



Save the Date!

## NACHHALTIGKEITS-FESTIVAL

Von **Mittwoch, 28. August bis Samstag, 31. August 2024** wird im Rahmen des Wiener Hilfswerk **NACHHALTIGKEITS-FESTIVALS in Wien-Neubau Nachhaltigkeit wieder leicht erlebbar. Die Veranstaltung zeigt: Die Welt ist voller Lösungen.**

Das viertägige Festival steht ganz im Zeichen unserer Umwelt und des nachhaltigen Umgangs mit ihr. Das Programm bietet einen bunten Mix vom Klima-Talk mit Podiumsdiskussion, Restl-Kochen und Show-Cooking über Rad-Check, Nähstube und vielfältigem Kinderprogramm bis hin zu gemeinsamem Tanzen, Tauschmarkt, Marktstraße und Live-Acts für Jung und Alt.

Weitere Infos auf: [www.nachbarschaftszentren.at/nachhaltigkeitsfestival](http://www.nachbarschaftszentren.at/nachhaltigkeitsfestival)



Liebe Nachbarin, lieber Nachbar, wir möchten Sie/dich wieder auf einige Veranstaltungen im Sommer hinweisen. So findet am 14. Juni das Wasserweltfest des Regionalforum 15 statt und im Juni und Juli können Sie bei unseren Nachbarschafts-Flohmärkten stöbern und Schnäppchen finden. Wir freuen uns Sie/dich auch in den Sommermonaten bei unseren Gruppen wie Fit im Kopf, Café AKTIV, Frühstückstreff und Aktivitäten im Rahmen des Bezirksferienspiels zu treffen.

Bis bald und herzliche Grüße

Ihr/dein Team des Nachbarschaftszentrum Rudolfsheim-Fünfhaus

**Mag.ª Elisabeth Kausek**  
Zentrumsleitung,  
Selbsthilfe

**Irena Pejovski, DGKP**  
Stadtteilarbeit,  
Gesundheitsvorsorge,  
Gesundheitsberatung

**DSA Ingrid Klammer**  
Stadtteilarbeit, Kultur-  
und TuWas!Pass

**Marijana Krizanac, Bakk.**  
Administration

**Mag.ª Tanja Hodosi**  
Stadtteilarbeit, Soziale  
Orientierungsberatung,  
psychologische Beratung

**Fereshteh Kamaljoo**  
Stadtteilarbeit,  
Freiwilligenkoordination

### Über das Wiener Hilfswerk

Träger der Nachbarschaftszentren ist das Wiener Hilfswerk.

Das Wiener Hilfswerk ist eine gemeinnützige, soziale Organisation, die im Bereich der mobilen Pflege- und Sozialdienste, in der Kinderbetreuung sowie in der Wohnungslosen- und Flüchtlingshilfe tätig ist. Es betreibt Tageszentren für Seniorinnen und Senioren, Seniorenwohngemeinschaften, Nachbarschaftszentren, Freizeiteinrichtungen für Menschen mit und ohne Behinderung sowie Sozialmärkte.

Weitere Informationen unter [www.wiener.hilfswerk.at](http://www.wiener.hilfswerk.at)

### Angebote im Überblick

- Hilfe und Pflege daheim, Notruftelefon
- Tageszentren für Seniorinnen und Senioren
- Senioren-Wohngemeinschaften
- Nachbarschaftszentren
- Freizeiteinrichtungen für Menschen mit und ohne Behinderungen
- Kindergruppe, Kindergarten, Tagesmütter/-väter, Betriebliche Kinderbetreuung
- Wohnungslosenhilfe/Betreute Wohnformen
- Flüchtlingshilfe
- Arbeitslosenintegration
- Seminar- und Tagungszentrum SkyDome



### Nachbarschaftszentrum 15 Rudolfsheim-Fünfhaus

Kardinal-Rauscher-Platz 4,  
1150 Wien  
T: +43 1 512 36 61-3500  
E: nbz15@wiener.hilfswerk.at



[www.nachbarschaftszentren.at](http://www.nachbarschaftszentren.at)

### Öffnungszeiten

Mo. 10.00–12.00 und 13.00–16.00  
Di. 10.00–12.00 und 13.00–15.00  
Mi. 10.00–12.00 und 13.00–16.00  
Do. 10.00–12.00 und 13.00–15.00  
Fr. 10.00–12.00

Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten finden Sie auf unserer Website unter [www.wiener.hilfswerk.at/datenschutz](http://www.wiener.hilfswerk.at/datenschutz).

**Impressum:** Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien, T.: +43 1 512 36 61, E.: [info@wiener.hilfswerk.at](mailto:info@wiener.hilfswerk.at), [www.wiener.hilfswerk.at](http://www.wiener.hilfswerk.at), ZVR: 814134410, UID: ATU 53113107, Redaktion: Mag.ª Elisabeth Kausek, E.: [nbz15@wiener.hilfswerk.at](mailto:nbz15@wiener.hilfswerk.at), Fotos: © AdobeStock / DisobeyArt / LIGHTFIELD STUDIOS / Rido / dusanpetkovic1 / Seventyfour, © Fotolia / avarooa, Druck: derWiktorin, Wien, 5/2024

Nachbarschaftszentrum 15  
Rudolfsheim-Fünfhaus

GROSSE HILFE,  
GANZ NAH.



# PROGRAMM NACHBARSCHAFTS- ZENTRUM 15

Juni bis August 2024

[nachbarschaftszentren.at](http://nachbarschaftszentren.at) f y

Telefon +43 1 512 36 61-3500



Gefördert vom Fonds Soziales Wien,  
aus Mitteln der Stadt Wien

# NACHBARSCHAFTSZENTRUM 15

## Programm Juni bis August 2024

Wir ersuchen um Anmeldung für alle Gruppen, Beratungen und Veranstaltungen. Vielen Dank!

### MONTAG

- 10.00–11.30 **Deutschgruppe für Anfänger\*innen mit Vorkenntnissen**  
bis 26.6. Vermittlung von Grundkenntnissen der deutschen Grammatik und Konversation. Kostenlos.
- 10.30–12.00 **Gemeinsam geht's leichter**  
Freiwillige Mitarbeiter\*innen helfen Ihnen beim Ausfüllen und Verstehen von Formularen und Briefen. Mit Terminvereinbarung. Kostenlos.
- 14.00–16.00 **Schau, wie schlau!**  
bis 17.6. Lernclub für Volksschulkinder. Unsere freiwilligen Mitarbeiter\*innen unterstützen Schulkinder bei deren Hausübung und beim Verstehen des Schulstoffes. Sozial gestaffelter UKB.
- Nach Vereinb. **Ein paar Minuten für die Gesundheit**  
Unsere DGKP berät Sie zu allgemeinen Gesundheitsfragen. Auch die Messung von Blutdruck, Puls, Body-Mass-Index und Bauchumfang ist möglich.

### DIENSTAG

- 10.00–12.00 **Diabetes-Beratung**  
nur im Juni Termin: 4.6.  
Eine Beraterin der Diabetikervereinigung steht Ihnen bei Fragen und für Informationen zur Verfügung.
- 10.15–12.00 **Café AKTIV**  
Sie können Fragen zu Anträgen und Formularen stellen, Modeschmuck gestalten und/oder bei Brett- und Kartenspielen mit Ihren Mitmenschen plaudern. Kostenlos.

### MITTWOCH

- 10.00–10.50 **Bewegung tut gut**  
bis 26.6. Gymnastikübungen für jedes Alter. Erleben Sie mit abwechslungsreichen Übungen ein positives Körpergefühl und die Freude an Bewegung. Kostenlos.
- 11.00–12.00 **Fit im Kopf**  
Mit spielerischen Übungen trainieren Sie Ihre Konzentration und halten das Kurzzeitgedächtnis in Schwung. UKB für Kopien: € 1,- / Termin
- 14.00–16.00 **Schau, wie schlau!**  
bis 19.6. Lernclub für Volksschulkinder. Unsere freiwilligen Mitarbeiter\*innen unterstützen Schulkinder bei deren Hausübungen und beim Verstehen des Schulstoffes. Sozial gestaffelter UKB.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

### VERANSTALTUNGEN

**Nachbarschafts-Flohmarkt**  
Termine: Donnerstag, 6.6. und 4.7., 10.00–15.00  
Bekleidung, Schuhe, Taschen, Bücher, Geschirr, Krimis-Krams. Einfach vorbeikommen und stöbern.  
€ 5,- pro Tasche für alles, was reinpasst.

**Gratis-Flohmarkt: „Verschenken statt Entsorgen“**  
Termin: Freitag, 7.6. und 5.7., 10.00–11.30  
Wir leeren unser Lager. Kleidung, Geschirr, Bücher u.v.m. können Sie gratis mitnehmen.

**Vortrag von Dr. Klaus Skoupy**  
Montag, 10.6., 12.00–13.30  
Diskutieren Sie mit Psychotherapeut Dr. Klaus Skoupy zum Thema „Angst versus Vertrauen“. Wie kann es gelingen, mit Vertrauen in die Zukunft zu blicken? Kostenlos.

**Bewusstsein für „das Hören“**  
Dienstag, 11.6., 10.15–12.00  
Sie können Ihr Gehör von einer Hörakustikermeisterin testen lassen. Hörsysteme können überprüft und gegebenenfalls kann ein kleines Service durchgeführt werden. Kostenlos. Mit Anmeldung.

**Wasserweltfest**  
Freitag, 14.6.  
Besuchen Sie uns beim Wasserweltfest am Leopold-Mistingger-Platz, 1150 Wien. 14.00–15.45: Upcycling – bunte Kräutertöpfe gestalten

**Vorschau: Jubiläumsfest**  
Dienstag, 1.10., 15.00–18.00  
Feiern Sie mit uns 40 Jahre aktives Miteinander im Grätzl.

### RAUMVERMIETUNG

Für Selbsthilfegruppen, Kindergeburtstage, Familienfeiern und Workshops.

Montag bis Freitag, 17.00–21.00  
Samstag und Sonntag ganztags.

**Nähere Infos erhalten Sie im Nachbarschaftszentrum. Bitte einen Monat im Voraus melden.**

### DONNERSTAG

- 10.30–11.30 **Frühstücks-Treff**  
Termine: 13.6., 20.6., 18.7., 1.8. und 29.8.  
Frühstücken Sie gesund mit uns! Unsere DGKP bereitet eine kleine schmackhafte Mahlzeit für Sie zu. Freie Spende.
- 13.00–14.00 **Englisch-Konversation**  
In einer Kleingruppe können Sie sich auf Englisch unterhalten und Neues lernen.
- 13.00–13.50/  
14.00–14.50 **Psychologische Beratung – Raum für die Seele, Raum für neue Wege**  
Termine: 13.6., 20.6., 27.6., 1.8., 8.8., 22.8. und 29.8.  
Psychologische Einzel-, Familien- und Paarberatung durch Dr. Monika Wagner (Klinische- und Gesundheitspsychologin). Kostenlos.

### FREITAG

- 10.00–11.30 **Deutsch Konversation für Frauen**  
Für Anfängerinnen und leicht Fortgeschrittene. Kostenlos.
- 10.00–11.30 **Unser Baby kommt!**  
Termine nach Vereinbarung.  
Wir beraten Sie rund um Themen wie Stillen, Babypflege und vieles mehr. Für werdende Mütter, Väter, Großeltern und Interessierte. Kostenlos.
- 18.00–20.00 **Vivaro – Workshops von und für Rom\*nja**  
nur im Juni Termin: 21.6.  
Infos unter [office@vivaro.at](mailto:office@vivaro.at)

### SONNTAG

- 10.00–12.00 **Silent Café – Sprachcafé in ÖGS**  
Termine: 9.6., 23.6., 7.7., 4.8. und 1.9.  
In ÖGS (österreichischer Gebärdensprache) plaudern, Gebärden üben und Kaffee trinken. Voraussetzung: Interesse an ÖGS und die Bereitschaft auf Lautsprache im Silent Café zu verzichten. Alle gehörlosen, schwerhörigen und hörenden Menschen sind herzlich eingeladen. Kostenlos. Anmeldung bis fünf Tage vor der Veranstaltung.

#### **Bezirksferienspiel für Kinder von 6 bis ca. 12 Jahren**

- **Tanzworkshop**  
Mittwoch, 3.7., 10.00–11.30
- **Kreativstationen**  
Donnerstag, 11.7. und Freitag, 23.8., 10.30–12.00  
Male dein eigenes Bild und gestalte aus verschiedensten Materialien kleine Kunstwerke.
- **Schnitzeljagd**  
Dienstag, 16.7., 10.30–12.00  
Mach mit bei einer lustigen Schnitzeljagd am Kardinal-Rauscher-Platz!