Insieme

Zürcher Oberland

Juli/August

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@insiemezo.ch

Homepage:
www.insiemezo.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 Juli bis August 2026

(Ergänzungen und Änderungen vorbehalten)

Öffnungszeiten
jeden Dienstag und Donnerstag 19:00-22:00 Uhr
jeden Samstag 17:00-22:00 Uhr

Sommerferien: der Treff bleibt vom 20.7. bis 9.8. geschlossen

Lottomatch
Samstag, den 29. August 2026
Es gibt tolle Preise und garantiert viel Spass.
Kosten 5.- CHF
Die Liste zur Anmeldung wird rechtzeitig im Treff ausgehängt.

ANMELDUNG ERFORDERLICH FÜR FOLGENDE VERANSTALTUNGEN:

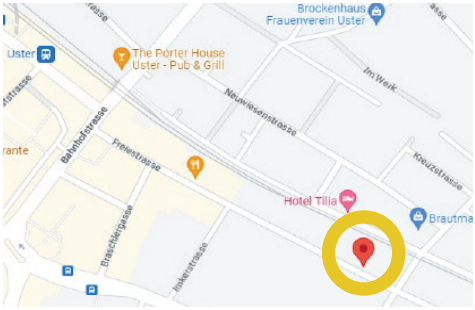
Ü50-Club Nachmittag
Donnerstag, 09. Juli 2026, 13:30-16:30 Uhr
Donnerstag, 27. August 2026, 13:30-16:30 Uhr

Sonntagsbrunch
Sonntag, 12. Juli 2026, 10:00-12:30 Uhr
Sonntag, 30. August 2026, 10:00-12:30 Uhr

Nachtessen im Treff
Samstag, 15. August 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

ANMELDUNG ERFORDERLICH

Anmelde-Talon Nr. 1

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

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.

12. Juli 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.

30. August 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.

Ü50-Club Nachmittag

ANMELDUNG ERFORDERLICH

Anmelde-Talon Nr. 2

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

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.

09. Juli 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.

27. August 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

ANMELDUNG ERFORDERLICH

Anmelde-Talon Nr. 3

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

15. August 2026

Gemeinsam geniessen wir Herrliches vom Grill, verbringen eine schöne Zeit zusammen und haben jede Menge Spass. Lasst uns das Zusammensein feiern und einfach den Abend in vollen Zügen 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.

Regulärer Treff-Betrieb

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

Vom 20. Juli bis 09. August 2026 ist der Treff geschlossen. Sommerferien!

Juli	August
Donnerstag, 02. Juli	Dienstag, 11. August
Samstag, 04. Juli	Donnerstag, 13. August
Dienstag, 07. Juli	Samstag, 15. August
Donnerstag, 09. Juli	Dienstag, 18. August
Samstag, 11. Juli	Donnerstag, 20. August
Dienstag, 14. Juli	Samstag, 22. August
Donnerstag, 16. Juli	Dienstag, 25. August
Samstag, 18. Juli	Donnerstag, 27. August
	Samstag, 29. August

ANKÜNDIGUNGEN

Ü50-CLUB AUSFLUG

Am 20. August 2026 findet wieder ein Senioren-Ausflug statt. Dieses Mal führt uns die Reise zur idylischen Insel Ufenau, einem der schönsten Orte im Zürichsee. Freuen Sie sich auf eine entspannte und stimmungsvolle Schifffahrt mit einem feinen Zvieri. Gönnen Sie sich einen unbeschwerten Tag in angenehmer Gesellschaft.

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. 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

☐ 12. Juli 2026 ☐ 30. August 2026

Name: _____ Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

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

Geb.-Datum: _____ Unterschrift: _____

Betreuungshinweise / **Allergien:** _____

_____

Einsenden bis 06. Juli (bzw. 24. August) 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

☐ 09. Juli 2026 ☐ 27. August 2026

Name: _____ Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

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

Geb.-Datum: _____ Unterschrift: _____

Betreuungshinweise / Allergien:_____

_____

Einsenden bis 06. Juli (bzw. 24. August) 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

☐ 15. August 2026

Name: _____ Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

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

Geb.-Datum: _____ Unterschrift: _____

Betreuungshinweise / Allergien:_____

_____

Einsenden bis 10. August 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