

fröidäfäscht

Das frjz feiert

50 Jahre

Eintritt
frei

mit einem kunterbunten
Programm **für alle**

am 1./2.

Oktober 2016

Feier mit!

für Gross und Klein
zum Mitmachen & Geniessen

frjz-Zürichstr. 30 Uster beim Nashorn

Infos unter **www.frjz.ch**

froidäfascht

Dein Freizeitort in Uster
feiert Jubiläum!



Eintritt
frei

**Schau rein und erlebe, was
im frjz alles möglich ist.**

Zwei Tage volles Programm;
von Atelierbesuch bis Zumba.
Für kleine Künstler und grosse
Geniesserinnen, „Gwundernasen“,
Tanzfreudige und solche, die sich
schon immer mal kreativ verewigen
wollten.

Gewinne dein eigenes
froidäfascht
im frjz mit allem drum und dran.
Weitere attraktive Preise warten auf dich!
Mach mit, beim Ballonflugwettbewerb!



uster's freizeitort
für alle!

14:00

froidäfascht-Start mit Überraschungsaktion

Lueg verbi & mach mit!!

Café

14:00 - 18:00

Multikulti-Dessertbuffet

Die „al gusto“-Mitarbeitenden bieten süsse Spezialitäten aus ihren Herkunftsländern an.

Herzhafte Köstlichkeiten vom Grill

Der beliebte „al gusto“-Grill kommt nochmals zum Einsatz, bevor er endgültig eingewintert wird.

Café

15:00

Tai Chi

Erlebe die faszinierenden Formen des Tai Chi (Schwert- und Schwertfightingform), präsentiert von Fredy Buttauer & Schüler/innen.

Café

16:00

Everdance 60+

Ein Tanz für alle Generationen zu Musik des Standardtanzes und lateinamerikanischer Tänze. Dieser Solotanz entspannt und macht Spass. Dieser Solotanz entspannt und macht Spass. Dieser Solotanz entspannt und macht Spass. Dieser Solotanz entspannt und macht Spass. Dieser Solotanz entspannt und macht Spass.

Café

17:30

froidäfascht-Akt

Duo MIMO

Das Ustermer Tanzpaar Janine & Mathias zeigt eine Salsa – Show zu jazzigen Klängen.

Grussworte von Stadtpräsident Werner Egli

Nadja & Dani

Eine berührende Stimme mit viel Power, dazu mal einfühlsame, mal groovige Klavierakkorde, perfekt aufeinander abgestimmt - das sind Nadja & Dani. Sie präsentieren eine musikalische Zeitreise durch fünf Jahrzehnte in einem speziell arrangierten Medley.

Café

Samstag 1.10.2016

14:30

Salsa Animation

Crashkurs mit Janine & Mathias
Lass dich mitreissen vom groovigen Salsa On2 New York Style und tanz mit!

Café

14:30 - 17:30

Kinderprogramm & Attraktionen

Das wird richtig lässig!
Malen, Basteln, Gestalten, Spielen für Kinder ab 3 Jahren.
Mit Elvira (Werkatelier & Filzerei) & Patrizia (Spielgruppe Trüchli)

Werkatelier
Spielgruppe
Aussenraum

15:30

Flamenco

Spüre die Tanzleidenschaft in der Performance von Aoi Locher & Schüler/innen.

Café



14:30

Line-Dance

Mach mit! Ein Tanz für jedes Alter, zu Musik aller Stile. Im Line-Dance führen alle Tanzenden in Reihen in allen Richtungen die gleichen Schrittfolgen aus. Es braucht keinen Tanzpartner und es macht einfach Spass. Workshop & Vorführung mit Lisa Schirinzi

Tanzraum

15:00

SmartAbs & M.A.X.

Verbessere deine Kraft, Kondition und Koordination im Bauch- und Ganzkörpertraining durch 45-sekündige Übungen mit dem Step.
Schnuppertraining mit Kristina Trommer.

Tanzraum

15:30

Qi Gong

Qi Gong ist eine uralte Methode der Gesunderhaltung, Krankheitsvorbeugung und Heilung.
Fredy Buttauer bringt dir in einer Schnupperlektion 6 Harmonieübungen bei.

Tanzraum

16:30

Bewusstes Bewegen

Bleib im Gleichgewicht. Marianne Schütz vermittelt in einem kurzen Gleichgewichtsparcours, wie du deinen Körper stabilisierst.

Tanzraum

17:00

Bewusstes Bewegen

Verbessere deine Körperhaltung. Im Probetraining zeigt dir Marianne Schütz, wie du deine Haltung für einen gesunden Rücken verbessern kannst.

Tanzraum

19:00 - 00:00

„chill und grill“

Bar & Games im Treff / Discobetrieb
(* grill bei schönem Wätter)

Treff und Disco

20:00

Mellow-Jubiläumsparty

Doppeljubiläum! Die Mellow-Party feiert 10 Jahre Tanzparty Ü30, Ü40, Ü50, ... in Uster
Mit DJ Jetstream und Live-Coverband «Flashback»
Feine Cocktails und grosse Bierauswahl!

Café

Samstag & Sonntag

Vom Jugi zum frjz

Fotoausstellung

Momentaufnahmen der letzten 50 Jahre, die Erinnerungen wecken - zum Schmunzeln und Nostalgischwerden!

Sa. 14:00 - 20:00 / So. 10:00 - 17:30

Kreuz und quer im frjz

40 Jahre Handwebatelier

Uster – wir öffnen unsere Tür!

Schau dir unsere selbstgewobenen Stoffe und Objekte an und web mit. Alle 7 Handwebstühle sind eingerichtet, einzelne stehen für dich bereit.

Sa. 14:00 - 17:00 / So. 10:30 - 16:00

Handwebatelier

Eisenbahnamateure Uster - seit 1971 Gast im Jugendhaus!

Bestaune die detailtreue Modellbahngrossanlage „Zürcher Oberland“ in Betrieb! Werde zum Bahnmeister und übe dich an einer zweiten Anlage im Rangieren. Für kleine und grosse Isäbähnler/innen!

Sa. 14:30 - 17:30 / So. 10:30 - 17:00

Berchtoldstrasse 13

Jugendanimation Region Uster

Wir gestalten mit dir den Innenhof neu!

Du kannst dich verewigen - bemale oder bespraye dein Stück Wand!

Unsere Graffiti-profis Laurence und Cyril zeigen dir wie s geht!

Bar & Games im Treff - Besser bisch det ;-)!!!

Sa. 14:30 - 17:30 / So. 14:00 - 17:00

Innenhof und Treff

froidäfascht-Bar

...damit keine Kehle trocken bleibt!

Sa. 14:00 - 19:00 / So. 14:00 - 18:00

Café

Gewinne dein eigenes

froidäfascht

Ballonflugwettbewerb

Gewinne als Hauptpreis dein eigenes

Froidäfascht im frjz mit allem drum und dran.

Weitere attraktive Preise warten auf dich!

Sa. und So. 14:00 - 17:00

Aussenraum

froidäfascht

froidäfascht

Samstag & Sonntag

Vom Jugl zum frjz

Fotoausstellung

Momentaufnahmen der letzten 50 Jahre, die Erinnerungen wecken - zum Schmunzeln und Nostalgischwerden!

Sa. 14:00 - 20:00 / So. 10:00 - 17:30

Kreuz und quer im frjz

40 Jahre Handwebatelier Uster – wir öffnen unsere Tür!

Schau dir unsere selbstgewobenen Stoffe und Objekte an und web mit. Alle 7 Handwebstühle sind eingerichtet, einzelne stehen für dich bereit.

Sa. 14:00 - 17:00 / So. 10:30 - 16:00

Handwebatelier

Eisenbahnamateure Uster - seit 1971 Gast im Jugendhaus!

Bestaune die detailtreue Modellbahngrossanlage „Zürcher Oberland“ in Betrieb! Werde zum Bahnmeister und übe dich an einer zweiten Anlage im Rangieren. Für kleine und grosse Isäbähnler/innen!

Sa. 14:30 - 17:30 / So. 10:30 - 17:00

Berchtoldstrasse 13

Jugendanimation Region Uster

Wir gestalten mit dir den Innenhof neu!

Du kannst dich verewigen - bemale oder bespraye dein Stück Wand!

Unsere Graffiti-profis Laurence und Cyril zeigen dir wie s geht!

Bar & Games im Treff - Besser bisch det ;-)!!

Sa. 14:30 - 17:30 / So. 14:00 - 17:00

Innenhof und Treff

froidäfascht-Bar

...damit keine Kehle trocken bleibt!

Sa. 14:00 - 19:00 / So. 14:00 - 18:00

Café

Gewinne dein eigenes

froidäfascht

Ballonflugwettbewerb

Gewinne als Hauptpreis dein eigenes Froidäfascht im frjz mit allem drum und dran. Weitere attraktive Preise warten auf dich!

Sa. und So. 14:00 - 17:00

Aussenraum

Sonntag

2.10.2016

10:00 - 14:00

Impro-Zmorgezopf

Revival des legendären „Zmorgezopf-Brunch“ mit allerlei kulinarischen Köstlichkeiten.

Dazu Improtheater vom Feinsten mit der Theatergruppe „Cervelat-Improminenz“ & Co.

Kinder bis 5 Jahre: gratis

5 bis 12 Jahre: 10.-

ab 12 Jahren: 15.-

Reservation empfohlen!

044 941 14 49 | info@frjz-uster.ch

Café

10:30 - 17:00

Kinderprogramm & Attraktionen

Das wird nochmal richtig lässig!

Malen, Basteln, Gestalten, Spielen für Kinder ab 3 Jahren.

Mit Elvira (Werkatelier & Filzerei),

Patrizia (Spielgruppe Trückli) & Philipp (Spielmobil)

Werkatelier Spielgruppe Aussenraum

14:00

Line-Dance

Mach mit! Ein Tanz für jedes Alter, zu Musik aller Stile. Im Line-Dance führen alle Tanzenden in Reihen in allen Richtungen die gleichen Schrittfolgen aus.

Es braucht keinen Tanzpartner und es macht einfach Spass. Workshop & Vorführung mit Lisa Schirinzi

Tanzraum

14:30

Zumba

Mehr Fitness für alle mit Zumba. Jessica Barletta lädt zum dynamischen Schnuppertraining mit feurigen lateinamerikanischen Rhythmen und internationalen Hits ein.

Tanzraum

15:30

Rhythmik, Theater und Märlispiel

mit Corinne Liebmann

für Kinder von 3 1/2 bis 7 Jahren.

Wir tauchen ein, in die farbenfrohe Märchenwelt - mit Bewegung, Musik und einer von uns erfundenen Geschichte.

Tanzraum

16:00

Feldenkrais

Lerne Neues über dich. Die Feldenkrais Methode nutzt die Klugheit des Körpers, schult Koordination, Wahrnehmung und erweitert so den Bewegungsspielraum. Sich besser spüren heisst sich freier bewegen im Alltag.

Elisabeth Langhart vermittelt in einer Schnupperperfektion einen Einblick in diese Methode.

Tanzraum

16:30 - 17:15

„Drum-Clinic“ für alle!

Die Schlagzeuglehrer der Musikschule Uster Greifensee öffnen ihr Drumstudio im frjz. Sie zeigen Tricks und Kniffs für Anfänger, Fortgeschrittene und alle, die schon lange mal trommeln wollten.

Übungsraum 1

17:30

froidäfascht

Trommelfeuer!

Zum Abschluss des frjz-Froidäfaschts präsentiert eine Gruppe von Trommlern der Musikschule Uster Greifensee ein akustisches Feuerwerk!

Café

Von der Glasfabrik zum Freizeitort für alle

Vor 50 Jahren wünschte sich die junge Generation mehr Freiraum und Autonomie. Die Stadt Uster stellte den damaligen Jugendlichen deshalb die Liegenschaft der ehemaligen Glasfabrik an der Zürichstrasse zur Verfügung. Getragen vom politisch und konfessionell unabhängigen Verein Freizeit- und Jugendarbeit Region Uster, ist in fünf Jahrzehnten daraus das heutige Freizeit- und Jugendzentrum gewachsen. Das frühere „Jugi“ ist heute als „frjz“ ein Begegnungsort für alle Generationen und Freizeitraum für Usters Bevölkerung. Jährlich nutzen über 6'000 Personen das frjz. Ob werken, bewegen, lernen oder feiern – im frjz ist fast alles möglich.

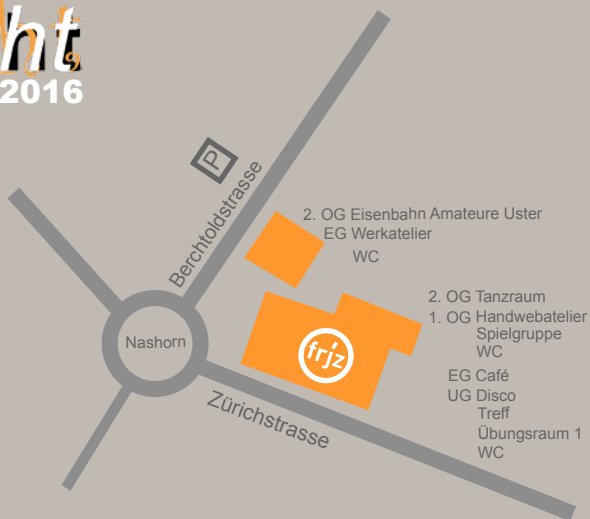
Das Freizeitverhalten der Jugendlichen hat sich in den vergangenen 50 Jahren verändert. Dementsprechend entwickelte sich die Offene Jugendarbeit ebenfalls weiter. Im 2011 löste sich die frjz-Jugendarbeit vom frjz als Standort, um eine breitere Zielgruppe erreichen zu können. Seither leistet sie Jugendarbeit von der Anlaufstelle „frjz-Laden“ an der Freiestrasse aus. Das multifunktionale frjz bietet aber weiterhin Raum für Jugendliche als Treffpunkt und ist beliebter Ort für jugendkulturelle Aktivitäten.

froidäfascht

1. & 2. Oktober 2016

frjz - Freizeit- und Jugendzentrum
Zürichstrasse 30
8610 Uster

044 941 14 49
info@frjz.ch
www.frjz.ch



Mitwirkende



al gusto

...und viele weitere