



Quartierzentrum Schütze

Angebot und Programm August–Oktober 2022

Quartierfenster



Quartierverein
5 INDUSTRIE

Spezielles aus dem Quartier

Unter quartieragenda.qv5.ch finden Sie Anlässe aller Art und vieles mehr, was in unserem schönen Stadtkreis durchgeführt wird! Veranstalter*innen und Institutionen sind eingeladen, ihre Angebote in der Agenda selber zu publizieren. Ganz nach dem Motto «vom und fürs Quartier» wünschen wir Ihnen beim Durchstöbern und Ausprobieren viel Spass!



Café Schütze

Der soziokulturelle Begegnungsort im Kreis 5 mit Café, Treffpunkt, Veranstaltungen und Anlaufstelle für die Quartierbevölkerung

Was Sie im Café Schütze erwartet:

- ein gemütliches Café mit einem kleinen Getränke- und Snack-Angebot ohne Konsumationszwang und einer Spielecke für Kinder
- verschiedene Veranstaltungen und regelmässige Kurse – lassen Sie sich vom vielfältigen Angebot überraschen!
- Wir unterstützen Sie bei quartierbezogenen Anliegen und Ideen.
- Sie erhalten Informationen zu sozialen und kulturellen Themen im Quartier.

Das Café ist für alle offen, und jede und jeder ist willkommen. Wir freuen uns, Sie kennenzulernen!



Raumvermietung

Das Quartierzentrum Schütze verfügt über fünf Räume von 60 bis 172 m², ideal für öffentliche oder private Veranstaltungen.

Haben Sie eine Idee für ein Fest, einen Anlass oder möchten Sie einen Kurs anbieten? Wir beraten Sie gerne.



Kontakt und Öffnungszeiten

Quartierzentrum Schütze

(Eingang C)
Heinrichstrasse 238
8005 Zürich

Café und Begegnungsort

Öffnungszeiten Café
Mi–Fr, 13–17.30 Uhr

Vermietung Quartierräume

Öffnungszeiten Sekretariat Quartierräume
Mo–Do, 13–18 Uhr

Feiertage im Quartierzentrum Schütze

Ab dem 17. August ist das Café Schütze wieder geöffnet.
Vermietungsbüro und Café bleiben geschlossen:
13. September, Knabenschiessen
17.–22. Oktober, Herbstferien (nur Café geschlossen)

Team

Katja Schubiger
Soziokultur und Café, Mi–Fr
katja.schubiger@zuerich.ch

Adina Graber

Soziokultur und Café, Do, Fr
adina.graber@zuerich.ch

Anja Luginbühl

Soziokultur Quartierräume, Mo–Do
anja.luginbuehl@zuerich.ch

Karin Baumann

Gruppenleiterin Quartierräume, Mo–Do
karin.baumann@zuerich.ch

Kontakt

T +41 44 412 83 80
qzschuetze@zuerich.ch



[stadt-zuerich.ch/
quartierzentrum-
schuetze](http://stadt-zuerich.ch/quartierzentrum-schuetze)



Bleiben Sie auf dem Laufenden und folgen Sie uns auf Instagram: [qzschuetze](https://www.instagram.com/qzschuetze)

Veranstaltungen und Kurse

im Rahmen von Züri lernt

Comic-Zeichnen zum Thema Emojis	Erwecke deine gezeichnete Emoji-Comic-Figur zum Leben, gib ihr Ausdruck, zeig ihr, wie sie sich bewegen soll und in welcher Umgebung sie herumspringt! Kontakt: manuela.uebelhart@gmail.com Mi, 21. September, 16.30–18 Uhr, Flex 2	Kostenlos, ohne Anmeldung
Stimmen der Farbe – offene Chorprobe	Offene Chorprobe in vielen Sprachen, begleitet von Instrumenten wie Geige, Gitarre, Oud, Klarinette, Akkordeon usw. Alle sind eingeladen, mit uns zu singen, unabhängig von Herkunft, Bildung, Alter, Religion. Pure Lebensfreude, Zugehörigkeit und Wertschätzung sind unser Credo. Kontakt: hakanacan21@gmail.com Mi, 21. September, 19–20 Uhr, Flex 1	Kostenlos, ohne Anmeldung. Keine Vorkenntnisse nötig.
Die Stunde der Wahrheit – ein Kartenspiel aus Zürich	Eine alte Geschichte erzählt von der «Mühle der Wahrheit». Dazu hat Christof Burkard ein Kartenspiel erfunden, inspiriert vom Turm der Swissmill. Spiel mit Christof und lass dir deine Orakelkarte deuten! Das ist die Stunde deiner Wahrheit. Website: maulhelden.ch Do, 22. September, 19.30–22 Uhr, Flex 1 & 2	Kostenlos, ohne Anmeldung
To-Do-Liste mal anders	Dir fällt alles auf einmal ein, und du hast Tausende geschäftliche und private To-Do-Listen, die du immer wieder neu schreiben musst? In dieser Lektion erhältst du eine kurze Einführung in die Kanban-Methode und bastelst dein eigenes Kanban-Board für zu Hause oder im Büro. Fr, 23. September, 10.30–11.45 Uhr, Flex 2	Kostenlos, ohne Anmeldung
Do-In Meridian Yoga	Do-In kommt aus Japan und heisst übersetzt «Der Weg zu Gesundheit und Glück» Mit einfachen Übungen und Dehnungen lernen wir unsere Aufmerksamkeit ins Innere des Körpers zu lenken und stärken so unsere Selbstheilungskräfte. Das Nervensystem kommt zur Ruhe, der Körper entspannt sich und wird gleichzeitig belebt. Als Shiatsu-therapeutin nutze ich diese Übungen, um den therapeutischen Effekt zu vertiefen. Kontakt: shiatsu@stefaniez.ch Fr, 23. September, 15–16 Uhr, Flex 2	Kostenlos, ohne Anmeldung

Familien und Kinder

Familien-sonntage	Wohin im Quartier an einem Sonntagnachmittag? Das Café Schütze öffnet einmal im Monat seine Türen für die Familien im Kreis 5. So, Café geöffnet 14–17 Uhr, Flex 1	Kostenlos, ohne Anmeldung		
	<table> <tr> <td>18. September Musik Musikalischer Sonntagnachmittag im Café Schütze. Junge Musiker*innen aus dem Quartier zeigen ihr Können auf unserer Bühne – unter der Leitung von Roger Greipl.</td> <td>9. Oktober Basteln Wir basteln gemeinsam Deko aus allerlei Sachen und verzaubern das Café Schütze in herbstlich bunte Stimmung.</td> </tr> </table>	18. September Musik Musikalischer Sonntagnachmittag im Café Schütze. Junge Musiker*innen aus dem Quartier zeigen ihr Können auf unserer Bühne – unter der Leitung von Roger Greipl.	9. Oktober Basteln Wir basteln gemeinsam Deko aus allerlei Sachen und verzaubern das Café Schütze in herbstlich bunte Stimmung.	
18. September Musik Musikalischer Sonntagnachmittag im Café Schütze. Junge Musiker*innen aus dem Quartier zeigen ihr Können auf unserer Bühne – unter der Leitung von Roger Greipl.	9. Oktober Basteln Wir basteln gemeinsam Deko aus allerlei Sachen und verzaubern das Café Schütze in herbstlich bunte Stimmung.			
Kindertreff Viadukt im Schütze	Einmal im Monat belebt das Team des Kindertreffs Viadukt jeweils am Dienstagnachmittag das Quartierzentrum Schütze. Der Kindertreff ist für alle Kinder ab Kindergarten bis 6. Klasse gedacht. Von 15 bis 18 Uhr im Flex 1 & 2 an folgenden Daten: 30. August, 20. September, 4. Oktober, 1. und 29. November, 13. Dezember Details erfahren Sie unter stadt-zuerich.ch/kindertreffviadukt	Kostenlos, ohne Anmeldung		

Regelmässige Angebote/Kurse

Weitere Details zu den Kursen und Informationen für die Anmeldung finden Sie auf der Website.

Bewegung und Tanz

	Tag	Zeit	Kosten	Raum
Rückenschonendes Fitnessstraining	Di	17.50–18.40 Uhr und 19.00–19.50 Uhr	Fr. 20.– / Lektion	Flex 5
Indischer Tanz Bharata Natyam (für Erwachsene)	Di	12.00–13.00 Uhr	Fr. 48.– / Lektion	Flex 4
Qigong	Di	18.30–20.00 Uhr	Fr. 20.– / Lektion	Flex 4
High Intensity Cardio Training	Di	20.30–21.30 Uhr	Kollekte	Flex 4
Capoeira	Mi	18.30–20.15 Uhr	Kollekte	Flex 5
Everdance	Do	18.00–18.50 Uhr	Fr. 15.– / Lektion	Flex 5
Jazz Dance	Do	18.20–19.20 Uhr	Fr. 20.– / Lektion	Flex 4
Sambatanzkurs	Do	19.30–20.50 Uhr	Fr. 25.– / Lektion	Flex 4
Ballo di Gruppo (moderner Linedance)	Do	19.00–20.30 Uhr	Fr. 20.– / Lektion	Flex 5
Mexikanischer Folkloretanz	Fr	19.00–21.00 Uhr	Kollekte	Flex 5
Zumba	Fr	17.30–18.30 Uhr	Fr. 20.– / Lektion	Flex 4
Lilith Dance (Meditation und Tanz)	Sa, 1x im Monat	19.30–21.30 Uhr	Fr. 30.– / Lektion	Flex 5

Für Kinder und Familien

Begleiteter Bewegungsraum	Im begleiteten Bewegungsraum kann Ihr Kind (5–20 Monate) frei krabbeln, klettern und verschiedene Spielmaterialien erforschen. Mo, 15.30–16.30 Uhr	Kostenlos	Flex 4
Mütter- und Väterberatung	Professionelle Beratung bei Fragen zu Ernährung, Pflege, Entwicklung und Erziehung Ihres Kindes Jeden Di, 9.30–11.30 Uhr Jeden 2. und 4. Do im Monat, 14–15 Uhr	Kostenlos	Flex 2 Flex 3
Contemporary Urban für Kidz	Di, 16.50–17.50 Uhr	Fr. 350.– / Halbjahr	Flex 4
Babymassage	Jeden 1. und 3. Do im Monat, 10.30–11.30 Uhr	Kostenlos	Flex 4

Beratung / Gruppen / Treffpunkte

Narcotics Anonymous	Narcotics Anonymous ist eine Selbsthilfe-Organisation von Menschen, für die Drogen, Alkohol oder Medikamente zum Problem geworden sind. Di, 18.15–19.15 Uhr (Die Reise) Sa, 17.30–18.45 Uhr So, 16.00–17.30 Uhr (nur für Frauen, alle 2 Wochen) So, 16.00–17.30 Uhr (Schrittemeeting) So, 18.00–19.30 Uhr	Kostenlos	Flex 3 Flex 5
Adult Children of Alcoholics (ACA) English	Twelve Step, Twelve Tradition program of men and women who grew up in dysfunctional homes Mo, 19–20.15 Uhr	Free	Flex 3

Aktuelles

Auch in der Pestalozzi-Bibliothek im Quartierzentrum Schütze finden diverse Veranstaltungen statt:

Öffentliche Führungen in der Bibliothek:

Mi, 17. August 18–18.45 Uhr
Mi, 21. September 10–10.45 Uhr
Mi, 26. Oktober 18–18.45 Uhr

Bilderbuchkino «Jim macht durch»
Sa, 17. September 10.30–11.15 Uhr

Weitere Informationen und Veranstaltungen unter pbz.ch/kindertreff

