

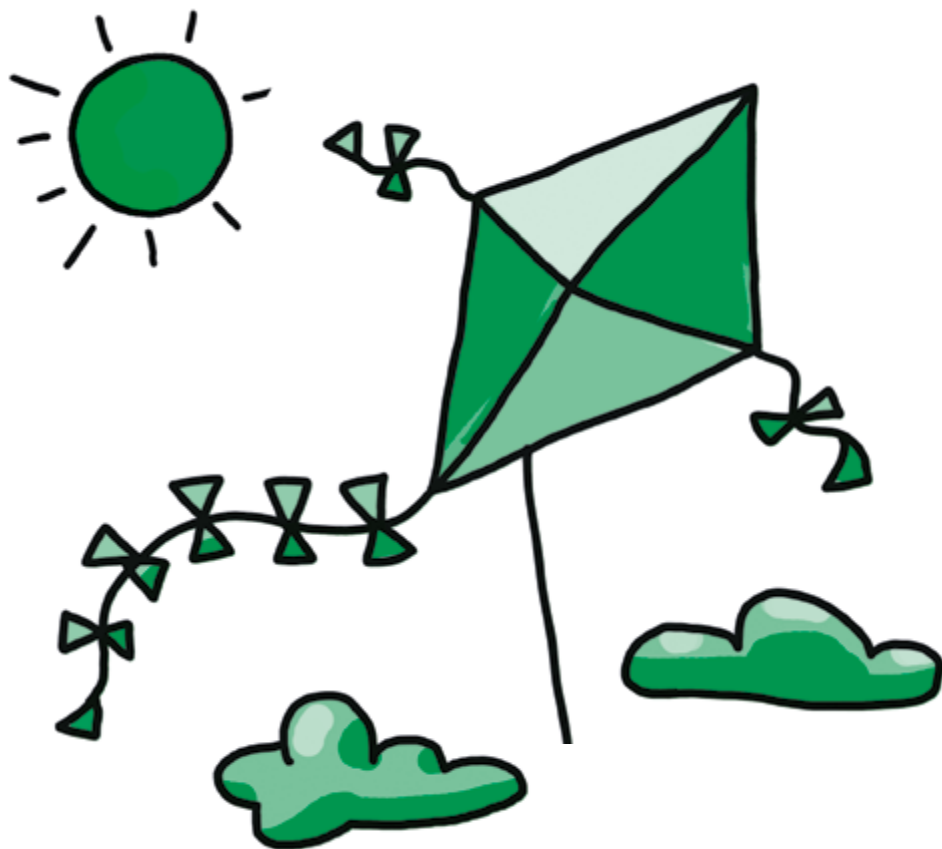


Verein ELCH für Eltere & Chind
Betreuung – Vernetzung – Bildung

Zentrum ELCH Accu

HERBST/WINTER 2025/26

Programmheft Nr. 65 / August 2025



Inhalt

Veranstaltungen 4

Kinderbetreuung 5–7

Kinder 8–9

Rund ums Baby 10–11

Familien 12–14

Erwachsene 15

Erziehung & Beratung 16–17

Raumvermietung & Information 18–19

Externe Kursanbieterende ©

Die mit diesem Symbol gekennzeichneten Kurse oder Angebote werden von externen Anbietenden durchgeführt. Diese tragen die Verantwortung für die Qualität und Administration des Angebots. Die Familienzentren des Vereins ELCH bieten einen hohen Standard sämtlicher Angebote. Wir danken dir für positive oder negative Rückmeldungen zum Angebot.

Preise M/NM

Preise für Mitglieder sind mit M, Preise für Nichtmitglieder mit NM gekennzeichnet.

Verein ELCH für Eltere & Child
Regensbergstrasse 209
8050 Zürich
Tel. 044 225 77 88
www.zentrumelch.ch

Postcheck-Konto: 80-16079-2
IBAN: CH71 0900 0000 8001 6079 2

Zentrum ELCH Accu
Otto-Schütz-Weg 9
8050 Zürich
Tel. 043 333 43 36
accu@zentrumelch.ch
www.zentrumelch.ch/accu

Der Verein ELCH wird durch das Sozialdepartement der Stadt Zürich unterstützt und ist als gemeinnützig anerkannt.



Liebe Leser*innen

Als ich mit meiner Tochter vor 17 Jahren als Besucherin in die Chrabbelgruppe im Verein ELCH eingetreten bin, wusste ich noch nicht, dass daraus eine grosse berufliche Chance entstehen würde. Zwei Jahre später durfte ich als Zentrumsleiterin die Verantwortung für ein Team und den Standort in Neu-Oerlikon übernehmen.

Seither durfte ich viele Highlights erleben, viele spannende Menschen kennenlernen und auch gemeinsam mit meinem Team und meinen Kolleginnen schwierige Zeiten wie die Pandemie durchstehen. Inzwischen schliesst meine Tochter bereits ihre Lehre ab, und so ist es auch für mich der richtige Moment, einen neuen beruflichen Lebensabschnitt zu beginnen.

Ich danke dem Verein ELCH für die erfahrungsreiche Zeit und die Möglichkeit, Familie und Beruf unter einen Hut zu bringen. Allen unseren Besucher*innen und Kund*innen danke ich für die Treue und unseren Vernetzungspartnern für die stets gute Zusammenarbeit. Meinem Team im Zentrum, meinen Kolleginnen in der Geschäftsleitung und unserem Vorstand wünsche ich, dass die Familienzentren des Vereins ELCH weiter gedeihen und noch lange ein wichtiger Ort für die Familien im Quartier bleiben.

Ich verabschiede mich, wünsche meiner Nachfolgerin viel Spass und Erfolg bei dieser spannenden Aufgabe und übergebe ihr hiermit auch das Wort in diesem Editorial.

Herzliche Grüsse
Mirjam Frieden
Bisherige Zentrumsleiterin

Ein herzliches Dankeschön an Mirjam Frieden für ihr langjähriges Engagement und ihre wertvolle Arbeit im Familienzentrum ELCH Accu.

Mit grosser Freude habe ich nun diese Aufgabe übernommen und bin im Mai als neue Leiterin des Familienzentrums gestartet. Mein Name ist Sandra Odermatt und als Mutter von zwei tollen Jungs im Alter von 6 und 4 Jahren weiss ich, wie wertvoll Orte sind, an denen Familien sich austauschen, Kinder unbeschwert spielen können und Eltern Unterstützung finden.

Genau so ein Ort soll unser Familienzentrum sein – offen, lebendig und voller Begegnungen. Ich lade euch herzlich ein, unsere vielfältigen Angebote zu entdecken, und freue mich darauf, euch kennenzulernen und gemeinsam das Familienzentrum ELCH Accu weiterhin mit Leben, Lachen und schönen Erlebnissen zu füllen.

Sandra Odermatt
Neue Zentrumsleiterin

Folge uns,
wir halten dich auf dem Laufenden.



Facebook Instagram LinkedIn

Anwesend im Büro jeweils Mittwoch,
9.00–11.00 Uhr, oder nach Vereinbarung.

VERANSTALTUNGEN

September

MO 01.09.25 15.00–17.30

Kafi Plus Kinderdisco, Startparty

Wir starten nach der Sommerpause mit einer Discoparty. Glam und Glitzer dürfen nicht fehlen. Kinder in Begleitung eines Erwachsenen.

Oktober

FR 31.10.25 15.00–17.30

Halloweenparty

Bei uns wird getanzt und gefeiert. Verkleidete Kinder erhalten eine Süßigkeit. Kinder in Begleitung eines Erwachsenen.

November

FR 14.11.25 16.00–17.30

Kafi Plus Erzählnacht

Reisen wir gemeinsam in die Zukunft oder Vergangenheit mit der mächtigsten Zeitmaschine: dem Buch! Kinder in Begleitung eines Erwachsenen.

SA 29.11.25 10.00–19.00

Oerliker Weihnachtsmarkt

Die vorweihnachtliche Stimmung macht sich auf dem Max-Bill-Platz breit. Wir sind am Samstag mit Päcklifischen dabei.

☐ Anmeldung erforderlich

KA Kafi Plus, Tel. 078 253 32 58, kafipus.accu@zentrumelch.ch

Einige Anlässe erfordern eine Online-Anmeldung, diese sind mit ☐ gekennzeichnet. Anmeldefristen, genaue Angaben zu den mit * gekennzeichneten Preisen und weitere Informationen findest du auf unserer Website: www.zentrumelch.ch/accu oder scanne den QR-Code.



Dezember

FR 05.12.25 15.00–17.30

Kafi Plus Grittibänzbacken

Wir backen feine Hefeteigmännchen. Das Kafi Plus ist gleichzeitig geöffnet. Kinder in Begleitung eines Erwachsenen. Fr. 5 ☐ KA

MI 17.12.25 15.00–17.30

Kafi Plus Kinderdisco, Jahresendparty

Zum Jahresschluss noch eine Discoparty für die Kleinen mit alkoholfreier Bowle. Kinder in Begleitung eines Erwachsenen.



KINDERBETREUUNG

Kinderbetreuung

Hast du einen Engpass bei der Betreuung deines Kindes? Unsere Kinderbetreuung ist für dich da. Unsere liebevollen Betreuer*innen spielen, basteln oder singen mit den Kindern. Der Kinderraum ist so ausgestattet, dass er dem Kind spannende Anregungen für seine Entdeckungslust und viel Platz für Fantasie und Kreativität bietet. Die Kinderbetreuung findet auch draussen statt. Es ist keine Voranmeldung nötig.

Tag/Zeit	Montag, Mittwoch und Freitag, 8.30–11.30 Uhr
Alter	Kinder ab 6 Monaten bis ca. Kindergartenalter
Kosten	Halbtag Fr. 12.– M / Fr. 15.– NM, Geschwisterrabatt 10er-Abo (nur für Mitglieder): erstes Kind Fr. 120.– (plus 1 Gratisbetreuung), Geschwister Fr. 70.– (plus 1 Gratisbetreuung)
Auskunft & Anmeldung	Während der Öffnungszeiten Marina Dordevic, Tel. 078 874 63 43, ausserhalb der Öffnungszeiten kibe.accu@zentrumelch.ch



Damit sich dein Kind bei uns wohlfühlt, bitten wir dich, die folgenden Punkte zu beachten:

Eingewöhnung Dein Kind soll sich bei uns wohlfühlen. Damit das gelingt, ist eine sanfte Eingewöhnung wichtig. Du darfst dein Kind gerne begleiten, ein erstes Schnuppern ist kostenlos. Bitte besprich das Vorgehen rechtzeitig mit unseren Betreuer*innen vor Ort.

Bringen und Abholen Nimm dir fürs Bringen und für eine entspannte Übergabe genügend Zeit. Bitte hole dein 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.

Bei Kindern mit besonderen Bedürfnissen sprich bitte unsere Mitarbeiter*innen an.

Bist du auf einen Betreuungsplatz angewiesen, empfehlen wir, dein Kind telefonisch anzumelden.

Beachte hierzu auch unsere Informationen unter www.zentrumelch.ch/kinderbetreuung oder scanne den QR-Code.



KINDERBETREUUNG

Kinderbetreuung am Abend

Wieder mal ins Kino, chic essen gehen oder einfach zu Hause einen ruhigen Abend geniessen? Wir bereiten gemeinsam mit den Kindern ein feines Abendessen zu. Nach dem Essen wird eine Geschichte erzählt oder wir spielen zusammen.

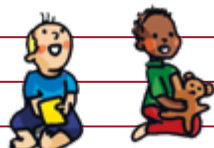
Daten	Freitag, 26. September, 31. Oktober, 28. November, 12. Dezember 2025, 9. und 30. Januar 2026
Zeit	17.30–21.00 Uhr
Raum	Kinderraum
Alter	Kinder von 1 bis 8 Jahren
Kosten	Fr. 14.– M / Fr. 17.50 NM (inkl. Abendessen)
Auskunft & Anmeldung	Anmeldung bis zwei Tage vor dem Termin online unter: www.zentrumelch.ch/angebote-accu Auskunft: Marina Dordevic, Tel. 078 874 63 43, kibe.accu@zentrumelch.ch



Spielgruppe Colibri ☺

Kinder ab 2½ Jahren werden in der Spielgruppe in allen wichtigen Bereichen wie Sprache, Kreativität, Bewegung usw. gefördert und können ihre soziale Kompetenz auf spielerische Art erweitern. Sie lernen alles, was sie später für einen gelungenen Kindergarten Eintritt benötigen, schliessen neue Freundschaften und haben viel Spass.

Tag/Zeit	Dienstag und Donnerstag, 8.45–11.45 Uhr
Raum	Kinderraum
Alter	Kinder ab 2½ Jahren
Kosten	1 x pro Woche: Fr. 360.–; zahlbar quartalsweise, 2 x pro Woche: Fr. 720.–; zahlbar quartalsweise Inkl. Material; einmalige Einschreibgebühr Fr. 30.–
Eintritt	Jederzeit möglich, sofern es freie Plätze hat
Auskunft & Anmeldung	Dorkis Hammer-Sarmiento, diplomierte Spielgruppenleiterin, Tel. 076 400 51 21, spielgruppe.colibri@gmail.com



KINDERBETREUUNG

Spielgruppe Qui Quo Qua ☺

Die Spielgruppe «Qui Quo Qua» fördert die italienische Sprache und Kultur. Kinder ab zwei Jahren können hier ihre soziale Kompetenz, ihre Kreativität und andere Fähigkeiten spielerisch stärken.

Tag/Zeit	Donnerstag, 15.00–17.30 Uhr
Raum	Kinderraum
Alter	Kinder ab 2 Jahren
Kosten	1 x pro Woche: Fr. 100.– / Monat Unkostenbeitrag für Bastelmaterial: Fr. 35.– im Jahr
Auskunft & Anmeldung	Sonja Battaglia, Tel. 043 300 13 02 (ab 19.00 Uhr) Maria Grazia d'Arpino, Tel. 044 301 22 39 (ab 19.00 Uhr) Weitere Infos unter www.quiquoqua.ch



ROTH LANGUAGE ATELIER Ihre Sprachschule in Zürich



DEUTSCH / ENGLISCH / FRANZÖSISCH / ITALIENSICH / SPANISCH

Kinderkurse – Nachhilfe – Gymivorbereitung – Feriencamps

Erwachsenenkurse Niveau A1- C2

Prüfungsvorbereitungskurse

Otto-Schütz Weg 9 - 8050 Zürich – Tel. 044 586 44 48
info@languageatelier.com - www.languageatelier.com

KINDER

Sanrays – Englisch Aktivitätszentrum für Kinder ©

Kinder haben Spass und lernen spielerisch in den Bereichen Kreativität, Musik, Theater, Tanz, Mathematik, Englisch, Phonetik und mehr.

Tag/Zeit	Mittwoch und Freitag, 13.30–16.30 Uhr
Raum	Kinderraum
Alter	Kinder von 18 Monaten bis 6 Jahren
Eintritt	Jederzeit möglich, Schnupperstunde gratis
Kosten	Fr. 25.– pro Mal für 3 Stunden, inklusive Material
Leitung	Amrita Ray
Auskunft & Anmeldung	Tel. 078 915 09 60, sanrays.ch@gmail.com, www.sanrays.org



KINDER

Capoeira für Kinder ©

Ein spielerischer Umgang mit den Instrumenten sowie ein vereinfachter Einstieg in die Capoeira, eine Kampfkunst aus Brasilien. Die Kinder sollen in ihrer Persönlichkeit und in ihrem Selbstbewusstsein gestärkt werden. Sie lernen die Musik, erste Lieder sowie Basis-schritte und Bewegungsabläufe kennen.

Tag/Zeit	Dienstag, 16.45–17.30 Uhr
Raum	Mehrzweckraum
Eintritt	Jederzeit möglich, Schnupperlektion Fr. 10.–
Alter	Kinder 6 bis 10 Jahre (jünger nur in Begleitung eines Erwachsenen)
Kosten	Fr. 20.– pro Lektion, Geschwisterrabatt 10%, zahlbar quartalsweise
Leitung	David Knobel, Sozialpädagoge, Leiter J+S
Auskunft & Anmeldung	Tel. 078 624 54 54, dknobel20@gmail.com, www.vivartecapoeira.ch



Hypnosetherapie in Zürich Oerlikon

Für Kinder, Jugendliche & Erwachsene

Hypnose kann helfen, Ängste, Schlafprobleme, Stress oder Unsicherheiten zu lösen – bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Sanft und individuell stärkt sie das Selbstvertrauen und unterstützt dabei, wieder in die eigene Mitte zurückzufinden.

Evelyne Rohr, dipl. Hypnosetherapeutin

www.hypnose-therapy.ch

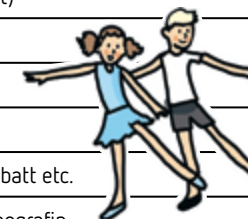
Tel. 076 231 02 44



Klassisches Ballett, Kreativer Kindertanz und Modern Dance ©

Auf Grundlage des modernen Ausdruckstanzes erfahren Kinder ihren eigenen Körper, entwickeln und gestalten mit viel Fantasie Tänze und Bewegungsabläufe. Bei uns kann sich jedes Kind frei entfalten, erlebt spannende Tanzthemen und ganz nebenbei werden Beweglichkeit und Wahrnehmung geschult.

Tag/Zeit	Montag, 16.30–18.30 Uhr (es finden zwei Kurse statt)
Raum	Mehrzweckraum
Eintritt	Jederzeit möglich, Schnupperstunde gratis
Alter	Kinder ab 3 Jahren
Kosten	Preis auf Anfrage, abhängig von Alter, Geschwisterrabatt etc.
Leitung	Elena Krummenacher, dipl. Tanzpädagogin und Choreografin
Auskunft & Anmeldung	Tel. 079 293 53 51, info@tanzschule-danse-loft.ch, www.tanzschule-danse-loft.ch



RUND UMS BABY

Windelturnen

Lass dein Kind spielerisch die Freude an der Bewegung ausleben. Unter fachlicher Anleitung stärkt es sein Selbstvertrauen sowie seine motorischen Fähigkeiten und kann sein natürliches Gespür für Rhythmus entdecken. Die Kinderbetreuung für Geschwister ist gleichzeitig geöffnet (Rabatt).

Tag/Zeit	Gruppe 1: Mittwoch, 9.15–10.05 Uhr Gruppe 2 Mittwoch, 10.25–11.15 Uhr (ausser während der Schulferien)
Raum	Mehrzweckraum, an heissen Sommertagen treffen wir uns draussen im Park.
Alter	Kinder ab 18 Monaten bis ca. 3 Jahren in Begleitung
Kosten	Fr 8.– M / Fr. 10.– NM pro Mal, zahlbar quartalsweise (keine Einzellektionen) Schnupperstunde kostenlos mit Voranmeldung
Auskunft & Anmeldung	Kader Polat Özdemir, Tel. 076 250 18 28 chrabbel.accu@zentrumelch.ch



PEKiP – Für dich und dein Kind ©

Das erste Lebensjahr ist eine ganz besondere Zeit. Das Baby lernt stetig dazu! In der PEKiP-Gruppe hat euer Baby die Möglichkeit, seine neu gewonnenen Fähigkeiten auszuprobieren – auch im Kontakt mit Gleichaltrigen. Die Gruppenleiterin bietet Spiel- und Bewegungsanregungen an und gibt Antworten und Unterstützung.

Daten	Kurs 1: 2., 9., 16., 23., 30. September, 21., 28. Oktober 2025 Kurs 2: 4., 11., 18., 25. November, 2., 9. Dezember 2025
Tag/Zeit	Dienstag, 9.30–11.00 Uhr
Raum	Mehrzweckraum
Alter	Säuglinge ab der 6. Woche
Kosten	Kurs 1: (7x) = Fr. 280.–, Kurs 2: (6x) = Fr. 240.–
Leitung	Patrizia Scheinemann, zertifizierte PEKiP®-Gruppenleiterin
Auskunft & Anmeldung	Anmeldung erforderlich unter pekip.hoengg@gmail.com



RUND UMS BABY

Stillberatung – Treffen der «La Leche League» ©

Unter der Leitung der Stillberaterinnen werden Erfahrungen und Informationen ausgetauscht und diskutiert: Stillen allgemein, persönlicher Stillbeginn, Herausforderungen in der Stillzeit, Abstillen, Schlafverhalten, Kinder tragen.

Daten	5. September, 3. Oktober, 7. November, 5. Dezember 2025, 9. Januar und 6. Februar 2026
Tag/Zeit	Freitag, 9.30–11.00 Uhr
Raum	Mehrzweckraum
Kosten	Kostenlos
Auskunft & Anmeldung	bethany.brupbacher@lalecheleague.ch (E, D), maike.hach@lalecheleague.ch (D), emese.kaufmann@lalecheleague.ch (D, E, F, I, Ungarisch) www.lalecheleague.ch



Reunión de Lactancia en Español / Stillberatung auf Spanisch ©

Las reuniones de lactancia de La Leche League son una excelente oportunidad para intercambiar experiencias y conocimientos sobre lactancia y todo lo que rodea a la crianza. Como madre, padre o embarazada puedes plantear preguntas y dudas que te preocupen, así como compartir tus experiencias. Recibirás información actualizada y verás cómo otras madres han encontrado apoyo para disfrutar de la lactancia y la maternidad. Además, la reunión puede ser el punto de partida de amistades en nuestro propio idioma. Naturalmente son bienvenidos los bebés y niños mayores.

Datos	Sábados, 20 de septiembre, 18 de octubre, 15 de noviembre, 20 de diciembre 2025, 17 de enero y 21 de febrero 2026
Hora	10:30 a 12:30 horas
Sala	Mehrzweckraum
Precio	Gratis
Registro	No se requiere registro previo
Información	ximena.silva@lalecheleague.ch, valentina.velandia@lalecheleague.ch, gloria.llopert@lalecheleague.ch, amaia.lazcano@lalecheleague.ch Fechas sujetas a cambio: www.lalecheleague.ch



FAMILIEN

Kafi Plus

Im Kafi Plus mit Spielecke kannst du neue Kontakte knüpfen und dich mit anderen Familien aus dem Quartier austauschen. Du kannst aber auch einfach einen Kaffee trinken, während die Kinder spielen. Es besteht keine Konsumationspflicht.

Ausserdem finden im Kafi Plus immer wieder anregende Anlässe statt: Bastelaktivitäten, Fachvorträge, Lese-Animationen etc. WLAN und Elternzeitschriften stehen zur Verfügung.

Tag/Zeit	Montag, Mittwoch und Freitag, 15.00–17.30 Uhr
Raum	Montag im Kinderraum, Mittwoch und Freitag im Mehrzweckraum
Auskunft	Arisa Sutter, 078 253 32 58, kafiplus.accu@zentrumelch.ch



Kafi Plus Geschichtenzeit



Eine schöne Geschichte zu hören, beflügelt die Fantasie und bereichert das Grosswerden. Unsere Mitarbeiterin liest den Kindern jeden Mittwoch eine Geschichte vor und die Eltern können ihren Nachmittagskaffee und ein Stück Kuchen entspannt geniessen.

Tag/Zeit	Mittwoch, ab 16.00 Uhr
Raum	Mehrzweckraum
Alter	Kinder nur in Begleitung von Erwachsenen
Auskunft	Arisa Sutter, 078 253 32 58, kafiplus.accu@zentrumelch.ch



Kafi Plus Basteltisch



Jeden Freitag kannst du bei uns basteln mit einer Auswahl von verschiedenen Materialien und Vorlagen. Das Kafi Plus ist gleichzeitig offen.

Tag/Zeit	Freitag, 15.00–17.30 Uhr
Raum	Mehrzweckraum
Alter	Kinder nur in Begleitung von Erwachsenen
Kosten	Freiwilliger Unkostenbeitrag
Auskunft	Arisa Sutter, 078 253 32 58, kafiplus.accu@zentrumelch.ch



FAMILIEN

Kafi Plus Chrabbeltreff

Mütter und Väter mit Babys können sich regelmässig bei uns treffen. Die Kinder lernen neue Spielkamerad*innen kennen und haben viel Platz zum altersgerechten Spielen. Die Eltern können ihre Erfahrungen austauschen rund um die Entwicklung von Babys und Kleinkindern.

Tag/Zeit	Montag, 15.00–17.00 Uhr (ausser während der Schulferien)
Raum	Kinderraum
Alter	Für Kinder ab 6 Monaten bis ca. 2 Jahren
Kosten	Der Treff ist ohne Anmeldung und kostenlos. Das Kafi Plus findet gleichzeitig im Raum statt. Eine Mitarbeiterin erteilt Auskünfte und vernetzt die Teilnehmenden, z.B. auf Wunsch via WhatsApp-Gruppe.
Auskunft	Arisa Sutter, kafiplus.accu@zentrumelch.ch



Kafi Plus Kindergeburtstag



Du willst in unserem Zentrum Kindergeburtstag feiern? Du kannst bei uns einen Tisch für dich und deine Gäste reservieren. Deko und Sirup sind im Preis inbegriffen. Das Kafi Plus ist gleichzeitig geöffnet.

Tag/Zeit	Mittwoch und Freitag, 15.00–17.30 Uhr
Raum	Mehrzweckraum
Alter	Kinder nur in Begleitung von Erwachsenen
Kosten	Fr. 5.– pro Kind (max. 10 Kinder)
Auskunft	Arisa Sutter, 078 253 32 58, kafiplus.accu@zentrumelch.ch



FAMILIEN

ELKI-Singen



Unser Kindersingen ist ein bezauberndes Abenteuer, bei dem wir die Vielfalt der Kinderlieder und Musik erkunden. Deine Kleinen haben Spass beim Singen, Tanzen und Musikmachen, treffen neue Freunde und erleben gemeinsam musikalische Abenteuer. Wir freuen uns darauf, euch bei unserer musikalischen Reise zu begrüßen. Die Kinderbetreuung für Geschwister ist gleichzeitig geöffnet (Rabatt).

Tag/Zeit	Gruppe 1: Montag, 9.00–9.45 Uhr Gruppe 2: Montag, 10.00–10.45 Uhr (ausser während der Schulferien)
Raum	Mehrzweckraum
Alter	Kinder ab 1½ Jahren in Begleitung
Kosten	Fr. 8.– M / Fr. 10.– NM, zahlbar quartalsweise
Eintritt	Sofern Plätze frei sind, jederzeit möglich, gratis Schnuppermorgen auf Anmeldung. Start pro Gruppe ab vier Anmeldungen.
Auskunft & Anmeldung	Sandra Odermatt, Tel. 043 333 43 36, Tel. 076 450 19 22, accu@zentrumelch.ch



Minispielmobil

Spielplausch für Kleinkinder mit Begleitung. Gemeinsam begeben wir uns auf eine Entdeckungsreise in die Welt der Farben, Musik und Bewegung. Es wird gespielt, gebastelt, geforscht und vorgelesen. Die Begleitpersonen müssen anwesend bleiben. Bei kaltem, nassem oder regnerischem Wetter findet das Angebot nicht statt.

Tag/Zeit	Dienstag, 9.30–11.30 Uhr Mai bis September (ausser während der Schulferien)
Ort	Marktplatz Oerlikon
Kosten	Dies ist ein kostenloses Angebot in Kooperation mit dem GZ Oerlikon.
Auskunft	Bei unsicherem Wetter erfährst du am Dienstag ab 9.00 Uhr unter Tel. 043 333 43 36 oder accu@zentrumelch.ch , ob das Angebot stattfindet.



ERWACHSENE

Tai Chi und Chi Kung

Der beste Grund, diese Bewegungskunst aus China zu lernen, ist, sich wohlfühlen und vielleicht langsam beginnende Altersbeschwerden sanft zu neutralisieren. Noch besser ist es, bereits in jungen Jahren mit dem Training zu beginnen und es in den Alltag zu integrieren. Chi Kung (Gesundheitsübungen) ist auch unter dem Namen Qi Gong bekannt.

Tag/Zeit	Die Kurse finden an verschiedenen Abenden von Dienstag bis Donnerstag sowie am Samstagvormittag statt. Die Kursübersicht findest du unter www.gesundbewegen.ch/kurse
Raum	Mehrzweckraum
Kosten	Die Kurskosten findest du unter www.gesundbewegen.ch/kurse
Leitung	Andreas Keller, Lehrberechtigter ITCCA
Auskunft & Anmeldung	a.keller@gesundbewegen.ch , Tel. 079 327 65 99 (tagsüber bis 16.00 Uhr erreichbar)



Ballett für Erwachsene

Ideal, um Bewegung und Achtsamkeit ins Leben zu integrieren als Ausgleich zum Alltagsstress. Ballett hilft, die Flexibilität, Kraft und Koordination zu verbessern und den Geist zu klären. Beim Tanzen können Emotionen ausgedrückt und das Selbstwertgefühl gestärkt werden. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Tag/Zeit	Montag, 18.30–19.20 Uhr
Raum	Mehrzweckraum
Eintritt	Jederzeit möglich, Schnupperstunde gratis
Alter	Erwachsene
Kosten	Auskunft unter 079 293 53 51
Leitung	Elena Krummenacher, dipl. Tanzpädagogin und Choreografin
Auskunft & Anmeldung	Tel. 079 293 53 51, info@tanzschule-danse-loft.ch , www.tanzschule-danse-loft.ch



ERZIEHUNG & BERATUNG

Elternbildungsreihe



Zu verschiedenen Themen bieten wir neu Vorträge mit unserer staatlich geprüften und anerkannten Erzieherin Melanie Bullerjahn (Zentrumsleiterin CeCe-Areal) an. Die Elternbildungen sind kostenlos und können auch einzeln besucht werden. Sie richten sich an Eltern mit Kindern zwischen 0 und 4 Jahren.

1. Rituale: Sicherheit oder Langeweile?

Tag/Zeit	Donnerstag, 23. Oktober 2025 18.30 – 19.30 Uhr, online (via Teams)
Auskunft & Anmeldung	Anmeldung bis eine Woche vor Durchführung bei: Melanie Bullerjahn, cece.areal@zentrumelch.ch

2. Lernen ist ein Kinderspiel

Tag/Zeit	Donnerstag, 30. Oktober 2025 18.30 – 19.30 Uhr, online (via Teams)
Auskunft & Anmeldung	Anmeldung bis eine Woche vor Durchführung bei: Melanie Bullerjahn, cece.areal@zentrumelch.ch

3. Bewegung macht Spass – mit Alltagsmaterial

Tag/Zeit	Donnerstag, 6. November 2025 18.30 – 19.30 Uhr, mit Apéro
Ort	Zentrum ELCH CeCe-Areal , Betreuungsraum Wehntalerstrasse 634, 8046 Zürich Mit Kinderbetreuung
Auskunft & Anmeldung	Anmeldung bis eine Woche vor Durchführung bei: Melanie Bullerjahn, cece.areal@zentrumelch.ch



ERZIEHUNG & BERATUNG

Tramuki [®]

Für Mamas mit Kleinkindern: Sind Sie neu in der Stadt Zürich, haben eigene Migrationserfahrung und Kinder, die maximal drei Jahre alt sind? In unseren Tramuki-Gruppen können Sie sich mit anderen Frauen über Erziehungsfragen austauschen und in einem ungezwungenen Rahmen Deutsch sprechen. Ihr Kind kann dabei spielen. Gemeinsam besuchen wir auch Angebote und Einrichtungen des Quartiers.

Tag/Zeit	Donnerstag, 9.30 – 11.00 Uhr (ausser während der Schulferien)
Raum	Mehrzweckraum
Alter	Mütter mit Kindern bis 3 Jahre
Kosten	Dies ist ein kostenloses Angebot der Mütter- und Väterberatung der Stadt Zürich.
Auskunft	Weitere Informationen finden Sie unter www.stadt-zuerich/mvb.ch/tramuki
Anmeldung	Tel. 044 412 76 00 oder mvb@zuerich.ch



Mitglied werden

Als Mitglied unterstützt du die Arbeit des Vereins und profitierst von diesen Vorteilen:

- Rabatt in der Kinderbetreuung und bei der Miete von Zentrumsräumen
- Mehr Provision beim Verkauf von Kinderkleidern
- Auf Wunsch Programmbroschüren der Zentren per Post
- Stimmrecht an der Mitgliederversammlung



Die Mitgliedschaft kostet Fr. 50.– pro Kalenderjahr. Möchtest du profitieren? Dann freuen wir uns über deine Anmeldung unter

www.zentrumelch.ch/mitgliedschaft

Vielen Dank für dein Vertrauen!



Jetzt Mitglied werden!

RAUMVERMIETUNG

Vermietung unserer Räume für deinen Anlass

Möchtest du einen entspannten Kindergeburtstag feiern? Suchst du passende Räumlichkeiten für deinen Vereinsanlass oder um deinen neuen Kurs zu starten? Bei uns kannst du zu sehr günstigen Konditionen Räume inklusive Infrastruktur mieten. Bei regelmässiger Nutzung oder für Kindergeburtstage werden spezielle Konditionen vereinbart.

Kinderraum (+ Foyer)	48 m ² 34 m ²	Platz für 20 Kinder, inkl. Ausstattung wie Kindermöbel, Spielsachen usw., Zugang zum Spielplatz im Innenhof
Mehrzweckraum	70 m ²	Platz für 50 Personen, unterteilbar in 2 Räume, inkl. Tische, Stühle, Whiteboards, Musikanlage vorhanden, Beamer kann separat dazugemietet werden.
Küche		Geschirr für 60 Personen, komplett eingerichtet. Für regelmässige Nutzungen gibt es besondere Mietkonditionen.
Auskunft		Dienstag 9.00–11.00 Uhr und Freitag 9.00–11.00 Uhr, bei Lysmina Ouadha, Tel. 043 333 43 36, vermietung.accu@zentrumelch.ch

Für **Kindergeburtstage bis 12 Jahre** können der Kinderraum oder der Mehrzweckraum zu Sonderkonditionen gemietet werden (nur Samstag oder Sonntag). Kosten: Fr. 60.– M / Fr. 80.– NM.
Am Mittwoch und am Freitag kann am Nachmittag für einen Kindergeburtstag ein Tisch in unserem Kafi Plus reserviert werden: kafiplus.accu@zentrumelch.ch



Kinderraum



Mehrzweckraum

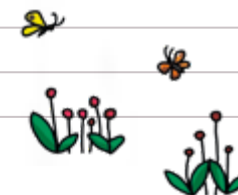
Weitere Informationen zu den Räumen findest du unter www.zentrumelch.ch/accu > Räume mieten

INFORMATIONEN

Deine Infostelle

Die Zentrumsleiterin des Zentrums ELCH Accu gibt Familien mit Kindern bis ins Primarschulalter gern kostenlose Auskünfte. Wir freuen uns auf deinen Besuch im Büro des Zentrums ELCH Accu oder kontaktiere uns telefonisch bzw. per E-Mail.

Büro-Öffnungszeiten	Mittwoch, 9.00–11.00 Uhr
Adresse	Otto-Schütz-Weg 9, 8050 Zürich
Website	www.zentrumelch.ch/accu



Ansprechpersonen

Zentrumsleitung	Sandra Odermatt, Tel. 043 333 43 36, Tel. 076 450 19 22, accu@zentrumelch.ch
Vermietung	Lysmina Ouadha, Tel. 043 333 43 36, vermietung.accu@zentrumelch.ch
Kinderbetreuung	Marina Dordevic, Tel. 078 874 63 43, kibe.accu@zentrumelch.ch
Kafi Plus	Arisa Sutter, Tel. 078 253 32 58, kafiplus.accu@zentrumelch.ch
Kulturgruppe	Noemi Wildmann, Tel. 078 775 08 15, kultur.accu@zentrumelch.ch

Kursbedingungen

Rabatt für Vereinsmitglieder (M)

Die Preise für Vereinsmitglieder sind mit M gekennzeichnet.

Bezahlung

Bei internen Veranstaltungen und Angeboten sind die Kosten vor Ort bar oder per TWINT zu bezahlen. Bei Angeboten von externen Anbietenden gelten die Zahlungskonditionen der Kursanbieter*innen.

Kinderbetreuung

Bei einem Kurs oder einem Angebot ist die Kinderbetreuung in der Regel nicht inbegriffen. Spezialtarife bei einzelnen Angeboten sind jedoch möglich und werden speziell kommuniziert.

Absenz/Kursabbruch

Bei internen Angeboten berechtigen Absenzen oder ein Kursabbruch in der Regel zu keiner Rückerstattung des Kursgeldes. Bei Angeboten von externen Anbietenden gelten die Konditionen der Kursanbieter*innen.

Kursbestätigung

Der Verein ELCH stellt keine Kursbestätigungen aus.

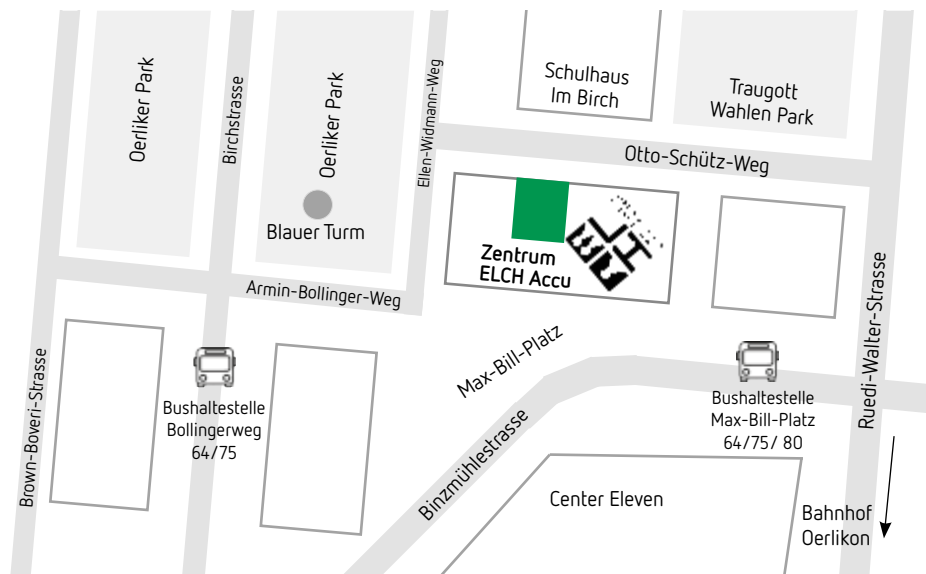
Anzahl Teilnehmende

Gewisse Kurse werden erst ab einer bestimmten Anzahl Teilnehmenden durchgeführt.

Bei **Fragen** kannst du gerne mit der Zentrumsleiterin oder den Kursanbietenden Kontakt aufnehmen.

SO FINDEST DU UNS

Das Zentrum ELCH Accu am Otto-Schütz-Weg 9 ist direkt gegenüber vom Schulhaus «Im Birch». In nur wenigen Gehminuten ist das Zentrum von den Bushaltestellen Max-Bill-Platz (Linien 64, 75, 80) oder Bollingerweg (Linien 64, 75) erreichbar.



IMPRESSUM

Herausgeber: Verein ELCH für Eltere & Chind, Regensbergstrasse 209, 8050 Zürich **Auflage:** 1000 Exemplare
Erscheinung: Zwei Mal jährlich (Februar und August) **Druck:** Printoset, Zürich (auf FSC-zert. Papier) **Texte, Redaktion,**
Layout: Verein ELCH **Illustrationen:** Suki Bamboo, Luzern **Inserate:** Inserateschluss Broschüre Nr. 66: 7. November 2025.
Weitere Auskünfte: kommunikationsassistenz@zentrumelch.ch, Tel. 078 254 82 77

Die nächste Ausgabe erscheint am 20. Februar 2026.