



CRIANÇAS, ADOLESCENTES E FAMÍLIAS

INFORMAÇÕES E OFERTA

NA REGIÃO DE USTER



Telefones de médicos

Linha de apoio para emergências com crianças, adolescentes e adultos: **0800 33 66 55**

A linha de apoio está operacional 365 dias por ano, 24 horas por dia.

Em casos que impliquem perigo de vida:

Linha de urgência médica **144**



Hospitais

Spital Uster • Brunnenstrasse 42, 8610 Uster • 044 911 11 11

Kinderspital Zürich • Steinwiesstrasse 75, 8032 Zürich • 044 266 71 11

Pediatras

Kinderpraxis Uster

Winterthurerstrasse 18a, 8610 Uster • 043 444 23 33

Dr. Daniel Grün, Dr. Stephanie Stücheli-Herlach,

Dr. Katharina Müller-Weber

Quellenpraxis AG

Loren-Allee 22, 8610 Uster • 044 940 25 00

quellenpraxis@hin.ch

Dr. Irmela Heinrichs

Flor Gesundheitszentrum für Kinder und Eltern

Loren-Allee 20, 8610 Uster • 044 940 55 51

info@flor-gesundheitszentrum.ch

Dr. Regula Neidhardt, Dr. Alexia Moser,

Dr. Susanne Dürst

Kinderarztpraxis

Florastrasse 10, 8610 Uster • 044 940 89 11

joerg.ersch@bluewin.ch

PD Dr. Jörg Ersch

CARA FAMÍLIA

Temos o prazer de lhe apresentar a brochura sobre as ofertas para crianças, adolescentes e famílias.

Aqui, vai encontrar informações sobre as ofertas em Uster no âmbito de cuidados infantis, aconselhamento e acompanhamento. Esta brochura contém também informações sobre diversas atividades de tempos livres e a vida comunitária em Uster.

O Centro para a Infância, Juventude e Inclusão, enquanto centro de contacto geral, está ao seu dispor para o esclarecimento de quaisquer dúvidas.

ÍNDICE

Ofertas para famílias

Centros de contacto e aconselhamento para famílias	6
Centro para famílias de Uster	8
Outras ofertas	9

Ofertas para crianças e adolescentes

Centros de contacto e aconselhamento para crianças e adolescentes	10
Associação de trabalho com crianças e jovens	12
Autocarro das brincadeiras de Uster	13
Parque-aventura Holzwurm de Uster	14

Acolhimento

Centros de contacto e aconselhamento sobre o acolhimento de crianças	15
Ajuda à infância em situações de emergência do centro familiar de Uster	16
FEB – Acolhimento complementar para famílias	17
Creches / Jardins de infância	18
Tagesfamilien Zürcher Oberland	19
Grupos lúdicos	20

Ofertas de tempos livres

Associações	23
Outras ofertas de tempos livres	26



CENTROS DE CONTACTO E ACONSELHAMENTO PARA FAMÍLIAS

Centro para a Infância, Juventude e Inclusão

O Centro para a Infância, Juventude e Inclusão presta apoio aos residentes de Uster. Oferece variadas ofertas destinadas a crianças, adolescentes e famílias e é o centro de contacto geral para o esclarecimento de dúvidas.

044 944 72 06 • kindheit@uster.ch

FABEL – Aconselhamento familiar para pais

O centro de contacto FABEL está ao dispor para esclarecer, junto de pais e famílias, todas as perguntas e os assuntos relacionados com o dia a dia familiar e as transições (p. ex., entrada na escola), colocando os problemas e necessidades dos pais em primeiro plano.

Centro para a Infância, Juventude e Inclusão, Seraina Hostettler
079 876 72 92 • kindheit@uster.ch
www.familienzentrum-uster.ch/fabel

Escola primária de Uster

O foco da escola primária é proporcionar alegria para quem aprende e para quem ensina. Ensinamos aproximadamente 800 crianças em idade pré-escolar e 2200 alunos e alunas do primeiro ciclo distribuídas por nove instalações escolares. A oferta educativa e de acolhimento cobre as necessidades das crianças em idade escolar residentes no município e na região.

044 944 73 30 • ps@uster.ch

Centro de ajuda para crianças e adolescentes de Uster (kjj)

Orientação pedagógica

Os orientadores pedagógicos do centro kjj Uster auxiliam-no a compreender melhor o comportamento dos seus filhos, crianças ou adolescentes, e a resolver conflitos. Muitas vezes, bastam dois dedos de conversa para conquistar mais confiança na função de educador.

043 258 48 00

Aconselhamento para pais e mães

Os conselheiros familiares discutem com os pais todos os temas que lhes são mais importantes e que dizem respeito ao desenvolvimento, cuidado, alimentação e educação dos seus filhotes. No centro de aconselhamento, pode pesar e medir o seu bebé, ficar a par das variadas ofertas para famílias na sua região e encontrar-se com outros pais e mães. Os serviços são gratuitos e confidenciais.

Schulweg 4, 8610 Uster

043 259 76 70 • www.zh.ch/kjj-uster

Pro Juventute – Aconselhamento para pais

O acompanhamento e a educação de crianças e adolescentes nem sempre é fácil. Não há duas crianças iguais. Nem duas famílias iguais.

O centro de aconselhamento para pais da Pro Juventute responde, de forma individualizada e profissional, a perguntas de pais e tutores e oferece apoio em situações de emergência. A linha de apoio está operacional 365 dias por ano, 24 horas por dia.

058 261 61 61 • www.elternberatung.projuventute.ch



CENTRO PARA FAMÍLIAS

O Centro para Famílias é uma associação independente que opera em nome do município de Uster, subsidiada pelo Gabinete para a Juventude e Orientação Profissional. As ofertas individuais são prestadas pelas mais variadas organizações, com o contributo frequente do trabalho e empenho de colaboradores voluntários.

O Centro para Famílias em Uster é um centro de convívio de mães, pais e crianças que frequentam em conjunto diversos eventos e ofertas. O Centro para Famílias é um ponto de encontro popular entre os pais. Oferece ainda sessões de aconselhamento e cursos. O Centro para Famílias dispõe ainda de programas oferecidos por especialistas externos. Por exemplo, aqui, os novos residentes podem aprender alemão (ABC Deutschkurse).

Café aberto para todos com espaço lúdico para crianças:

Segunda a sexta (todo o dia)

Zentralstrasse 32, 8610 Uster

044 994 57 47 • info@familienzentrum-uster.ch

www.familienzentrum-uster.ch

OUTRAS OFERTAS

Kinder-4

Aqui, encontra vídeos curtos e informações sobre a aprendizagem precoce no dia a dia: **www.kinder-4.ch**.

O lema é: «Fomentamos as competências linguísticas de todas as crianças e adolescentes. Dessa forma, todos têm as mesmas oportunidades na escola, no emprego e na sociedade.»

App Parentu

A App para pais informados – desenvolvimento e educação de crianças entre os 0 e os 16 anos (em 13 idiomas). Esta App pode ser descarregada gratuitamente na App Store ou Google Play

Boutique Jailhouse

A Boutique Jailhouse é a loja de referência para roupa infantil e brinquedos a preços económicos em Uster. A par de uma grande seleção de artigos em segunda mão, encontrará também produtos originais das marcas Helly Hansen e rukka.

Freiestrasse 47, 8610 Uster

043 540 74 75 • info@jailhouse-uster.ch • www.jailhouse-uster.ch



CENTROS DE CONTACTO E ACONSELHAMENTO PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Centro para a Infância, Juventude e Inclusão

O Centro para a Infância, Juventude e Inclusão presta apoio aos residentes de Uster. Oferece variadas ofertas destinadas a crianças, adolescentes e famílias e é o centro de contacto geral para o esclarecimento de dúvidas.

044 944 72 06 • jugend@uster.ch

Prevenção de dependências

O centro especializado para a prevenção de dependências trata as questões relacionadas com promoção da saúde, prevenção de dependências e dependências.

www.sucht-praevention.ch

Pro Juventute – Aconselhamento + Ajuda 147

A linha de emergência da Pro Juventute esclarece as dúvidas de crianças e adolescentes, ajuda a resolver problemas e presta apoio em situações de emergência. Especialistas respondem a perguntas relacionadas com temas como família, violência, dependências, escola, emprego, amor, amizade e sexualidade. Para além do **número de telefone 147**, o Aconselhamento + Ajuda 147 pode ser também contactado por SMS, chat e e-mail.

Desta forma, crianças e adolescentes, que preferem a forma de contacto escrita à telefónica, têm também acesso a este serviço gratuito oferecido pela Pro Juventute. Na plataforma de internet **www.147.ch**, crianças e adolescentes encontram ainda mais respostas às suas perguntas, assim como inúmeros links e endereços de outros centros especializados. A linha de apoio está operacional 365 dias por ano, 24 horas por dia.

147 - beratung@147.ch - www.147.ch

Centro de Orientação Profissional BIZ

Orientação profissional, preparação para a atividade profissional ou cursos de preparação para alunos do secundário

O Centro BIZ auxilia os jovens e os seus pais na escolha de emprego. Os jovens são ajudados na procura de uma formação ou uma solução intermédia, ao mesmo tempo que têm com quem discutir os seus interesses, competências, desejos e expectativas. Comparamos as exigências especiais das ofertas formativas com as expectativas e os desejos do seu filho. Sempre que necessário, também realizamos testes.

Aconselhamento SOS para jovens – ajuda em situações de emergência:

Técnicos de orientação profissional ajudam os jovens que, estando prestes a concluir a escolaridade, ainda não encontraram um estágio. O curso chama-se: «Não tenho estágio - E agora?». Há ainda outros cursos disponíveis. Horas de atendimento: Segunda a sexta, mediante marcação

Brunnenstrasse 1, 8610 Uster
043 258 49 00 - www.zh.ch/biz-uster

ASSOCIAÇÃO DE TRABALHO COM CRIANÇAS E JOVENS - USTER

A associação de trabalho com jovens ocupa-se de questões em torno dos adolescentes de Uster. É responsável pela gestão da loja da juventude («Jugend-Laden»), onde os jovens podem receber apoio, aconselhamento e informações para a implementação de projetos e eventos individuais e questões existenciais.

Durante o horário de abertura, os colaboradores voluntários estão à disposição dos jovens para aconselhamento e apoio. Registam ideias, desejos e planos. A associação para a juventude está também aberta a pais, escolas e instituições especializadas.

Freiestrasse 19, 8610 Uster
044 941 14 50 • jugend@uster.ch

frjz - Centro de Tempos Livres e Apoio à Juventude de Uster

A associação de tempos livres e apoio à juventude da região de Uster, VFJRU, foi fundada em 1965 e não está vinculada a qualquer partido político ou instituição religiosa. A associação opera na área do trabalho com os jovens e a comunidade (tempos livres). É responsável pela gestão do Centro de Tempos Livres e Apoio à Juventude «frjz», em Uster.

Zürichstrasse 30, 8610 Uster
044 941 14 49 • info@frjz-uster.ch • www.frjz.ch



AUTOCARRO DAS BRINCADEIRAS DE USTER

O autocarro das brincadeiras é um autocarro colorido cheio de brinquedos, meios de locomoção divertidos e materiais para trabalhos manuais. Vai ao encontro das crianças no bairro, no parque da cidade e nas freguesias da periferia. O autocarro das brincadeiras oferece a crianças e adultos a possibilidade de darem asas à criatividade. É possível aprender a brincar e sem pressão.

O autocarro das brincadeiras é um ponto de encontro descontraído para muitas pessoas: para os mais novos e os mais velhos, para ricos ou pobres, para cidadãos suíços e cidadãos oriundos de outros países. Presta um contributo importante para a integração. O autocarro das brincadeiras leva alegria às crianças e enriquece a cidade e a sua vida cultural.

Quando é que o autocarro das brincadeiras passa?

Entre abril e outubro, em período escolar, o autocarro das brincadeiras passa entre as 13:30 e as 17:00 horas de quarta a sábado, pelos vários bairros de Uster, no parque da cidade e pelas aldeias vizinhas. No inverno, esta iniciativa realiza-se nos pavilhões desportivos.

Durante as férias da primavera, do verão e do outono, são realizadas emocionantes semanas temáticas. De segunda a sexta, sempre das 10:00 às 12:00 horas e das 13:30 às 17:00 horas, há um programa de férias aberto a todos. Encontra o autocarro das brincadeiras estacionado no parque da cidade de Uster, quando não está a caminho de excursões aventureiras.

As datas e os locais atuais constam do itinerário:

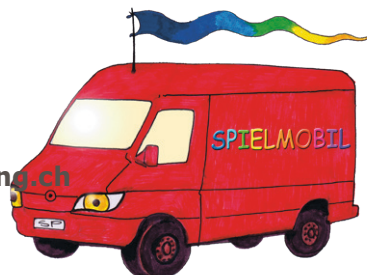
www.spielmobil-uster.ch/fahrplan

As atividades estão abertas a todos, são gratuitas e realizam-se independentemente das condições climáticas – exceto em dias de chuva intensa contínua e tempestades. Não é necessária inscrição prévia.

**Fundação Arbeitsgestaltung
Berchtoldstrasse 3, 8610 Uster**

076 418 81 99 · spielmobil@arbeitsgestaltung.ch

www.spielmobil-uster.ch



PARQUE-AVENTURA HOLZWURM DE USTER

O parque-aventura Holzwurm oferece brincadeiras ao ar livre para crianças. No mundo atual fortemente estruturado, estes espaços ao ar livre são verdadeiras importantes. O parque infantil pretende ser um espaço de experiências, fantasia, criatividade. Pretende oferecer espontaneidade, mudança, inovação, divertimento e brincadeiras na natureza. O parque Holzwurm é um espaço para atividades e jogos em conjunto, onde as crianças podem simplesmente estar e conviver. Sem pressão para demonstrarem as suas competências nem brincadeiras orientadas, as crianças são livres de partir à descoberta. O parque promove a autonomia, o sentimento de grupo e oferece possibilidades para conhecer limites e fronteiras. Proporciona espaço para a criatividade. A equipa de monitores ajuda na resolução de conflitos e apoia as crianças na concretização das suas próprias ideias.

Crianças e adolescentes são convidados a decidir como ocupar o seu tempo livre com a maior autonomia possível. O parque Holzwurm pretende, assim, ser um local ao ar livre, que as crianças possam frequentar a seu bel-prazer e deixar as suas marcas, sem que se sintam compelidas a satisfazer expectativas ou a demonstrar competências. Os adultos no Holzwurm colocam à sua disposição espaço, liberdade, materiais, ferramentas e, se necessário, também ajuda. Nesse processo, é importante que as crianças possam pôr em prática as suas próprias ideias, sem terem de estar à altura das «exigências dos adultos».

O extenso areal oferece muitas possibilidades para brincar, escalar, construir cabanas, fazer fogueiras, brincar na areia e muito mais. O parque-aventura está aberto no seguinte horário:

Tardes de terça-feira para crianças até à idade pré-escolar
(acompanhadas por um adulto)

Tardes de quarta-feira para crianças em idade escolar
(incl. atividades como soldar, trabalhos manuais e artísticos)

Tardes de quinta e sexta para todos
(as crianças pequenas têm de ser acompanhadas por um adulto)

Hinterwiesenweg 3, 8610 Uster
077 449 72 44 • info@holzwurm-uster.ch
www.holzwurm-uster.ch

abenteuer
spielplatz
**HOLZ
WURM**



CENTROS DE CONTACTO E ACONSELHAMENTO SOBRE O ACOLHIMENTO DE CRIANÇAS

Em Uster, existe uma grande variedade de grupos lúdicos (com ou sem vertente de desenvolvimento linguístico), jardins de infância e creches. De seguida, encontrará uma grande seleção de serviços de assistência à infância. Em caso de dúvidas, tem ao dispor o Centro para a Infância, Juventude e Inclusão.

Centro para famílias de Uster

044 994 57 47 • info@familienzentrum-uster.ch

Centro para a Infância, Juventude e Inclusão

044 944 72 06 • kindheit@uster.ch

AJUDA À INFÂNCIA EM SITUAÇÕES DE EMERGÊNCIA DO CENTRO FAMILIAR DE USTER

Às vezes, precisamos de uma babysitter à última hora. Por exemplo, quando um pai desempregado é chamado espontaneamente para prestar um trabalho à experiência ou quando uma mãe solteira tem de ir trabalhar e não quer deixar o filho doente sozinho em casa.

Nesses casos, a Ajuda à Infância em Situações de Emergência do Centro Familiar de Uster é a solução adequada. A ajuda prestada abrange cuidados infantis na hora e sem complicações, em situações de urgência, fornecidos por pessoas formadas.

- O apoio é oferecido a crianças dos **0 aos 12 anos**.
- O apoio é prestado **na sua casa**.
- Um serviço de apoio é **planeado para ser prestado no espaço de 2 horas**, contudo depende da disponibilidade dos monitores.
- Os serviços de apoio realizam-se de **segunda a sexta**, entre as 7:00 e as 19:00 horas.
- A duração do apoio é de **2 a 8 horas**.

Zentralstrasse 32, 8610 Uster
076 498 99 82 • info@familienzentrum-uster.ch
www.kinder-notfall-betreuung.ch

FEB – ACOLHIMENTO COMPLEMENTAR PARA FAMÍLIAS

O FEB é o grupo de serviços de acolhimento complementar para famílias. Tem parcerias com creches e infantários privados no âmbito dos chamados contratos de prestação de serviços. Estes contratos estipulam os serviços que podem ser oferecidos por creches e infantários e a que valores. Os diversos prestadores de cuidados à infância fazem parte do chamado grupo FEB.

A cidade de Uster subsidia os pais que matriculam os filhos num dos prestadores do grupo FEB. Os montantes subsidiados são calculados com base nos rendimentos tributáveis e no património dos progenitores. Se os progenitores residirem fora da cidade de Uster, não têm direito a receber qualquer apoio financeiro por parte do município de Uster. Os pais têm de requerer o subsídio através da creche ou do infantário.

O município de Uster não garante a obtenção de vagas nas instituições referidas. Para assegurar a sua vaga, contacte diretamente os prestadores individuais de apoio à infância.

Instituições que pertencem ao grupo FEB:

- Kinderkrippe Beluga
- Kinderkrippe Heusser Staub
- Hort im Lot
- Kinderkrippe Muulwurf
- Kinderkrippe und Hort Ramba Zamba
- Kinderkrippe Schatzkiste
- KiTa Seegarten
- Tagesfamilienverein Zürcher Oberland

Stadt Uster, Bahnhofstrasse 17, 8610 Uster
044 944 71 82 • feb@uster.ch • www.uster.ch/feb

CRECHES / JARDINS DE INFÂNCIA

Chinderhuus im Werk • Im Werk 3, 8610 Uster
info@chinderhuusimwerk.ch • www.chinderhuusimwerk.ch

Verein Kinderhaus Mary Poppins • Zentralstrasse 36, 8610 Uster
info@kinderkrippe-uster.ch • www.kinderkrippe-uster.ch

Hort im Lot • Im Lot 11, 8610 Uster
mail@hortimlot.ch • www.hortimlot.ch

KiTa Chinderkram • Apothekerstrasse 18, 8610 Uster
info@kita-chinderkram.ch • www.kita-chinderkram.ch

KiTa Seegarten • Seefeldstrasse 4a, 8610 Uster
info@kitaseegarten.ch • info@kitaseegarten.ch

KiTa Zipfelchappe • Uster West 30, 8610 Uster
mail@kita-zipfelchappe.ch • www.kita-zipfelchappe.ch

KiTa Muulwurf • Industriestrasse 23, 8610 Uster
info@muulwurf.ch • www.muulwurf.ch

Kinderkrippe Schatzkiste • Lorenweg 1, 8610 Uster
info@krippeschatzkiste.ch • www.krippeschatzkiste.ch

Kinderkrippe Ramba-Zamba • Weiherallee 3, 8610 Uster
info@ramba-zamba.ch • www.ramba-zamba.ch

Kinderkrippe Heusser-Staub • Florastrasse 26, 8610 Uster
info@kinderkrippeheusserstaub.ch • www.kinderkrippeheusserstaub.ch

Integrative Kinderkrippe Beluga • Asylstrasse 24, 8610 Uster
beluga@wagerenhof.ch • www.wagerenhof.ch

«Fugu» Kinderkrippe Uster • Braschlergasse 8, 8610 Uster
uster@kitafugu.ch • www.kitafugu.ch/uster

TAGESFAMILIEN ZÜRCHER OBERLAND

A associação Tagesfamilien Zürcher Oberland TFZO oferece um serviço de apoio à infância individual e com um forte componente familiar em famílias de dia qualificadas. Os horários do apoio são acordados conforme as necessidades individuais. Na sede da TFZO, tem à disposição aconselhamento técnico, mediação e acompanhamento dos pais que procuram uma solução para os filhos e das pessoas que acolhem as crianças.

Horário de atendimento:

Segunda – Sexta, 09:00 – 12:00 h e 13:30 – 16:00 h

Spitalstrasse 29, 8630 Rüti ZH

076 348 86 20 • info@tfzo.ch • www.tfzo.ch



GRUPOS LÚDICOS

Grupos lúdicos com vertente especial no desenvolvimento linguístico

BiLiKiD

O grupo lúdico BiLiKiD oferece um espaço vital a crianças dos 3 aos 5 anos. Aqui, as crianças têm a possibilidade de brincarem na sua língua materna e, ao mesmo tempo, de aprender alemão da Suíça. Ou seja, as crianças são estimuladas na sua língua materna. Isto auxilia o desenvolvimento linguístico e mental. Em simultâneo, as crianças aprendem conceitos importantes e palavras-chave em alemão da Suíça, o que será uma mais-valia para quando, mais tarde, frequentarem o jardim de infância e tem como finalidade simplificar a entrada das crianças na escola e o restante percurso escolar. Isto permite-lhes usufruir de igualdade de oportunidades. Em Uster, o grupo lúdico BiLiKiD oferece atividades em alemão da Suíça e em turco.

Familienzentrum Uster, Zentralstrasse 32, 8610 Uster

052 534 58 91 • info@bilikid.ch • www.bilikid.ch

Glüehwürmli

O Glüehwürmli é um grupo lúdico com aprendizagem da língua. Aqui, as crianças aprendem alemão da Suíça enquanto brincam. O grupo é orientado por duas educadoras com excelentes qualificações. Neste grupo, crianças com cerca de três anos de idade têm as primeiras experiências fora do seio familiar até entrarem no jardim de infância. Convivem com crianças da mesma idade e beneficiam de uma oferta variada. O Glüehwürmli oferece: brincadeira livre, artes, canto, hora do conto, trabalhos manuais e experiências. As crianças aprendem alemão num contexto prático. As suas competências linguísticas são treinadas, desenvolvidas e estimuladas.

Im Werk 8, 8610 Uster

044 212 14 41 • petra_imseng@hotmail.com • www.gluehwuermli.ch

kidin.ch

Este grupo lúdico estabelece como prioridade a formação, o acompanhamento e a monitorização em idade precoce. Cada criança é estimulada no seu processo de desenvolvimento individual. Oferece um meio ambiente diversificado e estimulante. Aqui, o seu filho pode aprender ao seu ritmo.

São aplicados os princípios filosóficos de Maria Montessori e Rudolf Steiner. Assenta em elementos fulcrais como muito movimento, brincadeira livre, atividades criativas e alimentação saudável. O dia a dia do grupo é ainda complementado com histórias, rimas e canções durante o lanche da manhã. Queremos que o seu filho se sinta em casa. Para isso, mantemos grupos pequenos e garantimos um ambiente familiar.

Desde 2011, o grupo lúdico implementa o conceito de «desenvolvimento linguístico precoce». O objetivo é que o desenvolvimento linguístico seja estimulado o mais cedo possível.

Turicaphonstrasse 31, 8616 Riedikon
076 366 88 11 • info@kidin.ch • www.kidin.ch

WACkelöhrli

WACkelöhrli é um grupo lúdico para crianças mais velhas, que valoriza bastante o desenvolvimento linguístico (alemão da Suíça – inglês) num ambiente pleno de brincadeiras divertidas. O grupo lúdico aceita todas as crianças entre os 2 e os 5 anos que gostem de brincar, cantar, fazer trabalhos manuais, ouvir histórias e, por último, mas não menos importante, também aprender a conviver com outras crianças da mesma faixa etária. Este grupo lúdico é uma oferta da Women's Activity Club (WAC), uma organização de caráter voluntário de Uster.

Winterthurerstrasse 18, 8610 Uster
043 305 92 50 • ltcschool@wac.ch • www.wac.ch

Outros grupos lúdicos

Spanische Spielgruppe Lindos Matices

Familienzentrum Uster, Zentralstrasse 32, 8610 Uster
Miriam Baumann ▪ 079 816 96 31 ▪ migucha2001@yahoo.com

Spielgruppe Summervogel ▪ Aathalstrasse 38A, 8610 Uster
vgalvao@bluewin.ch ▪ www.spielgruppesummervogel.ch

Spielgruppe Chindernäscht M.A.Schumacher

Schwerzistrasse 21, 8606 Nänikon ▪ Werrikon ▪ chindernaescht@gmx.ch

Spielgruppe Ameisinäscht ▪ Tännbergstrasse 1, 8610 Uster
info@ameisinaescht.ch ▪ www.ameisinaescht.ch

Spielgruppe Lukiluks

Gerichtsstrasse 8, 8610 Uster ▪ www.lukiluks.ch

Rudolf Steiner Spielgruppe Sonnenberg

Wildsbergstrasse 22, 8610 Uster
info@spielgruppe-sonnenberg.ch ▪ www.spielgruppe-sonnenberg.ch

Spielgruppe Spielchische Uster ▪ Asylstrasse 2, 8610 Uster
info@spielchische-uster.ch ▪ www.spielchische-uster.ch

Spielgruppe Trückli ▪ frjz Uster, Zürichstrasse 30, 8610 Uster
trueckliuster@gmx.ch ▪ www.trueckliuster.jimdofree.com

Waldspielgruppe Wurzeln ▪ Murggenstrasse 32, 8606 Nänikon
hanne.grimm@gmx.ch ▪ www.waldspielgruppe-wurzeln.ch

Waldkinder Uster

An verschiedenen Orten im Wald, 8610 Uster
info@waldkinderuster.ch ▪ www.waldkinderuster.ch

Claudia's Chinder-Stübli ▪ Haberweidstrasse 33, 8610 Uster
078 606 65 13 ▪ www.claudias-chinderstuebli.ch



ASSOCIAÇÕES

As associações são uma base indispensável da vida desportiva, cultural e social do município de Uster. Agradecemos a todos os voluntários que doam o seu tempo a uma organização, contribuindo tão fundamentalmente para a qualidade de vida e identidade do município de Uster.

Encontra uma lista atual com as associações de Uster no website do município de Uster.

www.uster.ch/vereinsliste

Em seguida, encontra uma lista de algumas associações com participação ativa no apoio à infância e à juventude e no incentivo das novas gerações.

Clubes desportivos

Judo Club Uster

www.judo-club-uster.ch ▪ 079 829 8891 ▪ info@jcu.ch

Boxclub Uster

www.boxclubuster.ch ▪ 079 103 14 16 ▪ kontakt@boxclubuster.ch

Chin Woo Kung Fu

www.chinwoo-uster.ch ▪ 044 905 87 77

FC Uster

www.fcuster.ch ▪ 079 583 67 78 ▪ sekretariat@fcuster.ch

FC Rot Weiss Winikon

www.fc-rw.ch ▪ 044 941 44 19 ▪ info@fc-rw.ch

Footrebel SOCCER Uster

www.footrebel.com ▪ play@footrebel.com

Unihockey Club Uster

www.uhcluster.ch ▪ info@uhcluster.ch

CESIU (Italienischer Ski- und Exkursionsclub Uster)

www.cesiu.ch ▪ 079 335 46 56 ▪ info@cesiu.ch

TV Uster Leichtathletik und Volleyball

www.tvuster.ch ▪ 079 358 08 35 ▪ praesident@tvuster.ch

TV Uster Handball

www.tvu.ch ▪ 079 770 01 36 ▪ walter.flessati@cosb.ch

Frauenturnverein

www.ftv-uster.ch ▪ praesidentin@ftv-uster.ch

Sportclub Satus Uster Kunstturnen

www.satus-uster.ch ▪ 044 932 63 06 ▪ praesident@satus-uster.ch

Sportclub Nänikon

www.scn.ch ▪ 044 941 06 67 ▪ praesident@scn.ch

Schwimmclub Uster

www.scu.ch ▪ 079 405 44 45 ▪ philippe.walter@scuw.ch

Squash-Club Uster

www.squash-arena.ch ▪ 044 515 95 77 ▪ info@squash-arena.ch

Tennisclub Uster

www.tcuster.ch ▪ 079 409 73 63 ▪ peter.leemann@tcuster.ch

Voltige-Club Harlekin

www.voltige-harlekin.ch ▪ info@voltige-harlekin.ch

Kunstradfahrer Uster

www.kunstradfahrer-uster.ch ▪ 079 314 91 83 ▪ katrin_gubler@hotmail.com

Outras associações**Musikschule Uster Greifensee**

www.msug.ch ▪ 044 940 78 00 ▪ msug@musikschule-msug.ch

Pfadi Uster-Greifensee

www.pfadi-uster-greifensee.ch ▪ 076 423 71 85 ▪ al@pfadi-uster-greifensee.ch

CEVI Uster

www.cevi-uster.ch ▪ 044 942 00 77 ▪ stephan.goeldi@cevi.ch

JuBla Uster

www.jubla-uster.ch ▪ 076 442 59 55 ▪ mibad@bluewin.ch

Modellfluggruppe Uster

www.mg-uster.ch ▪ 079 632 04 41 ▪ martin@wunderli.ch

OUTRAS OFERTAS DE TEMPOS LIVRES

Biblioteca municipal e regional de Uster

A biblioteca municipal e regional de Uster disponibiliza cerca de 50 000 meios: livros, revistas, jornais, filmes, jogos e muito mais. Além disso, dispõe ainda de um café, computadores e WI-FI.

Bankstrasse 17, 8610 Uster
044 944 77 50 • info@stadtbibliothek-uster.ch
www.stadtbibliothek-uster.ch

Ludoteca

A ludoteca de Uster oferece jogos e brinquedos para todas as faixas etárias, incluindo divertimentos para adultos. Há várias categorias de entretenimento: jogos de tabuleiro, jogos para construir e fazer trabalhos manuais, jogos eletrónicos, jogos de movimento e mais.

Tannenzaunstrasse 8, 8610 Uster
044 940 05 81 • info@ludothek-uster.ch • www.ludothek-uster.ch

Dorfbad Uster

A Dorfbad situa-se em pleno centro da cidade. Não obstante, é um local tranquilo, que convida a relaxar. É, assim, ideal para descontrair, durante algumas horas, da agitação do dia a dia. A gama de equipamentos: piscina para adultos (25 m), piscina para crianças, quiosque com menus de almoço e snacks, zonas para churrasco, parque infantil.

Florastrasse 22, 8610 Uster
044 943 59 20 • dorfbad@uster.ch • www.uster.ch/dorfbad

Piscina coberta de Uster

A maior piscina coberta da Suíça oferece os seguintes equipamentos: piscina olímpica (50 m), 2 piscinas para adultos (25 m), pista de escorregas (55 m), uma grande área de brincadeiras para os mais pequenos, spa, bar.

Hallenbadweg 3, 8610 Uster
044 943 59 10 • hallenbad@uster.ch • www.uster.ch/hallenbad

Strandbad Uster

A Strandbad está idilicamente situada junto ao lago. Disponibiliza os seguintes equipamentos: piscina desportiva (50 m), piscina infantil, parque infantil, dois campos de voleibol de praia, restaurante.

Uferweg 7, 8610 Uster

044 943 59 25 • strandbad@uster.ch • www.uster.ch/strandbad

Pavilhão de squash e escalada Griffig

O pavilhão possui mais de 3800 metros quadrados distribuídos por uma zona de escalada, 7 cortes de squash, um bar, uma loja para adeptos de escalada e uma sala de reuniões.

Hallenbadweg 2, 8610 Uster

044 515 95 77

Pavilhão de escalada: **www.griffig.com**

Pavilhão de squash: **www.squash-arena.ch**

Trilhos ao ar livre

Os trilhos ao ar livre dispõem um leque de ofertas para todos os gostos. Permitem a prática individual de desporto. Os Helsana-Trails e os Zurich Vitaparcours estão abertos ao público em geral – tanto para os corredores mais rápidos, como para os que gostam de correr ao seu ritmo, para jovens e para os mais idosos.

Início do
Helsana-Trail:

Chalchtarenweg, 8615 Uster

Mühliholzweg beim Findlingsgarten, 8610 Uster

Início do
Vitaparcours:

Hallenbadweg, 8610 Uster

www.uster.ch/anlagen

Cidade de Uster

Centro para a Infância, Juventude e Inclusão

Bahnhofstrasse 17

8610 Uster

044 944 72 06

079 876 72 92 (WhatsApp)

E-mail

Família e apoio precoce: **kindheit@uster.ch**

Crianças e adolescentes: **jugend@uster.ch**

Associações: **vereine@uster.ch**