

GROSSE HILFE,  
GANZ NAH.



HILFSWERK

GESUNDHEITSBERATUNG FÜR ÄLTERE



# GESUNDHEITS- BERATUNG „JETZT“

für ältere Menschen

Gefördert aus Mitteln des Sozialministeriums

 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

**Wiener Hilfswerk**

**+43 1 512 36 61-3250**

# FORDERNDE ZEITEN FÜR ALLE

---

Durch die Pandemie und die notwendigen Eindämmungsmaßnahmen haben sich besonders ältere Menschen vor allem aufgrund ihres erhöhten Risikos zurückgezogen und sind von sozialer Isolation und Alterseinsamkeit betroffen. Auch regelmäßige Arztbesuche und Vorsorgeuntersuchungen wurden oft aufgeschoben.

Doch gerade jetzt sind Gesundheitsberatungen und vertrauenswürdige Gesundheitsinformationen sowie der Austausch über unterschiedliche Gesundheitsfragen wichtiger denn je, um Klarheit und ein Stück Sicherheit zu erhalten.

# WIR SIND FÜR SIE DA

---

Unsere Gesundheitsberatung „JETZT“ findet auch während der Pandemie und Lockdowns statt.

Sie erhalten kostenlos qualifizierte fachliche Beratung und individuelle Informations- und Orientierungshilfen zu Gesundheitsthemen von unseren Diplomierten Gesundheits- und Krankenpfleger/innen (DGKP).

Wir sind für Sie da: persönlich (soweit gesetzlich erlaubt), telefonisch oder via MS Teams (Internet-Videotelefonie).



## **Kontaktieren Sie uns**

Für weitere Informationen und zur  
Anmeldung wenden Sie sich bitte an:

### **Wiener Hilfswerk**

Nachbarschaftszentrum 3 – Landstraße

Barichgasse 8, 1030 Wien

T: +43 1 512 36 61-3250

[nz3@wiener.hilfswerk.at](mailto:nz3@wiener.hilfswerk.at)

[www.wiener.hilfswerk.at](http://www.wiener.hilfswerk.at)

# WAS WIR FÜR SIE TUN KÖNNEN

---

## **Gesundheitsberatung „JETZT“**

In Einzelgesprächen bieten unsere Diplomierten Gesundheits- und Krankenpfleger/innen:

- Informationen zur Gesundheitsförderung (Ernährung, Bewegung, Entspannung)
- Klärung von Gesundheitsfragen
- glaubwürdige Informationsquellen
- Erarbeitung von Lösungsansätzen für Problemstellungen bzw. individueller Strategien für Ihre Gesundheit und mehr Wohlbefinden – je nach persönlichen Ressourcen

## **Gesundheitstelefon**

Sie können sich jederzeit für wöchentliche Anrufe durch unsere Diplomierten Gesundheits- und Krankenpfleger/innen anmelden. So können Sie bei einem eventuellen weiteren Lockdown in regelmäßigem Kontakt bleiben und haben bei gesundheitlichen Fragen kompetente Ansprechpartner/innen.

## **Gesundheitsplausch**

Sie haben die Möglichkeit, mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen und sich zu verschiedenen Gesundheitsthemen auszutauschen. Unsere Mitarbeiter/innen moderieren und gestalten die Gesprächsrunden. Die Treffen werden an verschiedenen Orten in Wien angeboten. Zusätzlich wird es Möglichkeiten zu Telefon- und Videokonferenzschaltungen geben.

# STANDORTE UND TERMINE

---

Die Gesundheitsberatung „JETZT“ wird an folgenden Standorten der zehn Nachbarschaftszentren durchgeführt:

## **Nachbarschaftszentrum 3 – Landstraße**

Barichgasse 8, 1030 Wien

T: +43 1 512 36 61-3250, [nz3@wiener.hilfswerk.at](mailto:nz3@wiener.hilfswerk.at)

**Gesundheitsplausch:** Mi, 7.7., 4.8., 1.9., 6.10., 3.11., 1.12., 14.00-15.00 Uhr

## **Nachbarschaftszentrum 6 – Mariahilf**

Bürgerspitalgasse 4-6, 1060 Wien

T: +43 1 512 36 61-3300, [nz6@wiener.hilfswerk.at](mailto:nz6@wiener.hilfswerk.at)

**Gesundheitsplausch:** Do, 29.7., 12.8., 23.9., 28.10., 25.11., 23.12., 14.00-15.00 Uhr

## **Nachbarschaftszentrum 15 – Rudolfsheim-Fünfhaus**

Kardinal-Rauscher-Platz 4, 1150 Wien

T: +43 1 512 36 61-3500, [nz15@wiener.hilfswerk.at](mailto:nz15@wiener.hilfswerk.at)

**Gesundheitsplausch:** Di, 20.7., 28.9., 19.10., 30.11., 21.12., 10.00-11.00 Uhr;  
Di, 31.8., 14.00-15.00 Uhr

## **Nachbarschaftszentrum 16 – Ottakring**

Stöberplatz 2, 1160 Wien

T: +43 1 512 36 61-3550, [nz16@wiener.hilfswerk.at](mailto:nz16@wiener.hilfswerk.at)

**Gesundheitsplausch:** Do, 8.7., 9.9., 11.11., 11.00-12.00 Uhr

## **Nachbarschaftszentrum 17 – Hernalis**

Hernalser Hauptstraße 53, 1170 Wien

T: +43 1 512 36 61-3600, [nz17@wiener.hilfswerk.at](mailto:nz17@wiener.hilfswerk.at)

**Gesundheitsplausch:** Mo, 9.8., 11.10., 13.12., 11.00-12.00 Uhr

**Telefon. Gesundheitsplausch:** Mo, 26.7., 30.8., 27.9., 25.10., 22.11., 20.12., 13.00-13.30 Uhr

## Das Wiener Hilfswerk

Das Wiener Hilfswerk ist eine gemeinnützige soziale Organisation, die im Bereich der mobilen Sozialdienste, Kinderbetreuung, Wohnungslosen- und Flüchtlingshilfe tätig ist sowie Einrichtungen für Seniorinnen und Senioren und Menschen mit Behinderung, Nachbarschaftszentren und Sozialmärkte betreibt. Wir bieten Menschen jene Unterstützung, die sie in ihrer jeweiligen Lebenssituation benötigen.



## KONTAKT

### Wiener Hilfswerk Nachbarschaftszentrum 3

Barichgasse 8, 1030 Wien  
T: +43 1 512 36 61-3250  
nz3@wiener.hilfswerk.at

Ein Projekt in  
Kooperation mit den  
Nachbarschaftszentren

Nachbarschaftszentren  
gefördert von der



[www.wiener.hilfswerk.at](http://www.wiener.hilfswerk.at)

Impressum: Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien  
T: +43 1 512 36 61, E: kommunikation@wiener.hilfswerk.at  
UID: ATU 53113107, ZVR: 814134410, [www.wiener.hilfswerk.at](http://www.wiener.hilfswerk.at)  
Fotos: AdobeStock (zinkevych, Robert Kneschke), Wiener Hilfswerk/Daniel Nuderscher. Druck: Wien, derWiktorin 7/2021

