

# 16 NACHBARSCHAFTS ZENTRUM

Ottakring  
Quartalsprogramm 1/2012



HILFSWERK



## Liebe Besucherinnen und Besucher!

Das Team des Nachbarschaftszentrums steht für Fragen oder Beratung im sozialen, pädagogischen und gesundheitlichen Bereich gerne zur Verfügung:

**Mag.<sup>a</sup> Verena Mayrhofer Iljic**  
(Zentrumsleitung)

**DGKS Esther Fleck-Stückler**  
(Gesundheits-, Ernährungsberatung)

**Mag (FH) Kathrin Wildberger**  
(Sozialberatung)

**Mag. Ulrike Közl**  
(Pädagogin)

**DSA Dagmar Komers**  
(Sozialberatung)

**DSA Alexandra Steiner**  
(Sozialberatung)

## Jänner–März 2012

### Termine für Kinder

#### **Bewegung und Gesundheit im Nachbarschaftszentrum**

Das Nachbarschaftszentrum ist ein Treffpunkt für junge und ältere GrätzelbewohnerInnen. Dem entsprechend werden für unterschiedliche Zielgruppen Angebote gesetzt. Bewegung und Gesundheit stellen dabei wichtige Eckpunkte dar:

- **Bewegungsgruppe zur Osteoporosevorbeugung**  
jeden 2. Donnerstag im Monat  
10.00–11.00 Uhr
- **Heiteres Gedächtnistraining**  
jeden Donnerstag 9.15–10.00 Uhr
- **SeniorInnengruppe zum Plaudern, Basteln, mit Gedächtnisspielen**  
jeden Mittwoch 14.00–16.00 Uhr
- **Vegetarische Kochgruppe mit Gesundheitskrankenschwester.**  
jeden 2. Donnerstag im Monat  
10.00–11.00 Uhr
- **Minidisco und Bewegungsangebote für Kinder**  
Mittwochs, 14.00–16.00 Uhr

#### **Termine auf Seite 4**

Wir bitten um verbindliche Anmeldung für die Veranstaltungen im Zentrum!

#### **Adresse:**

Stöberplatz 2/3  
1160 Wien  
Tel.: 485 81 17, Fax: -18 DW  
e-mail: nz16@wiener.hilfswerk.at

#### **Öffnungszeiten**

Montag: 13.00–17.00 Uhr  
Dienstag–Freitag 9.00–12.00  
& 13.00–17.00 Uhr

# Angebote

Mo., Di.,  
Do., Fr.  
13.30–15.00

## Lernclub für VolksschülerInnen

Hausaufgabenbetreuung, Vorbereitung auf  
Schularbeiten + Zusatzangebote!!!

Mo., Di.,  
Do., Fr.  
15.15–16.45

## Lernclub für HauptschülerInnen

Lernen für Tests, Prüfungen, Schularbeiten.

Mittwoch  
14.00–16.00

## Veranstaltungen für Volksschulkinder

Wir feiern, basteln und spielen gemeinsam!  
Termine im Zentrum!

## Freiwillige Mithilfe in den Lernclubs

Seit der Gründung des Nachbarschaftszentrums  
unterstützen freiwillige MitarbeiterInnen unentgeltlich  
SchülerInnen beim Lernen. Das Wiener Hilfswerk  
bietet Schulungen und Weiterbildungen.

Mittwoch  
9.30–11.30

## Eltern-Kind-Runde

Wir begrüßen unsere kleinen BesucherInnen mit einem  
Lied, tasten auf unserer Taststraße, greifen und spielen  
im Bällebad...

Fingerspiele und sensomotorische Förderung sind  
Eckpunkte unserer Gruppe!

Es bleibt aber auch Zeit für freies Spielen, Austausch  
und Plausch für die Eltern!

Bei Schönwetter ist eine Hofnutzung möglich!

Mittwoch  
10.00–11.00

## Mütterfrühstück

Aktivgruppe für Frauen  
Wir plaudern, trinken Kaffee oder Tee,  
lernen voneinander!

Birlikte Türkçe okuyalım  
Bilgilendirme Nachbarschaftszentrumda  
Nerede: Nachbarschaftszentrumda  
Bedava! Hoşgeldiniz

Donnerstag  
16.00

## Nordic Walking

Sich gemeinsam bewegen macht mehr Freude!  
Selbstorganisierte Interessensgruppe, Teilnahme und  
Eintrag in die Interessensliste gratis!  
Treffpunkt im Nachbarschaftszentrum. Anmeldungen  
telefonisch bis spätestens Mittwoch 16.00 Uhr.



# Angebote

**Donnerstag**  
9.15–10.00

## Heiteres Gedächtnistraining

In geselliger Runde trainieren wir anhand verschiedener Spiele, Übungen und Rätsel unser Gedächtnis!

**Donnerstag**  
9.00

**Blutdruckmessen** durch die Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester (gratis) & nach Voranmeldung

**14tägig**  
**Donnerstag**  
10.00–13.00

## Vegetarisch Kochen

Termine : 12. 1., 26. 1., 23. 2., 8. 3., 22. 3.;  
Mit frischen vegetarischen Gerichten dem Körper etwas Gutes tun. Genießen Sie das gemeinsame Zubereiten unter fachlicher Anleitung und das gemeinschaftliche Essen! Unkostenbeitrag bis € 3,-. Anmeldung erforderlich!

**Mittwoch**  
13.30–15.30

## SeniorInnenrunde

Wir treffen einander bei Kaffee und Kuchen zum Plaudern, zum Gedächtnistraining, Basteln. Gemeinsam feiern wir auch gerne Feste.

**14tägig**  
**Donnerstag**  
10.00–11.00

## Bewegungsgruppe zur Osteoporose-Vorbeugung

Termine: 5. 1., 19. 1., 2. 2., 16. 2., 1. 3., 15. 3., 29. 3.  
Sitztänze und Koordinationsübungen für geistige und körperliche Beweglichkeit im Alter. Termine im Nachbarschaftszentrum! Unkostenbeitrag € 1,-.

## Deutsch lernen im Nachbarschaftszentrum

**Mittwoch**  
**und Freitag**  
9.00–10.00

## Frauen-Deutschkurs für Anfängerinnen

**Dienstag,**  
**Donnerstag,**  
9.00–10.00

**Übung: Lesen, sprechen und verstehen**  
AnfängerInnen mit Vorkenntnissen  
läuft das ganze Semester, Einstieg jederzeit möglich!

**Dienstag,**  
**Donnerstag**  
10.00–11.30

**Übung: Lesen, sprechen und verstehen**  
Vertiefung für leicht Fortgeschrittene  
läuft das ganze Semester, Einstieg jederzeit möglich!

**Dienstag,**  
**Freitag,**  
10.00–12.00

## Konversationsgruppe Deutsch

Fortgeschrittene  
läuft das ganze Semester, Einstieg jederzeit möglich!



# Termine

Fehlt im Nachbarschaftszentrum das passende Angebot für Sie, würden Sie gerne eine Gruppe organisieren, sich mit Ihrer Selbsthilfegruppe, mit Freunden, NachbarInnen zum Turnen, Plaudern, Basteln treffen, aber ein passender Ort fehlt?

Das Nachbarschaftszentrum kann Ihnen Raum und Infrastruktur zur Verfügung stellen.

## Computerkurs für Erwachsene (Grundlagen)

19. & 26. Jänner, 2., 9. & 16. Feber jeweils 10.00–12.00 Uhr. Anmeldungen im Zentrum!

## Internet-Kurs für Erwachsene

Do., 23. Feber, 1., 8., 22. & 29. März jeweils 10.00–12.00 Uhr

## Freizeitveranstaltungen für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren:

Wir bitten um verbindliche Anmeldung im Nachbarschaftszentrum!

Für einige der Veranstaltungen müssen wir kleine Unkostenbeiträge für Materialien einheben!

### Jänner

Mittwoch, 11.	14.00–15.00 Uhr	<b>Mini Disco</b>
Mittwoch, 18.	14.00–15.00 Uhr	<b>Märchenstunde</b>
Mittwoch, 25.	14.00–15.00 Uhr	<b>Motopädagogische Übungen: Bewegung mit Ulli</b>

### Februar

Mittwoch, 1.	14.00–16.00 Uhr	<b>Freundschaftsbänder knüpfen</b>
Freitag, 10.	10.00–13.00 Uhr	<b>Kinderflohmarkt</b>
Tische können gegen einen Unkostenbeitrag von € 3,- zur Verfügung gestellt werden. Anmeldung erforderlich!		
Mittwoch, 15.	14.00–16.00 Uhr	<b>Kinderfasching</b>
Mittwoch, 22.	14.00–16.00 Uhr	<b>Spielenachmittag</b>
Mittwoch, 29.	14.00–15.00 Uhr	<b>Minidisco (Schalttagsdisco!)</b>

### März

Mittwoch, 7.	14.00–16.00 Uhr	<b>Basteln</b>
Mittwoch, 14.	14.00–15.00 Uhr	<b>Motopädagogische Übungen: Bewegung mit Ulli</b>
Mittwoch, 21.	14.00–16.00 Uhr	<b>Hol dir den Frühling ins Haus: Zimmerbeete selber bepflanzen!</b>
Mittwoch, 28.	14.00–16.00 Uhr	<b>Osterbasteln</b>

## Flohmarkttermine:

Freitag, 13. 1., 3. 2. & 2. 3. jeweils 10.00–16.00 Uhr

## Kasperltermine:

Dienstag, 24. 1., 28. 2. & 27. 3. jeweils 10.30 Uhr


### Impressum:

FdV.: Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien, [www.hilfswerk.at](http://www.hilfswerk.at)

E-Mail: [nz16@wiener.hilfswerk.at](mailto:nz16@wiener.hilfswerk.at)

Grafik&Koordination: Alex Tissauer, [www.skydome.at](http://www.skydome.at); Änderungen vorbehalten.

Redaktion: Mag.<sup>a</sup> Verena Mayrhofer Iljic (Zentrumseitung)

 gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“  
des Österreichischen Umweltzeichens,  
Walling Erstellen Druckerei und Verlag GmbH, UW-Nr. 811

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



HILFSWERK