



Zentrum ELCH Regensbergstrasse

PROGRAMM

FRÜHLING/SOMMER 2019

Ausgabe Nr. 52/Feb. 19



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


# INHALT

## Programm Frühling/Sommer 2019



Willkommen	Seite	3
Kinderbetreuung	Seite	4-5
Eltern & Kinder	Seite	6-9
Kinder	Seite	10-11
Begegnung	Seite	12
Rund ums Baby	Seite	13-14
Bewegung & Tanz	Seite	15-17
Erziehung & Beratung	Seite	17-19
Freizeit & Hobby	Seite	21
Dienstleistung	Seite	22-24
Informationen	Seite	25-26
Mitgliedschaft	Seite	27

## 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:** 1600 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. 53: 17. Mai 2019 **Weitere Auskünfte:** Nadia Weber, kommunikation@zentrumelch.ch, Tel. 044 225 77 90

*Die nächste Ausgabe des ELCH-Programms für Herbst/Winter erscheint am 12. August 2019.*



## Liebes Mitglied, liebe Gäste

Ein bewegtes und interessantes Jahr mit tollen Momenten, vielen Freuden, Veränderungen sowie einigen Herausforderungen liegt hinter uns. Wir blicken auf unser Jubiläumsjahr zurück: auf die 20-jährige Geschichte des Vereins ELCH. Umso mehr erfüllt es mich mit Stolz, die Zukunft dieses Vereins mitgestalten zu dürfen.

An dieser Stelle möchte ich gerne auf ein afrikanisches Sprichwort zurückgreifen: «Um ein Kind zu erziehen, braucht es ein ganzes Dorf.» Hinter diesem Sprichwort steht die Idee, dass Kinder in einem sozialen Gefüge aufwachsen, dass sie vielfältige Ansprechpartner brauchen und dass die Arbeit resp. die Kindererziehung nicht nur auf den Schultern von einem oder zwei Elternteilen ruht, sondern breit verteilt werden sollte. Und genau so ein «Dorf» bieten unsere ELCH-Zentren. Dank unseren engagierten Mitarbeiter\*innen können wir täglich in viele glückliche Kinderaugen blicken. Die vielen dankbaren kleinen sowie grossen Besucher geben uns wiederum viel Elan und Motivation für unsere Arbeit zurück.

Wir sind munter und motiviert in das neue Halbjahr gestartet und freuen uns auf viele Projekte mit den Kindern – auf Ausflüge, Elternanlässe und vieles mehr.

Mehr dazu erfahren Sie in dieser Broschüre. Und wie immer laden wir Sie ein, das Familienzentrum ELCH persönlich zu besuchen – wir freuen uns auf Sie!

Herzlich, Ihre Silvia Straubhaar

Anwesend im Büro jeweils Montag, 10.00-11.30 Uhr und 13.00-15.00 Uhr;  
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 ausgestattet, dass sie dem Kind spannende Anregungen für seine Entdeckungslust und viel Raum für Fantasie und Kreativität bietet. Die Kinderhüeti findet auch draussen statt. Kinder ab 6 Monaten bis ca. Kindergarten Eintritt sind herzlich willkommen. Es ist keine Voranmeldung nötig. Donnerstag ist Bewegungstag, die Kinder können sich am Vor- und Nachmittag im Bewegungsraum austoben.

<b>Tag, Zeit</b>	Dienstag bis Freitag, 08.30-11.30 Uhr Dienstag und Donnerstag, 14.00-17.00 Uhr
<b>Raum</b>	Kleinkinderraum
<b>Kosten</b>	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 Gratishüeti) Geschwister Fr. 70.- (plus 1 Gratishüeti)
<b>Auskunft</b>	Während der Öffnungszeiten unter 079 374 69 92 oder Mail an <a href="mailto:hueti@zentrumelch.ch">hueti@zentrumelch.ch</a>



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

### Eingewöhnung

Ihr Kind soll sich bei uns wohlfühlen. Damit das gelingt, ist eine sanfte Eingewöhnung wichtig. Sie dürfen Ihr Kind gerne begleiten, ein erstes Schnuppern ist kostenlos. Besprechen Sie das Vorgehen rechtzeitig mit unseren Betreuer\*innen vor Ort.

### Bringen und Abholen

Nehmen Sie sich fürs Bringen und für eine entspannte Übergabe genügend Zeit. 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. Sind Sie auf einen Hüeti-Platz angewiesen, empfehlen wir, Ihr Kind telefonisch anzumelden.

**Beachten Sie hierzu auch unsere Informationen unter [www.zentrumelch.ch](http://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. 170.- pro Monat,  
Gruppe C: Fr. 90.- 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



## Kaffeepause mit Ihren Kindern?

Alle ELCH-Zentren bieten in ihren gemütlichen Treffpunkten diverse Warm- und Kaltgetränke, hausgemachte Kuchen und viel Platz zum Spielen für Ihr Kind.



Infos und Öffnungszeiten auf Seite 12 oder unter [www.zentrumelch.ch](http://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.

<b>Tag, Zeit</b>	Montag, Dienstag und Donnerstag, 09.15-11.00 Uhr (kein Zwerglitreff während der Schulferien)
<b>Raum</b>	Treffpunkt
<b>Kosten</b>	Fr. 8.- M / Fr. 10.- NM, inkl. Znüni für die Kinder, zahlbar von Schulferien bis Schulferien im Voraus
<b>Eintritt</b>	Sofern Plätze frei sind, ist der Eintritt jederzeit möglich, gratis Schnuppermorgen auf Anmeldung.
<b>Auskunft &amp; Anmeldung</b>	Beatrice Fasel, Tel. 078 251 45 29 oder Mail an zwergli@zentrumelch.ch (Mindestteilnehmerzahl 4 Erwachsene mit Kind)



**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 ...



## 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.

<b>Tag, Zeit</b>	Montag, 09.00-11.00 Uhr
<b>Raum</b>	Kinderraum
<b>Kosten</b>	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)
<b>Eintritt</b>	Jederzeit möglich, gratis Schnuppermorgen, auf Anmeldung
<b>Auskunft &amp; Anmeldung</b>	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.

<b>Tag, Zeit</b>	<b>Gruppe 1:</b> Freitag, 09.15-10.05 Uhr <b>Gruppe 2:</b> Freitag, 10.15-11.05 Uhr
<b>Raum</b>	Bewegungsraum
<b>Eintritt</b>	Jederzeit möglich, Schnupperstunde gratis (bitte anmelden)
<b>Kosten</b>	Fr. 8.- M / Fr. 10.- NM, zahlbar quartalsweise
<b>Leitung</b>	Margarita Kotseva, Leiterin Muki-Turnen STV
<b>Auskunft &amp; Anmeldung</b>	Angelina Chieffo, Tel. 078 659 72 67 oder Mail an chrabel@zentrumelch.ch Das Angebot wird ab 5 definitiven Anmeldungen durchgeführt. Pro Gruppe können max. 8 Erwachsene mit Kind teilnehmen.

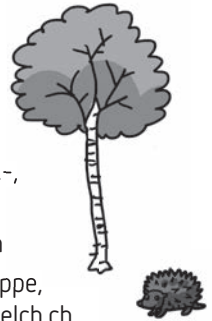


## ELTERN & KINDER

### Eltern-Kind-Erlebnismittage im Wald

Ob Schlangebrot bräuteln, 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 September den Herbst und im Januar den Winter. Willkommen sind alle Kinder in Begleitung. Der Wald macht bei jedem Wetter Freude – die Kleidung muss der Witterung angepasst sein.

<b>Daten</b>	Mittwoch, 15. Mai 2019
<b>Zeit</b>	14.30-17.30 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	Bushaltestelle Birchdörfli der Linie 32
<b>Kosten</b>	Erwachsene*r mit Kind Fr. 9.-, jedes weitere Kind Fr. 3.-, Zvieri in den Teilnahmekosten inbegriffen
<b>Leitung</b>	Paola Dalla Corte, Kindergärtnerin und Waldpädagogin
<b>Anmeldung</b>	Bis Montag vorher (19.00 Uhr) an Kurs- und Kulturgruppe, Tel. 078 601 63 79 oder Mail an <a href="mailto:kurse.kultur@zentrumelch.ch">kurse.kultur@zentrumelch.ch</a> (Mind. Teilnehmerzahl: 5 Erwachsene mit Kind/ern)



### ELTERN-KIND-SCHWIMMEN, WASSERGEWÖHNUNG & KINDERSCHWIMMKURSE



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

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

Bei Interesse sende ein E-Mail oder SMS an Gisela Kessler  
E-Mail: [gisela.kessler@hispeed.ch](mailto:gisela.kessler@hispeed.ch), Tel.: +41 79 793 68 40  
ElKi-/Kinder-Schwimmleiterin, Schwimmlehrerin



---

## 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.

<b>Datum</b>	Mittwoch, 5. Juni 2019
<b>Zeit</b>	15.00 bis ca. 17.00 Uhr
<b>Treffpunkt</b>	Bushaltestelle Waidhof, Endhaltestelle der Buslinie 62
<b>Kosten</b>	Erwachsene*r mit Kind Fr. 9.-, jedes weitere Kind Fr. 3.-, Zvieri in den Teilnehmekosten inbegriffen
<b>Leitung</b>	Irma Götsch (Bäuerin) und Julia Ho
<b>Anmeldung</b>	Bis 1. Juni 2019 bei der Kurs- und Kulturgruppe, Tel. 078 601 63 79 oder Mail an <a href="mailto:kurse.kultur@zentrumelch.ch">kurse.kultur@zentrumelch.ch</a> (mind. Teilnehmerzahl: 13 Personen)



---

## Bastelnachmittage

Für Kinder zwischen 4 und 8 Jahren. Wir basteln jeweils zu einem saisonalen Thema, spielen, singen und essen gemeinsam Zvieri.

<b>Daten</b>	Mittwoch, 27. Februar (Fasnacht), 27. März (Frühling), 10. April (Ostern), 8. Mai (Muttertag), 29. Mai (Vatertag) und 26. Juni (Sommer)
<b>Zeit</b>	15.00-17.00 Uhr
<b>Raum</b>	Kinderraum
<b>Kosten</b>	Fr. 8.- M / Fr. 10.- NM, Zvieri und Material inbegriffen.
<b>Anmeldung</b>	Jeweils bis am Montag vorher unter Tel. 078 898 91 30 / 078 741 25 13 oder Mail an <a href="mailto:hueti@zentrumelch.ch">hueti@zentrumelch.ch</a> Das Angebot findet ab 4 Anmeldungen statt.



## KINDER

### SANRAYS ACTIVITY CENTRE

Ein multikulturelles Englisch-Aktivitätszentrum für Kinder, in dem Kinder nicht nur verschiedene Kulturen und deren Bedeutung kennenlernen, sondern auch lesen, schreiben, Englisch und frühe Mathematik lernen. Für Kinder von 18 Monaten bis 6 Jahren.

<b>Tag, Zeit</b>	Montag, Donnerstag und Freitag, 13.30-16.30 Uhr
<b>Raum</b>	Kinderraum
<b>Eintritt</b>	Schnupperstunde gratis
<b>Kosten</b>	Fr. 20.- pro Mal für 3 Stunden, inklusive Material
<b>Auskunft &amp; Anmeldung</b>	sanrays.ch@gmail.com www.sanrays.org



## 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

---

## Innenspielplatz

Regenwetter oder einfach keine Lust, draussen zu spielen? Zweimal pro Woche bietet unser mit vielen Bewegungselementen ausgestattete 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 von den Herbst- 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.

<b>Tag, Zeit</b>	Mittwoch, 15.00-17.30 Uhr Samstag, 15.00-18.00 Uhr
<b>Raum</b>	Bewegungsraum
<b>Auskunft</b>	Angelina Chieffo, Tel. 078 659 72 67 oder Mail an <a href="mailto:chrabbel@zentrumelch.ch">chrabbel@zentrumelch.ch</a>



---

## 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.

<b>Datum</b>	Samstag, 11. Mai 2019
<b>Zeit</b>	14.00-16.00 Uhr
<b>Raum</b>	Bewegungsraum, bei schönem Wetter auch draussen
<b>Kosten</b>	Standgebühr: Fr. 5.-, Kinder auf eigener Decke gratis
<b>Anmeldung</b>	Orapin Sangthong, Tel. 078 601 63 79 oder Mail an <a href="mailto:kurse.kultur@zentrumelch.ch">kurse.kultur@zentrumelch.ch</a>



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



# 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 dem Outdoor-Spielzeug aus der Spielkiste spielen.

Tag, Zeit	Dienstag, Donnerstag und Freitag, 14.00-17.00 Uhr
Raum	Treffpunkt
Auskunft	Lourdes Becker, Tel. 078 251 43 18, oder Sandra Reimann, Tel. 078 251 43 98, oder Mail an kafibohne@zentrumelch.ch



**AB 23. MÄRZ 2019**

### HÜTTEN BAUEN

**SÄGEN - NAGELN - HÄMMERN**

unser Bauspieplatz eröffnet am 23. März 2019  
an dem neuen Standort ganz in der Nähe.  
Hinter der Bushaltestelle Glaubten Süd, Bus 80,  
angrenzend an den Wald.

**MITTWOCH + SAMSTAG 14.00 - 17.00 UHR**

Es hat wieder viel Platz für neue Hütten und Ideen.  
Ohne Kosten. Alle sind herzlich Willkommen!  
Auch freiwillige Helferinnen und Helfer.  
Kinder im Vorschulalter in Begleitung Erwachsener.

ALLE WEITERE INFOS, KONTAKTE UND AKTIONEN AUF  
[WWW.BAUSPIELSPASS.CH](http://WWW.BAUSPIELSPASS.CH)  
[INFO@BAUSPIELSPASS.CH](mailto:INFO@BAUSPIELSPASS.CH)

**Verein Abenteuerspielplatz  
Affoltern**

## 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.

<b>Tag, Zeit</b>	Montag, 18.45-19.45 Uhr
<b>Raum</b>	Bewegungsraum
<b>Eintritt</b>	Nach Anmeldung jederzeit möglich
<b>Kosten</b>	Fr. 20.- pro Lektion
<b>Leitung &amp; Anmeldung</b>	Barbara Thommen, dipl. Atem- u. Bewegungstherapeutin, Kursleiterin für Schwangerschaftsyoga, Tel. 079 396 77 28 oder Mail an <a href="mailto:ba.thommen@bluewin.ch">ba.thommen@bluewin.ch</a>



## 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. Der Kurs ist empfohlen ab der 5. Woche nach der Geburt.

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



## RUND UMS BABY

### 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.

<b>Daten</b>	Dienstag, 12., 19., 26. Februar, 5., 12., 19., 26. März, 2., 9., 16., 23., 30. April, 7., 14., 21., 28. Mai 2019 (alle 14 Tage, unabhängig von den Schulferien) Weitere Termine siehe unter: <a href="http://www.zentrumelch.ch/Regensbergstrasse">www.zentrumelch.ch/Regensbergstrasse</a>
<b>Zeit</b>	10.00-11.00 Uhr
<b>Raum</b>	Bewegungsraum
<b>Auskunft &amp; Anmeldung</b>	Gabriele Franz, Tel. 044 412 82 07 oder Mail an <a href="mailto:gabriele.franz@zuerich.ch">gabriele.franz@zuerich.ch</a> , <a href="http://www.stadt-zuerich.ch/mvb">www.stadt-zuerich.ch/mvb</a>



## MAMI-TANDEM

### Triff dich mit einem anderen Mami!

Wir vernetzen deutsch- und fremdsprachige Mütter durch 1:1-Kontakte untereinander.

[www.mami-tandem.ch](http://www.mami-tandem.ch)

Ein Integrationsprojekt des Vereins Interact



Weitere Projekte: [www.interact-sprachentandem.ch](http://www.interact-sprachentandem.ch)

## 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.

<b>Tag, Zeit</b>	Montag, 09.00-09.50 Uhr und 10.00-10.50 Uhr Mittwoch, 09.00-09.50 Uhr und 19.30-20.20 Uhr
<b>Raum</b>	Bewegungsraum
<b>Eintritt</b>	Jederzeit möglich, erste Lektion gratis
<b>Kosten</b>	Fr. 16.- pro Lektion, zahlbar quartalsweise im Voraus
<b>Anmeldung</b>	Pilates am Montag, 9.00 Uhr und 10.00 Uhr bei Patrícia Rösch, dipl. Pilates-Instruktorin, pachi1313@hotmail.com Pilates am Mittwoch, 9.00 Uhr bei Angela Dumas, dipl. Pilates-Instruktorin, a_schleiniger@hotmail.com Pilates am Mittwoch, 19.30 Uhr bei Nicole Herren, dipl. Pilates-Instruktorin, nicole.q.herren@gmail.com

### 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.

<b>Tag, Zeit</b>	Mittwoch, 10.00-10.50 Uhr, 18.30-19.20 Uhr
<b>Raum</b>	Bewegungsraum
<b>Eintritt</b>	Jederzeit möglich, erste Lektion gratis
<b>Kosten</b>	Fr. 16.- pro Lektion, zahlbar quartalsweise im Voraus
<b>Anmeldung</b>	Zumba Mittwoch, 10.00 Uhr bei Yovana Pereira, dipl. Zumba-Instruktorin, Yovana.zumba@o-pereira.ch Zumba Mittwoch, 18.30 Uhr bei Brenda Basurto, dipl. Zumba-Instruktorin, brendi.basurto@gmail.com



# 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.

<b>Tag, Zeit</b>	Gruppe A: Freitag, 13.30-14.20 Uhr (Kinder von 4 bis 5 Jahren) Gruppe B: Freitag, 14.30-15.20 Uhr (Kinder von 6 bis 8 Jahren) Gruppe C: Freitag, 16.25-17.15 Uhr (Kinder von 6 bis 8 Jahren) Gruppe D: Dienstag, 14.30-15.20 Uhr (Kinder von 4 bis 5 Jahren) Gruppe E: Dienstag, 15.30-16.20 Uhr (Kinder von 4 bis 5 Jahren) Gruppe F: Dienstag, 16.25-17.15 Uhr (Kinder von 6 bis 8 Jahren)
<b>Raum</b>	Bewegungsraum
<b>Eintritt</b>	Schnupperstunde möglich (Fr. 16.-), Eintritt jederzeit möglich
<b>Kosten</b>	Fr. 192.- pro Quartal (12 Lektionen à Fr. 16.-)
<b>Leitung &amp; Anmeldung</b>	Giovanna Dominguez, dipl. Tanzpädagogin, Tel. 079 779 39 58 oder Mail an <a href="mailto:g.dominguez@bluewin.ch">g.dominguez@bluewin.ch</a>



## **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 Neuaffoltern  
Tel/Fax: 044 372 15 60  
[team@claroweltladen.ch](mailto:team@claroweltladen.ch)

[www.claroweltladen.ch](http://www.claroweltladen.ch)



## BEWEGUNG & TANZ

### 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.

<b>Tag, Zeit</b>	Mittelstufe: Samstag, 10.00-10.50 Uhr (Kinder von 8 bis 13 Jahren) Fortgeschritten: Samstag, 11.00-11.50 Uhr (Jgdl. von 14 bis 19 Jahren) Anfänger: Samstag, 12.00-12.50 Uhr (Kinder von 8 bis 13 Jahren)
<b>Raum</b>	Bewegungsraum
<b>Eintritt</b>	Schnupperstunde möglich (Fr. 16.-), Eintritt jederzeit möglich
<b>Kosten</b>	Fr. 192.- pro Quartal (12 Lektionen à Fr. 16.-)
<b>Leitung</b>	Giovanna Dominguez, dipl. Tanzpädagogin
<b>Anmeldung &amp; Auskunft</b>	Giovanna Dominguez, Tel. 079 779 39 58 oder Mail an <a href="mailto:g.dominguez@bluewin.ch">g.dominguez@bluewin.ch</a>



## ERZIEHUNG & BERATUNG

### Ausculto Disco

Beratung, Begleitung und Unterstützung für Klein und Gross, um den eigenen Weg zu finden, zu festigen und zu schreiten. Dies mit Unterstützung aus der Tradition der Tibetischen Medizin, diversen alternativen Methoden und Coaching, die wirkungsvolle und langwirkende Werkzeuge mit auf den Lebensweg geben.

<b>Tag, Zeit</b>	Dienstag, 09.00-12.30 Uhr
<b>Raum</b>	Kursraum
<b>Kosten</b>	Je nach Behandlungsangebot
<b>Leitung &amp; Anmeldung</b>	Rose-Marie Markarian, Tel. 076 436 98 53, <a href="mailto:info@ausculto-disco.ch">info@ausculto-disco.ch</a> , <a href="http://www.ausculto-disco.ch">www.ausculto-disco.ch</a>



## ERZIEHUNG & BERATUNG

### Grundkurs Gordon-Training

Wie kann ich reden, 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, Grosseltern und Betreuungspersonen von Kindern aller Altersgruppen sowie alle, die am Thema Kommunikation interessiert sind.

<b>Daten</b>	Dienstag, 12., 19., 26. März, 2., 9., 16. April, 7., 14., 21. Mai und 4. Juni 2019
<b>Zeit</b>	19.15-22.15 Uhr
<b>Raum</b>	Treffpunkt
<b>Kosten</b>	Fr. 550.- pro Einzelperson / Fr. 950.- pro Paar inkl. Material (Ratenzahlung möglich)
<b>Leitung</b>	Carmen Miss Tun, Gordon-Kursleiterin, Erwachsenenbildnerin SVEB 1
<b>Anmeldung</b>	Bis Mittwoch, 6. März 2019, bei Carmen Miss Tun, Tel. 078 648 08 37 oder Mail an <a href="mailto:carmen.misstun@gordontraining-zuerich.ch">carmen.misstun@gordontraining-zuerich.ch</a> , <a href="http://www.gordontraining-zuerich.ch">www.gordontraining-zuerich.ch</a> , <a href="http://www.facebook.com/gordontrainingzuerich">www.facebook.com/gordontrainingzuerich</a>



### Kinder-Secondhand-Lädli im Kafi im Zentrum ELCH Frieden

Ihr könnt bei uns im Kafi Plausch ein Fach im Vitrinenschrank mieten. Eure gut erhaltenen Kinderkleider werden während der Kafi-Öffnungszeiten ausgestellt und verkauft.

**Auskunft erteilt** Nikolina Stanic, Tel. 078 601 64 97 oder Mail an [treffpunkt@zentrumelch.ch](mailto:treffpunkt@zentrumelch.ch)

## ERZIEHUNG & BERATUNG

### Vertiefungskurs Gordon-Training <sup>②</sup>

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. Einstieg nach Absolvierung des Grundkurses jederzeit möglich.

<b>Datum</b>	Dienstag, 5. März und 12. November 2019 Mittwoch, 15. Mai und 28. August 2019
<b>Zeit</b>	19.15-21.30 Uhr
<b>Raum</b>	Treffpunkt
<b>Kosten</b>	Fr. 160.- pro Person für 4 Abende
<b>Leitung</b>	Carmen Miss Tun, Gordon-Kursleiterin, Erwachsenenbildnerin SVEB 1
<b>Anmeldung</b>	Anmeldung erforderlich bei Carmen Miss Tun, Tel. 078 648 08 37 oder Mail an <a href="mailto:carmen.misstun@gordontraining-zuerich.ch">carmen.misstun@gordontraining-zuerich.ch</a> , <a href="http://www.gordontraining-zuerich.ch">www.gordontraining-zuerich.ch</a> , <a href="http://www.facebook.com/gordontrainingzuerich">www.facebook.com/gordontrainingzuerich</a>

### Schulferien und Feiertage in der Stadt Zürich 2019

Sportferien	11. bis 22. Februar 2019
Sechseläuten	8. April 2019
Gründonnerstag/Ostern	18. bis 22. April 2019
Frühlingsferien	22. April bis 3. Mai 2019
Tag der Arbeit	1. Mai 2019
Auffahrt/schulfrei	30. und 31. Mai 2019
Pfingstmontag	10. Juni 2019
Sommerferien	15. Juli bis 16. August 2019
Knabenschiessen	9. September 2019
Herbstferien	7. bis 18. Oktober 2019
Weihnachtsferien	23. Dezember 2019 bis 3. Januar 2020



**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](http://www.stadt-zuerich.ch/pflegekinder)

Sozialdepartement

### English Conversation Class

Sie möchten Ihre Englischkenntnisse 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.

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



### Bibliothek

Gratis-Ausleihe von diversen Büchern.

<b>Tag, Zeit</b>	Dienstag, Donnerstag und Freitag, 14.00-17.00 Uhr (während der Öffnungszeiten Kafi Bohne)
<b>Raum</b>	Treffpunkt
<b>Auskunft</b>	Lourdes Becker, Tel. 078 251 43 18, oder Sandra Reimann, Tel. 078 251 43 98, 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.

<b>Daten</b>	Montag, 28. Januar, 25. März, 6. Mai und 1. Juli 2019
<b>Zeit</b>	20.00-22.00 Uhr
<b>Raum</b>	Treffpunkt
<b>Kosten</b>	Keine
<b>Anmeldung</b>	Erika Hubbuch, erika.hubbuch@schulen.zuerich.ch

## DIENSTLEISTUNG

### Lebe leichter

Genial-normal zum Wunschgewicht: Haben Sie es satt, Kalorien zu zählen, auf erlaubtes und verbotenes Essen fixiert zu sein und von einer zur anderer Trenddiät zu wechseln? In dem Lebe-leichter-Programm verwenden Sie keine speziellen Lebensmittel, sondern verändern nur Ihr Essverhalten. Entdecken Sie, was in Ihnen steckt und starten Sie mit dem Lebe-leichter-Programm

<b>Daten</b>	Jeweils Montag, 14. Januar bis 8. April 2019 oder 6. Mai bis 15. Juli 2019
<b>Zeit</b>	19.00-20.00 Uhr
<b>Raum</b>	Kursraum
<b>Kosten</b>	Fr. 180.- für ganze Kursdauer (exkl. Buchpaket Fr. 29.-)
<b>Leitung</b>	Andrea Geis, Lebe-leichter Coach
<b>Anmeldung</b>	Bis 6. Mai 2019 bei Andrea Geis, Tel. 076 827 03 11 oder per Mail an <a href="mailto:lebe-leichter.andrea-geis@gmx.ch">lebe-leichter.andrea-geis@gmx.ch</a> . Das erste Treffen kann unverbindlich besucht werden.

## 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](mailto:elsbeth.waldmann@bluewin.ch).

## Kinder-Secondhandshop ELCH

Im Kinder-Secondhandshop finden Sie ein grosses Sortiment an Secondhand-Kinderkleidern ab Grösse 74 bis 152, saisongerechte Schuhe bis Grösse 37, Spielsachen und Babyausstattungsartikel von guter Qualität zu fairen Preisen.

<b>Tag, Zeit</b>	Dienstag und Donnerstag, 14.00-17.00 Uhr Mittwoch, 08.30-11.30 Uhr
<b>Raum</b>	Kinder-Secondhandshop
<b>Kosten</b>	Kommission für ELCH: bei Mitgliedern 40%, bei Nichtmitgliedern 50%
<b>Auskunft</b>	Während der Öffnungszeiten, Tel. 044 225 77 99



<b>Annahme Kleider</b>	Sommerkleider: ab 5. März 2019; Winterkleider: ab 3. September 2019. Wir nehmen pro Person max. 30 Kinderartikel (inkl. Schuhe) und max. 20 Kinderspielsachen ohne Mängel an. Für aktuelle Informationen folgen Sie uns bitte auf Instagram unter kindersecondhandelch.
------------------------	---

## 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.**

<b>Daten</b>	Dienstag, 26. Februar, 5., 12., 19., 26. März, 2., 9., 16. April, 7., 14., 21., 28. Mai, 4., 11., 18., 25. Juni und 2., 9. Juli 2019
<b>Zeit</b>	15.00-17.30 Uhr
<b>Raum</b>	Treffpunkt
<b>Kosten</b>	Richtpreis: Fr. 15.- für einen Schnitt, Fransen Fr. 5.-
<b>Coiffeuse</b>	Azucena Vasquez
<b>Auskunft</b>	Zentrum ELCH Infostelle, Tel. 044 225 77 88



## DIENSTLEISTUNG

### 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 m<sup>2</sup>, für ca. 25 Personen, mit Tischen, Stühlen, Küche, Spielecke, Aussensitzplatz
- Kleinkinderraum** 50 m<sup>2</sup>, für ca. 15 Kinder, mit Kindermöbeln, Spielsachen, Teeküche
- Kinderraum** 47 m<sup>2</sup>, für ca. 15 Kinder, mit Kindermöbeln, Teeküche
- Kursraum** 24 m<sup>2</sup>, für max. 10 Personen, mit Hellraumprojektor, Flip-Chart, Whiteboard, CD-Player, Beamer
- Bewegungsraum** 75 m<sup>2</sup>, 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:

Montag und Freitag, 14.00-15.30 Uhr unter Tel. 044 225 77 97; ausserhalb der Öffnungszeiten per Mail an [vermietung.regensberg@zentrumelch.ch](mailto:vermietung.regensberg@zentrumelch.ch). Reservationen mind. 14 Tage im Voraus.

Treffpunkt



Kleinkinderraum



Weitere Informationen zu den Räumen unter [www.zentrumelch.ch](http://www.zentrumelch.ch)



## Ansprechpersonen im Zentrum ELCH Regensbergstrasse

---

<b>Zentrumsleitung</b>	<b>Silvia Straubhaar</b> Tel. 044 225 77 87, regensbergstrasse@zentrumelch.ch
<b>Hüeti</b>	<b>Nadine Schärli</b> , Tel. 078 898 91 30, hueti@zentrumelch.ch <b>Ximena Enriquez</b> , Tel. 078 741 25 13, hueti@zentrumelch.ch
<b>Kafi Bohne</b>	<b>Lourdes Becker</b> , Tel. 078 251 43 18, kafibohne@zentrumelch.ch <b>Sandra Reimann</b> , Tel. 078 251 43 98, kafibohne@zentrumelch.ch
<b>Chrabbelgruppe</b>	<b>Angelina Chieffo</b> , Tel. 078 659 72 67, chrabbel@zentrumelch.ch
<b>Kurse &amp; Kultur</b>	<b>Orapin Sangthong</b> , Tel. 078 601 63 79, kurse.kultur@zentrumelch.ch
<b>Zwerglitreff</b>	<b>Beatrice Fasel</b> , Tel. 078 251 45 29, zwergli@zentrumelch.ch
<b>Secondhandshop</b>	<b>Mirjam Imfeld</b> , Tel. 078 251 44 89, boerse@zentrumelch.ch

---

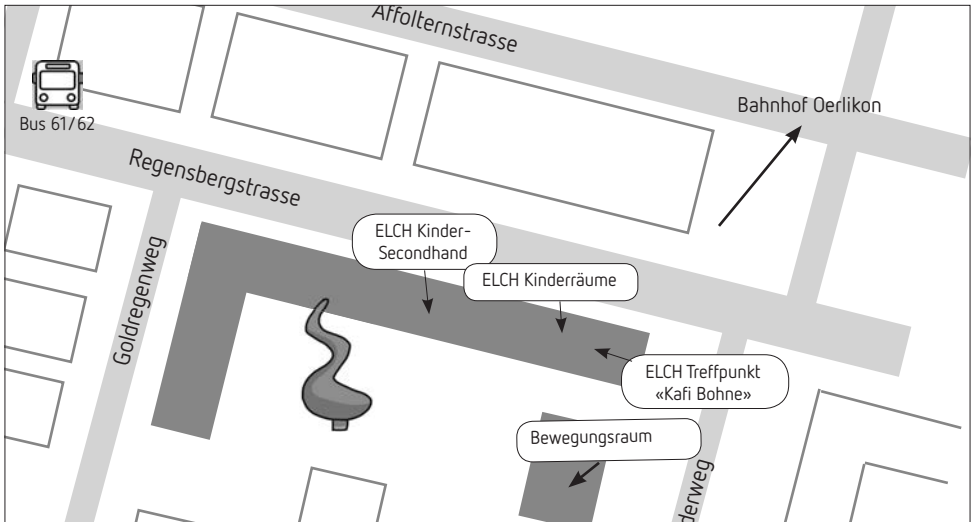
## Kursbedingungen

<b>Preise M / NM</b>	Vereinsmitglieder profitieren von einem Rabatt von 20 Prozent bei den Angebotspreisen. Preise für Mitglieder sind mit M, Preise für Nichtmitglieder mit NM gekennzeichnet.
<b>Bezahlung</b>	Bei Anlässen oder regelmässigen Angeboten, die das ELCH-Zentrum organisiert, sind die Kosten vor Ort <b>in bar</b> zu zahlen. Bei externen Angeboten gelten die Zahlungskonditionen der Kursanbieter*innen.
<b>Kinderhüeti</b>	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.
<b>Absenz/Kursabbruch</b>	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.
<b>Kursbestätigung</b>	Der Verein ELCH stellt keine Kursbestätigungen aus.

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



## INFORMATIONEN



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](http://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](mailto:info@zentrumelch.ch)

## 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



## 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, Yoga,  
Chrabbelgruppe, **Kafi Bohne**,  
**Windelturnen**, Bastelnachmittage,  
Elternbildung, **Flohmarkt, Ballett**,  
*Kinder-Secondhand*, **Waldnachmittag**  
und **vielen mehr ...**



Bitte frankieren und per  
Post einsenden.

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



Verein ELCH  
für Eltere & Chind  
Regensbergstrasse 209  
8050 Zürich