



Hallo Nachbar*in,
während die Tage wieder länger werden und die Natur erblüht, ist die beste Zeit, um Neues zu Probieren. Wir haben viele Gruppen und Veranstaltungen geplant. Kommen Sie vorbei!

Herzlichst
Ihr Team
des Nachbarschaftszentrum Hernals

Mag.ª Eva Bertalan
Zentrumsleitung, Psychologische Beratungen

Esther Fleck, DGKP
Gesundheitsbereich, Gesundheitsberatung

MMag.ª Solveig Bruckmann
Kleinkinderbereich, Kulturpass

Mag.ª Manuela Beran-Hochwarter
Psychologische Begleitung

Mag.ª Alexandra Cech
Stadtteilarbeit, Lernbereich

Sandra Strango, MSc
Stadtteilarbeit, Soziale Orientierungsberatung

Michaela Hamajova
Administration

Marijana Krizanac
Administration

NACHBARSCHAFTS-TAG 2025

Von Straßenfesten bis Pflanzentauschbörsen, von Wanderungen bis Workshops für alle Generationen: Beim **Nachbarschaftstag am 23. Mai** veranstalten Bewohner*innen und Organisationen aus Wien zahlreiche gemeinschaftsfördernde Aktivitäten.

Sie möchten auch eine Aktion umsetzen? Kontaktieren Sie uns!

E: nachbarschaftszentren@wiener.hilfswerk.at

T: +43 1 512 36 61-3650



Informationen zu allen Veranstaltungen gibt es auf www.nachbarschaftstag.at

MEINE GESUNDHEIT ZÄHLT

Zum **Weltgesundheitsstag am 7. April** führt der Gesundheitsdienst der Stadt Wien (MA 15) gemeinsam mit den Nachbarschaftszentren Informationsveranstaltungen zu Vorsorgeuntersuchungen und Impfangeboten der Stadt Wien durch.



Nähere Infos auf unserer Website unter „Projekte“.

BEFRAGUNG UNSERER BESUCHER*INNEN

Haben Sie sechs Minuten Zeit?

Wir möchten gerne von Ihnen wissen, was Sie im Nachbarschaftszentrum gut finden und was Sie verändern möchten.

Hier geht's zur Befragung:



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 Wohnungslosenhilfe 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
- Sozialmärkte
- Arbeitslosenintegration
- Seminar- und Tagungszentrum SkyDome



Nachbarschaftszentrum 17 Hernals

Hernalser Hauptstraße 53
1170 Wien
T: +43 1 512 36 61-3600
E: nbz17@wiener.hilfswerk.at

Nachbarschaftszentren.
Wiener.Hilfswerk

www.nachbarschaftszentren.at

Fonds Soziales Wien

Für die Stadt Wien

Gefördert vom Fonds Soziales Wien, aus Mitteln der Stadt Wien

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, Redaktion: Mag.ª Eva Bertalan, E.: nbz17@wiener.hilfswerk.at

Fotos: © Adobe Stock / v_1 / ant / Nitr / Rawpixel.com, Illustration: © Fotolia / NL shop, Druck: der wiktörin, Wien, 2/2025

Nachbarschaftszentrum 17
Hernals



PROGRAMM NACHBARSCHAFTS- ZENTRUM 17

März bis Mai 2025

nachbarschaftszentren.at



Infotelefon +43 1 512 36 61-3600

GROSSE HILFE,
GANZ NAH.

Montag

- 10.00–11.00 **Bewegung im Zentrum**
Kräftigung, Koordination und Dehnung.
UKB: € 2,- / Termin.
Anmeldung erforderlich.
- 10.30–12.00 **Italienisch-Konversation**
ab 17.3. **und Grammatik A1+**
Anmeldung erforderlich.
- 11.00–12.00 **Gesundheitsplausch**
Termine: 24.3.: „COPD – Wie steht es um die Lunge?“, 7.4.: Weltgesundheitstag, 19.5.: „Gesunder Schlaf – Information und Austausch“
- 14.00–15.30 **Französisch-Konversation – ONLINE**
Anmeldung erforderlich.
- 16.45–17.45 **Deutsch-Treff für alle Niveaus**
-  17.00–19.00 **Deutsch für Ukrainer*innen**
Anmeldung erforderlich.

Dienstag

-  9.30–11.00 **A1+ Deutschlernen**
Für Menschen mit Muttersprache Farsi/Dari. Anmeldung erforderlich.
- 9.30–11.00 **Eltern-Kind-Runde**
Ausgenommen am 1.4. und 15.4.
Freie Spende.
- 10.00–12.30 **Gemeinsames Kochen**
Termine: 18.3., 29.4. und 27.5.
Regional, saisonal, gut und günstig.
UKB: € 5,- / Termin.
Anmeldung erforderlich.
- 13.30–14.30 **Pilates**
Anmeldung erforderlich.
- 15.00–16.30 **A2 Konversation und Grammatik**
Deutschlernen für alle mit Vorkenntnissen.
Anmeldung erforderlich.



Beratung für Jung und Alt (mit Anmeldung)

- **Gesundheitsberatung**
Kontakt: Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin Esther Fleck (esther.fleck@wiener.hilfswerk.at)
Kostenlose Blutdruckmessung nach Vereinbarung.
 - **Psychologische Beratung**
in Problem-, Entscheidungs- und Krisensituationen.
 - **„Walk and Talk“**
Psychosoziale Beratung im Gehen.
Kontakt: Klinische- und Gesundheitspsychologin Mag.^a Manuela Beran-Hochwarter (manuela.beran-hochwarter@wiener.hilfswerk.at)
 - **Soziale Orientierungsberatung**
In schwierigen Lebenssituationen oder Krisen bieten wir Ihnen die Möglichkeit eines persönlichen Gesprächs.
- Wir sind für Sie da: persönlich, telefonisch oder via MS Teams (Internet-Videotelefonie).**



zweit.hand Secondhand-Projekt

Gebrauchte Lieblingsstücke jeglicher Art: Modischer Retro-Chic, Vintage u.v.m. – nachhaltig, fast neu und zu einem fairen Preis für den guten Zweck.

Hernalser Gürtel 43, 1170 Wien
Öffnungszeiten siehe Website:
www.nachbarschaftszentren.at/projekte/zweit-hand



Mittwoch

- 10.00–11.00 **Fit im Zentrum**
Übungen auf der Gymnastikmatte.
UKB: € 2,- / Termin.
Anmeldung erforderlich.
- 13.30–14.45 **Englisch für leicht Fortgeschrittene – ONLINE**
Anmeldung erforderlich.
- 15.00–16.30 **Heiteres Gedächtnistraining**
Gemeinsam werden die grauen Zellen in Schwung gebracht.
Anmeldung erforderlich.

Donnerstag



- 10.00–11.30 **Singen und Spielen für Kinder bis 3 Jahre**
Ausgenommen am 17.4.
Eltern-Kind-Runde mit Singen, Tanzen, Spielen. Freie Spende.
- 15.00–16.00 **Französisch-Konversation**
Anmeldung erforderlich.
- 15.00–16.30 **Nachbarschaftscafé**
Nette Plauderei bei einer Tasse Tee oder Kaffee.
- 16.00–16.45 **Deutsch lesen und hören**
Für alle Interessierten mit Vorkenntnissen, ab Niveau A1. Anmeldung erforderlich.

Freitag

- 10.00–11.00 **Yoga im Zentrum**
Anmeldung erforderlich.
- 10.00–11.30 **Deutsch-Café**
Individuell Deutsch lernen – zu zweit oder in kleinen Gruppen. Alle Niveaus.
- 11.00–12.00 **Malen und Meditation**
Anmeldung erforderlich.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Veranstaltungen

Montag-Abende:

- 3.3. Spiele-Stunde:
Brett- und Kartenspiele
 - 10.3.: Achtsamkeit für Anfänger*innen
 - 17.3.: Basteln mit Bügelperlen mit Silvia. UKB: € 1,-
 - 24.3.: Spiele-Stunde:
Brett- und Kartenspiele
- Jeweils 16.45–17.45

Vortrag: „Gemeinsam Sicher“

Donnerstag, 27.3., 15.00–16.30
Donnerstag, 24.4., 15.00–16.30
Nutzen Sie die Gelegenheit, Fragen an unsere Grätzelpolizistin zu stellen.

Nachbarschaftstag

Freitag, 23.5.
Hof-Fest: 10.00–18.00
Gehsteig-Party: 16.00–18.00
Wir feiern uns und unsere Nachbarschaft! Das Detailprogramm finden Sie auf unserer Website.

FLOHMÄRKTE

Dauer-Flohmarkt
Montag, 13.00–16.30
Dienstag, 13.00–17.00
Mittwoch, 9.00–12.00 und 13.00–17.00
Donnerstag, 9.00–12.00 und 13.00–14.30

FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Nursery Rhymes für Kinder bis 6 Jahre
Donnerstag, 3.4., 10.4. und 24.4.
jeweils 16.00–17.00
Wir singen und tanzen englische Kinderlieder und probieren Orff-Instrumente aus. UKB: € 4,-
Anmeldung erforderlich.

Singstunde im Kongresspark für Kinder bis 4 Jahre
Donnerstag, 8.5., 15.5. und 22.5.,
jeweils 15.30–16.30
Kinderlieder und Tänze auf der großen Wiese. UKB: € 4,-
Anmeldung erforderlich.

Malen mit Fingerfarbe für Kinder von 1 bis 5 Jahre

Freitag, 23.5., 10.00–11.00 und 11.00–12.00
Zusätzlich kann das Hof-Fest des Nachbarschaftszentrums mit eigenem Kleinkindbereich besucht werden.
UKB: € 5,-
Anmeldung erforderlich.

Einzelnachhilfe Lernclub

Individuelle Lerneinheiten für Kinder und Jugendliche von 6 bis 14 Jahren in Deutsch, Mathematik und Englisch. Montag bis Mittwoch. Uhrzeiten bitte im Nachbarschaftszentrum erfragen. Anmeldung für das Sommersemester 2025 zu den Anmeldezeiten: Montag bis Mittwoch, 13.00–17.00 und Donnerstag, 9.00–12.00