



Liebe Nachbarin, lieber Nachbar,
wir freuen uns Ihnen ein vielfältiges, interessantes und spannendes Programm zu präsentieren. Neben den Beratungsangeboten bietet es Bewegungs- und Kreativgruppen, Angebote zum Deutschlernen und verschiedene Café-Runden. Bei den Veranstaltungen möchten wir diesmal besonders die „Schwerpunktwoche Demenz“ und die dafür geplanten Vorträge, Austauschrunden und Ausflüge hervorheben. Zudem ist auch das kreative Nähcafé „Textile Skulpturen“ in Kooperation mit dem KunstHausWien ein ganz besonderes Angebot. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihr Team
des Nachbarschaftszentrum Landstraße

Mag.ª Jenny Reuter
Zentrumsleitung

Sabine Delic, BA
Stadtteilarbeit, Projekt „Bildung und Sprache“

Daniela Meier-Stauffer
Stadtteilarbeit, Soziale Orientierungsberatung

Mag.ª Beate Schmerl
Stadtteilarbeit

Mag.ª Kordula Stephan, DGKP
Stadtteilarbeit



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

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 3
Landstraße**
Barichgasse 8, 1030 Wien
T: +43 1 512 36 61-3250
E: nbz3@wiener.hilfswerk.at

 [nbz3.landstrasse](https://www.facebook.com/nbz3.landstrasse)
Nachbarschaftszentren.
Wiener.Hilfswerk

www.nachbarschaftszentren.at

Öffnungszeiten

Mo. 9.00–12.00 und 13.00–17.00
Di. 9.00–12.00 und 13.00–17.00
Mi. 9.00–16.00
Do. 9.00–12.00 und 13.00–17.00
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 Jenny Reuter, E.: nbz3@wiener.hilfswerk.at, Fotos: © AdobeStock / Kay Abrahams/peopleimages.com / Sergey Nivens / JenkoAtaman / Sabrina, © Fotolia / doris oberfrank-list, Druck: derWiktorin, Wien, 8/2024

GROSSE HILFE,
GANZ NAH.



Nachbarschaftszentrum 3 Programm



PROGRAMM NACHBARSCHAFTS- ZENTRUM 3

September bis November 2024

nachbarschaftszentren.at



Infotelefon +43 1 512 36 61-3250



Gefördert vom Fonds Soziales Wien,
aus Mitteln der Stadt Wien

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

Montag

- 10.00–11.30 **Qi Gong im Arenbergpark**
- 10.00–11.30 **Landstraßer English Conversation Club**
- 13.00–15.00 **Erzählcafé „Lebensschätze“**
Termine: 23.9., 21.10. und 18.11.
- 13.00–15.00 **Nähcafé „Der flinke Faden“**
- 15.15–16.45 **Leichte Yoga- und Atemübungen 50+**
ab 9.9.

Dienstag

- 10.00–12.00 **Tischtennis im Arenbergpark**
- 11.00–12.00 **Gedächtnistraining**
- 13.00–14.00 **Free Art – freies Zeichen**
Termine: 17.9., 15.10. und 19.11.
- 13.00–15.00 **Kreativ-Workshop: Magische Geschöpfe**
Termine: 3.9., 24.9., 1.10., 8.10., 5.11. und 12.11.
- 14.00–15.00 **Literatur-Club**
Termine: 24.9., 29.10. und 19.11.

Flohmarkt

Donnerstag, 12.9., 10.10. und 14.11.,
jeweils 13.00–18.00

Freitag, 13.9., 11.10. und 15.11.,
jeweils 9.00–13.30

Veranstaltungen

Gesundheitsplausch Landstraße

Mittwoch, 4.9., 2.10. und 6.11.,
jeweils 14.00–15.00

Klima-Walk im „Garten der Vielfalt“

Freitag, 13.9., 15.30–17.00 (Führung)
TP: 14.00 im Nachbarschaftszentrum

Buchpräsentation und Lesung

Mittwoch, 25.9., 13.30–15.00
Gerhard Fischer liest aus dem Buch
„Jahre der Trennung 1939–1945.
Die Briefe von Anna und Karl.“

„Walk and Talk“ on Tour

Donnerstag, 26.9., 17.00–19.00
Zeit für psychische Gesundheit.
Wissenswertes zum Thema Selbstwert.

Mein zweites Leben

Freitag, 27.9., 11.00–12.30
Gespräch über reale Nahtoderfahrungen
mit Werner Koenne.

Acrylmalworkshop

Montag, 28.10., 10.00–16.00
Dienstag, 29.10., 10.00–13.00
UKB: € 14,-

Ebru Workshop

Samstag, 30.11. und Sonntag, 1.12.,
jeweils 10.00–14.00
Lernen Sie die wichtigsten Begriffe und
Arbeitsschritte der türkischen Kunst des
Marmorierens.
UKB: € 15,-

Stadtleben erleben

- Mittwoch, 18.9.:
Durch die Weingärten
TP: 10.00 Endstation Straßenbahn D,
Nußdorf
- Donnerstag, 10.10.:
Liesing – Oberlaa
TP: 10.00 U1-Station Oberlaa
(vor der Therme)
- Donnerstag, 14.11.:
Vom Donaukanal in den Augarten
TP: 10.00 Schwedenplatz
(vor dem Eissalon)

Wanderungen

■ Donnerstag, 19.9.:
„Mit den Öffis ins Grüne“
Qi Gong und Wandern in Oberlaa.

■ Samstag, 5.10.:
Naturpark Leiser Berge

■ Samstag, 23.11.:
Burg Liechtenstein

Treffpunkt und Uhrzeit jeweils bitte
im Nachbarschaftszentrum erfragen.

Vernissage „Bunte Träume“

Donnerstag, 7.11., 17.15–19.00
Künstler*innen aus unseren Acryl- und
Pastellmalgruppen zeigen ihre Werke
und eröffnen die Ausstellung, die bis
Jahresende zu unseren Öffnungszeiten
besichtigt werden kann.

Klima-Talk

„Our Food. Our Planet.“
Dienstag, 12.11., 10.00–12.00
Diskussionsrunde und Austausch
zum Thema nachhaltige, gesunde
und genussvolle Ernährung mit
Daniela Berghaler, MSc.

Adventkranzbinden

Dienstag, 26.11., 10.00–16.00
UKB: 14,- / Kranz.

Kooperation mit dem

KUNST HAUS WIEN
MUSEUM HUNDERTWASSER

Textile Skulpturen. Tour und Nähatelier

Freitag, 8.11., 15.30–19.00
TP: 15.15 KunstHausWien
Nähcafé mit dem Fokus auf
textile Skulpturen – im Rahmen
der Ausstellung von Emma Talbot.

Deutsch- Angebote

Unsere aktuellen Deutsch-Angebote
finden Sie auf unserer **Website** bzw.
erhalten Sie in unserem Nachbarschafts-
zentrum gerne einen Flyer mit der An-
gebotsübersicht.

www.nachbarschaftszentren.at

Mittwoch

- 10.00–12.30 **Pastellkreidemalen**
UKB: € 4,- / Termin.
- 16.30–18.00 **Landstraßer Singkreis**

Donnerstag

- 10.00–11.00 **Gesund bewegen**
Jeden 1. Donnerstag im Monat:
„Gesund bewegen und Tanzen“
- 10.15–11.45 **Philosophisches Café**
Termine: 26.9., 17.10. und 28.11.
- 13.00–14.30 **Nachbarschaftscafé**
- 15.00–16.30 **Promenz Gruppe 1030**
Gruppe für von Vergesslichkeit, Demenz
oder Alzheimer Betroffene.
- 17.15–19.00 **Lieder, die guttun**
Offenes gemeinsames Singen.
Termine: 24.10. und 28.11.

Nach Vereinb. **Handy- und Laptopsprechstunde**

Nach Vereinb. **Bewerbungs- und Lebenslauftraining**

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

„**Halten Sie Ihre Abwehr fit
und stärken Sie rechtzeitig
Ihr Immunsystem**“
Donnerstag, 31.10., 13.00–14.30

„**Schwerpunktwoche
Demenz und Vergesslichkeit**“
**10 Jahre Netzwerk des demenz-
freundlichen 3. Bezirks.**

- Montag, 21.10., 13.00–15.00
Erzählcafé zum Thema
Vergesslichkeit
- Mittwoch, 23.10., 11.00–12.00
Vorstellung der Tageszentren
des Wiener Hilfswerks
- Mittwoch, 23.10., 13.30–15.00
Vortrag „Leben mit Demenz –
Herausforderung Vergesslich-
keit“ von Vera Langer
(Caritas Socialis)
- Donnerstag, 24.10., 10.00–12.00
„Was Hänschen nicht lernt,
lernt Hans allemal!“
Kopf- und Körpertraining
für alle.
- Donnerstag, 24.10., 15.30–17.30
Führung Unteres Belvedere für
von Demenz Betroffene und ihre
Angehörigen
- Freitag, 25.10., 13.00–14.00
Vortrag „Was ist Ergotherapie“
von Wolfgang Steiner
(Wiener Sozialdienste)

Wir
freuen uns
auf Ihren
Besuch!