

insieme

Zürcher Oberland

Mai/Juni

2026

TREFF
VERANSTALTUNGEN

ÖFFNUNGSZEITEN

Dienstag 19:00-22:00 Uhr

Donnerstag 19:00-22:00 Uhr

Samstag 17:00-22:00 Uhr

Telefon:
043 497 87 60



INFORMATIONEN ZU INSIEME ZO TREFF VERANSTALTUNGEN



Daniela Potenza
Sachbearbeiterin

Impressum

Das Treff-Heft des insieme Freizeit-Treffs erscheint in der Regel 6 x jährlich

Auflage: 800 Exemplare

Kontaktadresse:

insieme Zürcher Oberland
Geschäftsstelle
Freiestrasse 29a
8610 Uster

Telefon Treff 043 497 87 60

Telefon Büro 044 944 85 55

E-Mail: info@insiemezoch.ch

Homepage:
www.insiemezoch.ch

Wichtig zu wissen:

Die Anlässe im insieme Freizeit-Treff werden hier ausgeschrieben.

Es können alle Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung vorbeikommen. Eine Mitgliedschaft im Verein insieme Zürcher Oberland ist dazu nicht nötig.

ANMELDUNGEN:

Für Nachtessen, den Sonntags-Brunch und spezielle Veranstaltungen sind Anmeldungen erforderlich. Die Anmeldetalons befinden sich am Ende des Hefts. Wenn Sie sich angemeldet haben, sollten Sie auch daran teilnehmen. Abmeldungen werden nur im Notfall akzeptiert; ansonsten werden Kosten berechnet!

Wir versenden für viele Veranstaltungen keine Teilnahmebestätigungen mehr. Behalten Sie darum die Ausschreibungen.

Für den normalen Treffbetrieb am Dienstag, Donnerstag und Samstag ist keine Anmeldung erforderlich.

MITNEHMEN:

Bitte zahlen Sie die Teilnehmerbeiträge gemäss Ausschreibung für die jeweilige Veranstaltung direkt vor Ort.

Vergessen Sie nicht, ein wenig Taschengeld für Getränke und Snacks mitzunehmen während der regulären Treff-Öffnungszeiten.

Viel Spass in unserem Freizeit-Treff!

Agenda Mai bis Juni 2026

(Ergänzungen und Änderungen vorbehalten)

Öffnungszeiten

jeden Dienstag und Donnerstag 19:00-22:00 Uhr

jeden Samstag 17:00-22:00 Uhr

Donnerstag den 14. Mai bleibt der Treff geschlossen

insieme Basteln

Triff dich mit uns!

Samstag, den 13. Juni 2026

Kosten 5.- CHF

Die Liste zur Anmeldung wird rechtzeitig im Treff ausgehängt.

ANMELDUNG ERFORDERLICH FÜR FOLGENDE VERANSTALTUNGEN:

Senioren-Nachmittag

Donnerstag, 28. Mai 2026, 13:30-16:30 Uhr

Donnerstag, 04. Juni 2026, 13:30-16:30 Uhr

Sonntagsbrunch

Sonntag, 21. Juni 2026, 10:00-12:30 Uhr

Nachtessen im Treff

Samstag, 02. Mai 2026, 19:00-22:00 Uhr

Samstag, 20. Juni 2026, 19:00-22:00 Uhr

Das Treff-Lokal befindet sich in
8610 Uster, Freiestrasse 29.

**Bitte Lebensmittelallergien auf
der Anmeldung angeben.**



Sonntagsbrunch im Treff

Sonntag ist Brunchzeit. Vor allem, wenn es Kaffee und frischen Zopf gibt. Wer auch gerne den Sonntag mit einem feinen Brunch starten möchte, ist beim Sonntagsbrunch von insieme Zürcher Oberland genau richtig.

ANMELDUNG ERFORDERLICH

Anmelde-Talon Nr. 1

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung. Wenn wir ausgebucht sind, werden wir lediglich Absagen mitteilen.

21. Juni 2026

Uhrzeit: 10:00 - 12:30 Uhr

Kosten: 15 CHF pro Person

Bitte das Geld in bar mitnehmen.

Bitte die Anmeldung auf Seite 9 ausfüllen und an insieme ZO senden. Natürlich darf man sich auch gerne per E-Mail oder telefonisch anmelden.



ANMELDUNG ERFORDERLICH

Anmelde-Talon Nr. 2

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung. Wenn wir ausgebucht sind, werden wir lediglich Absagen mitteilen.

Ü50-Club Nachmittag

Ein herzliches und gemütliches Beisammensein unter Gleichaltrigen – das bieten die insieme Ü50-Nachmittage. Hier bleibt Zeit für entspannte Gespräche, fröhlichen Austausch und natürlich für Kaffee und köstlichen Kuchen.

28. Mai 2026

Uhrzeit: 13:30 - 16:30 Uhr

Kosten: 10 CHF pro Person

Bitte das Geld in bar mitnehmen.

Bitte die Anmeldung auf Seite 10 ausfüllen und an insieme ZO senden. Natürlich darf man sich auch gerne per E-Mail oder telefonisch anmelden.

04. Juni 2026

Uhrzeit: 13:30 - 16:30 Uhr

Kosten: 10 CHF pro Person

Bitte das Geld in bar mitnehmen.

Bitte die Anmeldung auf Seite 10 ausfüllen und an insieme ZO senden. Natürlich darf man sich auch gerne per E-Mail oder telefonisch melden.



Nachtessen im Treff

02. Mai 2026

Wie wäre es die Zeit mit einem gemütlichen Spaghetti-Plausch in entspannter Atmosphäre und in guter Gesellschaft zu geniessen.

Uhrzeit: 19:00 - 22:00 Uhr

Kosten: 15 CHF pro Person
Bitte das Geld in bar mitnehmen.

Bitte die Anmeldung auf Seite 11 ausfüllen und an insieme ZO senden. Natürlich darf man sich auch gerne per E-Mail oder telefonisch melden.

ANMELDUNG
ERFORDERLICH

Anmelde-Talon Nr. 3

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung. Wenn wir ausgebucht sind, werden wir lediglich Absagen mitteilen.



20. Juni 2026

Der Sommer steht vor der Tür und es wird immer wärmer. Unsere Stimmung kann aber auch durch ein feines Nachtessen im Treff aufgeheitet werden. wie wär es bei Bratkartoffeln und Poulet.

Uhrzeit: 19:00 - 22:00 Uhr

Kosten: 15 CHF pro Person
Bitte das Geld in bar mitnehmen.

Bitte die Anmeldung auf Seite 11 ausfüllen und an insieme ZO senden. Natürlich darf man sich auch gerne per E-Mail oder telefonisch melden.



Regulärer Treff-Betrieb

Mai

Samstag, 02. Mai
 Dienstag, 05. Mai
 Donnerstag, 07. Mai
 Samstag, 09. Mai
 Dienstag, 12. Mai
 Samstag, 16. Mai
 Dienstag, 19. Mai
 Donnerstag, 21. Mai
 Samstag, 23. Mai
 Dienstag, 26. Mai
 Donnerstag, 28. Mai
 Samstag, 30. Mai

Juni

Dienstag, 02. Juni
 Donnerstag, 04. Juni
 Samstag, 06. Juni
 Dienstag, 09. Juni
 Donnerstag, 11. Juni
 Samstag, 13. Juni
 Dienstag, 16. Juni
 Donnerstag, 18. Juni
 Samstag, 20. Juni
 Dienstag, 23. Juni
 Donnerstag, 25. Juni
 Samstag, 27. Juni
 Dienstag, 30. Juni

Dienstag: 19:00-22:00 Uhr
 Donnerstag: 19:00-22:00 Uhr
 Samstag: 17:00-22:00 Uhr

Donnerstag: 14. Mai ist der
 Treff geschlossen.



ANKÜNDIGUNGEN



SENIOREN-AUSFLUG

Am 18. Juni findet wieder ein Senioren-Ausflug statt. Wir besuchen den Gnadenhof Narr in Hinteregg, Der Hof Narr ist ein Lebenshof für Tiere, die gerettet wurden. Lernen Sie die Tiere näher kennen und geniessen Sie einen feinen Zvieri auf dem Hof.

VERANSTALTUNGEN

Wir bieten viele abwechslungsreiche Veranstaltungen an. Wir verschicken unser Veranstaltungsbüchlein alle zwei Monate. Wir freuen uns über Anmeldungen mit den beiliegenden Anmelde-Talons im Veranstaltungsbüchlein.

FREIZEIT

Wer gerne Sport macht, ist herzlich willkommen in unseren vielen Sportangeboten des insieme Sportclubs und Reitclubs. Viel Spass macht auch der insieme Chor, der einmal im Jahr eine grosse Aufführung im Stadthofsaal Uster hat. Wer mehr an Tanzen interessiert ist, kann sich gerne bei uns für mehr Informationen zu unseren Kulturangeboten melden.

Information

Es kommt leider immer wieder vor, dass sich angemeldete Teilnehmende nicht abmelden und nicht zu unseren Veranstaltungen kommen.

Deshalb haben wir entschieden, dass wir eine Gebühr von mindestens Fr. 20.-- verlangen, wenn jemand unentschuldigt fehlt.

Wir hoffen, dass Sie dafür Verständnis haben und uns helfen, die Teilnahme an unseren Veranstaltungen zu verbessern.

Datenschutz:

Informieren Sie sich betreffend Datenschutz auf unserer Website:
www.insiemezo.ch/de/datenschutzbestimmungen

Anmeldetalon Nr. 1
insieme Sonntagsbrunch

☐ 21. Juni 2026

Name: _____ Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Tel.-Nr.: _____ Handy-Nr.: _____

Geb.-Datum: _____ Unterschrift: _____

Betreuungshinweise / **Allergien:** _____

Einsenden bis 15. Juni 2026 an:
insieme Zürcher Oberland, Freiestrasse 29a, 8610 Uster oder per E-Mail an
info@insiemezo.ch oder telefonisch unter 044 944 85 51.

Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass während der Veranstaltung aufgenommene Fotos und Videos von uns eventuell für Drucksachen, Internet und Presse verwendet werden. Wenn wir von Ihnen bei der Anmeldung keine anderslautende Rückmeldung erhalten, gehen wir davon aus, dass Sie mit diesem Vorgehen einverstanden sind.

Anmeldetalon Nr. 2
insieme Ü50-Nachmittag

☐ 28. Mai 2026

☐ 04. Juni 2026

Name: _____ Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Tel.-Nr.: _____ Handy-Nr.: _____

Geb.-Datum: _____ Unterschrift: _____

Betreuungshinweise / Allergien: _____

Einsenden bis 22. Mai (bzw. 29. Mai) 2026 an:
insieme Zürcher Oberland, Freiestrasse 29a, 8610 Uster oder per
E-Mail an info@insiemezo.ch oder telefonisch unter 044 944 85 51.

Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass während der Veranstaltung aufgenommene Fotos und Videos von uns eventuell für Drucksachen, Internet und Presse verwendet werden. Wenn wir von Ihnen bei der Anmeldung keine anderslautende Rückmeldung erhalten, gehen wir davon aus, dass Sie mit diesem Vorgehen einverstanden sind.

Anmeldetalon Nr. 3
insieme Nachtessen im Treff

☐ 02. Mai 2026

☐ 20. Juni 2026

Name: _____ Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Tel.-Nr.: _____ Handy-Nr.: _____

Geb.-Datum: _____ Unterschrift: _____

Betreuungshinweise / Allergien: _____

Einsenden bis 24. April (bzw. 12. Juni) 2026 an:
insieme Zürcher Oberland, Freiestrasse 29a, 8610 Uster oder per E-Mail an
info@insiemezo.ch oder telefonisch unter 044 944 85 51.

Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass während der Veranstaltung aufgenommene Fotos und Videos von uns eventuell für Drucksachen, Internet und Presse verwendet werden. Wenn wir von Ihnen bei der Anmeldung keine anderslautende Rückmeldung erhalten, gehen wir davon aus, dass Sie mit diesem Vorgehen einverstanden sind.

insieme Zürcher Oberland setzt sich seit 1962 für die Interessen und Förderung von Menschen mit kognitiven Beeinträchtigung ein. Wir erreichen mit rund 1'000 Veranstaltungen 1'000 Betroffene und ihre Familien im Zürcher Oberland.



Sport

Fussball, Schwimmen, Ballsport,
Turnen, Reiten



Kultur

Chor, Movers, Volkstanz,
Freu(n)dentanz, Zirkus



Ferien

Ferien- und Kurswochen,
Wochenenden, Städtereisen



Beratung

Sozialberatung, Sorgentelefon,
SEBE-Stelle Kanton Zürich



Ausflüge

Freizeit- und Ü50-Nachmittage,
Waldertreff, Disco, Beisammensein



Weiterbildung

Kurse, Foren



Freizeit-Treff

Treff-Lokal Uster, mobile
wunderBar, Mein Freizeit-Traum



Netzwerk

Regional, Kanton Zürich, Schweiz

Interesse an einem unserer Angebote?

Alle Informationen finden Sie auf www.insiemezo.ch oder in den Broschüren, die wir regelmässig versenden. Wenn Sie künftig unsere Informationen per Post erhalten möchten oder insieme ZO unterstützen möchten, melden Sie sich bei uns. Für Teilnahmen an Sport- und Kulturangeboten und für Freiwilligenarbeit bei insieme Zürcher Oberland ist Schnuppern jederzeit möglich.



insieme Zürcher Oberland
Geschäftsstelle
Freiestrasse 29a
8610 Uster



Telefon 044 944 85 55
info@insiemezo.ch
www.insiemezo.ch
PC-Konto 80-166-4
IBAN: CH09 0900 0000 8000 0166 4