



MESSE FÜR GESUNDHEIT UND PRÄVENTION

**Freitag, 18. Oktober 2024,
9.00–16.00**
**SkyDome des Wiener Hilfswerks,
Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien**

Die Messe ist kostenlos zugänglich und steht unter dem Motto des Gesundheitsschwerpunkts 2024 der Hilfswerk Nachbarschaftszentren:
**„Gesundheit im Alltag.
Leicht – verständlich – wirksam.“**

Ehrenschutz: Bezirksvorsteher
Mag. Markus Reiter

NEWS AUS DEN NACHBARSCHAFTS- ZENTREN

Unser Newsletter informiert regelmäßig über Veranstaltungstipps und Neues aus den Nachbarschaftszentren. Details und Anmeldung unter www.nachbarschaftszentren.at/newsletter



Hier geht's zum
News-Abo

Liebe Nachbarin, lieber Nachbar,
Sie möchten Ihre eigenen nachbarschaftlichen Ideen verwirklichen und suchen einen passenden Raum dafür? Kontaktieren Sie uns! Wir sprechen gerne mit Ihnen darüber, wie Sie Ihre Talente und Fähigkeiten im Nachbarschaftszentrum zum Einsatz bringen können.

Ihr Team
des Nachbarschaftszentrum Meidling

Mag.ª Petra Egger-Matejka
Zentrumsleitung

DI Philipp Asamer
Stadtteilarbeit, Soziale Orientierungsberatung

Barbara Huber, DGKP
Stadtteilarbeit, Gesundheitsbereich

DSA Claudia Jahn-Reinwald
Stadtteilarbeit, Kinder- und Jugendbereich

Harald Wallner
Stadtteilarbeit, Freiwilligenkoordination

Michaela Hamajova
Administration

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 Behinderungen sowie Sozialmärkte.
Weitere Informationen unter 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 12 Meidling

Am Schöpfwerk 31/3/R1
1120 Wien
(im Hof hinter der Apotheke)
T: +43 1 512 36 61-3450
E: nbz12@wiener.hilfswerk.at

 [nbz12.meidling](https://www.facebook.com/nbz12.meidling)
Nachbarschaftszentren.
Wiener.Hilfswerk

www.nachbarschaftszentren.at

Öffnungszeiten

Mo. 10.00–12.00 und 13.00–17.00
Di. 12.00–17.00
Mi. 9.00–12.00 und 13.00–18.00
Do. 9.00–14.00
Fr. 9.00–13.00

Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten finden Sie auf unserer Website unter www.wiener.hilfswerk.at/datenschutz.

Impressum: Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien, T.: +43 1 512 36 61, E.: info@wiener.hilfswerk.at, www.wiener.hilfswerk.at, ZVR: 814134410, UID: ATU 53113107, Redaktion: Mag.ª Petra Egger-Matejka, E.: nbz12@wiener.hilfswerk.at, Fotos: © AdobeStock / Kay Abrahams/peopleimages.com / Sergey Nivens / JenkoAtaman, © Wiener Hilfswerk, © iStock / Rawpixel.com, Druck: derWiktorin, Wien, 8/2024

GROSSE HILFE,
GANZ NAH.



Nachbarschaftszentrum 12 Programm



PROGRAMM NACHBARSCHAFTS- ZENTRUM 12

September bis November 2024

nachbarschaftszentren.at



Infotelefon +43 1 512 36 61-3450



Gefördert vom Fonds Soziales Wien,
aus Mitteln der Stadt Wien

Montag

- 9.30–10.30 **Bleib aktiv und fit**
ab 9.9. außer am 30.9., 28.10. und 18.11.
Übungen für Beckenboden und Beinvenen.
UKB: € 1,- / Termin.
- 10.30–12.00 **Basic English**
ab 14.10. für Wieder-Einsteiger*innen
UKB: € 2,- / Termin.
- 14.00–16.00 **Kreativwerkstatt**
Termine: 2.9., 7.10. und 4.11.
Freiraum für Ihre Kreativität. Ungezwungen und neugierig mit unterschiedlichen Materialien und Techniken den eigenen künstlerischen Ausdruck finden.
UKB: € 2,-
- 14.30–16.00 **Deutsch-Café**
Miteinander Deutsch üben, plaudern und Leute kennenlernen.

Dienstag

- 10.30–12.00 **Heiteres Gedächtnistraining**
UKB: € 1,- / Termin.
- 13.00–17.00 **Lernclub für Kinder**
- 17.30–19.00 **Podcast – do it yourself**
Vorbereitung am 17.9.
Termine: 24.9., 8.10., 22.10., 5.11. und 19.11.
Von der Aufnahme bis zur Veröffentlichung. Tools zur Erstellung eines Podcast erlernen und interessante Personen im Grätzl interviewen. Teilnahme an der Vorbereitung erforderlich.

Mittwoch

- 11.00–12.00 **Hablamos español**
Spanisch-Konversation mit Muttersprachlerin vor Ort.
UKB: € 1,- / Termin.
- 14.00–18.00 **Lernclub für Kinder**



Anmeldung für den Lernclub

für das Schuljahr 2024/25
Dienstag, 10.9., 13.00–17.00
Mittwoch, 11.9., 10.00–12.00 und 13.00–17.00
Donnerstag, 12.9., 10.00–14.00



Vorsorgeuntersuchung in Ihrem Nachbarschaftszentrum in Zusammenarbeit mit der MA15

Montag, 7.10. bis Freitag, 11.10.
Sichern Sie sich direkt im Grätzl Ihren Termin für Ihre Gesundheit!
Mit Anmeldung. Nähere Infos bitte im Nachbarschaftszentrum erfragen.

Donnerstag

- 9.30–11.00 **Nähwerkstatt**
Termine: 26.9., 24.10., 28.11. und auf Anfrage
Unter Anleitung Kleidungsstücke kürzen, enger nähen oder etwas Neues daraus machen.
Mit Anmeldung. Freie Spende.
- 13.00–14.00 **Technik-Tratsch**
Termine: 19.9., 17.10. und 21.11.
Austausch und Diskussion über Handys, TV-Geräte und Internet.
UKB: € 2,- / Termin.
- 13.50–15.20 **Kroki-Leseclub**
Mit Anmeldung.



Freitag

- 10.30–12.00 **Kulturcafé**
Vortrag und gemütlicher Austausch.
20.9.: „Urlaub“ – Wie war der heurige Sommer?
18.10.: „Weltspartag“ – Ist sparen noch wichtig für Kinder und Erwachsene?
22.11.: „Der Zentralfriedhof“ – Die interessante Geschichte des größten Wiener Friedhofs
Freie Spende.
- 10.30–12.00 **Nordic Walking**
Sich unter fachkundiger Anleitung und in lockerer Atmosphäre fit halten und die Gegend erkunden.
Mit Anmeldung.
- 10.30–12.00 **Nachbarschafts-Café**
Termine: 13.9., 25.10. und 29.11.
Kennenlernen, Austausch und Mitgestaltung.

Veranstaltungen

Führung durch das Wiener Rathaus

Montag, 7.10., 10.00–11.00
Treffpunkt wird bei der Anmeldung (bis 30.9.) bekannt gegeben.

Klima-Talk: Hitze in der Stadt

Montag, 14.10., 16.30–18.00
Vortrag von Max Muhr (Experte für Ressourcenpolitik an der Universität für Bodenkultur). Anschließend Diskussion und Präsentation der Projektideen für das Klimateam 2024.

Meat and Eat

Mittwoch, 16.10., 18.00–19.30
Wir bereiten gemeinsam gesunde und günstige Dips und Fingerfood zu. Im Anschluss lassen wir sie uns schmecken.
Mit Anmeldung bis 14.10.
Freie Spende.

Exkursion: Besuch einer Gemeinderatssitzung

Mittwoch, 23.10., 10.00–11.00
Wie macht Wien Politik? Sehen wir uns das einmal live an.
Treffpunkt wird bei der Anmeldung (bis 16.10.) bekannt gegeben.

BEWEGUNG

Kultur-Spaziergang

- Dienstag, 24.9., 10.00–13.00:
Mödling – Frauenstein – Burgruine Mödling

- Dienstag, 22.10., 10.00–13.00:
Freihausviertel

- Dienstag, 19.11., 10.00–13.00:
Lainzer Tiergarten

Historisches und Anekdoten.
Mit großer Freude an Bewegung.
Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben. UKB: € 2,-

Exkursion in den Motorikpark 22

Montag, 30.9., 10.00–12.30
TP: 10.00 Bushaltestelle 24A
Kagranner Platz
Spaß haben an Bewegung und Gleichgewichtsübungen.

FLOHMARKT

Donnerstag, 3.10., 13.00–17.00
Freitag, 4.10., 10.00–14.00

Donnerstag, 7.11., 13.00–17.00
Freitag, 8.11., 10.00–14.00

GESUNDHEIT

Zentrumsübergreifender Gesundheitsschwerpunkt der Nachbarschaftszentren 2024:
„Gesundheit im Alltag.
Leicht – verständlich – wirksam.“

„Gesundheits-Infothek“
Informationen und Austausch zu gesundheitlichen Themen.
Mit Anmeldung.

- Donnerstag, 19.9.:
Das richtige Arztgespräch
- Donnerstag, 17.10.:
Divertikulitis (Entzündung des Dickdarms)
- Donnerstag, 21.11.:
Influenza / grippaler Infekt
jeweils 10.30–12.00

KINDER

Lesen im Park

Freitag, 13.9., 10.00–12.00
Kinderbuchlesung zum Thema Klima mit anschließendem Büchereiquiz.
In Kooperation mit den Büchereien der Stadt Wien. Mit Anmeldung.



Halloweenfest

Mittwoch, 23.10., 14.00–16.00
Gruselspaß mit Disco, Spielen und kleinem Buffet. Kommt gerne verkleidet.
Mit Anmeldung bis 21.10.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!