

Gesundheitszentrum für das Alter Herzogenmühle	Glattstegweg 7 8051 Zürich 044 325 31 31	Ohne Anmeldung
Gemeinschaftszentrum Hirzenbach	Helen-Keller-Strasse 55 8051 Zürich 044 325 60 11	Ohne Anmeldung
Heilsarmee Zürich Nord	Saatlenstrasse 256 8050 Zürich 044 325 10 90	Ohne Anmeldung
Kath. Pfarrei St. Gallus	Dübendorfstrasse 60 8051 Zürich 044 325 30 70	Anmeldung bis Montag davor
Gesundheitszentrum für das Alter Mattenhof	Helen-Keller-Strasse 12 8051 Zürich 044 414 50 00	Ohne Anmeldung
Baugenossenschaft Glattal	Gemeinschaftsraum Saatlen Unterfeldstrasse 47 8050 Zürich	Ohne Anmeldung
Ref. Kirchgemeinde Hirzenbach	Altwiesenstrasse 170 8051 Zürich 044 322 50 06 oder 079 398 78 92	Anmeldung bis Montag davor *
Coffee&Deeds	Altwiesenstrasse 181 8051 Zürich 043 539 57 11	
Kirchgemeindehaus Schwamendingen	Stettbachstrasse 58 8051 Zürich 044 321 60 70	Anmeldung bis Donnerstag davor
Kirchenzentrum Saatlen	Saatlenstrasse 240 8050 Zürich 044 312 24 97	Ohne Anmeldung

\* Bei spontanem Kommen auch ohne Anmeldung möglich



## Mittagstische und Cafébetriebe Schwamendingen

Angebote von Non-Profit-Organisationen und sozialen Einrichtungen

# Mittagstische

## Montag

12.00–14.00 Kirchenzentrum Saatlen

## Dienstag

12.00 Kirchgemeindehaus Schwamendingen, 14-tägig  
(ausser Schulferien)

12.00–13.30 Reformierte Kirchgemeinde Hirzenbach  
(ausser Schulferien)

12.00–14 Uhr Kirchenzentrum Saatlen, 14-tägig

## Donnerstag

12.00–13.30 Kath. Pfarrei St. Gallus, jeden 1. Donnerstag im Monat

12.00–14.00 Gemeinschaftszentrum Hirzenbach

11.45–13.00 Heilsarmee Zürich Nord

## Freitag

12.00–14.00 Gemeinschaftszentrum Hirzenbach

11.45–13.00 Heilsarmee Zürich Nord

## (Fast)Täglich

11.30–13.30 Gesundheitszentrum für das Alter Herzogenmühle  
(ausser Samstag)

11.30–13.00 Gesundheitszentrum für das Alter Mattenhof

11.45–13.15 Coffee&Deeds Dienstag bis Freitag



# Senior:innen-Treffs

## Donnerstag

14.00–16.00 Senior:innen-Café im Kirchenzentrum Saatlen  
am 1. Donnerstag im Monat (ausser Schulferien)

14.00–17.00 Seniorentreff Baugenossenschaft Glattal  
Gemeinschaftsraum Saatlen, Unterfeldstrasse 47,  
alle zwei Wochen

14.30-16 Uhr Seniorentreff Heilsarmee Zürich-Nord, Saatlenstr. 256  
**am 2. und 4. Donnerstag nur für Frauen**