



Liebe Nachbarin, lieber Nachbar,  
hiermit möchten wir uns bei allen  
freiwilligen Mitarbeiter\*innen bedanken,  
durch deren tatkräftige Unterstützung  
unser Programm so bunt und vielseitig  
sein kann. Viel Freude mit unserem  
Angebot und herzlich Willkommen!

Ihr Team  
des Nachbarschaftszentrum Donaustadt

**Mag.ª Sigrid Karpf**  
Zentrumsleitung

**DSA Angela Muhr**  
Stadtteilarbeit, Freiwilligenkoordination

**Mag.ª Andrea Kirchmayr-Lotfi**  
Stadtteilarbeit, Kulturpass, Lernclub

**Magdalena Kirisits, MA**  
Stadtteilarbeit, Soziale Orientierungs-  
beratung

**Marina Loidl, DGKP**  
Stadtteilarbeit, Gesundheitsprävention

**Marijana Krizanac, Bakk.**  
Administration

**Michaela Hamajova**  
Administration

**Nils Bauer**  
Zivildienstleistender



## GESUNDES ESSEN ZUM SOZIALEN PREIS

Das Wiener Rote Kreuz hat in Koope-  
ration mit dem Wiener Hilfswerk ein  
Projekt gestartet, das pensionierten  
Menschen mit niedrigem Einkommen  
in Wien eine kostengünstige, ab-  
wechslungsreiche und ausgewogene  
Ernährung ermöglicht. Denn viele  
ältere, armutsgefährdete Menschen  
können sich gesunde Mahlzeiten  
nicht leisten.

**Nähere Infos erhalten Sie über  
das Infotelefon oder auf unserer  
Website.**

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



## 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 Senior\*innen, Seniorenwohngemeinschaften, Nachbar-  
schaftszentren, Freizeiteinrichtungen für Menschen mit und ohne  
Behinderungen sowie Sozialmärkte.  
Weitere Informationen unter [www.wiener.hilfswerk.at](http://www.wiener.hilfswerk.at)


## Angebote im Überblick

- Hilfe und Pflege daheim, Notruftelefon
- Tageszentren für Senior\*innen
- Seniorenwohngemeinschaften
- Nachbarschaftszentren
- Freizeiteinrichtungen für Menschen mit und ohne Behinderungen
- Kindergruppe, Kindergarten, Tagesmütter/-väter, Betriebliche Kinderbetreuung
- Wohnungslosenhilfe/Betreute Wohnformen
- Flüchtlingshilfe
- Arbeitslosenintegration
- Seminar- und Tagungszentrum SkyDome



### Nachbarschaftszentrum 22 Donaustadt

Rennbahnweg 27/Stg. 2–3/R1  
(Austerlitzgasse), 1220 Wien  
T: +43 1 512 36 61-3650  
[nbz22@wiener.hilfswerk.at](mailto:nbz22@wiener.hilfswerk.at)

 [nbz22.donaustadt](https://www.facebook.com/nbz22.donaustadt)  
Nachbarschaftszentren.  
Wiener.Hilfswerk

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

### Öffnungszeiten

Mo. 9.00–12.00 und 13.00–17.00  
Di. 9.00–12.00 und 13.00–16.00  
Mi. 9.00–12.00 und 13.00–15.00  
Do. 9.00–12.00 und 13.00–15.00  
Fr. 9.00–12.00 (nur telefonisch)

**Achtung: Von 23.12.2024 bis 1.1.2025  
ist das Nachbarschaftszentrum  
geschlossen!**

Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten finden Sie auf unserer Website unter [www.hilfswerk.at/wien/datenschutz](http://www.hilfswerk.at/wien/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 Sigrid Karpf, E.: [nbz22@wiener.hilfswerk.at](mailto:nbz22@wiener.hilfswerk.at),  
Fotos: © Adobe Stock / Mirko Vitali, © Fotolia / lassedesignen, © WRK / Markus Hechenberger, Druck: derWiktorin, Wien, 11/2024

GROSSE HILFE,  
GANZ NAH.



## Nachbarschaftszentrum 22 Programm



# PROGRAMM NACHBARSCHAFTS- ZENTRUM 22

Dezember 2024 bis Februar 2025

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



Infotelefon +43 1 512 36 61-3650



Gefördert vom Fonds Soziales Wien,  
aus Mitteln der Stadt Wien

## Montag

- 14.30–16.00 **Lernclub für Volksschulkinder**  
Freiwillige Mitarbeiter\*innen unterstützen Schulkinder bei den Hausaufgaben.  
Mit Anmeldung.
- 16.30–17.30 **Folklore-Mix**  
In netter Gesellschaft tanzen wir gemeinsam schwungvolle Tänze aus aller Welt.

## Dienstag

- 9.15–10.45 **Deutsch-Konversation**  
Wir üben gemeinsam die deutsche Sprache.  
Mit Anmeldung.
- 10.00–11.00 **Gehirn-Akrobatik**  
Termine: 3.12., 17.12., 14.1., 4.2. und 25.2.  
Spielerisch trainieren wir unser Gehirn.  
Mit Anmeldung.
- 14.30–16.00 **Lernclub für Volksschulkinder**  
Freiwillige Mitarbeiter\*innen unterstützen Schulkinder bei den Hausaufgaben.  
Mit Anmeldung.
- 16.30–18.00 **Chor**  
Wir singen Lieder im Rhythmus der Jahreszeiten. Mit Anmeldung.
- 18.30–20.00 **Übungen zur Achtsamkeit**  
Meditation und energetische Körperübungen zum Wohlfühlen. Freie Spende.  
Bitte um Anmeldung bei Gruppenleiter Johannes Leitgeb: +43 680 128 10 51

## Mittwoch

- 9.15–10.15 **Deutsch-Café**  
In gemütlicher Runde sprechen und üben wir die deutsche Sprache.  
Mit Anmeldung.
- 15.00–17.00 **Café Zeitreise – Demenz**  
Termine: 11.12., 15.1., 29.1., 12.2. und 26.2.  
Nach einer gemütlichen Café-Runde können Betroffene von Vergesslichkeit (Demenz) in einer Aktivgruppe basteln, tanzen etc. Die Angehörigen haben währenddessen Zeit, sich in einer angeleiteten Gesprächsrunde auszutauschen.  
In Kooperation mit der Caritas Angehörigenberatung.  
UKB: € 15,- / Termin. Mit Anmeldung.



### Unser Beratungsangebot

Soziale Orientierungsberatung, Grätzel-Sozialarbeit, Gesundheitsberatung, Ausstellung von Kulturpass und TuWas!Pass.

**Vereinbaren Sie bitte einen Termin. Wir nehmen uns Zeit für Sie!**



### Workshop Reihe: Alles Wichtige rund um den Umgang mit dem Computer

**Workshop für Senior\*innen:**  
„Wir sind jetzt online und sicher!“  
Dienstag, 28.1., 9.00–12.00  
Erlernen Sie den Umgang mit dem Internet.

„Keine Angst vor Digitalisierung“  
Mittwoch, 5.3., 13.00–16.00  
Lernen Sie, wie man Betrug im Internet erkennen und was man dagegen tun kann.

**Anmeldung zu den Workshops unter**  
www.makethedifference.at oder +43 664 34 83 041



### Hier ist Platz für Ihre Ideen!

Nutzen Sie die Räume, feiern Sie Ihr eigenes Fest oder planen Sie nette Angebote für Ihre Nachbarschaft.

## Donnerstag

- 9.30–11.00 **Line Dance für Fortgeschrittene**  
Gemeinsam schwingen wir das Tanzbein zu flotter Country-Musik.  
Mit Anmeldung.
- 10.30–11.30 **Lachen im Hof**  
Termine: 12.12., 16.1., 30.1., 13.2. und 27.2.  
Einfache Lachübungen, die Spaß machen und das Immunsystem stärken.  
Mit Anmeldung.
- 11.00–12.00/13.00–14.00 **Lichttankstelle**  
Tanken Sie im Jänner und Februar Tageslicht und entspannen Sie bei ruhiger Musik.  
Mit Anmeldung.
- 13.00–14.00 **Café AKTIV**  
In gemütlicher Kaffeerunde wird nach Lust und Laune geplaudert.
- 13.00–14.00 **Tischtennis**  
Mit Anmeldung.
- 14.00–16.00 **Kegeln**  
Termine: 5.12., 19.12., 9.1., 23.1., 6.2. und 20.2.  
Kegeln Sie mit uns auf der Kegelbahn Praterallee 2A.  
UKB: € 4,- / Termin. Mit Anmeldung.

## Freitag

- 9.30–11.00 **Tischtennis**  
Mit Anmeldung.

## Veranstaltungen

- Nikolo im Hof**  
Donnerstag, 5.12., 15.00–16.00  
Der Nikolaus ist am Rennbahnweg unterwegs! Er hat auch für Dich und Sie ein Sackerl dabei.
- Filz Workshop**  
Donnerstag, 5.12., 15.00–16.30  
Wir filzen Weihnachtsschmuck für den Christbaum oder Anhänger als kleines Geschenk.  
UKB: 3,-  
Mit Anmeldung.
- Adventfeier**  
Montag, 9.12., 15.00–16.30  
Wir feiern die schöne Adventzeit mit weihnachtlichen Liedern von unserem Chor und Weihnachtstänzen der Gruppe Folkloremix.  
Mit Anmeldung.

- Ein paar Minuten für die Gesundheit**  
Donnerstag, 12.12., 11.30–12.00  
Donnerstag, 23.1., 13.30–14.00  
Unsere dipl. Gesundheits-/Krankenpflegerin berät Sie in allgemeinen Gesundheitsfragen – inkl. Blutdruckmessung.
- Kekserl Café**  
Donnerstag, 19.12., 13.00–14.00  
Weihnachtskekse, Geschichten und Plauderei. Mit Anmeldung.
- Weihnachtsfeier am 24. Dezember**  
Dienstag, 24.12., 11.00–13.00  
Das Wiener Hilfswerk lädt zur Weihnachtsfeier in den SkyDome ein.  
Mit Anmeldung bis 20.12. unter +43 1 512 36 61-3003
- Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen**  
Mittwoch, 22.1., 15.30–18.30  
Nach der Methode „Drehungen“ lernen Sie Techniken, um sich verbal und körperlich zu verteidigen.

- Benefiz-Flohmarkt**  
Dienstag, 18.2., 9.00–12.00 und 13.00–16.00  
Mittwoch, 19.2., 9.00–12.00 und 13.00–16.00  
Stöbern Sie in der schönen Secondhand-Ware und finden Sie Ihr neues Lieblingsstück.
- Nimm-mit-Tag – alles gratis**  
Donnerstag, 20.2., 9.00–12.00
- Vorankündigung: Faschingskränzchen**  
Dienstag, 4.3., 10.00–11.30  
Chorgesang, Tanz und Spaß für Faschingsnarren.  
Mit Anmeldung.

*Wir freuen uns auf Ihren Besuch!*