

- Treffpunkt** 45 m², für ca. 25 Personen, mit Tischen, Stühlen, Küche, Spielecke, Aussensitzplatz
- Kleinkinderraum** 50 m², für ca. 15 Kinder, mit Kindermöbeln, Spielsachen, Teeküche
- Kinderraum** 47 m², für ca. 15 Kinder, mit Kindermöbeln, Teeküche
- Kursraum** 24 m², für max. 10 Personen, mit Hellraumprojektor, Flip-Chart, Whiteboard, CD-Player, Beamer
- Bewegungsraum** 75 m², für ca. 10-30 Personen (ohne Möblierung)

Für **Kindergeburtstage** können der Treffpunkt, der Kinder- oder Kleinkinderraum zu Spezialkonditionen gemietet werden: Mittwoch, Samstag- oder Sonntagnachmittag, 14.00 bis 18.00 Uhr; Kosten: Fr. 50.- M / Fr. 60.- NM (pauschal).

Auskünfte & Reservationen:

Dienstag, 17.00-18.30 Uhr und Freitag, 09.00-10.30 Uhr unter Tel. 044 225 77 97; ausserhalb der Öffnungszeiten per Mail an vermietung.regensberg@zentrumelch.ch. Reservationen mind. 14 Tage im Voraus.

Treffpunkt



Kleinkinderraum



Weitere Bilder zu den Räumen des Zentrums ELCH Regensbergstrasse und der andern ELCH-Zentren finden Sie unter www.zentrumelch.ch/familienzentrum-zuerich-elch/raeume.

INFORMATIONEN

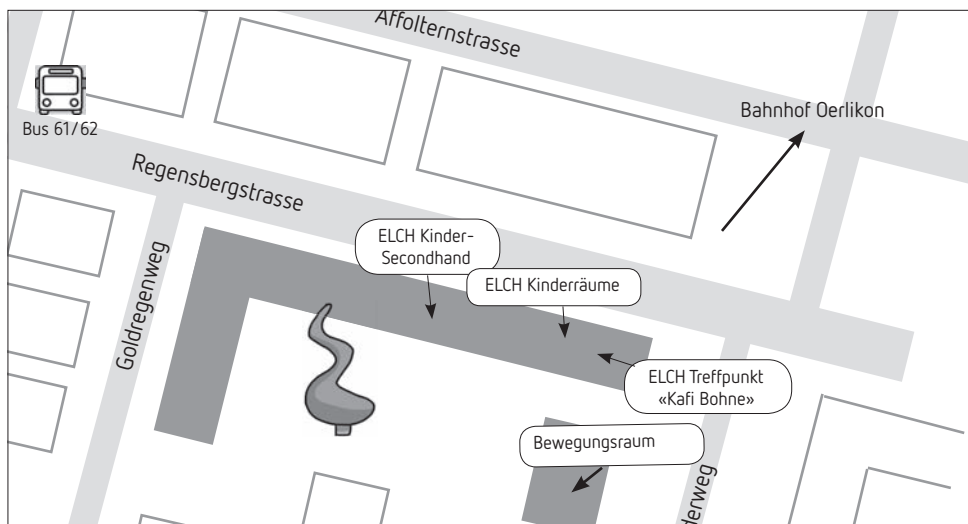
Ansprechpersonen im Zentrum ELCH Regensbergstrasse

Zentrumsleitung	Silvia Straubhaar Tel. 044 225 77 87, regensbergstrasse@zentrumelch.ch
Hüeti	Nadine Schärli , Tel. 078 898 91 30, Mail hueti@zentrumelch.ch Ximena Enriquez , Tel. 078 741 25 13, Mail hueti@zentrumelch.ch
Kafi Bohne	Lourdes Becker , Tel. 078 826 62 81, Mail kafibohne@zentrumelch.ch Sandra Reimann , Tel. 044 371 77 30, Mail kafibohne@zentrumelch.ch
Chrabbelgruppe	Angelina Chieffo , Tel. 078 659 72 67, Mail chrabbel@zentrumelch.ch
Kurse & Kultur	Julia Ho , Tel. 078 601 63 79, Mail kurse.kultur@zentrumelch.ch
Zwerglitreff	Beatrice Fasel , Tel. 044 371 72 72, Mail zwergli@zentrumelch.ch
Secondhandshop	Daniela Gretler , Tel. 044 844 56 58, Mail boerse@zentrumelch.ch

Kursbedingungen

Preise M / NM	Vereinsmitglieder profitieren von einem Rabatt von 20 Prozent bei den Angebotspreisen. Preise für Mitglieder sind mit M, Preise für Nichtmitglieder mit NM gekennzeichnet.
Bezahlung	Bei Einzelveranstaltungen, die das ELCH-Zentrum organisiert, sind die Kosten vor Ort in bar zu zahlen. Bei externen Angeboten gelten die Zahlungskonditionen der Kursanbieter* /innen.
Kinderhüeti	Bei einem Kurs oder einem Angebot ist die Kinderbetreuung in der Kinderhüeti in der Regel nicht inbegriffen. Spezialtarife bei einzelnen Angeboten sind jedoch möglich und werden speziell kommuniziert.
Absenz/Kursabbruch	Bei ELCH-eigenen Angeboten berechtigen Absenzen oder ein Kursabbruch in der Regel nicht zur Rückerstattung des Kursgeldes. Bei externen Angeboten gelten die Konditionen des Veranstalters / der Veranstalterin.
Kursbestätigung	Ausser für den Babysittingkurs stellt der Verein ELCH keine Kursbestätigungen aus.

Bei Fragen nehmen Sie mit der Zentrumsleiterin oder mit den Kursanbietenden Kontakt auf.



Das Zentrum ELCH Regensbergstrasse ist mit dem ÖV gut erreichbar. Wir sind nur wenige Schritte von der Bushaltestelle **Oberwiesenstrasse** der Linien 61/62 entfernt.

Bitte beachten Sie, dass gewisse Kurse erst ab einer bestimmten Teilnehmerzahl durchgeführt werden können. Alle aktuellen Kurse, Angebote und vieles mehr finden Sie auf unserer Homepage www.zentrumelch.ch

Infostelle

Die Infostelle des Vereins ELCH gibt über alle Zentren hinweg kostenlose Auskünfte für Familien mit Kindern bis ins Primarschulalter. Es stehen viele Informationen für Sie bereit. Kommen Sie einfach im Büro des Zentrums ELCH Regensbergstrasse vorbei.

Tag, Zeit

Montag bis Donnerstag, 09.00-10.30 Uhr

Auskunft

Tel. 044 225 77 88 oder info@zentrumelch.ch

MITGLIEDSCHAFT



Die Vorteile der Mitgliedschaft im Verein ELCH

Sämtliche Angebote des Vereins ELCH und seiner Zentren sind allen zugänglich. Mit Ihrer **Mitgliedschaft** im Verein ELCH für Eltere & Chind geniessen Sie zusätzliche Vorteile:

- Sie profitieren ab dem Tag Ihres Beitritts von günstigeren Preisen für viele Angebote (Mitgliederpreise).
- Sie können die Räumlichkeiten günstiger mieten.
- Sie erhalten halbjährlich direkt das neue Programm aller Zentren zugeschiedt.
- Sie erhalten Mitspracherecht an unserer Mitgliederversammlung und können an der zukünftigen Gestaltung unseres Vereins mitwirken.

Mitgliedschaft: Fr. 50.- pro Kalenderjahr (für Einzelpersonen oder Familien)

Unsere Arbeit ist wichtig ...

Mit Ihrer Mitgliedschaft unterstützen Sie die Arbeit eines im Quartier stark verankerten Vereins und tragen zur sozialen Vernetzung von Familien aus allen Schichten und Kulturen bei. Der Verein ELCH bietet Gelegenheit zum Austausch, Anschluss ans Quartierleben und unterstützt viele Nachbarschaftsinitiativen. Aktuell beschäftigen wir über 110 Frauen und tragen so zu ihrer sozialen Integration und beruflichen Befähigung bei. Unsere Arbeit ist wichtig und wird darum vom Sozialdepartement der Stadt Zürich finanziell mitgetragen.

... Ihre Unterstützung auch!

Unsere Aufgabe ist es, sämtliche ELCH-Angebote niederschwellig und günstig anzubieten, damit alle davon profitieren dürfen. Neben den Beiträgen der Stadt Zürich und unserer Mitglieder muss der Verein rund ein Viertel seiner Ausgaben selber erwirtschaften. Wir sind auf Spenden angewiesen. Möchten auch Sie uns unterstützen? Wir freuen uns über jede Zuwendung! Der Verein ELCH ist als gemeinnützig anerkannt; Spenden sind steuerabzugsfähig. **Herzlichen Dank! PC 80-16079-2 (Stichwort: Spende)**

Wichtige Telefonnummern:

Sanität, Ambulanz	144
Rega	1414
Feuerwehr	118
Polizei	117
Tox-Zentrum/Vergiftungen	145
Kinder-/Jugendnotruf	147
Elternnotruf	0848 35 45 55 www.elternnotruf.ch
Tierrettungsdienst	044 211 22 22



Seit 20 Jahren für Sie da: Integration, Bildung und Entlastung für Familien mit kleinen Kindern.

Feiern Sie mit uns an unseren Zentrumsfeiern. Mehr Informationen in dieser Broschüre oder unter www.zentrumelch.ch.



ANMELDUNG

Werden Sie Mitglied des Vereins ELCH

Anmeldung Familien-/Einzelmitgliedschaft Fr. 50.-/Jahr

Name, Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Mail Tel.

Ich möchte über ELCH-Angebote und Aktionen per Mail informiert werden.

Datum/Unterschrift

Die Adresse wird ausschliesslich für den aufgeführten Zweck aufgenommen.

Die Mitgliedschaft gilt für ein Kalenderjahr und wird ohne Gegenbericht automatisch um ein Jahr verlängert.

HIGHLIGHTS

Kinderhüeti, Zwerglitreff, Zumba, Pilates,
Spielgruppen, Kindercoiffeur, Tanz-
kurse, Chrabbelgruppe, *Windesturnen*,
Kasperli-Theater, Yoga,
Kafi Bohne, Elternbildung, **THEATER-
IMPROVISATION**, *Kinder-Secondhand*,
Waldnachmittag und vieles mehr ...



Bitte frankieren und per
Post einsenden.

Oder bei Ihrem nächsten
Besuch im Zentrum ELCH
im Büro abgeben.



Verein ELCH
für Eltere & Child
Regensbergstrasse 209
8050 Zürich