



Liebe Nachbarin, lieber Nachbar,
entdecken Sie unser vielfältiges Programm aus Beratungen, Gruppenangeboten und Veranstaltungen! Freuen Sie sich auf einen festlichen Jahresausklang und starten Sie 2025 mit einem neuen Hobby. Ob Singen, Tanzen, Wanderungen oder Bewegungsangebote – bei uns finden Sie das Passende. Bringen Sie Ihre Ideen ein und werden Sie aktiv für unser Grätzl.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihr Team
des Nachbarschaftszentrum Landstraße

Mag.^a Jenny Reuter
Zentrumsleitung

Mag.^a Beate Schmerl
Stadtteilarbeit, Freiwilligenkoordination

Daniela Meier-Stauffer
Stadtteilarbeit,
Soziale Orientierungsberatung

Mag.^a Kordula Stephan, DGKP
Stadtteilarbeit, Gesundheitsbereich

Felix Höglinger
Zivildienstleistender



GESUNDES ESSEN ZUM SOZIALEN PREIS

Das Wiener Rote Kreuz hat in Kooperation mit dem Wiener Hilfswerk ein Projekt gestartet, das pensionierten Menschen mit niedrigem Einkommen in Wien eine kostengünstige, abwechslungsreiche 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



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, 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 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 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. 9.00–14.00
Do. 9.00–12.00 und 13.00–17.00
Fr. 9.00–13.00

Achtung:
Von 21.12.2024 bis 6.1.2025
ist das Nachbarschaftszentrum
geschlossen!

Telefonische Erreichbarkeit:
2.1. und 3.1. 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: © Adobe Stock / EVERST / Yasonya, © WRK / Markus Hechenberger, Druck: derWiktorin, Wien, 11/2024

GROSSE HILFE,
GANZ NAH.



Nachbarschaftszentrum 3 Programm



PROGRAMM NACHBARSCHAFTS- ZENTRUM 3

Dezember 2024 bis Februar 2025

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

- 10.30–12.00 **Qi Gong im Arenbergpark**
- 10.00–11.30 **Landstraßer English Conversation Club**
- 13.00–15.00 **Erzählcafé „Lebensschätze“**
Termine: 9.12., 20.1. und 17.2.
- 13.00–15.00 **Nähcafé „Der flinke Faden“**
- 15.15–16.45 **Leichte Yoga- und Atemübungen 50+**

Dienstag

- 10.00–12.00 **Tischtennis im Arenbergpark**
- 11.00–12.00 **Gedächtnistraining**
- 13.00–14.30 **Free Art – freies Zeichen**
Termine: 17.12., 21.1. und 25.2.
- 13.00–15.00 **Kreativ-Workshop: Magische Geschöpfe**
Termine: 3.12., 10.12., 7.1., 14.1., 11.2. und 18.2.
- 14.00–15.00 **Literatur-Club**
Termine: 17.12., 28.1. und 25.2.

Mittwoch

- 10.00–12.30 **Pastellkreidemalen**
UKB: € 4,- /Termin.
- 16.00–17.30 **Landstraßer Singkreis**

Deutsch-Angebote

Unsere aktuellen Deutsch-Angebote finden Sie auf unserer **Website** bzw. erhalten Sie in unserem Nachbarschaftszentrum gerne einen Flyer mit der Angebotsübersicht.

www.nachbarschaftszentren.at

Flohmärkte

Kleiner Weihnachtsflohmarkt im Eingangsbereich

Montag, 16.12., bis Freitag, 20.12., zu unseren Öffnungszeiten.
Baumschmuck, Dekoration, kleine Geschenke, Selbstgemachtes und vieles mehr zu kleinen Preisen.

Modeschmuck-Flohmarkt

Montag, 16.12., 13.00–17.00

Flohmarkt

Donnerstag, 16.1. und 20.2., jeweils 13.00–18.00
Freitag, 17.1. und 21.2., 9.00–12.00

Kost-Nix-Flohmarkt

Freitag, 17.1. und 21.2., jeweils 12.00–13.30
Wir verschenken Kleidung und alles, was beim Flohmarkt sonst noch übrigbleibt.

Donnerstag

- 10.00–11.00 **Gesund bewegen**
Jeden 1. Donnerstag im Monat: „Gesund bewegen und Tanzen“
- 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: 19.12., 30.1. und 27.2.

Nach Vereinb. **Handy- und Laptopsprechstunde**

Freitag

- 9.30–11.00 **Zwergert-Treff**
für Kinder bis 3 Jahre

Veranstaltungen

Gesundheitsplausch Landstraße

Mittwoch, 4.12., 8.1. und 5.2.
jeweils 14.00–15.00

Spaziergang mit dem Nikolo durch den Arenbergpark

Freitag, 6.12., ab 15.30
TP: pünktlich vor dem Nachbarschaftszentrum
UKB (für Sackerl vom Nikolo): € 7,-

Adventfeier

Donnerstag, 12.12., 14.00–16.00
Gemeinsam feiern wir den Advent, mit Liedern, Geschichten und Weihnachtsbäckerei.

Stadtleben erleben

- Donnerstag, 12.12.: Ringrunde, TP: 10.00, Stubentor, Denkmal Dr. Karl Lueger
- Donnerstag, 23.1.: Schweizer Garten und Arsenal, TP: 10.00, Station S-Bahn Quartier Belvedere
- Donnerstag, 20.2.: Quer durch Mariahilf, TP: 10.00, Museumsquartier, Platz der Menschenrechte

Wanderungen

- Samstag, 14.12.: Oberlaa – Kurpark und Rundumadum
 - Samstag, 11.1.: Winterwanderung Lainzer Tiergarten
 - Samstag, 22.2.: von Hochroterd nach Rodaun
- Treffpunkt und Uhrzeit jeweils bitte im Nachbarschaftszentrum erfragen.

Philosophisches Café

Donnerstag, 19.12., 10.15–11.45
In einer offenen Runde wird gemeinsam und mit Freude über ein bestimmtes Thema philosophiert.

Neujahrscfé

Donnerstag, 9.1., 13.00–14.30
Gemeinsam starten wir bei einer kleinen Jause ins neue Jahr.

Workshop: „Wir sind online und sicher“ – speziell für Senior*innen

Mittwoch, 22.1., 13.00–16.00
Wie können wir online sicher mit anderen in Kontakt sein? Dieser Workshop erfolgt praxisnah und mit vielen Übungen. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät (Smartphone, Tablet oder Laptop) zum Workshop mit.
Die „Digital überall“ Angebote sind finanziert vom Bundeskanzleramt.

Kostenlose Grippe-Impfaktion der Stadt Wien im Nachbarschaftszentrum

Mittwoch, 29.1., 8.00–13.00
In Kooperation mit dem Gesundheitsdienst der Stadt Wien. Sie können sich auch ohne Anmeldung kostenlos gegen Grippe impfen lassen. Nähere Informationen erhalten Sie gerne im Nachbarschaftszentrum.

Acrylmalworkshop

Montag, 3.2., 10.00–16.00
Dienstag, 4.2., 10.00–13.00
UKB: € 14,-

Töpfer-Workshop

Dienstag, 4.2., 14.00–16.30
UKB: € 6,-

Zentrumsübergreifender Gesundheitsschwerpunkt der Nachbarschaftszentren 2025: „Gesundheit für alle“

Fit in den Frühling! Anregungen für Ihr Wohlbefinden
Freitag, 28.2., 11.30–13.00

Kunstaussstellung: 4 Wochen – 4 Bilder

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, vier selbstgemalte Bilder für vier Wochen im Zentrum auszustellen. Interesse? Dann melden Sie sich gerne bei uns.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!