

# Zollikerberg-Zumikon

Kath. Pfarramt St. Michael Zollikerberg-Zumikon,  
Neuweg 4, 8125 Zollikerberg,  
Tel. 044 391 64 50, Fax 044 392 07 22, [www.kath-zollikon.ch](http://www.kath-zollikon.ch)

Sekretariat:	Rosmarie Eggerschwiler	Religionspädagoge:	Bruno Durrer
E-Mail:	<a href="mailto:sekretariat-berg@kath-zollikon.ch">sekretariat-berg@kath-zollikon.ch</a>		Tel. 079 798 64 46
Öffnungszeiten:	Di/Do/Fr 9.00–11.45/14.00–17.00 Uhr Mi 9.00–11.45 Uhr		<a href="mailto:b.durrer@kath-zollikon.ch">b.durrer@kath-zollikon.ch</a>
Pfarrer:	Heinz Meier, Tel. 044 391 95 00 <a href="mailto:h.a.meier@kath-zollikon.ch">h.a.meier@kath-zollikon.ch</a>	Katechetin:	Sabrina Incagliato
Diakon:	Michael Josef Tel. 044 395 44 31, Natel 079 578 42 83 <a href="mailto:michael.josef@kath-zollikon.ch">michael.josef@kath-zollikon.ch</a>	MCLI:	Don Cesare Naumowicz
Senioren- beauftragter:	Thomas Keller, Tel. 044 392 07 23 <a href="mailto:t.keller@kath-zollikon.ch">t.keller@kath-zollikon.ch</a>		Tel. 044 926 59 46, 076 247 82 70 <a href="mailto:staefa@missioni.ch">staefa@missioni.ch</a>



wäre falscher als derartige Bedenken. Bereits 1932 stellte der Schöpfer dieser Methode, J. H. Schutz, in einem grundlegenden und umfassenden Werk die Ursprünge, Verfahrensweisen, und speziellen Techniken seines Entspannungssystems dar. Der besondere Vorteil des Autogenen Trainings liegt darin, dass der Übende selber einen Entspannungszustand bewirkt, der nicht nur erholend ist, sondern auch gezielt Beeinträchtigungen des allgemeinen Wohlbefindens und der Organfunktionen zu mildern und zu beheben vermag. Vorzugsweise und mit guten Erfolgen wurde in steigendem Masse das Autogene Training zur Behebung von Störungen der vegetativen Abläufe, des Konzentrationsvermögens, bei Spannungs- und Angstzuständen, Ein- und Durchschlafschwierigkeiten, Nervosität und Stress angewandt. Unter meiner Anleitung und Aufsicht fanden zwei Kurse, die über mehrere Monate liefen und guten Zuspruch hatten im Pfarreihaus in Beckenried statt. Bereits am Donnerstag, dem 12. September 2019 um 19.00 Uhr ist eine Neuauflage beziehungsweise Weiterführung des Kurses geplant, und zwar für Anfänger und Fortgeschrittene. Hierzu treffen wir uns um 19 h im Gemeindezentrum Zollikerberg. Sollte Ihre Neugier geweckt worden sein, so melden sie sich einfach beim jeweiligen Sekretariat oder per Email bei mir an. Die Teilnahme ist wiederum kostenlos!

Michael Josef

P. S.: Weitere Kursausreibungen unter anderem zu den folgenden Inhalten wie «Verhandlungstechniken», «Gesprächsführung» und einiges mehr folgen in den nächsten Wochen.

## GANZ NAH UND WEIT WEG – BRUDER KLAUS UND DOROTHE – ZUM EIDGENÖSSISCHEN BETTAG



Foto: Figur Dorothea und Bruder Klaus, Thomas Keller

## Gottesdienste in Zollikerberg St. Michael

### 23. SONNTAG IM JAHRESKREIS

#### Sonntag, 8. September

9.30 Kein Gottesdienst  
Wir besuchen den Familiengottesdienst zum Multikulti-Fest in Zollikon um 11.00 Uhr

#### Donnerstag, 12. September

19.00 Eucharistiefeier

### 24. SONNTAG IM JAHRESKREIS EIDGENÖSSISCHER DANK-, BUSS- UND BETTAG

#### Sonntag, 15. September

9.30 Kein Gottesdienst

9.45 Ökumenischer Spitalgottesdienst Diakoniewerk Neumünster  
Spitalseelsorger Sales Meier

#### Donnerstag, 19. September

19.00 Eucharistiefeier

## Gottesdienste in Zumikon Bruder Klaus

### 23. SONNTAG IM JAHRESKREIS

#### Samstag, 7. September

17.00 Eucharistiefeier  
Aushilfe: Pater Ludwig Zink  
Kollekte: Aids & Kind

#### Freitag, 13. September

9.00 Eucharistiefeier

### 24. SONNTAG IM JAHRESKREIS EIDGENÖSSISCHER DANK-, BUSS- UND BETTAG

#### Samstag, 14. September

17.00 Eucharistiefeier  
Kollekte: Don Bosco, Jugendhilfe Weltweit

#### Sonntag, 15. September

10.15 Ökumenischer Gottesdienst in der ref. Kirche Zollikerberg  
Pfarrer Heinz Meier,  
Pfrn. Adelheid Jewanski und  
Pfrn. Anne-Käthi Rüegg-Schweizer

#### Mittwoch, 18. September

17.30 MCLI Rosario

#### Freitag, 20. September

9.00 Eucharistiefeier

## Veranstaltungen

### MCLI INCONTRO PENSIONATI

Mittwoch, 11. September, 14.30 Uhr,  
Pfarreizentrum Zollikerberg

### Taufe in unserer Pfarrei



In der Kirche St. Michael Zollikerberg  
Am 1. September 2019  
Lena Marino

Wir wünschen dem Taufkind und den Angehörigen alles Gute und Gottes reichen Segen.

### AUTOGENES TRAINING – KURSANGEBOT FÜR ERWACHSENE WIRD IM SEPTEMBER FORTGESETZT!

Das Autogene Training ist weltweit verbreitet. Seine gegenwärtige besondere Publizität könnte den Eindruck erwecken, es handle sich dabei um eine «Modesache», der gegenüber Skepsis und Vorbehalte angebracht wären. Nichts