Hand in Hand

Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales

HILFSWERK

1 | 2018

Wie Kinder lernen

Spielen – ein unterschätzter Schlüsselfaktor. > 4

Gesund fürs Leben. Freiwillige als Gesundheitspartner/innen. > 11

Senioren-WG. Wir-Gefühl durch gemeinsame Aktivitäten. > 13

Sozialmarkt. Crowdfunding-Kampagne für ein Auto. > 22

Ein Gewinn für die Zukunft

Gelebte Verantwortung. Vom Spielerschutz über den schonenden Umgang mit Ressourcen bis hin zur Unterstützung zahlreicher Organisationen und Projekte im Sozialen, der Kultur und im Sport. Die Österreichischen Lotterien engagieren sich seit über 30 Jahren im Interesse der Gesellschaft.

österreichische
LOTTERIEN

www.lotterien.at

COVERSTORY

4 Wie Kinder lernen. Spielen – ein unterschätzter Schlüsselfaktor.

PFLEGE & BETREUUNG

13 „Da war ich schon lange nicht." Die Seniorenwohngemeinschaften des Wiener Hilfswerks unternehmen Ausflüge zur Stärkung des Wir-Gefühls.

GESUNDHEIT & LEBEN

16 Spenden. Benefiz-Weihnachtskonzert von Clemens Unterreiner, Kinder-Weihnachtsgeschenke von Technology Systems u. a. m.

19 Annemarie-Imhof-Komitee. Das ehrenamtlich tätige Damenkomitee zeigt, wie schön es ist, zu helfen.

21 Die hohe Kunst des Humors. Interview mit der vielseitigen Künstlerin Topsy Küppers.

23 Ein Tag im AWAT-Flüchtlingshaus. Menschen mit Fluchthintergrund haben aus dem Haus ein Zuhause gemacht.

24 Wien feiert gute Nachbarschaft. Am 25. Mai 2018 findet der Nachbarschaftstag statt.

26 20 Jahre Nachbarschaftszentrum Donaustadt. Bereits seit 20 Jahren leistet das NZ 22 unentbehrliche Arbeit für die Menschen im Bezirk.

HILFSWERK

38 Veranstaltungshighlight. Beim Projekt „other stories" bringt eine junge Fotografin Flüchtlingen das Fotografieren bei.

EDITORIAL

Karin Praniess-Kastner, MSc
Präsidentin des Wiener Hilfswerks

Kinderleicht

Sehen Sie auch gerne Kindern beim Spielen zu? Es ist stets aufs Neue faszinierend, wie selbstvergessen die Kleinen in ihre Tätigkeiten eintauchen. Dabei entdecken und erschaffen sie immer neue Welten. Mühelos, wie es scheint. Kinderspiel ist kinderleicht. Hinter dem liebsten Zeitvertreib der nächsten Generationen verbirgt sich aber viel mehr. Wer spielt, lernt auch, ist kreativ, ist offen und entwickelt sich. Das Wiener Hilfswerk ist für Menschen aller Altersstufen da. Aus diesem Grund ist diese Tatsache – das Spiel als Motor, als Schlüssel für Entwicklung und Kreativität – auch für uns ein spannendes Feld. Unsere Tagesmütter und -väter erleben bei ihrer Arbeit all die großen und kleinen Erfolge, die spielerische Betätigung mit sich bringt. Expertinnen und Experten meinen, dass die kleinen Gruppen der Tageseltern besonders förderlich für ein freies Spielen und Lernen sind. Ebenso schön ist es für uns, dass die Besucher/innen unserer Nachbarschaftszentren sich an Spieleabenden erfreuen können, bei denen sie vielleicht ihren Alltag ein Stück weit hinter sich lassen können. Nicht zuletzt ist es eine Freude, die Tagesgäste in unseren Tageszentren für Senioren zu beobachten, wie glücklich sie beim Kegeln und ähnlichen Aktivitäten sind. So bietet das Wiener Hilfswerk Menschen aller Altersgruppen Freude durch Spiel an.

Herzlichst,
Ihre Karin Praniess-Kastner

SPENDEN GÜTESIEGEL 05923 www.osgs.at
IHRE SPENDE IST STEUERLICH ABSETZBAR REG NR SO 1192

Das Österreichische Umweltzeichen für Druckerzeugnisse, UZ24, UW 686 Ferdinand Berger & Söhne GmbH.

Ausgezeichnet.

Offenlegung Gemäß § 25 Mediengesetz: Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien, ZVR-Zahl: 814134410; www.wiener.hilfswerk.at. Das Wiener Hilfswerk ist eine 1947 gegründete private, gemeinnützige, mildtätige, überkonfessionelle und überparteiliche Organisation, die ihre Unterstützung allen in Wien lebenden Menschen anbietet. Vorstand: Präsidentin: Karin Praniess-Kastner, MSc; Vizepräsidenten: LAbg. GR[in] a. D. Ingrid Lakatha, Dr. Stephan Leixnering; Prof. Dr. Johannes Rudda; Finanzreferent: Mag. Klaus Hübner; Finanzreferent-Stv.: Dr.[in] Heike Mensi-Klarbach; weitere Mitglieder: Uli Appel, Dr.[in] Irmgard Bayer, Dipl.-Ing. Peter Csöngei, Mag.[a] Silke Kobald, Susanne Reichard, DSA Michael Vorlaufer; Kontrolle: Dr.[in] Heide Engleitner, Dr. Ewald Aschauer, MMag.[a] Marianne van Staa. Grundlegende Richtung: § 2 (4) (n) der Statuten des Wiener Hilfswerks **Herausgeber und Medieninhaber** Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien, Tel.: (+43-1) 512 36 61; Fax: DW 33, E-Mail: kommunikation@wiener.hilfswerk.at; Web: www.wiener.hilfswerk.at **Redaktion Wien:** Mag.[a] Martina Goetz, Mag. Heiko Nötstaller, Conny Pressler, Mag.[a] Martina Stoll **Redaktion Österreich:** Elisabeth Anselm, DI Roland Wallner; **Fotos:** Hilfswerk Österreich/Suzy Stöckl, Wiener Hilfswerk, Daniel Nudescher, Jenni Koller, Fotolia. Hilfswerk Austria International (25/Constantin Bassel), Shutterstock (Cover/3/5/7/Ilike, 4/Mahathir Mohd Yasin), 7/Josef Fischnaller **Anzeigen:** Dr. Norbert Kastelic/Hilfswerk Österreich. **Layout:** Egger & Lerch, 1030 Wien; **Druck:** Ferdinand Berger & Söhne GmbH, Horn. Über zugesandte Manuskripte freut sich die Redaktion, sie behält sich jedoch vor, diese zu redigieren, abzulehnen oder in gekürzter Fassung zu veröffentlichen. Namentlich gekennzeichnete Artikel müssen nicht unbedingt der Auffassung der Redaktion entsprechen. **Auflage Wien:** 18.000 Stück.

Wie Kinder lernen

Spielen als Schlüsselfaktor für vielfältigen Kompetenzaufbau. Neueste Erkenntnisse aus der Hirnforschung zeigen, wie das „Lernen fürs Leben" wirklich funktioniert und dass Eltern ihrem Nachwuchs mit einer permanenten „Überförderung" nichts Gutes tun. Besser wäre eine erfüllte Kindheit mit vielen Freiräumen für das eigene kindliche Entdecken.

Die fünfjährige Paula war eben noch im Kindergarten und sitzt nun endlich daheim. Durchschnaufen, das Drängen und Zerren ihrer Freundinnen hinter sich lassend, durchstreift das Mädchen einen Raum nach dem anderen in der Wohnung. Die Frühlingssonne blinzelt beim Fenster herein, und im Garten zeigen sich die ersten Blüten. Grund genug für das neugierige Kind, auf Entdeckungsreise zu gehen. Mama erfolgreich bezirzt und endlich richtig angezogen, durchstreift Paula das Grün vor der Haustür und bleibt bei den glitzernden Steinen des Zierschotters hängen. Jedes einzelne Exemplar wird genauestens begutachtet, nach Größe und Farbe sortiert und in die „richtige" Ordnung gebracht. Immer wieder neue Sortiermöglichkeiten findend, beginnt Paula ihre Arbeit wiederholt von Neuem. Wäre sie nicht vom Rufen der Mutter jäh unterbrochen worden, hätte es für Paula noch richtig viel zu tun gegeben. Ach ja, mittwochs steht die musikalische Früherziehung am Programm, und danach wird wohl kaum noch Zeit vom Tag übrig sein, um mit dem Steine-Spielen fertig zu werden. Paulas Eltern liegt die Förderung ihrer Tochter besonders am Herzen, kein Wunder, soll sie es doch irgendwann einmal besser und vor allem leichter haben. Auf gar keinen Fall möchten sie, dass ihr Kind den Anschluss verliert, schließlich verbringen auch die Kindergarten-Kolleginnen und -Kollegen einen Gutteil ihrer freien Zeit in Kursen professioneller Anbieter oder bei Freizeitangeboten in oft auch weiterer Entfernung von zuhause.

„Der gesellschaftliche Druck in Sachen sinnvoller Freizeitgestaltung bei Kindern steigt stetig. Dabei wäre weniger oft mehr", betont Martina Genser-Medlitsch, fachliche Leitung im Bereich Kinder, Jugend und Familie beim Hilfswerk Österreich. „Wir brechen eine Lanze für das ungezwungene, freie Spielen der Kinder, das zusehends durch eine straffe Tagesplanung sowie fehlende Rückzugsmöglichkeiten aus dem Alltag der Kinder verdrängt wird. Neueste Erkenntnisse aus der Hirn- und vor allem auch aus der Lernforschung bestärken uns in unseren Bestrebungen. Spielen wird in seiner Bedeutung für die Entwicklung eines Kindes vielfach unterschätzt. Dabei ist es eine wichtige, wenn nicht sogar DIE wichtigste Grundlage für die Aneignung von Fähigkeiten, Fertigkeiten, Wissen und einer motivierten Lern- und später Arbeitshaltung."

Das Wundermittel „Spielen" beflügelt das Lernen

Zufriedene, ausgeglichene Kinder spielen. Selbstvergessen und vertieft bewegen sie sich in ihrer eigenen Welt des Spiels. Das sind weder Freizeitparks noch virtuelle Welten, die irgendein Computer errechnet, sondern „Spielwirklichkeiten", die durch die Imagination der Kinder entstehen. Der Ast wird zum Laserschwert, aus Sand werden köstliche Kuchen und eine Kreidelinie am Asphalt markiert ein „Boot", welches beim Fangenspiel vor dem Fänger bewahrt. Mit einem Bein stehen Kinder in ihren Fantasieräumen, mit dem anderen Bein stehen sie jedoch felsenfest in der Realität. Fragt man sie, so zeigt sich, dass sie sich ganz klar darüber sind, dass man beispielsweise Sandkuchen nicht wirklich essen kann.

„Viel wichtiger als Wissen ist Erfahrung." Gerald Hüther, Hirnforscher

Was Neurowissenschafter/innen schon länger vermutet haben, können nun bildgebende Verfahren sichtbar machen: Spielen verändert die Hirnaktivitäten. Frei und ohne Druck spielende Menschen (auch Erwachsene!) weisen einen geringeren Sauerstoffverbrauch des Gehirns auf, was auf eine verminderte Aktivität der Nervenzellenverbände im Bereich der Amygdala zurückzuführen ist. Das ist jene Hirnregion, die bei Angst besonders aktiv wird. Im Spiel kommt dem Menschen also die Angst quasi abhanden bzw. entsteht dabei im Normalfall gleich gar nicht. Gleichzeitig lassen sich verstärkte Aktivitäten in jenen neuronalen Netzwerken feststellen, die für das Bewältigen der Herausforderungen im Spiel nötig sind. Je komplexer das

Spiel, umso mehr werden regionale Netzwerke im Gehirn „angefeuert"/ angesteuert. Damit entstehen jene Voraussetzungen, die neue Verknüpfungen im Gehirn und damit neue kreative Ideen bzw. Einfälle und Lernfortschritte erst ermöglichen. Und: Das spielerische Bewältigen von Aufgaben beflügelt nicht nur die Verdichtung der neuronalen Vernetzung unseres Gehirns und damit dessen Leistungsfähigkeit, sondern setzt auch Belohnungsmechanismen im Mittelhirn in Gang. Diese „Verstärkersysteme" lösen bei Menschen ein Gefühl der Freude, der Lust und sogar der Begeisterung aus. Für Gerald Hüther, einer der anerkanntesten Hirnforscher im deutschsprachigen Raum, ist Spielen sogar die beste Voraussetzung für ein nachhaltiges Lernen, das darüber hinaus auch noch die Lebensfreude steigert: „Überall dort, wo sich Menschen ohne Angst, ohne Druck, selbstvergessen und spielerisch auf den Weg machen, spüren sie, wie etwas in ihnen zu wachsen beginnt. Erwachsene werden dann an einen Zustand an ihrer Kindheit erinnert, diese unbändige Freude am Leben, an ihrem Dasein im Hier und Jetzt. Sobald weder Angst noch Druck im Spiel sind, erwacht die Lust, zu entdecken und zu gestalten. So funktioniert das Hirn, aber eben nur ohne Angst, ohne Erwartungs- oder gar Leistungsdruck", so Gerald Hüther. Mit dem Spielen hat uns die Natur ein „Wundermittel" an die Hand gegeben, um schnell und effizient zu lernen, unser Wissen und unsere Kompetenzen dauerhaft zu vermehren und sogar die Struktur bzw. Arbeitsweise unseres Gehirns zu formen.

Die Arbeit des Kindes liegt im Spiel

Welchen Stellenwert die Natur dem Spielen einräumt, belegen am eindrucksvollsten wissenschaftliche Auswertungen zur Spieldauer von Kindern. Das Spiel ist gewissermaßen der Hauptberuf eines jeden Kindes. Alles, was es sieht, hört, fühlt, in Händen hält und begreift, wird schnell zum Spiel. Ob es der frisch gezogene Graben durch das Kartoffelpüree, das Testen der Dehnfähigkeit von Pulloverärmeln beim Anziehen oder der Drang zum Aufheben und Werfen von sämtlichen Steinen am Weg von zuhause in den Kindergarten ist, dem Spieltrieb kann sich kein Kind entziehen.
Forscher gehen davon aus, dass Kinder bis zum vollendeten sechsten Lebensjahr rund 15.000 Stunden spielen. Das entspricht etwa sieben bis acht Stunden pro Tag. Wenn man zusätzlich noch bedenkt, dass in der Natur gemeinhin das Prinzip des geringstmöglichen Energieverbrauchs gilt, nimmt das spielerische Erkunden der Welt ein geradezu gigantisches (Stunden-)Ausmaß ohne Rücksicht auf den Energieverbrauch des Organismus ein. Dies zeugt von der enormen Bedeutung des Spiels für die menschliche Entwicklung.
Bei Kindern, die während ihres Heranwachsens viel und intensiv spielen konnten, gelang der Spielforschung der Nachweis eines erhöhten >>

Neuroplastizität

Wie wir die Entwicklung des Gehirns beeinflussen können!
Während die Bewohner/innen der Regenwälder Amazoniens ohne Probleme 120 verschiedene Grüntöne unterscheiden und benennen können, finden Inuits eine erstaunliche Vielzahl von Adjektiven, um die Beschaffenheit von Schnee und Eiskristallen zu beschreiben. Nichts von alledem findet sich im Werkzeugkasten der Fähigkeiten von Menschen in unseren Breitengraden. Warum ist das so?
Die Neurowissenschaften helfen bei der Beantwortung dieser Frage. Der zentrale Begriff ist Neuroplastizität, die nichts anderes besagt als die Fähigkeit unseres Gehirns, sich den Erfordernissen des jeweiligen Lebensumfeldes perfekt anzupassen. Interessant ist, dass die genetische Anlage eines Menschen nicht festlegt, wie sich die Milliarden an Nervenzellen im sich entwickelnden Gehirn miteinander vernetzen sollen, sondern lediglich dafür sorgt, dass ein Überschuss an Nervenzellen und an Vernetzungen zwischen diesen Nervenzellen bereitgestellt wird. Mit jedem neuen Tag und seinen Erfahrungen entscheidet sich, welche der anfänglich bereitgestellten Nervenzellenvernetzungen stabilisiert werden, welche erhalten bleiben und welche verkümmern. Laut Gerald Hüther entwickeln sich die Verknüpfungsmuster in Abhängigkeit davon, wie und wofür das Gehirn tatsächlich genutzt wird. Über diese Fähigkeit verfügen Menschen von der Geburt bis zum Tod. Was Kinder jedoch von Erwachsenen maßgeblich unterscheidet, ist ihre Begeisterungsfähigkeit, die wir im Verlauf unseres Heranwachsens oft zunehmend verlieren. Jede neue Entdeckung, jede neu gelernte Fähigkeit löst im Gehirn von Kindern einen für Erwachsene kaum noch nachvollziehbaren Sturm der Begeisterung aus. Diese Begeisterung über sich selbst und über all das, was es noch zu entdecken gibt, ist der wichtigste „Treibstoff" für die rasante Entwicklung von Fertigkeiten bzw. Kompetenzen eines noch jungen Menschen. Diese Fähigkeit zur Begeisterung gilt es zu erhalten.

>>

Kompetenzaufbaues in vier Bereichen, die für eine erfolgreiche Lebensgestaltung wichtig sind und die im Folgenden kurz umrissen werden:

- Der **emotionale Bereich** charakterisiert sich durch die Fähigkeit, Gefühle zu erkennen, zu erleben und zu verarbeiten, sowie durch einen adäquaten Umgang mit Enttäuschungen und Misserfolgen. Menschen, die erfolgreich lernen und leistungsstark sind, zeigen geringere Aggressionsbereitschaft, stärkere Belastbarkeit, größere Ausdauer und empfinden häufiger Zufriedenheit. Die Grundgefühle Angst, Freude, Trauer, Wut und Mut befinden sich im Gleichgewicht.
- Im **sozialen Bereich** manifestieren sich ausgebaute Fähigkeiten z. B. in Form von besserem Zuhören-Können bei Gesprächen, einer geringeren Vorurteilsbildung gegenüber anderen Menschen, einer besseren Kooperationsbereitschaft sowie einer höheren Regelakzeptanz. Außerdem lassen sich ein gesteigertes Unrechtsempfinden und eine intensivere Freundschaftspflege feststellen.
- Durch regelmäßiges, intensives Spielen wird speziell der **motorische Bereich** entwickelt. Kinder verbessern dabei ihre Reaktionsfähigkeit, zeigen insgesamt eine fließende Gesamtmotorik, haben eine bessere Auge-Hand-Koordination, eine differenzierte Grob- und Feinmotorik, ein besseres Balance-Empfinden und können ihre Bewegungen gezielter und besser steuern.
- Der **kognitive Bereich**: Kinder profitieren durchs Spiel im logischen Denken, zeigen eine gesteigerte Wahrnehmungsoffenheit und höhere Konzentrationsfähigkeit, bessere Gedächtnisleistungen, eine differenzierte Sprache, ein besseres Mengen-, Zahl-, Farb- und Formverständnis, mehr Fantasie und ein besseres Durchschauen von Manipulationsversuchen.

Schaffen Sie „Spielräume" für Ihr Kind

Wie bereits erwähnt, sind Kinder, die ausgiebig spielen können, meist zufriedener, selbstsicherer und fröhlicher. Darüber hinaus verfügen sie auch über mehr Fähigkeiten im Vergleich zu Altersgenossen, die große Teile ihrer Freizeit mit elektronischen Medien verbringen.
Durchtaktete Tagesabläufe ohne „Spielräume" und ein Übermaß an fördernden Maßnahmen wie unterschiedlichste Spezialkurse für Klein- und Vorschulkinder zeitigen Studien zufolge bei weitem nicht die von den Eltern erhofften Resultate. Genser-Medlitsch: „Eltern können sehr einfach gegensteuern, indem sie sich einmal ganz bewusst mit den ‚Spielverderbern' auseinandersetzen und im Familienkalender genau jenen zeitlichen Freiraum schaffen, der für ein Spielen ohne Stress und ständige Forderungen von außen notwendig ist."

„Kindern wachsen dann Flügel, wenn wir ihnen genügend Raum und Gelegenheit zum Fliegen bieten." Gerald Hüther, Hirnforscher

Einer „Förderitis" (= das übertriebene elterliche Streben, keinerlei Gelegenheit zum Entwicklungsanschub zu verpassen) folgt oft die Überforderung des Kindes durch zu viele „Szenenwechsel" und mangelnde Zeit zum Verarbeiten (Verdauen) der unterschiedlichen Umgebungen, Anregungen, Inhalte und Vorgaben. „Es spricht nichts dagegen, wenn Kinder ihre Fähigkeiten und Begabungen auch mal in einem Kurs entdecken bzw. entwickeln können. Derartige Angebote sollten aber keinesfalls das freie, zwanglose Spielen zu sehr einschränken oder gar verunmöglichen", rät Expertin Genser-Medlitsch.

„Man erstickt den Verstand der Kinder unter einem Ballast unnützer Kenntnisse.“ Voltaire, franz. Philosoph

Es ist nicht nötig, dass sich Eltern dauernd ausgefeilte Förderprogramme für ihre Kinder ausdenken. „Entspannen Sie sich und vertrauen Sie auf die natürliche Entwicklungstriebfeder Ihres Kindes. Schaffen Sie den zeitlichen Rahmen und örtlichen Freiraum für das Spielen, schenken Sie unvoreingenommene Zuneigung sowie ungeteilte Aufmerksamkeit. Kinder suchen dann ganz alleine die Anforderungen, die im jeweiligen Moment am besten zu ihrer Entwicklung passen. Kinder vermeiden geschickt Über- und Unterforderung. Dadurch optimieren sie spielerisch das Lernen, denn sie suchen aktiv jene Anforderungen, die sie in Hinblick auf ihre Entwicklung voranbringen.“ <

Zur Person

Prof. Dr. Gerald Hüther zählt zu den renommiertesten Hirnforschern Deutschlands. Er interessiert sich vorwiegend für die frühen Erfahrungen im menschlichen Leben und deren Einfluss auf die Hirnentwicklung, wozu vor allem emotionale Reaktionen wie Angst und Stress gehören. Seine Erkenntnisse veröffentlicht Hüther nicht nur für die Fachwelt, sondern auch in für Laien gut zugänglichen Sachbüchern. Gerald Hüther ist einer der wissenschaftlichen Impulsgeber des diesjährigen Hilfswerk-Fachschwerpunktes, der unter dem Motto SPIELEN. LERNEN. BILDEN. aktuelle Erkenntnisse aus Soziologie und Neurowissenschaften für den Betreuungsalltag von Pädagoginnen und Pädagogen sowie Eltern zugänglich machen soll. Hüther rückt in seinem Beitrag für das Hilfswerk das kindliche Spielen als zentrale Säule einer ganzheitlichen Kindesentwicklung in den Fokus.

Buchtipps

Rettet das Spiel!
Weil Leben mehr als Funktionieren ist

Der Mensch ist nur da ganz Mensch, wo er spielt. Was Schiller einst dachte, bestätigt heute die Neurowissenschaft: Im Spiel entfalten Menschen ihre Potenziale, beim Spiel erfahren sie Lebendigkeit. Doch das Spiel ist bedroht – durch seine Kommerzialisierung ebenso wie durch suchterzeugende Online-Spiele. Der Hirnforscher Gerald Hüther und der Philosoph Christoph Quarch wollen sich damit nicht abfinden. Sie erläutern, warum unser Gehirn zur Hochform aufläuft, sobald wir es spielerisch nutzen, erinnern an die Wertschätzung des Spiels in früheren Kulturen und zeigen, welche Spiele dazu angetan sind, Freiräume für Lebensfreude zu öffnen.
Rettet das Spiel!
224 Seiten, Carl Hanser Verlag, Auflage: 6
ISBN-13: 978-3446447011

Gehirnforschung für Kinder
Felix und Feline entdecken das Gehirn

Ein Sachbilderbuch für Kinder und Erwachsene: Gehirnforschung spannend erklärt.
Unter welchen Bedingungen behalten Kinder die ihnen innewohnende Lust am Lernen, am Entdecken und Gestalten? Unter welchen vergeht sie ihnen? Wie spannend und kinderleicht man davon erzählen kann, zeigt dieses Sachbilderbuch von Inge Michels und Gerald Hüther, einem der profiliertesten Neurobiologen Deutschlands. Das Buch richtet sich primär an Vor- und Volksschulkinder und deren Eltern.
Gehirnforschung für Kinder
64 Seiten, Kösel-Verlag, Auflage: 7
ISBN-13: 978-3466308453

© HILFSWERK ÖSTERREICH / WILLI SCHMID

Buchtipp: „Spoonfood" – 120 Wohlfühlsuppen

Suppen und Eintöpfe sind vielfältige Alleskönner. Rund ums Jahr geben sie uns genau das, was wir brauchen: frischen Schwung mit Kräutern im Frühling, Abkühlung an heißen Sommertagen und cremigen Genuss im Herbst und im Winter. Alle 120 Rezepte, die Bianca-Rafaéla und Michael Baswald präsentieren, sind mit saisonalen Zutaten gekocht und daher vollgepackt mit wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen. Wärmend und wohltuend, sattmachend und erfrischend: der Frühlings-Gemüse-Eintopf, die Tomatensuppe mit Ciabatta, die Karotten-Fenchel-Cremesuppe mit Kurkuma und die süße Maroni-Suppe. Gesunder und vollwertiger Genuss mit herzhaften Beilagen und knusprigen Toppings: In die Suppenschüssel kommen bei Bianca und Michael aber nicht nur cremige und klare Suppen selbst: mit knusprigen Toppings, herzhaften Einlagen und sättigenden Beilagen kann jedes Rezept beliebig verfeinert werden.

Spoonfood: Das ist unkomplizierter Wohlfühlgenuss für jede Jahreszeit!

- das große Jahreszeiten-Kochbuch: 120 saisonale Rezepte für Suppen und Eintöpfe
- köstliche Toppings, Beilagen und Einlagen: vollwertig und gesund satt werden
- Grundrezepte für kräftigende Brühen: Gemüse-, Hühner- und Rindssuppe
- mit ausführlichem Saisonkalender: wann sollte was am besten in den Suppentopf
- neue Energie und Ausgewogenheit: Detox- und Abnehmsuppen
- für alle Ernährungsgewohnheiten: gluten- und lactosefreie, vegane und vegetarische Rezepte
- gesunde Mahlzeit to go: Suppen lassen sich gut vorbereiten und mitnehmen

Über die Autoren: Bianca-Rafaéla und Michael Baswald sind wahrlich keine Suppenkasper. Gemeinsam haben sie in Wien das Lokal Spoonfood gegründet, in dem sie jeden Tag eine bunte Auswahl an verschiedenen Suppen und Eintöpfen anbieten. Die beliebtesten Rezepte haben sie nun aufgeschrieben und zeigen in „Spoonfood", welch große Vielfalt sich aus einem Topf zaubern lässt.

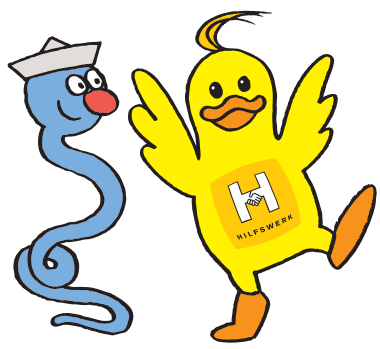
Viele weitere Rezeptideen finden Sie auf: **www.loewenzahn.at**

Spoonfood
296 Seiten, gebunden.
Von Bianca-Rafaéla und Michael Baswald mit über 150 Fotos von Nadja Hudovernik, 29,90 Euro,
ISBN 978-3-7066-2630-9,
Löwenzahn Verlag

„Spielen macht schlauer" – der neue Ratgeber für Eltern

Jetzt kostenlos bestellen! Der neue Erziehungsleitfaden des Hilfswerks bietet eine Fülle von nützlichen Informationen über das Zusammenwirken von Spielen und dem Kompetenzaufbau von Kindern. Er gibt Tipps über die stressfreie Gestaltung des gemeinsamen Alltags. Finden Sie und Ihr Kind doch einfach in ein alle Sinne anregendes Spielen und damit Lernen zurück.

Neueste Erkenntnisse aus der Hirn- und vor allem auch aus der Lernforschung unterstreichen die Bedeutung des freien, unorganisierten Spielens für die Entwicklung von Kindern. Wie Wissenschafter/innen bestätigen, ist das kindliche Spiel eine wichtige, wenn nicht sogar DIE wichtigste Grundlage für die Aneignung und Ausformung von Fähigkeiten, Fertigkeiten, Wissen und einer motivierten Lern- und späteren Arbeitshaltung. Das steht im krassen Gegensatz zum allgemeinen Trend, Kinder und Jugendliche mit immer mehr zieloptimierten Aktivitäten und Förderprogrammen in durchtakteten Tagesabläufen auf die Herausforderungen des Erwachsenenlebens vorbereiten zu wollen. Wie funktioniert nun „gutes" Spielen? Was bewirkt es im Gehirn und wie lässt es sich durch Eltern anregen? Welche Störfaktoren gilt es zu vermeiden?
Der neue Ratgeber des Hilfswerks gibt Eltern praxisnahe Tipps zu einer entspannteren und ganzheitlichen Art, Kinder in ihrer Entwicklung vor allem durch ein freies und ungezwungenes Spielen bestmöglich zu unterstützen. Dabei kommt Hirnforscher Gerald Hüther ebenso zu Wort wie die Soziologin Ulrike Zartler.
Mit dabei ist auch Bakabu, der Ohrwurm – Namensgeber und Maskottchen eines speziellen Kinderlieder-programms zum spielerischen Erlernen der deutschen Sprache und zum Aufbau von Sprachkompetenz. <



Eltern-Leitfaden

Bestellen Sie den neuen kostenlosen Ratgeber rund um die Themen „Spielen, Lernen und Bilden" ab Mitte April unter Tel. 0800 800 820 (gebührenfrei) oder unter office@hilfswerk.at

Kostenlose Bestellung

Besonders beliebt und mit einer Fülle an wertvollen Tipps für Eltern ist auch der Hilfswerk Kinderbetreuungskompass – eine Orientierungshilfe rund um die richtige Betreuung und Förderung von Kindern. Bestellen Sie den Ratgeber unter Tel. 0800 800 820 (gebührenfrei) oder unter office@hilfswerk.at

Spielend lernen bei der Tagesmutter/dem Tagesvater

Tageseltern. Die wichtigste Grundlage für das gesamte spätere Lernen entsteht bereits vor dem Schuleintritt. Tagesmütter und -väter leisten mit ihren pädagogischen Angeboten einen wichtigen Beitrag für die Entwicklung der ihnen anvertrauten Kinder.

Auf dem Bild links unten kann man das Ergebnis eines kleinen Experiments sehen, das eine Tagesmutter des Wiener Hilfswerks durchführte: Dabei erleben die Tageskinder, was passiert, wenn man flüssige Farbe auf einem Papier in einer Salatschüssel dreht. Mit dieser Aktion wird nicht nur die kreative Seite der Kinder angesprochen, sondern sie lernen auch auf spielerische Weise physikalische Grundlagen kennen. Ein noch bunteres Treiben sieht man beim rechten Bild. Vier Tageskinder experimentieren mit Rasierschaum. Sie konnten das Material spüren und erleben, wie es sich anfühlt und verstreichen lässt. Welchen Geruch hat es? Welche Farbe? Dabei sind viele Sinneseindrücke erlebbar, und die Kinder sind mit ihrer ganzen Aufmerksamkeit dabei. Durch solche und viele weitere pädagogische Angebote können die Kinder spielerisch lernen und die Welt entdecken.

Die Tagesmütter des Wiener Hilfswerks arbeiten nach dem Wiener Bildungsplan (bzw. dem österreichweiten BildungsRahmenPlan), wodurch eine optimale Förderung der Tageskinder gewährleistet wird.

Die neurobiologischen Forschungsergebnisse zeigen, dass der vorschulischen Bildung (im Elternhaus und in Betreuungseinrichtungen) eine viel größere Bedeutung zukommt als bisher angenommen. Die wichtigste Grundlage für das gesamte spätere Lernen entsteht bereits vor dem Schuleintritt. Somit leisten auch unsere Tagesmütter/-väter mit ihren pädagogischen Angeboten einen enorm wichtigen Beitrag – für die Entwicklung der einzelnen Kinder, aber auch für unsere gesamte Gesellschaft. <

Mag.ª Petra Kremser; Wiener Hilfswerk, Abteilung Kinderbetreuung

Kleinkindbetreuung

Das Wiener Hilfswerk bietet Kinderbetreuung durch Tagesmütter/-väter seit mehr als 40 Jahren an. Diese Betreuungsform ist die optimale Lösung, Familie und Beruf zu vereinbaren, und für Kleinst- und Kleinkinder ideal, weil

- die Gruppe aus maximal 5 Kindern besteht
- die Betreuungszeiten flexibel gestaltbar sind
- die Betreuung aufgrund der Förderung der Stadt Wien gratis (bis zu 20 Stunden/Woche) bzw. kostengünstig ist.

Alle Informationen dazu gibt es unter www.wiener.hilfswerk.at, unter Tel. +43 1 512 36 61-424 oder via Mail an kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at

Lernen für ein gesundes Leben

Projekt. Seit August 2017 sucht das Wiener Hilfswerk 200 engagierte Freiwillige, die sich im Rahmen des Projekts „Gesund fürs Leben“ zu Gesundheitspartner/innen ausbilden lassen.

Nach einer Einschulung im Ausmaß von 12 Stunden besuchen diese regelmäßig eine ältere, körperlich geschwächte Person zu Hause und führen mit ihr ein leichtes Training durch. Ernährungstipps unterstützen die Bemühungen, wieder zu Kraft und damit auch zu mehr Lebensqualität zu kommen.
Die Ausbildungsinhalte wurden von der Medizinischen Universität (MedUni) Wien, Abteilung Sozialmedizin, unter der Leitung von Prof. Dr. Thomas Dorner im Rahmen eines Forschungsprojekts (2013–16) erarbeitet. Darauf baut das Umsetzungsprojekt des Wiener Hilfswerks (2017–19) nun auf. Mitglieder des Forschungsteams sind weiterhin als Vortragende im Einsatz. Es liegt auch im Interesse der Fördergeber des Umsetzungsprojekts, der Wiener Gesundheitsförderung und des Fonds Gesundes Österreich, dass die Gesundheitspartner/innen eine solide Einschulung bekommen, damit diese Sicherheit für ihre Einsätze gewinnen und die Übungen und Ernährungstipps entsprechend vermitteln können.
An jedem der vier Schulungsabende üben die Gesundheitspartner/innen den Kraftzirkel, bestehend aus sechs einfachen Bewegungsübungen.
Dabei ist es nicht nur erforderlich, dass sie selber die Übungen richtig durchführen, sondern sie auch anderen richtig vorzeigen können. Dies wird in Rollenspielen geübt und mit Kommunikationsempfehlungen verbunden. Eine zweite zentrale Säule des Projekts bilden Ernährungstipps. Dabei geht es vorrangig um geeignete Flüssigkeitsaufnahme, Eiweiß- und Energiezufuhr. Zusätzlich wird Wissenswertes zu Kohlenhydraten, Fetten, Obst und Gemüse sowie zu Einkauf und Lagerung von Nahrungsmitteln vermittelt. Abgerundet werden die Schulungsabende mit Informationen zu Gesundheitsförderung im Allgemeinen, zu körperlichen Erkrankungen im Alter und zu den Forschungsergebnissen der MedUni, die dem Umsetzungsprojekt zugrunde liegen. Damit bekommen die Gesundheitspartner/innen sowohl eine gute Grundlage für ihre Einsätze sowie auch Anstöße zu einer Verbesserung des eigenen Gesundheitsverhaltens.
Das Lernen endet aber nicht unbedingt mit dem vierten Schulungsabend, denn die Gesundheitspartner/innen können auch danach an Weiterbildungsseminaren teilnehmen. Außerdem sammeln sie bei den Hausbesuchen wertvolle Erfahrung und bekommen bei regelmäßigen Teamtreffen und Supervisionen die Möglichkeit, darüber zu reflektieren. <

Der Buddy-Faktor: Gemeinsam trainieren wirkt sich positiv auf die Gesundheit aus – auf jene der betreuten Personen und auch auf die der Buddys selbst.

Mitwirkende gesucht

Nähere Auskünfte über das Projekt und die Möglichkeiten, daran teilzunehmen, erhalten Sie bei Mag.ª Astrid Böhm unter Tel. 01/512 36 61-470 oder 0664/618 96 40 oder astrid.boehm@wiener.hilfswerk.at

Lebenslust

DIE SENIORENMESSE IM FRÜHLING

4.–7. APRIL 2018

MESSE WIEN

TÄGLICH 9–17 UHR • U2: MESSE-PRATER

Eine Veranstaltung der
Reed Exhibitions®
Messe Wien

lebenslust-messe.at

„Da war ich schon lange nicht"

Leben im Alter. In den Seniorenwohngemeinschaften des Wiener Hilfswerks (SWG) ist die Stärkung des Wir-Gefühls ein wichtiges Thema. In der Praxis heißt das etwa, gemeinsam in den Prater zu fahren.

Zurück in die Kindheit: Die Ausflüge der Seniorenwohngemeinschaften machen es möglich.

„Jede Unternehmung interessiert mich um vieles mehr, seitdem ich nicht mehr selbstständig überall hin kann. Für mich bedeuten Ausflüge, wieder unter Menschen in normaler Umgebung zu sein. Es heißt, mich nicht von der Gesellschaft ausgeschlossen zu fühlen", meint Gertrude S., langjährige WG-Bewohnerin einer der Wiener Hilfswerk-Seniorenwohngemeinschaften. Eine Abwechslung zum WG-Alltag zu schaffen - mit dieser Zielsetzung organisieren wir einmal jährlich einen schönen Ausflug für alle Menschen, die in den sieben Seniorenwohngemeinschaften leben. Der letzte Ausflug führte die Bewohner/innen in den Wiener Prater. Sie wurden in den einzelnen Wohngemeinschaften mit Kleinbussen abgeholt und besichtigten etwa das Wachsfigurenkabinett „Madame Tussauds". Danach gab es ein gemütliches Beisammensein beim Mittagessen. Bei vielen wurden Erinnerungen an Familienausflüge in den Prater aus früheren Zeiten geweckt. Durch die Mitwirkung von ausreichend Begleitpersonen und die Auswahl eines barrierefreien Ausflugsortes konnten auch Bewohner/innen mit Rollstuhl den Ausflug genießen.

Singen, Fasching, Fußball schauen

„Es ist uns wichtig, den Austausch zwischen den Wohngemeinschaften und das Wir-Gefühl zu stärken", erklärt SWG-Mitarbeiterin Julia Gaviano. Mittlerweile freuen sich die Bewohner/innen auch schon darauf, bei den jährlichen Ausflügen Leute aus anderen Wohngemeinschaften wieder zu treffen. Die Gestaltung des individuellen Tagesablaufs nach eigenen Wünschen und Bedürfnissen steht bei den Seniorenwohngemeinschaften im Vordergrund. Daher gibt es keine vorgegebenen Tagesabläufe und Aktivitäten. „Dennoch ist es uns ein Anliegen, interessierten Bewohner/innen von Zeit zu Zeit eine Abwechslung zu bieten", so Gaviano. „Das fördert den Zusammenhalt." Abseits des jährlichen Ausflugs werden daher auch in den einzelnen WGs Aktivitäten durchgeführt – etwa ein Singnachmittag mit Wiener Liedern, eine Faschingsjause oder ein gemeinsames Fernsehen anlässlich der Fußball-EM. <

DSA Magdalena de Albuquerque, Sozialarbeiterin für Seniorengewohngemeinschaften

Freie Plätze

Derzeit gibt es freie Plätze in den Wiener Hilfswerk-Seniorenwohngemeinschaften. Information und Beratung bei Magdalena de Albuquerque unter Tel. 0664/596 39 28 und bei Julia Gaviano unter Tel. 0664/618 95 42. Alle Infos gibt es auch online unter www.hilfswerk.at/wien/pflege

Sicherheit auf Knopfdruck

Hilfswerk-Notruftelefon. Ein „Schutzengel am Handgelenk".

„Ich bin oft hingefallen, weil ich nicht mehr so gut sehe. Und dann konnte ich nicht mehr aufstehen. Ich wollte mich einfach sicherer fühlen", erzählt Margarethe G. Und das kann sie nun: Denn gleich neben der Eingangstür steht ein Hilfswerk-Notruftelefon. Mit dem mobilen Funksender, den die Seniorin am Handgelenk trägt, kann sie jederzeit Hilfe holen – wenn sie sich nicht wohlfühlt, wenn sie stürzt oder alleine nicht mehr aufstehen kann. Störend ist er nicht – fühlt er sich doch so an wie eine Armbanduhr.

Ein Knopfdruck auf den Funksender reicht aus: Automatisch wird man in die permanent besetzte Notrufzentrale des Hilfswerks verbunden. Da alle Daten der Kundin oder des Kunden wie Name, Alter oder Krankheiten gespeichert sind, können die Mitarbeiter/innen rasch und gezielt Hilfe organisieren – egal ob Wochenende, Feiertag oder mitten in der Nacht. Binnen weniger Minuten können die angegebene Vertrauensperson, Arzt oder Rettung zur Stelle sein. <

Notruftelefon-Erweiterungen für noch mehr Sicherheit im Alltag

Mit der **Servicetaste** am Notruftelefon können täglich von 8 bis 17 Uhr Zusatzleistungen bestellt werden.

Zum Beispiel:
- Organisation von Arztterminen
- Taxibestellungen
- Erinnerungsalarme

Ein **Rauchmelder** kann mit dem Notruftelefon gekoppelt werden und löst bei Rauchbildung einen Feueralarm in der Notrufzentrale aus.

Und ein **Schlüsselsafe** bei der Eingangstüre ermöglicht einer Pflegeperson oder anderen befugten Personen den Zutritt zur Wohnung oder zum Haus – auch wenn Sie selbst nicht in der Lage sind, die Tür zu öffnen.

Notruftelefon-Informationen

Wir beraten und informieren Sie gerne kostenlos unter 0800/800 408 oder www.hilfswerk.at

24-Stunden-Kurzzeitbetreuung

Unbürokratisch. Eine willkommene Auszeit für pflegende Angehörige und ideale Testmöglichkeit für eine bewährte Form der Betreuung.

Frau M. betreut seit mehr als zwei Jahren unter Mithilfe ihres Ehemannes den Schwiegervater zu Hause. Die Tage, an denen sich die beiden Ehepartner von den Betreuungsverpflichtungen freispielen konnten, lassen sich an einer Hand abzählen, denn dazu musste jedes Mal die Schwester von Herrn M. anreisen, die es aus familiären Gründen an das andere Ende von Österreich verschlagen hatte.

Kurzzeitbetreuung sorgt rasch und unbürokratisch für Entlastung

Zum Durchschnaufen und Kraft-tanken wollen Frau M. und ihr Ehemann für zwei Wochen verreisen – eine Premiere, die den beiden organisatorisch einiges Kopfzerbrechen bereitet hat. Im Internet sind sie dann unter www.24stunden.hilfswerk.at auf das Angebot der 24-Stunden-Kurzzeit- und Urlaubsbetreuung gestoßen, das genau ihren Bedürfnissen entsprochen hat. Die telefonische Auskunft beim Hilfswerk sorgte nicht nur für umfassende Information und Klarheit im Angebotsdschungel im Internet, sondern beseitigte auch alle Zweifel an dieser Betreuungsform. Für Frau M. ist dieser Urlaub weit mehr als 14 Tage Ausspannen. Sollte sich die 24-Stunden-Betreuung bewähren und ihr Schwiegervater ebenfalls zufrieden sein, dann kann man früher oder später auch über eine dauerhafte 24-Stunden-Betreuung nachdenken. Und dann hätte man bereits Erfahrungswerte, die einen derartigen Schritt wesentlich erleichtern würden.

Kosten

Die Vermittlungsgebühr für eine zweiwöchige Kurzzeitbetreuung beträgt 390 Euro. Weitere anfallende Kosten sind das Bruttohonorar der Betreuungskraft (69,30 Euro/Tag) und die Fahrtkosten (diese sind je nach Wohnort unterschiedlich).

Förderungen

Es gibt zwei Formen der Förderung für die 24-Stunden-Betreuung:

1. Förderung der 24-Stunden-Betreuung
2. Unterstützung für pflegende Angehörige

Frau M. kann nur eine der beiden Förderungen in Anspruch nehmen. Die Förderansuchen sind an das Bundessozialamt der jeweiligen Landesstelle zu stellen. Die Höhe der „Förderung 24-Stunden-Betreuung“ beträgt 550 Euro/Monat für zwei selbstständige Betreuungskräfte. Die Höhe der „Unterstützung für pflegende Angehörige“ ist abhängig von der jeweiligen Pflegestufe und von der Dauer der Betreuung (mind. 7 Tage bis max. 4 Wochen/Kalenderjahr). Die Höhe der „Unterstützung für pflegende Angehörige“ beträgt im Fall von Frau M. für zwei Wochen (Pflegestufe 3*) 600 Euro.

* die angegebene Stufen ist eine beispielhafte Annahme. Die tatsächliche Höhe des Betrages hängt von der jeweiligen Pflegegeldstufe ab.

Happy End

Frau M. wollte ihren Schwiegervater in vertrauter Umgebung halten und von einer Betreuungskraft gut versorgt wissen. Genau das ist auch eingetreten. Derzeit benötigt er zwar die dauerhafte Anwesenheit einer 24-Stunden-Betreuerin noch nicht, aber sie weiß, im Fall der Fälle kann sie auf ein bewährtes Betreuungsmodell von einem verlässlichen Partner zurückgreifen. Diese Option zu haben, nimmt ihr im Alltag als pflegende Angehörige bereits viel Druck weg. Insofern hat dieser Urlaub doppelt für Entspannung gesorgt. <

24-Stunden-Betreuung

Weitere Informationen zu Einkommensgrenze, Höhe und Dauer der Förderung finden Sie auch unter www.sozialministeriumsservice.at. Für alle Informationen, eingehende Beratung und Fragen rund um die 24-Stunden-Betreuung des Hilfswerks rufen sie bitte die Info-Hotline 0810 820 024 (Mo–Do 9–16 Uhr, Fr 9–12 Uhr) zum Ortstarif, unter 24stunden@hilfswerk.at oder im Internet auf www.24stunden.hilfswerk.at

Herzlichen Dank!

Spenden. Wir präsentieren hier einen KLEINEN Überblick mit einem GROSSEN Dankeschön an ALLE Unterstützer/innen, die letztes Jahr mit vielen unterschiedlichen Weihnachtsaktionen und Spenden die karitativen Projekte und Einrichtungen des Wiener Hilfswerks direkt unterstützt haben. Vielen Dank!

Spendenrekord bei Benefiz-Weihnachtskonzert 2017

Das Benefiz-Weihnachtskonzert in der Lutherischen Stadtkirche von Staatsopernbariton und Aktionsraum-Paten Clemens Unterreiner und seinen Ehrengästen ist bereits eine Institution und besinnlicher Bestandteil in der sonst so stressigen Vorweihnachtszeit. Der Reinerlös geht wie jedes Jahr an die „HILFSTÖNE – Musik für Menschen in Not" zugunsten individueller Sozialprojekte. Die Jugendlichen des Aktionsraums freuen sich über 5.000 Euro, mit denen begleitete Aktivitäten ermöglicht werden. Danke schön!

SPENDEN GÜTESIEGEL
IHRE SPENDE IST STEUERLICH ABSETZBAR
REG NR SO 1192

Spender/innen-Betreuung

Wenn auch Sie unsere karitativen Projekte unterstützen möchten oder Fragen haben, stehe ich Ihnen gerne mit Informationen unterstützend zur Seite.

Florence Gross – Wiener Hilfswerk
Spender/innen-Betreuung
Tel.: +43 1 512 36 61-443
Mail: florence.gross@wiener.hilfswerk.at

Unterstützen auch Sie unsere soziale Arbeit mit einer Spende! Vielen Dank!

▸ **Spendenkonto** lautend auf
„Wiener Hilfswerk" bei Erste Bank
IBAN: AT58 2011 1284 4290 7831
BIC: GIBAATWWXXX
Kennwort: z. B. „SOMA KFZ"

▸ **Spenden-Erlagschein**
via Wiener Hilfswerk,
Schottenfeldgasse 29,
1070 Wien
Tel.: +43 1 512 36 61-443,
Mail: spenden@wiener.hilfswerk.at

▸ **Online spenden**
www.wiener.hilfswerk.at/spenden

Technology Systems – ein Herz für Kinder

Speziell im Namen der Kinder und Eltern unserer Einrichtung „Betreutes Wohnen" ein herzliches Dankeschön an den Geschäftsführer von Technology Systems, Herrn Peter Fellner und seine Assistentin, Danijela Milakovic, für die Idee und Umsetzung der Kinder-Weihnachtsgeschenke. Kurz vor Weihnachten wurden für 47 Kinder liebevoll ausgesuchte und wunderschön verpackte Weihnachtsgeschenke an das Wiener Hilfswerk zur Verteilung übergeben. Vielen Dank!

ERP Solutions GmbH – Christkindl-Briefe werden wahr

Auch heuer haben der Geschäftsführer der ERP Solutions GmbH, Ing. Gerhard Waldschütz, seine Gattin sowie seine Assistentin, Maria Fellner, Christkind für die Kinder unserer Einrichtung „Wohnen mit Zukunft" gespielt. Kinder aus finanzschwachen Familien konnten ihre Wünsche ans Christkind in Briefen festhalten, und diese wurden mehr als großzügig erfüllt und darüber hinaus liebevoll verpackt. Herzlichen Dank!

ÖVP Wien – Advent-Sammelaktion

Danke an die ÖVP Wien für die Initiierung einer Advent-Spendensammelaktion zugunsten Familien in Not! Großartige 2.000 Euro kommen einer Familie, die von unserem „Betreuten Wohnen" unterstützt wird, für die Fortsetzung der Psychotherapie der 13-jährigen Tochter zugute, die wir von Dr. Markus Wölbitsch, MIM im Namen der Familie entgegennehmen durften. Besten Dank!

Sie ALLE helfen uns helfen. Daher an dieser Stelle nochmals ein herzliches Dankeschön an alle genannten und nicht genannten Unterstützer/innen!

KOMMENTAR

Dir.in Sabine Geringer, MSc, MBA
Geschäftsführerin des Wiener Hilfswerks

Neue Initiative

Heute wende ich mich mit einem Thema an Sie, das mir ein besonderes Herzensanliegen ist: Unser SOMA-Sozialmarkt in Ottakring braucht dringend ein neues Transportfahrzeug! Leider steigt die Zahl der in Armut lebenden Menschen. In unseren Sozialmärkten können wir diesen Menschen äußerst günstige Lebensmittel und Hygieneartikel anbieten.

Um dies leisten zu können, sind wir in zunehmendem Maße von gespendeten Waren abhängig, die auch transportiert werden müssen. Mit einem entsprechenden Transportfahrzeug wäre dem Sozialmarkt Ottakring sehr geholfen! Leider sind die finanziellen Mittel sehr begrenzt, und so haben wir die Crowdfunding-Kampagne „Wir brauchen ein Auto" gestartet und bitten Sie mit dieser neuen Initiative um Unterstützung (siehe Seite 22). Minisex-Sänger und Werbeprofi Rudi Nemeczek unterstützt unser Anliegen von der ersten Minute an, indem er nicht nur seinen Song zur Verfügung stellt, sondern auch als Botschafter für die gute Sache fungiert. Dafür bedanke ich mich sehr herzlich!

Nun meine Bitte an Sie: Auf unserer Website www.wiener.hilfswerk.at sowie auf www.facebook.com/Wiener.Hilfswerk finden sie alle Infos, wie auch Sie für ein neues Transportfahrzeug spenden können. Bitte helfen Sie mit, unsere Arbeit für Menschen in Not zu erleichtern, und verbreiten Sie den Spendenaufruf über Ihre Social-Media-Kanäle in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis.

Mit Dank und lieben Grüßen,
Ihre Sabine Geringer

Denksport für Jung und Alt

Unsere beliebte Rätselseite von Mag. Martin Oberbauer, Psychologe und Gedächtnistrainer.
Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie eines von 3 Büchern „Spoonfood“ von Bianca-Rafaéla und Michael Baswald.

TODESTAGE

1) 6. Februar 1918: Todestag von Gustav Klimt

Streichen Sie in der folgenden Buchstabenschlange alle Buchstaben, die nicht im Wort KLIMT vorkommen:

OHLZAMTKPWICLMVUTNMGTLASDYLMITRKELDMULIMFMTITLOBKIMZTFI
UPIKHGTIMPTREIMTKASDWZIPMITELKUNSDGHFMNCXLSKIHLKISNMHETA

2) 31. Oktober 1918: Todestag von Egon Schiele

Verwenden Sie die Buchstaben von EGON SCHIELE und bilden Sie 5 neue Wörter damit (z. B. Schnee):

.....

3) 25. März 1918: Todestag von Claude Debussy

a) Wie viele Tage liegen zwischen dem Todestag von Gustav Klimt und jenem von Claude Debussy? .....

b) Wie viele Tage liegen zwischen dem Todestag von Claude Debussy und jenem von Egon Schiele? .....

c) Wie viele Tage liegen zwischen dem Todestag von Gustav Klimt und jenem von Egon Schiele? .....

Auflösung aus dem letzten Heft:
1) Mögliche Lösungen sind z. B. links: Meer-, Ski-, Tee-, Duft-, Haar-, Warm-, Kalt-, Süß-, Wild-, Grundwasser; und rechts: Wasserwerk, -burg, -fall, -fass, -bett, -ball, -hahn, -rohr, -tank, -turm.
2) 1945: 23 + 30 + 31 + 31 + 30 + 31 + 30 + 31 = 237 Tage; 1946: 365 Tage; 1947: 365 – 31 – 30 – 31 – 19 = 254 Tage; Summe: 856 Tage.
3) 320 Tonnen Schweinefleisch und 480 Tonnen Seefische.

Wir gratulieren den Gewinner/innen der Bücher „Gemüseliebe“.

Gedächtnistraining

In den 10 Nachbarschaftszentren des Wiener Hilfswerks (Adressen S. 43) wird heiteres Gedächtnistraining in geselliger Runde angeboten. Die Teilnahme ist gratis. Termine und Informationen erhalten Sie im jeweiligen Nachbarschaftszentrum bzw. unter **www.nachbarschaftszentren.at**

An das Wiener Hilfswerk, Redaktion Hand in Hand, Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien; Kennwort „Denksport“ oder E-Mail an: kommunikation@wiener.hilfswerk.at

☐ Ja, ich möchte ein Exemplar „Spoonfood“ gewinnen.
Die Bücher wurden uns freundlicherweise vom Verlag Löwenzahn zur Verfügung gestellt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Vorname: _____

Name: _____

Straße/Hausnummer: _____

PLZ/Ort: _____

Senden Sie diese Seite mit den eingetragenen Lösungen bis 23. April ein und gewinnen Sie! (Auflösung im nächsten Heft.)

Dr. Helma Westerhof †

Das Annemarie-Imhof-Komitee (AIK) und das Wiener Hilfswerk trauern um AIK-Mitglied Dr. Helma Westerhof, die am 8. Februar 2018 im 81. Lebensjahr verstorben ist. Frau Dr. Westerhof, Trägerin des Goldenen Ehrenzeichens für Verdienste um die Republik Österreich, hat sich in besonderer Weise für Menschen in schwierigen Lebenssituationen eingesetzt. Als AIK-Mitglied leistete sie nicht nur einen wichtigen Beitrag bei der Durchführung von Benefizveranstaltungen, sondern war auch eine geschätzte Unterstützerin karitativer Projekte. Das Wiener Hilfswerk dankt für das jahrelange Engagement und wird Frau Dr. Westerhof in ehrenvoller Erinnerung behalten.

Die helfenden Hände des Annemarie-Imhof-Komitees

AIK. Wie schön es sein kann, zu helfen, zeigt das Annemarie-Imhof-Komitee eindrucksvoll bei seinen unterschiedlichen Benefizveranstaltungen für das Wiener Hilfswerk.

Rückblick Weihnachtsmärkte

Seinen Liebsten Freude bereiten und gleichzeitig den guten Zweck unterstützen – das ermöglichte das Annemarie-Imhof-Komitee wieder bei den Benefiz-Weihnachtsmärkten in den Sektkellereien Kattus (23.–25.11.) und im Erste Campus (18./19.12.). Die Mitglieder des Komitees fertigten dafür in liebevoller Handarbeit exklusive Weihnachtswaren, wie Kekse, Marmeladen, Öle, Adventkränze, Schmuck oder Handarbeiten. Für besonders stimmungsvolle Unterhaltung sorgte in den Sektkellereien Kattus der Chor des Annemarie-Imhof-Komitees, die „Chary Ladies", mit Auftritten der Stars Sandra Pires und Nazide Aylin. Der Erlös der beiden Weihnachtsmärkte kommt dem Club 21 des Wiener Hilfswerks zugute, einem Treffpunkt für Erwachsene mit Behinderung.

Rückblick Benefizquadrille

Im neuen Jahr ging es schwungvoll weiter: Unter dem Motto „Alles Tour de Main" lud die Tanzschule Elmayer am 7. Jänner als Vorbereitung auf die Ballsaison zur bereits 25. Benefizquadrille. Angeleitet von Thomas Schäfer-Elmayer erlernten die Besucherinnen und Besucher die Fledermausquadrille oder frischten ihr Können auf. „Beschwingtes Miteinander, heiteres Hand-in-Hand und Aufeinander-Zugehen: Dieses Geheimrezept verbindet die Quadrille mit dem Hilfswerk-Gedanken", so Thomas Schäfer-Elmayer zum Erfolg der Jubiläumsquadrille. Der Erlös des Abends geht an den Aktionsraum des Wiener Hilfswerks, eine Einrichtung für Jugendliche mit Behinderung. <

Ankündigung

33. Festabend des Annemarie-Imhof-Komitees für das Wiener Hilfswerk

Foto: Jiyang Chen

Künstlerische Darbietung: Kammersänger Thomas Hampson
am Klavier: Christian Koch
Durch den Abend führt Dr. Thomas Dänemark,
Generalsekretär der Freunde der Wiener Staatsoper.

Zeit: Samstag, 21. April 2018
Ort: Haus der Industrie, Schwarzenbergplatz 4, 1030 Wien
Eintritt pro Person 125 Euro
Der Erlös kommt der Spielothek für Familien mit Kindern mit Behinderung zugute.

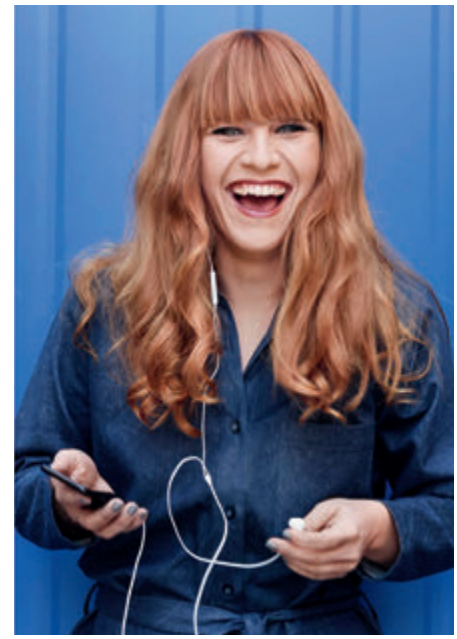
Infos und Anmeldung: imhofkomitee@wiener.hilfswerk.at oder Tel.: +43 1 512 36 61-431

Nach dem Tanz ist vor dem Tanz: Auch die 25. Elmayer-Benefizquadrille wurde ein großer Erfolg.

Sorgten für stimmungsvolle Unterhaltung in den Sektkellereien Kattus: die Chary Ladies.

Telefonieren und gleichzeitig Gutes tun

Hilfsaktion. Das Wiener Hilfswerk startet eine Kooperation mit dem jungen Mobilfunker goood: Ab sofort können Sie mit goood mobile beim Telefonieren und Surfen die Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren unterstützen.



Seit September 2017 ist das junge Mobilfunkunternehmen goood auf dem österreichischen Markt vertreten. Das Konzept ist einfach: 10 Prozent des monatlichen Telefontarifes werden automatisch an gemeinnützige Organisationen gespendet. Telefoniert wird dabei über das Netz von A1, dem Marktführer in Österreich. Die Kunden entscheiden bei der Auswahl des Tarifes selbst, welcher Einrichtung ihre Spende zugute kommt.

Umstieg leicht gemacht

Der Umstieg auf goood wird den Kunden leicht gemacht: „Die Anmeldung geht schnell, unkompliziert und inkludiert sogar die eigene Rufnummern-Mitnahme. Einfach eine goood-Simkarte im Onlineshop www.goood-mobile.at bestellen, das Wiener Hilfswerk als Projektpartner auswählen und damit die 10 Wiener Nachbarschaftszentren direkt unterstützen“, so goood-Mitbegründerin Claudia Winkler. „Manchmal braucht es nur einen kleinen Anstoß, um Großes zu bewegen. Wir sind sehr stolz, Partner vom Wiener Hilfswerk zu sein und damit eine Beitrag zum besseren Zusammenleben in unserer Heimatstadt Wien zu leisten“, so Winkler weiter.

Die Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren

Eigentlich könnte man meinen, dass in einer Großstadt wie Wien, in der 1,8 Millionen Menschen Tür an Tür leben, niemand einsam ist. Doch die Realität sieht leider ganz anders aus. Die Wiener Nachbarschaftszentren sind Orte der Begegnung, Vernetzung und Individualität. Sie ermöglichen einen bunten Austausch an Erfahrungen und Kulturen und sorgen für das psychische, physische und soziale Wohlbefinden innerhalb des jeweiligen Grätzels. Manchmal gerät das Leben aus den Fugen. Auslöser sind oft Ereignisse, die wir nicht beeinflussen können, wie z. B. eine unvorhergesehene Krankheit, der Verlust eines geliebten Menschen oder die Kündigung des Arbeitsplatzes. Es gibt kein Rezept gegen solche Schicksalsschläge. Im Bestfall hat man ein gut funktionierendes, soziales Netzwerk, das einen auffängt, Kraft spendet und Mut für die Zukunft macht. Doch viele Menschen in Wien – ganz gleich, ob jung oder alt – haben diesen Rückhalt nicht. Umso wichtiger sind die zentralen, unbürokratischen Anlaufstellen der Nachbarschaftszentren, die in Lebenskrisen Trost spenden und Hilfe zur Selbsthilfe ermöglichen. So bieten die Nachbarschaftszentren gezielte und individuelle Beratung mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten an. 10 Prozent des monatlichen Telefontarifes tragen bei zur Stärkung der Nachbarschaft in Wien. Telefonieren und helfen auch Sie – unter www.goood-mobile.at. DANKE. <

Goood Vibrations: 10 Prozent des monatlichen Telefontarifs werden an gemeinnützige Organisationen gespendet.

Die hohe Kunst des Humors

Künstlergespräch. Für die gebürtige Aachnerin Topsy Küppers war die Musik bereits in jungen Jahren ein Lebenselixier und die Bühne ein Ort, an dem sie ihre Träume realisieren konnte. Ihren Durchbruch feierte die vielseitige Künstlerin mit ihren Filmen und ihrer Arbeit für das Fernsehen sowie auf zahlreichen Bühnen in Deutschland, ehe sie 1962 nach Wien kam. Michael Ellenbogen traf die Schauspielerin zum Gespräch.

Foto: Ingrid Kollmer

Sie waren sicher ein aufgewecktes, fröhliches Kind, das sich gerne in Szene setzte?
Topsy Küppers: Ich weiß nur, dass ich meine Mutter manchmal in Verlegenheit gebracht habe. Sie erzählte mir, dass ich mit vier Jahren in einer Konditorei vor dem Kuchenbuffet fragte: „Mutti, schmeckt mir das?“ Und zeigte auf die Cremeschnitten. Die Gäste tuschelten: „Ach, das arme Kind weiß nicht, wie Cremeschnitten schmecken.“ Natürlich wusste ich das. Ich glaub, ich fragte so, weil meine Mutter mir immer verboten hatte, zu sagen: „Ich will“, denn sie sagte: „Der Wille steht hinter der Tür!“

Die ersten Jahre Ihres Leben waren von einer autoritär geführten Gesellschaft und schließlich auch vom II. Weltkrieg geprägt. Gibt es aus dieser Zeit Erlebnisse, die Sie bis heute nicht vergessen haben?
Halbverhungert kam ich gegen Ende des Zweiten Weltkrieges in ein Auffanglager für „Displaced Persons“. Ein amerikanischer Soldat schenkte mir eine Tafel Schokolade. Es war dunkle Schokolade. Gierig habe ich sie gegessen, und mir wurde unglaublich übel. Auch Feuerwerke mag ich seither nicht. Jede Nacht flogen die Amerikaner ihre Bombenangriffe. Der Himmel wurde durch die Leuchtbomben taghell erleuchtet.

Sie wurden von Ursula Staudte nach dem „Stanislawski-Prinzip“ unterrichtet. Welche Besonderheiten bietet diese Lehrmethode jungen Darstellern?
Als ich in St. Petersburg im Stanislawski-Theater gastierte, erinnerte ich mich an jedes Wort dieser fabelhaften Lehrerin. Stanislawski lehrte uns, eine Situation so darzustellen, „als ob …“ Er war ein Gegner der Verfremdung. Was würde er heute zu den ausufernden Inszenierungen sagen? Wahrscheinlich dasselbe wie mein geliebter Erich Kästner: „Mit der Sprache seiltanzen, das gehört ins Varieté!“

Die Eröffnung der „Freien Bühne Wieden“ war eine erfrischende Erweiterung der Wiener Theaterlandschaft. Nach welchen Kriterien haben Sie die Stücke ausgewählt und umgesetzt?
Dass ich es schaffte, trotz aller Wirrnisse, in Wien eine musikalisch-literarische Bühne, mit Schwerpunkt jüdische Autoren und Komponisten, 25 Jahre lang ins Bewusstsein des Publikums zu bringen, macht mich glücklich.

Sie sind eine sehr vielseitige Künstlerin. Worauf dürfen wir uns in naher Zukunft freuen?
Auf mein neues Buch: „Die Brüder Saphir. Das Schicksal einer sephardischen Familie“. Zuletzt präsentierte ich von 26.2. bis 3.3.2018 die Sendereihe „Gedanken für den Tag!“ für Österreich 1. <

Sozialmarkt Ottakring: Wir brauchen ein Auto

SOMA. Das Wiener Hilfswerk startete eine Crowdfunding-Kampagne für ein Transportfahrzeug.

Foto: David Lenhart

Die Sozialmärkte des Wiener Hilfswerks versorgen Menschen, die unterhalb der Armutsgrenze leben, mit besonders günstigen Lebensmitteln. Der SOMA Ottakring des Wiener Hilfswerks benötigt dafür dringend mehr Waren. Um diese zu beschaffen, braucht der Sozialmarkt allerdings ein Auto. Der neue Lieferwagen soll nun durch eine Crowdfunding-Initiative finanziert werden.
Immer mehr Menschen können sich die Preise im regulären Handel nicht mehr leisten und sind auf die Sozialmärkte des Wiener Hilfswerks angewiesen. Die Einkäufe sind hier innerhalb eines Jahres pro Tag im Schnitt um 30 Prozent gestiegen. Menschen, die bis auf die Straße hinaus eine Warteschlange bilden, sind beim Sozialmarkt Ottakring keine Seltenheit.

Dringend notwendig: Neues Fahrzeug für den Warentransport

„Wir haben mittlerweile große Schwierigkeiten, genug Waren für die steigende Nachfrage zu bekommen“, erklärt Roswitha Kikowsky vom Wiener Hilfswerk. Spender sind Supermärkte, Bäckereien und Produzenten. „Die Herausforderung liegt jedoch nicht nur darin, ausreichend Lebensmittel und Hygieneartikel zu organisieren, sondern vor allem müssen diese auch noch transportiert werden. Mit einem geeigneten Fahrzeug wäre uns sehr geholfen“, so Kikowsky weiter. Daher startet das Wiener Hilfswerk nun eine Crowdfunding-Kampagne. Passend zum Beginn der Fastenzeit wird für ein Transportfahrzeug gesammelt, um weiterhin tatkräftig jene Menschen unterstützen zu können, die nicht freiwillig fasten.

Rudi Nemeczek engagiert sich musikalisch

Ein erster wesentlicher Unterstützer der Crowdfunding-Kampagne ist Minisex-Sänger und Werbeprofi Rudi Nemeczek. Seinen 80er-Jahre-Hit „Ich fahre mit dem Auto“ stellt er jetzt in Zusammenarbeit mit Bandmitglied Hannes Seidl neu getextet dem SOMA Ottakring zur Verfügung, um potenzielle Spender/innen auf die aktuelle Notlage aufmerksam zu machen.

Suppe zum Kampagnen-Start

Der offizielle Start der Crowdfunding-Kampagne „Wir brauchen ein Auto“ wurde am ersten Fastentag, dem Aschermittwoch, bei einem gemeinsamen Crowd-Suppen-Essen vor dem SOMA Ottakring in der Hyrtlgasse 28 eingeläutet. Auch Rudi Nemeczek verteilte Suppe und informierte zum Video sowie seiner Motivation, zu helfen.

Bitte helfen auch Sie – JEDE Spende zählt

Spendenkonto
Wiener Hilfswerk, Kennwort: SOMA KFZ
IBAN: AT58 2011 1284 4290 7831
Alle Infos zur Crowdfunding-Kampagne gibt es unter www.wiener.hilfswerk.at und www.facebook.com/Wiener.Hilfswerk

Heiße Suppe gegen kalte Temperaturen: Mit ausreichend Spenden soll ein Transportauto organisiert werden.

Ein Tag im AWAT-Flüchtlingshaus

Flüchtlingshilfe. Am frühen Morgen herrscht im 6. Stock des Wiener Hilfswerk-Flüchtlingshauses AWAT bereits reges Treiben.

Die meisten Bewohner/innen sind schon am Weg in den Deutschkurs. Die Kinder laufen mit ihren Eltern hinaus, um in die Schule oder den Kindergarten zu gehen. Nach der morgendlichen Geschäftigkeit kehrt bis Mittag wieder etwas Ruhe ein. Die regulären Termine, Beratungen, die Büroarbeit und diverse handwerkliche Arbeiten gehen ruhiger vor sich als noch während der Umbauarbeiten. Diese sind mittlerweile abgeschlossen. Das ehemalige Hotel ist nun mit Leben gefüllt, mit Menschen, die aus einem Haus ein Zuhause gemacht haben. Freundschaften wurden geschlossen, Putz- und Waschpläne hängen aus, die Gemeinschaftsküchen in den Stockwerken sind stets gut besucht.

Familienglück: Im Flüchtlingshaus AWAT leben Menschen, die aus einem Haus ein Zuhause gemacht haben.

Rucksäcke voller Leben

49 Asylwerber/innen nutzen fleißig die Zeit, bis sie einen Bescheid erhalten, um Deutsch zu lernen. Die 42 bereits anerkannten Asylberechtigten, Familien sowie alleinstehende Damen und Herren planen ihre Zukunft, in der sie zwei Jahre in unserem Haus wohnen werden. In dieser Zeit heißt es Arbeit und eine Wohnung am privaten Wohnungsmarkt zu finden. Jede/r von ihnen bringt seine Geschichte, Charakter und Talente mit, die es hier zu nutzen gilt. Rucksäcke voller Leben, mit all seinen guten und schwierigen Zeiten. Das 6. und damit oberste Stockwerk bietet einen wunderschönen Blick über Wien. Diese Aussicht war die Inspiration, diesen Genuss den Bewohner/innen Wiens zugänglich zu machen. Bei uns sind alle Menschen willkommen. Deshalb finden an den Mittwochabenden regelmäßig Veranstaltungen statt, zu denen jede/r Wiener/in bei freiem Eintritt Kultur erleben kann. Vernissagen, kleine Konzerte, Lesungen, Workshops und Filmvorführungen warten auf alle Interessierten.

AWAT-Eröffnungsfeier im April

So gibt es etwa am 28. März 2018 die Ausstellung des kurdisch-syrischen Künstlers Osso, bei der eindrucksvolle Zeichnungen und andere farbenfrohe Kunstwerke präsentiert werden. Weitere Veranstaltungen werden durch die Zusammenarbeit mit dem Nachbarschaftszentrum Mariahilf ermöglicht. Am 26. April 2018 findet ab 15 Uhr die offizielle Eröffnung unseres Hauses statt. Die Besucher/innen erwartet ein Ausflug in die multikulturelle Welt von AWAT. Wir freuen uns auf Sie! <

Mag.ª Christina Schilling, Mag.ª Sarah Lares
Flüchtlingseinrichtung AWAT

AWAT – Infos zur Flüchtlingseinrichtung

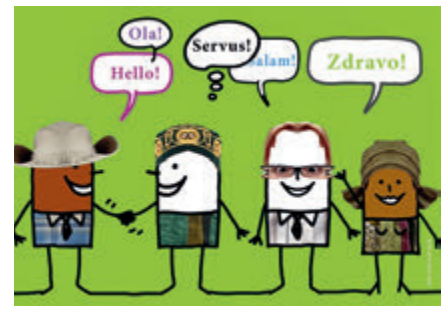
Für Infos zu Veranstaltungen bitte um ein Mail an fluechtlingshilfe@wiener.hilfswerk.at. Aktuelle Infos gibt es auch unter www.facebook.com/AWATWienerHilfswerk

Gefördert vom Fonds Soziales Wien, aus Mitteln der Stadt Wien.

Wien feiert gute Nachbarschaft

Nachbarschaftszentren. Der Nachbarschaftstag ist mittlerweile zu einer alljährlichen, internationalen Tradition geworden.

Letztes Jahr feierten bereits zehn Millionen Menschen in mehr als 32 Ländern weltweit mit. Sie setzten damit ein Zeichen gegen die wachsende Isolation und Anonymität in den Großstädten. Auch in Wien förderten zahlreiche Veranstaltungen, vom Kaffeekränzchen über Flohmärkte, gemeinsame Spaziergänge bis hin zu großen Festen die Vernetzung unter Nachbar/innen und ein friedvolles, inklusives Miteinander. Im Jahr 2018 findet der Nachbarschaftstag am Freitag, den 25. Mai statt. Die Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren übernehmen zum ersten Mal die Aufgabe, die Angebote unterschiedlicher Organisationen, Nachbarschaftsinitiativen und von Einzelpersonen zu koordinieren und öffentlich bekannt zu machen. Ab Mitte April gibt es online unter www.nachbarschaftstag.at die Möglichkeit, sich im Detail zum Programm und allem Wissenswerten zu informieren. Weiterhin werden ein Logo und eine Plakatvorlage vorbereitet, die alle Veranstaltungen an diesem Tag zum Thema „gute Nachbarschaft“ auf einen gemeinsamen Nenner bringen sollen.



Machen Sie mit!

Nachbarschaft geht uns alle an! Machen Sie mit und setzen Sie sich selbst für Solidarität und Gastfreundlichkeit unter Nachbar/innen ein. Fordern Sie das Anmeldeformular für Ihre Veranstaltung an: nachbarschaftszentren@wiener.hilfswerk.at

Zeit fürs Wesentliche haben

Mit dem OneTouch Verio Flex® Messsystem mit ColourSure™ Technologie und der OneTouch Reveal™ App können Sie Ihre Blutzuckermessresultate* auf ganz neue Art und Weise im Blick behalten –
Einfach die Daten im Griff und Zeit fürs Wesentliche haben.

ColourSure™ TECHNOLOGY

Google play App Store

ONETOUCH® every touch is a step forward™ Für weitere Informationen besuchen Sie uns auf **OneTouch.at**

* Die unteren und oberen Bereichsgrenzwerte, die Sie im OneTouch Verio Flex® eingestellt haben, gelten für alle Blutzuckermessergebnisse. Dazu gehören Ergebnisse, die vor oder nach Mahlzeiten, Medikationen und im zeitlichen Zusammenhang mit sonstigen Tätigkeiten, die den Blutzucker beeinflussen können, gemessen wurden. Sprechen Sie unbedingt mit Ihrem behandelnden Arzt darüber, welche unteren und oberen Bereichsgrenzwerte für Sie persönlich richtig sind. Bitte beachten Sie vor Anwendung des Medizinproduktes die beiliegende Gebrauchsanweisung.
iOS ist eine in den USA und anderen Ländern eingetragene Marke der Apple Inc. App Store℠ ist eine Servicemarke der Apple Inc. Android™ und Google Play sind Marken von Google Inc.
© LifeScan, Division of Cilag GmbH International 2018 – CO/DMV/0417/0031. LifeScan, Johnson & Johnson Medical Products GmbH, Vorgartenstr. 206B, 1020 Wien, FN 185815h, (Handelsgericht Wien); DVR: 3003947

Überzeugend einfaches Blutdruckmessen

boso-medicus uno ist ein besonders einfaches und verlässliches vollautomatisches Oberarmblutdruckmessgerät der neuesten Generation. Es lässt sich mit nur einem Knopfdruck bedienen. Die intelligente Aufpumptechnik ermöglicht ein sanftes Aufpumpen ohne Nachpumpen. **boso-medicus uno** speichert zum Vergleich automatisch den letzten Messwert und erkennt Herzrhythmusstörungen während der Messung für die sichere Blutdruckkontrolle.
Seit Jahrzehnten vertrauen weltweit Millionen von zufriedenen Anwendern auf präzise Blutdruckmessgeräte von **boso**.

Weitere Informationen unter **www.boso.at**
Erhältlich in Apotheke und Sanitätsfachhandel
Unverb. Preisempf. 66,90 Euro

boso
BOSCH + SOHN
GERMANY

Essen auf Rädern

Telefon +43 (0)50 876-5000 | E-Mail: info@gourmet.at

20 Jahre NZ 22

Nachbarschaftszentren. Bereits seit 20 Jahren leistet das Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentrum Donaustadt (NZ 22) unentbehrliche Arbeit für die Menschen im Bezirk.

„Wir möchten das Jubiläum nutzen, um uns bei unseren Besucher/innen, den Freiwilligen, unseren Fördergebern und allen Unterstützer/innen zu bedanken", so NZ 22-Leiterin Sigrid Karpf. Als Drehscheibe für Second-hand-Ware, Freiwilligendienste und Informationen ist das NZ 22 ein beliebter Treffpunkt im Grätzel. Hier wird Nachbarschaft in respektvoller Atmosphäre gelebt und jede/r ist herzlich willkommen!

Highlights aus 20 Jahren Stadtteilarbeit:

Lebensweltanalyse Rennbahnweg • Arbeitskreis Erwachsene im Gemeindebau • Outdoor-Feste zur Vernetzung der Menschen • Mitarbeit in Regionalforen • Eltern-Kind-Treff • Lernhilfe • Tanzgruppen • Vernissagen • Lesungen • Nachbars-Flohmarkt • Gesundheitsberatung • Walking & Talking an der Alten Donau • Adamah BioHof – kostenfreies Biogemüse für finanziell bedürftige Klienten/innen • „10.000 Schritte durch Wien" • u.v.m.

20 Jahre Nachbarschaftszentrum 22 – Donaustadt: Jubiläumsfeier

Zeit: Donnerstag, 14. Juni, 15.00–18.00 Uhr
Ort: Hilfswerk-Nachbarschaftszentrum Donaustadt, Rennbahnweg 27/Stg. 3/R1, 1220 Wien

Danke sagen für 20 Jahre: Darum geht es bei der Jubiläumsfeier im Juni 2018.

OMNi BiOTiC®

DAS Probiotikum
zum Antibiotikum

10 hochaktive Bakterienstämme für Ihren Darm

OMNi-BiOTiC® 10 AAD:
Zur diätetischen Behandlung von durch Antibiotika ausgelösten Durchfällen.

Institut AllergoSan

Institut AllergoSan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH
Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (Bilanzierte Diät)

www.omni-biotic.com

BMF
BUNDESMINISTERIUM
FÜR FINANZEN

Jetzt noch besser: FinanzOnline

BMF/Colourbox

FinanzOnline, Ihr Finanzamt im Internet: Technische Neuerungen und ein moderneres Erscheinungsbild machen diese Anwendung jetzt noch benutzerfreundlicher.

Einfach elektronisch

Der Servicegedanke bei FinanzOnline ist klar: Sie müssen keine Papieranträge mehr senden oder persönlich ins Finanzamt kommen, sondern können Ihre Steuerangelegenheiten online erledigen. Unkompliziert und sicher steht Ihnen FinanzOnline 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr kostenlos zur Verfügung und bedarf keiner speziellen Software.

Der gesamte Prozess verläuft elektronisch – von der Steuererklärung bis zum Bescheid und zur Zustellung. Über FinanzOnline stehen Sie in direktem Kontakt mit Ihrem Finanzamt – höchste Datensicherheit ist garantiert. Diese Form der Abwicklung spart Zeit sowie Verwaltungskosten und das ist uns wichtig.

Alle Details dazu finden Sie in unseren aktuellen Broschüren unter www.bmf.gv.at > Publikationen.

Fit für die Zukunft

Um auch in Zukunft für neue digitale Anforderungen gerüstet zu sein, wurde für die größte E-Government-Anwendung Österreichs ein verbessertes technisches Rahmenwerk geschaffen. Damit verbunden erscheint FinanzOnline in einem moderneren Design. Um für Sie bereits vertraute Abläufe nicht unnötig komplizierter zu machen, wurden bewährte Funktionen und die Logik des Systems beibehalten.

Einfacher Einstieg

Der Einstieg in FinanzOnline kann entweder mit Zugangskennungen oder mit Bürgerkarte erfolgen. Für den Einstieg mit Zugangskennungen benötigen Sie eine einmalige Registrierung, für den Einstieg mit Bürgerkarte nur eine für die Verwendung als Bürgerkarte aktivierte Chipkarte oder ein Mobiltelefon mit aktivierter Handy-Signatur.

Bereits über 4,5 Millionen nutzen FinanzOnline

Für Sie verbessert

- **Übersichtlichkeit:** Das Menü wurde optimiert und ist jetzt noch benutzerfreundlicher.
- **Responsive Design:** Die Darstellung passt sich allen Endgeräten automatisch an.
- **Suchfunktion:** Sämtliche Funktionen können nun wesentlich einfacher gefunden und ausgewählt werden.
- **Druckfunktionalität:** Jede Seite kann problemlos auf A4 gedruckt werden.
- **Quick Links:** Häufig verwendete Funktionen werden, ebenso wie Ihre aktuelle Arbeitnehmerveranlagung, als Quick Links angeboten.
- **Barrierefreiheit:** Vor allem Menschen mit Behinderung oder älteren Personen sollen Amtswege durch leicht zugängliche Internetangebote erleichtert werden. Das neue technische Rahmenwerk unterstützt die Web Accessibility Initiative-Konformität.

Entgeltliche Einschaltung

30 JAHRE integra®

MESSE integra®

14.000 M² HILFSMITTELAUSSTELLUNG

CA. 200 INTERNATIONALE AUSSTELLER

VORTRÄGE UND WORKSHOPS

AKTIONSPROGRAMM

BERATUNG

SPORT UND FREIZEIT

GRATIS MESSEKATALOG ANFORDERN!
office@integra.at
+43 (0) 7735 6631-61

www.integra.at
PFLEGE
REHA
THERAPIE
25.-27. APRIL 2018
MESSEGELÄNDE WELS

www.s-versicherung.at

Pflegerente schon ab Stufe 1

S-VERSICHERUNG
VIENNA INSURANCE GROUP

s Pflegevorsorge
Damit Pflege erschwinglich wird

Pflege ist keine Frage des Alters, sondern des Geldes.
Mit der s Pflegevorsorge steht im Pflegefall eine Pflegerente zur Verfügung, die für Unabhängigkeit durch Liquidität sorgt.
Kommen Sie in Ihre Erste-Filiale oder Sparkasse.

Pflege zuhause stärken!

Wahlfreiheit ermöglichen. Othmar Karas, Präsident des Hilfswerks Österreich, setzt sich für die Anliegen pflegebedürftiger Menschen und deren Angehöriger ein. Die Mehrzahl der Österreicher/innen wünscht sich ein Älterwerden in den eigenen vier Wänden – das ist nicht nur aus menschlicher, sondern auch aus volkswirtschaftlicher Sicht sinnvoll.

„Die aktuelle Diskussion rund um Pflegeheime und 24-Stunden-Betreuung in Medien und Politik lenkt von mindestens so entscheidenden Zukunftsfragen des österreichischen Pflegesystems ab“, sagt Othmar Karas, Präsident des Hilfswerks Österreich. „Bis zum Jahr 2050 wird sich die Zahl der Pflegegeldbezieher/innen von derzeit 455.000 auf 750.000 erhöhen. Für die Bewältigung dieser Aufgabe in der staatlichen Daseinsvorsorge werden wir gewiss Pflegeheime und 24-Stunden-Betreuung brauchen, doch diese beiden Angebote alleine werden bei weitem nicht reichen. Denn schließlich werden gegenwärtig 84 Prozent der pflegebedürftigen Österreicher/innen zu Hause gepflegt, entweder ausschließlich von Angehörigen oder mit Unterstützung von mobilen Diensten wie Hauskrankenpflege und Heimhilfe. Diese Tatsache spiegelt auch den nachvollziehbaren Wunsch der Menschen nach einem Älterwerden in den eigenen vier Wänden wider. Damit ist auch klar, wer die wesentlichen Stützen unseres Pflegesystems sind. Wir dürfen pflegenden Angehörigen nicht nur in Sonntagsreden unseren Dank erweisen, es braucht gezielte Entlastung und den effizienten Ausbau von Unterstützungsangeboten, wenn wir den Österreicherinnen und Österreichern auch künftig einen Lebensabend in Würde ermöglichen wollen.“

Angehörige unterstützen, mobile Dienste ausbauen

„Pflegende Angehörige schlagen sich mit bürokratischen Hürden herum, wenn es um die banalsten Dinge des Pflegealltags wie beispielsweise die Bestellung von Heilbehelfen geht. Auch bei wirksamen Entlastungsangeboten wie Kurzzeitpflege oder Tagesbetreuung sind wir noch weit davon entfernt, dass selbige in allen Regionen flächendeckend zur Verfügung stehen“, umreißt Karas einige Herausforderungen im Pflegebereich, und setzt fort: „Mehr Mut würde ich mir auch bei der Förderung neuer Wohnformen wünschen. Ganz oben auf der Prioritätenliste muss jedoch der Ausbau der mobilen Dienste stehen. Es ist ein Gebot der Menschlichkeit, den Österreicherinnen und Österreichern auch im Alter und im Falle von Pflegebedürftigkeit echte Wahlfreiheit in der persönlichen Lebensgestaltung zu ermöglichen. Ob die Wahl nun auf das Zuhausebleiben, die Unterstützung durch mobile Dienste, Tagesbetreuung, neue Wohnformen oder ein gutes Seniorenheim fällt: Pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige wissen selbst am besten, was sie brauchen. Aber die Politik muss auch entsprechende Angebote machen“, so Karas abschließend. <

Menschen mit Handicap im Mittelpunkt

Menschen mit Handicap ein barrierefreies Leben zu ermöglichen haben wir zu unserer Aufgabe gemacht. Für Rollstuhlfahrer und Menschen mit Gehbeeinträchtigung bedeuten Stufen meist ein unüberwindliches Hindernis. Wir bieten eine kostenlose und unverbindliche Produktvorführung und Beratung bei Ihnen vor Ort an.
Alle wichtigen Informationen finden Sie auch auf unserer Homepage unter **www.mobilitaetsservice.at**

Mobilitätsservice Rehatechnik Rammer GmbH
Zirking 19, A-4310 Mauthausen • 07238 / 29344 oder 0664 / 52 43 689 • office@mobilitaetsservice.at

www.atmnet.at

LIFTKAR® PT
ELEKTRISCHE TREPPENSTEIGER UND TREPPENRAUPEN

SANO makes life easier.
SANO Transportgeraete GmbH
4040 Lichtenberg / Linz, Austria,
Tel. +43 7239 / 510 10, office@sano.at
www.sano.at

DENKEN IN NEUEN DIMENSIONEN.

▶ BÜROIDEEN AUF 3.500m²

BIZ Korneuburg, Klein-Engersdorfer Str. 100, Tel +43-2262-725 05-0.

blaha® b.ü.r.o.möbel
WWW.BLAHA.CO.AT

paxnatura

Ruhe und Frieden in freier Natur.

Man sollte im Leben
ÜBER DAS LEBEN HINAUS
denken.

Nehmen Sie sich Zeit
für eine kostenlose Besichtigung und Beratung.

Begleiten Sie uns bei einer Flächenbesichtigung:
14. April, 05. Mai, 09. Juni - jeweils 13:00, Feihlerhöh/Purkersdorf *(Treffpunkt Waldeingang Rochusgasse)*

PAXNATURA.AT
Büro Purkersdorf: Tel. 02231-63131 oder Mail: purkersdorf@paxnatura.at

Entwicklung macht Schule

Syrien/Libanon. Vergangenheitsbewältigung und Ausbildung.

Seit dem Ausbruch des Bürgerkrieges im benachbarten Syrien hat der Libanon etwa 1,5 Millionen Flüchtlinge aufgenommen. In einem Land, nicht größer als Oberösterreich, leben insgesamt 5,6 Millionen Menschen – nahezu ein Viertel davon kommt aus Syrien. Die Strukturen des kleinen Landes sind – wie könnte es anders sein – völlig überlastet. Schul- und Ausbildungsplätze sind rar.

Zukunft für vom Krieg traumatisierte Jugendliche

Jamal (Foto rechts unten) konnte während des Krieges und auf der Flucht aus Syrien nicht zur Schule gehen. Er kämpft mit seinen schmerzlichen Erinnerungen und findet sich im Zufluchtsland Libanon kaum zurecht. Der Schuleinstieg wird erschwert durch seine vom Krieg bedingten Ausbildungslücken und durch ein teilweise fremdartiges Schulsystem. Ohne Unterstützung haben Kinder wie Jamal kaum Chancen auf eine geregelte Ausbildung. Hilfswerk International setzt mit seinen Bildungsprogrammen bei den Bedürfnissen der Flüchtlingsfamilien an. Durch Nachhilfeunterricht und Trainingsprogramme fördern wir eine zukunftsorientierte Ausbildung.

Empowerment for the future

Bisher konnten wir über 1.775 Kindern und Jugendlichen eine geregelte Schul- oder Berufsbildung ermöglichen. In unseren Kinderzentren in Sin el Fil und Jnah geben wir 400 Kindern Nachhilfeunterricht und stehen in engem Kontakt mit den Eltern, um sie für die Bedürfnisse der Kinder in dieser Ausnahmesituation zu stärken.

Ihre Spende sichert lebenswichtige Veränderungen

Aktuell leben 550.000 syrische Flüchtlingskinder und Jugendliche im Libanon. Viele von ihnen warten noch auf einen Schulplatz. <

Bitte helfen Sie mit!

40 Euro sind ein wertvoller Beitrag für die Ausbildung eines syrischen Flüchtlingskindes.

IHRE SPENDE IST STEUERLICH ABSETZBAR
Reg. Nr. SO1149

Spendenkonto
AT71 6000 0000 9000 1002
Kennwort „Kinder in Not“

Hilfswerk International
Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien
Tel. 01/40 57 500-111
office@hwa.or.at
www.hilfswerk.at/international

FARM WORLD

Schleich®

Entdecke jetzt die Schleich® Bauernhof-Welt
mit den neuen tollen Spielsets!

Erlebe die gesamte Bauernhof-Welt unter **www.schleich-s.com.**

Gesunde Haut dank **MoliCare Skin**

HARTMANN

Going further for health

- pH-hautneutrale, milde Reinigung
- langfristiger Schutz mit Nutriskin Protection Complex
- feuchtigkeitsspendende Pflege dank hochwertiger Inhaltsstoffe

Bitte senden Sie den Gutschein an:
PAUL HARTMANN Ges.m.b.H.,
IZ NÖ-Süd, Straße 3, Objekt 64,
2355 Wr. Neudorf
oder office@at.hartmann.info

Gratis Muster!

Vor- und Nachname: _____

_____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

☐ Ja, ich möchte ein gratis Muster-Set MoliCare Skin!

Hilfswerk auf Tour

Hilfswerk Family Tour. Information, Beratung und Unterhaltung. Neben der Kinderbetreuung und den Themen Spielen und Lernen bilden auch Älterwerden und Pflege, Finanzen sowie Vorsorge die Schwerpunkte der heurigen Jahresinitiative des Hilfswerks. Weitere Aktivitäten: Kinderspiele, Basteln, Kinderschminken, Gesundheits-Checks für Jung und Alt, Brille putzen und vieles mehr. Und: FIDI „lebendig“ und in Lebensgröße!

Das Hilfswerk setzt bei seiner Jahresinitiative auf starke Partner wie Erste Bank und Sparkassen sowie s Versicherung. Die Wiener Städtische unterstützt das Hilfswerk beim Fachschwerpunkt „Spielen. Lernen. Bilden.“.

Jetzt gratis bestellen

Besonders beliebt und vielfältig ist auch der kostenlose Hilfswerk Pflegekompass – eine Orientierungshilfe rund um Pflege und Betreuung. Bestellen Sie den Ratgeber unter Tel. 0800 800 820 (gebührenfrei) oder unter office@hilfswerk.at.

Die Stationen der Hilfswerk Family Tour bis Ende Juni

Di	24.4.	9.00–17.00 Uhr	OÖ	4020 Linz, Taubenmarkt
Mi	25.4.	7.00–13.00 Uhr	OÖ	4840 Vöcklabruck, Stadtplatz
Do	26.4.	7.00–12.00 Uhr	OÖ	4400 Steyr
Fr	27.4.	13.00–17.00 Uhr	OÖ	4050 Traun, Bauernmarkt
Sa	28.4.	8.00–12.00 Uhr	OÖ	4150 Rohrbach, Wochenmarkt am Stadtplatz
So	29.4.	13.00–19.00 Uhr	NÖ	2041 Wullersdorf, Familienwandertag
Di	1.5.	ganztags	NÖ	2380 Perchtoldsdorf, Indianerfest
Fr	4.5.	10.30–18.00 Uhr	KTN	9020 Klagenfurt a. W., Alter Platz
Di	8.5.	8.00–12.00 Uhr	OÖ	4100 Ottensheim, Apotheke
Mi	9.5.	8.00–12.00 Uhr	OÖ	5280 Braunau, Wochenmarkt am Stadtplatz
Mi	16.5.	8.00–12.00 Uhr	OÖ	4710 Grieskirchen, Kirchenplatz
Do	17.5.	8.00–12.00 Uhr	OÖ	4780 Schärding, Stadtplatz
Fr	18.5.	8.00–12.00 Uhr	OÖ	4070 Eferding, Parkplatz Einkaufszentrum
Fr	18.5.	ganztags	BGLD	7023 Zemendorf, Seniorenwandertag
Sa	19.5.	9.00–16.00 Uhr	SBG	5580 Tamsweg, Sauerfeld 84
Fr	25.5.	14.00–18.00 Uhr	OÖ	4550 Kremsmünster, Wochenmarkt
Di	29.5.	8.00–11.30 Uhr	OÖ	4910 Ried, Rathaus
Sa	2.6.	10.00–18.00 Uhr	NÖ	3270 Scheibbs, Stadtfest
Fr bis Fr	8.6. 15.6.	ganztags	NÖ	Stationen im Rahmen der Hilfswerk-Woche in ganz NÖ
Sa	16.6.	13.00–17.00 Uhr	NÖ	3283 St. Anton, Seniorenwandertag
So	17.6.	10.00–18.00 Uhr	NÖ	2170 Poysdorf, Kirtag
Sa	23.6.	ab 7.00 Uhr	OÖ	4600 Wels, Wochenmarkt
Sa	30.6.	ganztags	STMK	8774 Mautern, Marktfest

In der nächsten Ausgabe der „Hand in Hand“ (erscheint am 15. Juni) lesen Sie, wo die Hilfswerk Family Tour fortgesetzt wird. Detailprogramm: siehe auch **www.hilfswerk.at**

HILFSWERK

Wir sind für Sie da.

Das Wiener Hilfswerk ist ein soziales Dienstleistungsunternehmen, gemeinnützig, überparteilich, mildtätig und überkonfessionell. Unter dem Motto „Miteinander. Füreinander" bieten wir Menschen jene Unterstützung, die sie in ihren unterschiedlichen Lebenssituationen benötigen.

Wiener Hilfswerk – Zentrale Schottenfeldgasse 29/1, 1072 Wien, Tel.: 01/512 36 61-33, info@wiener.hilfswerk.at
Geschäftsführerin: **Dir.in Sabine Geringer, MSc, MBA** Geschäftsführerin-Stv.: **Dipl.-Ing. Evi Pohl-Iser, MA; Mag. Johann Seidl**

Kinderbetreuung
Abteilungsleitung: **Mag.a Brigitte Popprath**

- **Tagesmütter/-väter**
  Tel.: 01/512 36 61-29
  kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at
- **Kindergruppe FIDI**
  Tel.: 01/512 36 61-423
  kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at
- **Betriebliche Kinderbetreuung**
  Tel.: 01/512 36 61-29
  kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at

Hilfe und Pflege daheim
Abteilungsleitung:
Dipl.-Ing. Evi Pohl-Iser, MA
Pflegemanagement:
DGKP Esmir Kavazovic, MBA
Pflegedienstleitung:
DGKP Ljiljana Kovacevic, BSc

- **Hauskrankenpflege, Heimhilfe, Besuchsdienst**
  Tel.: 01/512 36 61-666
  hpd@wiener.hilfswerk.at
- **Kinderhauskrankenpflege**
  Tel.: 01/512 36 61-666
  hpd@wiener.hilfswerk.at
- **Notruftelefon – Sicherheit zu Hause**
  Tel.: 01/512 36 61-17
  notruftelefon@wiener.hilfswerk.at
- **Mobiles Palliativ-Team**
  Tel.: 01/512 36 61-665, 0664/825 96 75
  hospiz@wiener.hilfswerk.at
- **Tageszentren für Senioren/innen**
  TZS Leopoldstadt, Tel.: 01/212 04 89
  Leitung: **DGKP Karin Marek-Szedenik**
  tzs-02@wiener.hilfswerk.at
  TZS Währing, Tel.: 01/479 60 68
  Leitung: **DGKP Ina Löffler**
  tzs-18@wiener.hilfswerk.at
- **Senioren-Wohngemeinschaften mit mobiler Betreuung**
  Tel.: 01/512 36 61-422,
  swg@wiener.hilfswerk.at

Angebote für Menschen mit und ohne Behinderung

- **Spielothek – Treffpunkt für Kinder (0–12 Jahre) mit und ohne Behinderung und deren Familie**
  Tel.: 01/597 12 53
  Leitung: **Doris Kollerics, BA**
  spielothek@wiener.hilfswerk.at
- **Aktionsraum – Treffpunkt für Jugendliche mit und ohne Behinderung (12–18 Jahre)**
  Kontakt: **Mag.a Angelika Linder**
  Tel.: 01/597 12 53-33
  aktionsraum@wiener.hilfswerk.at
- **Club 21 – Treffpunkt für Erwachsene mit und ohne Behinderung (ab 18 Jahren)**
  Leitung: **DSA Monika Haider**
  Tel.: 01/310 50 20
  club21@wiener.hilfswerk.at
- **VAKÖ – Verband aller Körperbehinderten Österreichs; Club Sonnenstrahl**
  Kontakt: **Susanne David**
  Tel.: 01/512 36 61-460
  vakoe@wiener.hilfswerk.at

Wohnungslosenhilfe
Abteilungsleitung: **DSA Gernot Ecker**

- **Betreutes Wohnen – Übergangswohnungen für Frauen und Familien**
  Tel.: 01/512 36 61-700
  Leitung: **DSA Ingrid Rasl-Brandl, MA**
  bewo@wiener.hilfswerk.at
- **Wohnen mit Zukunft**
  Tel.: 01/743 22 10-21
  wozu@wiener.hilfswerk.at
- **Sozial betreute Wohnhäuser für Frauen und Paare, Tivoligasse**
  Tel.: 01/812 03 31
  Leitung: **DSA Sabine Strobl-Heinrich**
  sobewo12@wiener.hilfswerk.at
  für Frauen, Bürgerspitalgasse
  Tel.: 01/596 09 42
  Leitung: **Mag.a (FH) Katrin Milcic**
  sobewo06@wiener.hilfswerk.at
  für Frauen und Männer, Hausergasse
  Tel.: 01/602 08 17
  Leitung: **DSA Robert Haidowatz-Haberbusch**
  sobewo10@wiener.hilfswerk.at

Flüchtlingshilfe und Wohnintegration

- **Grundversorgung AWAT**
  Leitung: Mag. (FH) Christina Schilling
  fluechtlingshilfe@wiener.hilfswerk.at

Veranstaltungs- und Tagungszentrum SkyDome
Leitung: **Hannes Wagner**
Tel.: 01/512 36 61-418
office@skydome.at

Know-how, passende Räumlichkeiten, multiprofessionelles Personal, barrierefrei.

Hilfe für Benachteiligte

- **Sozialökonomischer Betrieb (SÖB) Arbeitsmarktpolitische Dienstleistungen**
  Leitung: **Mag.a Roswitha Kikowsky**

  SOMA – Sozialmarkt Neubau
  Marktleitung: **Peter Kohls, MA** (ab 3. April)
  Tel.: 01/522 44 21
  soma@wiener.hilfswerk.at

  Haus- und Heimservice
  Projektleitung: **MMag.a Gerit Rabitsch**
  Tel.: 01/512 36 61-25 oder 26
  heimservice@wiener.hilfswerk.at

  Sozialökonomischer Betrieb in Zusammenarbeit mit: AMS Arbeitsmarktservice Wien
- **SOMA – Sozialmarkt Ottakring**
  Marktleitung: **Peter Kohls, MA** (ab 3. April)
  Tel.: 01/492 15 93
  soma16@wiener.hilfswerk.at
- **Karitatives Projekt „Guat beinand"**
  Sachspenden für in Not geratene Personen
  Kontakt: **DSA Heidelinde Pelka**
  Tel.: 01/512 36 61-14

Fonds Soziales Wien | Stadt Wien — Gefördert vom Fonds Soziales Wien, aus Mitteln der Stadt Wien.

Fonds Soziales Wien | Stadt Wien — Anerkannte Einrichtung nach den Förderrichtlinien des Fonds Soziales Wien, gefördert aus Mitteln der Stadt Wien

www.wiener.hilfswerk.at
facebook.com/wiener.hilfswerk

Unsere zehn Nachbarschaftszentren

Lebendige Treffpunkte, wo Menschen einander treffen und miteinander plaudern. Sie sind Orte gegenseitiger Hilfe zwischen Menschen aller Generationen und jeder sozialen Schicht.

Hilfswerk-Nachbarschaftszentren
Abteilungsleitung: **Michael Eibensteiner, BA**

- **Nachbarschaftszentrum 2 – Leopoldstadt**
  1020 Wien, Vorgartenstraße 145–157
  Leitung: **Mag.ª Iris Heinrich**
  Tel.: 01/212 04 90, nz2@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 3 – Landstraße**
  1030 Wien, Barichgasse 8
  Leitung: **Mag.ª Jenny Reuter**
  Tel.: 01/713 82 49, nz3@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 6 – Mariahilf**
  1060 Wien, Bürgerspitalgasse 4–6
  Leitung: **Mag.ª Jutta Rentmeister**
  Tel.: 01/597 36 50, nz6@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 7 – Neubau**
  1072 Wien, Schottenfeldgasse 29
  Leitung: **DSA Heidelinde Pelka**
  Tel.: 01/512 36 61-440, nz7@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 8 – Josefstadt**
  1080 Wien, Florianigasse 24
  Leitung: **Dr.in Verena Kauer**
  Tel.: 01/402 68 75, nz8@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 12 – Meidling**
  1120 Wien, Am Schöpfwerk 31
  Leitung: **Mag.ª Marianne Rysavy**
  Tel.: 01/667 07 78, nz12@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftsz. 15 – Rudolfsheim-Fünfhaus**
  1150 Wien, Kardinal-Rauscher-Platz 4
  Leitung: **Mag.ª Elisabeth Kausek**
  Tel.: 01/985 38 30, nz15@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 16 – Ottakring**
  1160 Wien, Stöberplatz 2
  Leitung: **Mag.ª Verena Mayrhofer Iljić**
  Tel.: 01/485 81 17, nz16@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 17 – Hernals**
  1170 Wien, Hernalser Hauptstraße 53
  Leitung: **Mag.ª Eva Bertalan**
  Tel.: 01/403 94 33, nz17@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 22 – Donaustadt**
  1220 Wien, Rennbahnweg 27/Stg. 3/R1
  Leitung: **Mag.ª Sigrid Karpf**
  Tel.: 01/256 57 90, nz22@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at
www.facebook.com/NZ7.Neubau
www.facebook.com/NZ16.Ottakring
www.facebook.com/NZ17.Hernals

Selbsthilfegruppen

- **Nachbarschaftszentrum 2** Tel.: 01/212 04 90

Österreichische Patienteninitiative Reizdarm (ÖPRD)
Jeden Mittwoch, 16.00–18.00 Uhr
Journaldienst, Sitzungen, Clubabende
SHG Dystonie und Arbeit
4 x/Jahr, freitags 17.30 Uhr,
Kontaktperson: Fr. Weissenberger
Tel.: 0664/73 45 32 54
SHG ADAPT
1 x/Monat, Donnerstag, 18.30 Uhr,
Kontaktperson: Fr. Bruckner, Termine erfragen
Verein_adapt@yahoo.com
SHG Hirntumor
Informationen unter www.shghirntumor.at

- **Nachbarschaftszentrum 6** Tel.: 01/597 36 50

Anmeldungen jeweils unter Tel. 01/597 36 50
Gesprächsgruppe hochsensibler Personen
Jeden 1. Donnerstag, 18.30 Uhr
MegaStark SHG für Multiple-Sklerose-Betroffene
Jeden 3. Dienstag, 18.30 Uhr
SHG Bipolar
Jeden 2. und 4. Dienstag, 18.00 Uhr
SHG Lymphliga
Jeden 2. Mittwoch, 18.00 Uhr

- **Nachbarschaftszentrum 7** T.: 01/512 36 61-440

Multiple Sklerose
Jeweils Dienstag und Donnerstag
einmal im Monat, 15.00–18.00 Uhr.
Info im Zentrum.

- **Nachbarschaftszentrum 8** Tel.: 01/402 68 75

SHG Anonyme Alkoholiker
Jeden Donnerstag, ab 18.00 Uhr
SHG Angst und Panik
Jeden 1. Mittwoch im Monat, 17.00 Uhr,
jeden 3. Mittwoch im Monat, 17.30 Uhr
Anmeldung unter Tel.: 0664/129 22 48
SHG Essstörungen
Montag 18.30 Uhr; 14-täglich
Anmeldung unter Tel.: 0699/19 94 11 14
SHG „Trauernde Eltern Wien“
1. Montag im Monat, 18.30 Uhr
Lupus-Selbsthilfe
Anmeldung und Termine unter:
lupus.selbsthilfe@gmail.com

- **Nachbarschaftszentrum 12** Tel.: 01/667 07 78

SHG OA – Overeaters Anonymous (Unterstützung bei Genesung vom zwanghaften Essen)
Jeden Donnerstag, 19.00–20.30 Uhr
SHG Polyneuropathie
Jeden 1. Donnerstag im Monat, Tel. 0664/159 41 13
www.wiener-selbsthilfegruppe-polyneuropathie.at
Am Rand – Selbsthilfegruppe für Borderline-Betroffene
Jeden Mittwoch 18.00–20.00 Uhr,
jeden 1. Mittwoch für neue Teilnehmer/innen
amrandwien@gmail.com
www.facebook.com/amrandwien

- **Nachbarschaftszentrum 15** Tel.: 01/985 38 30

SHG Zitronenfalter für Sehbehinderung und Blindheit
14-täglich, Mittwoch 17.30 Uhr
Frauengesprächsrunde Brustgesundheit
Donnerstag 17.00–19.00 Uhr; 19.4., 17.5.,
21.6., weitere Termine im Zentrum erfragen
SHG „Bihappy“ – die Bipolaren
14-täglich, Mittwoch 18.30 Uhr
SHG AAS – Anonyme Arbeitssüchtige
Jeden Montag 18.15–19.15 Uhr
SHG Wohlfühlgruppe (Depression und Angst mit Freizeitaktivitäten/Handarbeiten)
Jeden Sonntag, 11.00–17.30 Uhr
SHG SAG7 (Sensibel.Anonym.Gemeinsam.)
jeden Dienstag 18.30 Uhr

- **Nachbarschaftszentrum 16** Tel.: 01/485 81 17

SHG NICA – Nichtrauchergruppe
Jeden Montag, 19.00 Uhr, Eingang Tür 2

- **Nachbarschaftszentrum 17** Tel.: 01/403 94 33

Multiple Sklerose – SHG Kunterbunt
Jeden 2. Mittwoch im Monat, ab 18.00 Uhr
(Info unter Tel.: 01/409 26 69)
SHG SIA-Überlebende von sexuellem Missbrauch in der Kindheit
Auskunft bei Christian 0699/11 03 32 70
oder Eva 0699/81 78 98 21

- **Nachbarschaftszentrum 22** Tel.: 01/256 57 90

SHG Anonyme Alkoholiker
Jeden Donnerstag, ab 17.00 Uhr
Beziehungswerkstatt-Gesprächsgruppe
Jeden 1. und 3. Mittwoch, 17.00–19.00 Uhr
SHG Polyneuropathie
Jeden 2. und 4. Montag im Monat,
9.30–10.30 Uhr, Termine Tel.: 0664/159 41 13
www.wiener-selbsthilfegruppe-polyneuropathie.at
SHG Rheumalis
Jeden 3. Freitag im Monat, 17.00 Uhr

- **Club Sonnenstrahl** Tel.: 01/512 36 61-460

SHG für Schädel-Hirn-Trauma
Termine unter Tel.: 0664/323 36 26
www.shg-sht.at
2. Sonntag, jeden geraden Monat, 15.00 Uhr

HILFSWERK

KASPERL-Termine

März bis Juni 2018
Tri-tra-trallalaaa ... der Kasperl, der ist wieder da!

- **Nachbarschaftszentrum 2:** Tel.: 01/212 04 90
  Fr., 23.3. | Fr., 27.4. | Fr., 25.5. | Fr., 22.6. | jeweils 9.45 und 15 Uhr
  Ab 2 Jahren, Dauer ca. 25 Minuten. Mit Anmeldung!
  UKB: 2 Euro/Kind für Gruppen, 3 Euro/Kind für Einzelbesucher/innen

- **Nachbarschaftszentrum 3:** Tel.: 01/713 82 49
  Mi., 11.4. | 10 und 15.30 Uhr
  UKB: 3 Euro, Anmeldung bis Freitag in der Vorwoche erforderlich!

- **Nachbarschaftszentrum 6:** Tel.: 01/597 36 50
  Kasperl für Kindergruppen: Di., 24.4. | Di., 26.6. | 9.30 und 10.30 Uhr
  UKB: 2 Euro. Mit Anmeldung!

- **Nachbarschaftszentrum 7:** Tel.: 01/512 36 61-440
  Di., 17.4. | Do., 19.4. | Di., 15.5. | Do., 17.5. | Di., 12.6. | Do., 14.6. |
  9.30 und 10.30 Uhr, UKB: 4 Euro/Kind. Mit Anmeldung!
  Kasperl & Kreativ: für Eltern mit Kleinkindern, anschließend basteln und Elterncafé. Anmeldung bis 2 Tage vorher erforderlich. UKB: 5 Euro.
  Do., 19.4. „Seppls Entführung" | Do., 17.5. „Der Maulwurf und die Maus" | Do., 14.6. „Kasperl und Gretel im Dschungel" | jeweils 15.30–17 Uhr

- **Nachbarschaftszentrum 8:** Tel.: 01/402 68 75
  Di., 20.3. | Di., 24.4. | Di., 22.5. | Di., 19.6. | jeweils 17 Uhr, UKB, Anmeldung!

- **Nachbarschaftszentrum 16:** Tel.: 01/485 81 17
  Di., 20.3. | Di., 24.4. | Di., 29.5. | Di., 26.6. | jeweils 10.30 Uhr,
  UKB 2 Euro pro Kind für Gruppen, 3 Euro für Einzelbesucher/innen

FLOHMARKT-Termine

März bis Juni 2018
Hausrat, Bücher, Spielsachen, Kleidung und noch mehr!

- **Nachbarschaftszentrum 2:** Tel.: 01/212 04 90
  Kindersachenflohmarkt: Fr., 9.3., 8.30–12.30 Uhr
  Tisch reservieren oder einfach nur stöbern und Schätze finden.
  UKB pro Tisch: 9–11 Euro (Anmeldung ab 9.2.)
  Flohmarkt von Nachbar/innen für Nachbar/innen:
  Fr., 8.6., 8.30–12.30 Uhr. Wenn die Wohnung schon aus allen Nähten platzt, einfach einen Tisch reservieren und Schätze verkaufen.
  UKB pro Tisch: 10–12 Euro (Anmeldung ab 8.5.)
  Bücher-Flohmarkt: Bücher für die Ferien!
  Mo., 25.6.–Fr., 29.6. zu den Öffnungszeiten

- **Nachbarschaftszentrum 3:** Tel.: 01/713 82 49
  Fr., 23.3. | Fr., 27.4. | Fr., 25.5. | Fr., 22.6. | jeweils 9–13.30 Uhr

- **Nachbarschaftszentrum 6:** Tel.: 01/597 36 50
  Flohmarktwoche: Mo., 19.3.–Fr., 23.3., während der Öffnungszeiten,
  Achtung: Montag erst ab 13 Uhr.

- **Nachbarschaftszentrum 7:** Tel.: 01/512 36 61-440
  Di., 6.3.–Do., 8.3. | Di., 20.3.–Do., 22.3. | Di., 10.4.–Do., 12.4. (mit Flohmarkt-Kilo-Verkauf) | Di., 24.4.–Do., 26.4. | Di., 15.5.–Do., 17.5. | Di., 29.5 + Mi., 30.5. | Di., 12. 6.–Do., 14.6. | Di., 26.6.–Do., 28.6. | jeweils 10–17 Uhr
  Floh-Café: Jeden Dienstag, am jeweils 1. Flohmarkttag der Woche, findet im Foyer des NZ 7 ein Flohmarktcafé statt: 6.3. | 20.3. | 10.4. | 24.4. | 15.5. | 29.5. | 12.6. | 26.6. | jeweils 9.30–14 Uhr
  Kidi's Flohmarkt: Sa., 21.4. | 9.30–14 Uhr. UKB 8 Euro pro Tisch.
  Rechtzeitig Tisch reservieren (Anmeldung ab 21.3.)

- **Nachbarschaftszentrum 8:** Tel.: 01/402 68 75
  Mi., 14.3., 9–17 Uhr | Do., 15.3., 9–14 Uhr | Mi., 18.4., 9–17 Uhr | Do., 19.4., 9–14 Uhr | Mi., 16.5., 9–17 Uhr | Do., 17.5., 9–14 Uhr | Mi., 13.6., 9–17 Uhr | Do., 14.6., 9–14 Uhr

- **Nachbarschaftszentrum 12:** Tel.: 01/667 07 78
  Fr., 6.4., 9–13 Uhr. Kleidung, Spielsachen, Geschirr, Taschen, Schuhe, Hausrat, Deko usw.

- **Nachbarschaftszentrum 15:** Tel.: 01/985 38 30
  Do, 3.5., 9–15 Uhr
  Gratis-Flohmarkt: Fr., 4.5., 9–11 Uhr

- **Nachbarschaftszentrum 16:** Tel.: 01/485 81 17
  Fr., 2.3. | Fr., 6.4. | Fr., 4.5. | Fr., 1.6. | jeweils 9–12 Uhr
  Gegen Voranmeldung und UKB von 3 Euro bekommen Sie einen Tisch zum Verkaufen eigener Sachen.

- **Nachbarschaftszentrum 17:** Tel.: 01/403 94 33
  Fr., 6.4. | Fr., 4.5. | Fr., 8.6. | jeweils 9–16 Uhr

- **Nachbarschaftszentrum 22:** Tel.: 01/256 57 90
  Mini-Flohmarkt: täglich während der Öffnungszeiten vor dem Nachbarschaftszentrum!

www.nachbarschaftszentren.at

Veranstaltungskalender

Eine kleine Auswahl aus dem Programm der Nachbarschaftszentren.
Weitere Infos unter www.nachbarschaftszentren.at sowie www.skydome.at

Nachbarschaftszentrum 2: Tel.: 01/212 04 90

Osterhasen-Backstube: Für kleine Osterhasen von 2–4 Jahren und ihre Eltern: Di., 27.3., 14.30–15.45 Uhr, mit Anmeldung. UKB 3,50 Euro
Auf an die Ostsee: Filmreise von Hamburg bis Usedom. Di, 10.4., 14–15.30 Uhr. Mit Anmeldung.
Märchenwerkstatt: Für Kinder von 2–4 Jahren und ihre Eltern: Di, 24.4., 14.30–15.30 Uhr. Egal ob groß oder klein, die magische Welt der Märchen und des Vorlesens bezaubert uns alle! Mit Anmeldung. UKB 2,50 Euro
Nachbarschaftstag: Fr., 25.5., 9.45–16 Uhr. Wir feiern den Wiener Tag der Nachbarschaft und laden alle Nachbar/innen auf einen bunten, abwechslungsreichen Tag ein! Infos im NZ.

Nachbarschaftszentrum 3: Tel.: 01/713 82 49

DIY – Deos & alles für die Mundhygiene: Mi., 4.4., 14.30–16 Uhr. Mit Anmeldung. UKB: 5 Euro
Raus ins Grüne: Do., 5.4., 9–ca.14 Uhr. Anmeldung bis 3.4. erbeten. Freie Spende. Genießen Sie die Frühlingsluft bei einem ausgedehnten Spaziergang an der Donau. Treffpunkt 9 Uhr im NZ.
Heilsames Singen: Sa., 7.4., 14–18 Uhr. Anmeldung erforderlich. Freie Spende.
Wanderung: Sa., 21.4., Treffpunkt: 9.45 Uhr, Liesinger Platz (Blumengeschäft), Anmeldung erforderlich. Von Kaltenleutgeben auf den Höllenstein und nach Perchtoldsdorf. Die Wanderung endet in Rodaun. Dauer: ca. 4,5 Stunden.

Nachbarschaftszentrum 6: Tel.: 01/597 36 50

Vortrag „Syrien“: Do., 8.3., 15.30–16.30 Uhr, Anmeldung erforderlich.
Frühlingsfest für Groß und Klein: Mi., 4.4., 15–16.30 Uhr (bei Schönwetter im Garten, ansonsten im NZ)
PC-Workshop für Erwachsene: „Internetnutzung“: Di., 17.4., 14.30–16 Uhr In Kooperation mit dem Qualitätszeit-Coachingwohnzimmer. (Der Workshop findet ebendort statt! 6., Gumpendorfer Straße 73/1). Um eine Spende von 5 Euro wird gebeten. Anmeldung im NZ erforderlich!
„Im Gedenken an meine Mutter“-Fotocollagen: Vernissage Martin Kocek, Fr., 18.5., 10–11.30 Uhr

Nachbarschaftszentrum 7: Tel.: 01/512 36 61-440

Reparatur-Café Neubau: Sa., 17.3. und 26.5., jeweils 10–15 Uhr „Gemeinsam reparieren statt einsam wegwerfen!“ Wir suchen: handwerklich geschickte Freiwillige im Bereich Elektro-Kleingeräte, Nähen u. v. m. Bitte bei uns melden! Wir bieten: Unterstützung bei kleineren Reparaturen tragbarer Gegenstände, z. B. elektrische Geräte, Textilien u. v. m. gegen einen UKB für Material.
Café Goldfisch: Jeden Freitag 15–17 Uhr. Das interkulturelle Café. Kaffee/Tee trinken – Vernetzen – Backgammon/Schach/Tischfußball spielen
Deutschkarussell: Lernen Sie spielend Deutsch: ein Tisch – ein Thema! Donnerstags, 1.3. | 5.4. | 19.4. | 3.5. | 17.5. | 7.6. | 21.6. | jeweils 17–19 Uhr. Anmeldung erbeten! Einstieg jederzeit möglich!
Smovey-Workshop: Do., 19.4., 15–17 Uhr, Smoveys werden kostenlos zur Verfügung gestellt.
Nachbarschaftstag: Fr., 25.5., Infos im Zentrum.

Nachbarschaftszentrum 8: Tel.: 01/402 68 75

Oster(hasen)werkstatt: für Kinder ab ca. 3 Jahre, Mi., 21.3., 15–17 Uhr. Anmeldung bis 16.3., UKB.
Mein kleiner Kräutergarten: für Kinder, Mi., 11.4., 15–17 Uhr, Anmeldung bis 5.4., UKB.
Niederösterreich-Quiz: Do., 22.3., 15 Uhr. Mit Anmeldung.
Spieletag für Jung und Alt: Gesellschafts-, Denk- und Aktivitätsspiele, Kinder- und Jugendspiele, Mi, 28.3. | 25.4. | jeweils 16.30–19 Uhr.
Vortrag „Honig – süß und gesund“: Fr., 20.4., 10 Uhr, Anmeldung, UKB.
Gemeinsames Singen: Lieder aus verschiedenen Nationen, Di, 10.4., 16.30–17.30 Uhr, Anmeldung. UKB.

Nachbarschaftszentrum 12: Tel.: 01/667 07 78

Osterkörbchen basteln und Eier suchen: Di., 27.3., 14–15.30 Uhr. Mit Anmeldung! UKB 2 Euro.
Wanderung: von Mödling bis Gumpoldskirchen (Beethovenweg zurück), Mi., 18.4. Mit Anmeldung. UKB: 2 Euro plus Fahrtkosten. TP: 9 Uhr im NZ.
Schlagernachmittag zum Zuhören und Mitsingen: Do., 19.4., 16.30–18.30 Uhr, deutsche Schlager, französische Chansons und italienische Lieder. Mit Anmeldung.
„Kultur einst und jetzt“ – Kulturcafé: Vortrag und Austausch. Fr., 20.4., 10.30 Uhr, Wiener Kaffeehauskultur – Kaffeehäuser und ihre Prominenz.
35-Jahr-Feier: Di., 7.6., 15–16.30 Uhr. Feiern Sie mit! Mit Anmeldung.
Schöpfwerkfest: Sa., 23.6. ab 15 Uhr. Buntes Straßenfest für Kinder und Erwachsene.

Nachbarschaftszentrum 15: Tel.: 01/985 38 30

Ausflug „Ostermarkt“: Di., 27.3.; Treffpunkt um 10 Uhr im NZ. Gemeinsamer Besuch des Ostermarkts „Schloss Schönbrunn“ mit anschließendem Picknick im Schlosspark. Bitte eine Jause mitnehmen. Mit Anmeldung.
Wanderung „Baden bei Wien“: Do., 19.4.; Treffpunkt um 10 Uhr im NZ; Hin- und Rückfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Mit Anmeldung.
Fit für den Kinderschuh: Ein Kurs für (werdende) Eltern und auch Großeltern, die die Welt ihrer Kinder noch besser verstehen wollen! In Kooperation mit FEM. Deutschsprachig: Di, 20.3. | 24.4. | 22.5. | 19.6. | jeweils von 16.30–18 Uhr. Information und Anmeldung im NZ oder Frauengesundheitszentrum FEM, Tel. 01/476 15 57 71.
Wiener Nachbarschaftstag: Fr., 25.5. Gestalten auch Sie diesen Tag mit! Nähere Informationen erhalten Sie im NZ 15.

Nachbarschaftszentrum 16: Tel.: 01/485 81 17

Frau im Zentrum: Jeden 2. Mittwoch im Monat 10–12 Uhr.
Frühlingsfest: Mi., 21.3., 14–16 Uhr. Austausch von Bräuchen rund um den Frühling.
Nachbarschaftstag: Fr., 25.5. Weitere Infos im NZ.

Nachbarschaftszentrum 17: Tel.: 01/403 94 33

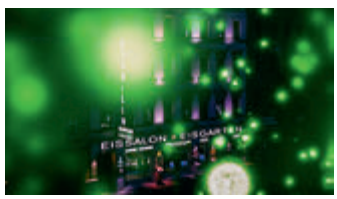
Osterhasen backen: Di., 27.3, 10–11.30 Uhr und 13.30–15 Uhr. Mit Anmeldung.
Osterjause: Di., 3.4., 15 Uhr. Mit Anmeldung.
Sonderverkauf – Knöpfe: Fr., 6.4., 10.30–16 Uhr. Im „zweit.hand“. Infos im Zentrum.
CV-Tag: Di., 17.4., 10–12 Uhr. Wir machen ein Foto von dir für deinen Lebenslauf und helfen, deine Daten in Form dafür zu bringen. Mit Anmeldung.
Workshop – „Jobs für Asylwerber“: Di., 17.4., 10–12 Uhr. Mit Anmeldung.
Armut & Arroganz – Fotoausstellung von Sermet San: Do., 26. 4., 15–17 Uhr. Mo., 28.5., 17–19 Uhr (Finissage)
Hoffest und Gehsteigparty am Nachbarschaftstag: Fr., 25.5., 10–16 Uhr Hoffest (mit Anmeldung), anschließend Gehsteigparty 16–18 Uhr.

Nachbarschaftszentrum 22: Tel.: 01/256 57 90

Frühlings-Café: Di., 20.3., 13 –14.30 Uhr. Feiern Sie mit uns gemeinsam den Frühlingsbeginn bei einer schmackhaften Jause mit Spiel & Spaß! UKB: 2 Euro. Anmeldung erforderlich.
Bärlauchwanderung: Mi., 21.3., 9 –14 Uhr. Beim Agnesbründl gibt es den besten Bärlauch! Wandern und sammeln Sie mit uns und verraten Sie uns Ihr Lieblingsrezept. Anmeldung erforderlich.
Blutdruckmessung: Di., 17.4., 13.30–14.30 Uhr, Kostenlose Blutdruckmessung und Beratung.
Ausflug ins Wien Museum: Mi., 25.4., 10–12 Uhr. Besuch der Ausstellung „Mit Haut und Haar“. (Eintritt mit Kulturpass frei/Erw. 10 Euro/7 Euro erm.) Anmeldung erforderlich.
Heiteres Gedächtnistraining: Di, 8.5. | 29.5., jeweils von 9.30–10.30 Uhr. Trainieren Sie spielerisch und lustvoll das Gehirn.
Walking & Talking: jeden Mi., 9–10 Uhr walken wir eine Stunde entlang der Alten Donau – mit oder ohne Stöcke (kostenlos). Nur mit Anmeldung.

other stories

Das Projekt „other stories“ ist eine Zusammenarbeit zwischen der Fotografin Andrea Zehetner und dem Hilfswerk-Nachbarschaftszentrum 17 – Hernals. Bei dem seit einem Jahr laufenden Projekt arbeitet Zehetner mit Flüchtlingen aus Afghanistan und anderen Ländern und bringt ihnen das Fotografieren bei. Ursprünglich als reiner analoger Workshop gedacht, arbeiten die Teilnehmer mittlerweile auch an digitaler Fotografie, mit selbstgebauten Lochkameras, probieren Studio-Porträtfotografie bis hin zur Landschafts- und Streetfotografie. Gemeinsam mit der Übersetzerin Fereshteh Kamaljoo, die mit Deutsch-Farsi-Dolmetsch unterstützt, begibt sich die Fotografin mit ihren Schützlingen ein bis zwei Mal monatlich auf Fotosafari. Die Idee hinter dem Projekt war es, Menschen mit Fluchthintergrund in einer neuen Stadt mit neuer Sprache und anderen Traditionen



ein Medium zu geben, das auf einer nonverbalen Ebene funktioniert. So können die Teilnehmer ihre eigene Geschichte erzählen, daher der Name „other stories“.

Fotoprojekt

Eventtipp: Vernissage zum Projekt „other stories“
Zeit: Donnerstag, 5. Juli 2018 um 19.00 Uhr
Ort: „ZIMMER“, Piaristengasse 8, 1080 Wien
Webtipp: www.instagram.com/storiesofothers

Ruhen im Wienerwald

In den Wäldern rund um die Stadt finden immer mehr Menschen Erholung und Ruhe, sie lassen Stress und Hektik des Alltags hinter sich. Warum also nicht dort, wo man sich bereits zu Lebzeiten gerne aufhält, einmal zur letzten Ruhe gebettet werden? Auf der Feihlerhöh in Purkersdorf ist dies seit einigen Jahren bei paxnatura möglich. Die Urne des Verstorbenen wird bei den Wurzeln eines Baumes beigesetzt. Jeder – unabhängig von Konfession und Wohnort – kann sich bereits zu Lebzeiten einen Baum im wunderschönen Wienerwald aussuchen. Damit werden die Angehörigen entlastet, denn die Grabpflege übernimmt die Natur, und im Gegensatz zu den städtischen Friedhöfen fallen auch keinerlei Verlängerungskosten für die Grabstelle an.
Bei den regelmäßigen Flächenbesichtigungen oder auf der „Lebenslust“ (Messe Wien) vom 4. –7. April 2018 kann man sich kostenlos und unverbindlich bei paxnatura informieren. Weitere Infos unter www.paxnatura.at

WISSENSBÖRSE

Regelmäßige Treffen mit Diskussion

Ort: Mehrzweckraum Smaragd des Wiener Hilfswerks, Schottenfeldgasse 29, Eingang 3, EG, 1070 Wien

Zeit: jeweils Montag 15.00–17.00 Uhr

Nächste Termine:

5.3. Stress von heute und damals
19.3. Erneuerung
9.4. Habe ich einmal einen Engel gespürt?
23.4. Ist Konfrontation nützlich?
7.5. „Mein Wille geschehe“
28.5. Maria Theresia
11.6. Wir haben nicht positiv, sondern ehrlich zu sein
25.6. Habe ich eine Philosophie für das Leben?

Kontakt: Nachbarschaftszentrum 7 – Neubau,
Tel: +43 1 512 36 61-440

Informationen: **www.wissensboerse.at**

Wir trauern †

Das Wiener Hilfswerk und das Nachbarschaftszentrum Neubau trauern um Valerie Rücker, die am 26. Dezember 2017 im 90. Lebensjahr verstorben ist. Valerie Rücker war nicht nur als Gründerin der Wissensbörse eine Brückenbauerin zwischen den Generationen. Mit ihrer unvergleichlich positiven und humorvollen Art schaffte sie es, Jung und Alt gleichermaßen zu begeistern. Danke für das Engagement und danke für viele wunderbare Begegnungen und Gespräche!

Promotion

WIENER STÄDTISCHE
VIENNA INSURANCE GROUP
MEHR ZUKUNFT
Demner, Merlicek & Bergmann
Mehr Leben, weniger Sorgen! Österreich kann rundum optimistisch in die Zukunft schauen.
Denn mit der Wiener Städtischen gibt es einen verlässlichen Partner für alle Lebenslagen.
IHRE SORGEN MÖCHTEN WIR HABEN

kratkys.net

Vermehrt Schönes!

Wir unterstützen auch das Hilfswerk Österreich.

ERSTE BANK

*Mehr*WERT Sponsoring