

Veranstaltungen

Montag

16. 1., 23. 1., 30.
1., 6. 2. & 13. 2.
14.00–16.00

Computerkurse mit E. Zwölfer

WINDOWS Grundlagen für AnfängerInnen *

Kursinhalt: Der Computer und seine Zusatzgeräte, Maus und Tastatur, Arbeiten mit dem Betriebssystem WINDOWS, WORD, Verwaltung von Dateien und Ordnern.

Montag

20. 2., 27. 2., 5.
3., 19. 3. & 26. 3.
14.00–16.00

WINDOWS Internet für AnfängerInnen *

Kursinhalt: (Voraussetzung: WINDOWS Grundlagen für AnfängerInnen) Wie steige ich im Internet ein und wie surfe ich? Elektronische Post (E-Mail), Sicherheit im Internet

Montag

2. 4., 16. 4., 23. 4.,
7. 5. & 14. 5
14.00–16.00

WINDOWS Fotobearbeitung am Computer leicht gemacht *

Kursinhalt: (Voraussetzung: WINDOWS Grundlagen für AnfängerInnen) Grundlagen und Technik der digitalen Fotografie, Bilder auf den Computer bringen, Bilder sortieren und umbenennen, Bearbeiten der Bilder (Rote Augen, Bildausschnitte, heller/dunkler etc.), selbst ausdrucken

Anmeldung unter 403 94 33, Unkostenbeitrag: freie Spende
Eigene Laptops sind willkommen!

16. 3.

9.30–19.30

Wissenstag

ein ganzer Tag mit kurzen Vorträgen zu spannenden Themen.
Einfach reinschnuppern, zuhören, diskutieren und Neues lernen!

Ein Auszug aus dem Programm:

- 10.30 Uhr *Fordere dich jeden Tag heraus – Übungen für Gehirn und Körper*
DGKS Esther Fleck-Stückler
- 13.30 Uhr *Balkon und Hofbegrünung –* DI Angela Salchegger
(Gebietsbetreuung 17)
- 14.30 Uhr *Alte Musik – der Swing vergangener Jahre*
Ernst Simanek (Leiter der Bibliothek Hormayrgasse)
- 15.00 Uhr *In die Sterne schauen – neue Planeten und Erkenntnisse –*
Dr. Doris Vickers
- 15.30 Uhr *Comics – die Welt in der alles möglich ist –*
Ernst Simanek (Leiter der Bibliothek Hormayrgasse)
- 16.00 Uhr *Glauben Sie niemals was in der Zeitung steht –*
wie Nachrichten zu Stande kommen – Alex Jirez (Wr. Bezirksblatt)
- 16.30 Uhr *Hilfe – Mein Kind trotz! Was kann ich tun –* Brita Guth (Psychologin)
- 17.00 Uhr *Architektur –* Beate Bartlmä (Architektin)
- 17.30 Uhr *Facebook Privacysettings –* Ing. Harald Eckmüller
(Socialmedia Experte)
- 18.30 Uhr *Ende der Religionsfreiheit –* Mag. Niko Alm (Unternehmer, Sprecher
der Initiative gegen Kriechenprivilegien, der Mann mit dem Nudelsieb)

* Für diese Veranstaltungen: Anmeldung notwendig unter Tel.: 403 94 33

In eigener Sache/SHG

Zivildienst

ist eine lohnende Aufgabe zum Nutzen der Gesellschaft.

Wenn Sie jemanden kennen, der den Zivildienst noch vor sich hat und noch nach einer Stelle Ausschau hält, wo er seine Zeit mit einer sinnvollen Arbeit verbringen kann, dann geben Sie bitte unsere Tel.:403 94 33 weiter. Wir würden uns über eine tatkräftige Unterstützung sehr freuen!

Lebensmittelsammlung

Auch in Hernalds gibt es Menschen, die nicht genug zu essen haben! Lebensmittelspenden (Nudeln, Reis, Salz) oder auch Waschmittel, Windeln, Dauerwaren, ... sind herzlich willkommen!

Die Spenden können zu unseren Öffnungszeiten abgegeben werden.

Bitte nur Haltbares, nichts Abgelaufenes oder Offenes!

Beratungen

Wir bieten kostenlos und anonym:

- Sozialberatung - DSA Alexandra Steiner
- Psychologische Beratung - Mag. Eva Bertalan, Mag. Isabella Lorenz
- Pädagogische Beratung - Mag. Iris Heinrich
- Beratung durch unsere dipl. Gesundheits- und Krankenschwester Esther Fleck-Stückler

Selbsthilfegruppen



IFAK - Interessensgemeinschaft für Anfallkranke

Auskunft unter 0664/125 47 88

Multiple Sklerose - SHG Kunterbunt

Auskunft unter Tel.: 409 26 69 - MS-Gesellschaft

Besuchen Sie unseren kleinen Laden!

zweit.hand am Hernalser Gürtel 43, 1170 Wien!

Jede Menge Lieblichkeiten und Schätze warten auf Sie!

facebook

Für aktuelle Informationen besuchen sie uns bitte unter:

<http://www.facebook.com/nachbar17>

(Sie brauchen dazu kein facebook-Profil!)

Impressum:

Fdiv.: Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien, www.hilfswerk.at

E-Mail: nz17@wiener.hilfswerk.at

Grafik&Koordination: Alex Tissauer, www.skydome.at; Änderungen vorbehalten.

Redaktion: Mag. Eva Bertalan (Zentrumsleitung)

– gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“
des Österreichischen Umweltzeichens,

Wollig Einsteiner Druckerei und Verlag GmbH, UW Nr 8111

www.nachbarschaftszentren.at



HILFSWERK

17 NACHBARSCHAFTS ZENTRUM

Hernalser
Quartalsprogramm 1/2012



HILFSWERK



von links nach rechts
DSA Alexandra Steiner, DGKS Esther Fleck-Stückler, Mag. Isabella Lorenz,
Mag. Iris Heinrich, Mag. Eva Bertalan

Liebe Nachbarinnen! Liebe Nachbarn!

Ein neues Jahr beginnt – mit guten Vorsätzen allein ist es nicht getan! Wir laden Euch ein, bei uns endlich mal mit mehr Bewegung zu beginnen, eine Sprache zu lernen oder etwas für Andere zu tun.

Wir freuen uns auf Euren Besuch!

Wer ein bisschen Zeit erübrigen kann für freiwillige Mitarbeit ist willkommen!

Hoffentlich bis bald
im Nachbarschaftszentrum!
Euer Team des NZ17

LesepatInnen gesucht!

Wer gerne freiwillig Kinder beim Lesen unterstützen möchte, setze sich bitte mit uns in Verbindung – Wir freuen uns über engagierte neue LesepatInnen!

Jänner–März 2012 Veranstaltungen

Flohmarkt

Fr., 13. 1., 3. 2. & 2. 3. von 9–16 Uhr

Café am Sonntag

jeweils 15.00–16.30 Uhr
am 15. 1. Winter-Café
am 19. 2. Faschingsjause
am 25. 3. Frühlingserwachen

Neujahrsbrunch

2. 1. 10.30 Uhr

Computerkurse:

WINDOWS Grundlagen für AnfängerInnen
WINDOWS Internet für AnfängerInnen
WINDOWS Fotobearbeitung am Computer
leicht gemacht
Termine ab Jänner

Ferienspiel Gesundheits-Detektive

6.2. und 8.2. 11.00–15.00 Uhr

Faschingsfeier 21. 2. 15.00 Uhr

Vorträge „Beziehung statt Erziehung“

17. 2., 2. 3., 23. 3. jeweils 17.00–20.00 Uhr

Wissenstag

– ein ganzer Tag mit kurzen
Vorträgen zu spannenden Themen
16. 3. 9.30–19.30 Uhr

Sanftes Yoga

24. 1./31. 1./7. 2./14. 2.
13.30–14.30 Uhr

Kinderwerkstatt

Fr., 24. 2 - 15.30 Uhr
Fr., 23. 3 - 14.30 Uhr

Adresse:

Hernalser Hauptstraße 53
1170 Wien
Tel.: 403 94 33, Fax: -18 DW
e-mail: nz17@wiener.hilfswerk.at

Öffnungszeiten

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

Gruppenangebote für Familien

Dienstag,
9.30–11.00

Singen & Spielen

für unsere Kleinsten und ihre Eltern
Unkostenbeitrag pro Termin € 2,-



Donnerstag,
9.30–11.00

Eltern-Kind-Runde

Wir laden Eltern und Kinder zum gemütlichen Treffen, Erfahrungsaustausch und gemeinsamen Spielen ein, freie Spende.

Freitag,
9.30–11.00

Entfaltungsraum

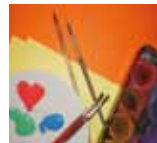
Für Kinder ab einem Jahr: ein Raum für vielfältige Erfahrungen mit Materialien, dem eigenen Körper und anderen Kindern.
Für die Eltern: Zeit zum Beobachten und Genießen. Spende € 2,-



Samstag,
21. 1., 18. 2.,
& 17. 3.
10.00–11.30

FARBraum

Malen und kreativ sein für 1,5 bis 3-Jährige & Eltern.
Spuren hinterlassen, inspirieren lassen, Freude bringen,
Kunstwerke betrachten ... Unkostenbeitrag € 2,50.



Fr., 20. 1., 10. 2
& 9. 3. - 15.30

Kasperltheater *

Krawuzi Kapuzi, der Kasperl kommt. Spende € 1,50 p.P.



Fr., 24. 2. 15.30
Fr., 23. 3. 14.30

Kinderwerkstatt für alle ab einem Jahr *

Unkostenbeitrag € 3,50.

- ▶ „Die Bremer Stadtmusikanten“ - Puppentheater
- ▶ Osterbasteleien

17. 2., 2. 3.,
23. 3. jeweils
17.00–20.00

Vorträge

„Beziehung statt Erziehung“
siehe Seite Veranstaltungen (Seite 4).

Kinder & Jugendliche

6. 2. und 8. 2.
11.00–15.00

Ferienspiel Gesundheits-Detektive

Wir gehen gemeinsam einkaufen, erforschen das Thema gute Ernährung und kochen & essen gemeinsam *



Mo., 16.30–18.00

Spielegruppe HauptschülerInnen

Mi., 15.00–16.30

Spielegruppe VolksschülerInnen

Gemeinsam Spaß haben und spielen!

Kinder & Jugendliche

Anmeldung für
SS 2012 ab
Anfang Februar

Volksschul- und Hauptschul-Lernclub

VolksschülerInnen: Mo.–Do. 13.30–15.00 Uhr

HauptschülerInnen: Mo.–Do. 15.00–16.30 Uhr

Unkostenbeitrag: € 30,- pro Tag/Semester, mit Anmeldung!

Erwachsene & SeniorInnen

Donnerstag
10.00–11.30

Deutsch-Konversationsrunde

Deutsch Konversationsrunde - Übungsgruppe für Interessierte, regelmäßige Teilnahme erwünscht! Freie Spende.

Montag
9.30–10.30

Bewegungsgruppe

Bleiben Sie auf sanfte Art in Form! Unkostenbeitrag € 1,-.

Montag
10.00–11.30

Kontaktcafé

Bei Kaffee und Gebäck gemütlich plaudern.

Mo., 10.30–12.00
Do., 15.00–16.00

Blutdruckmessen

Zusätzliche Termine für Messungen und Gesundheitsberatungen auf Anfrage.

Montag
13.30–14.30

Fit im Alter

Übungen im Sitzen für Körper und Geist, Unkostenbeitrag € 1,-.
Termine: 13. 2./20. 2./27. 2./5. 3.

Montag
15.00–16.30

Parlez-vous français?

Französisch-Konversationsrunde zum Auffrischen und Genießen. Unkostenbeitrag pro Termin € 0,70.

Montag
15.00–16.30

Kreativgruppe

Gemeinsam basteln in lustiger Runde macht einfach mehr Spaß. Kommen Sie doch vorbei!

Dienstag
13.30–14.30

Sanftes Yoga

Schnupperstunde mit Iris, freie Spende
Termine: 24. 1./31. 1./7. 2./14. 2.

Dienstag
15.00–16.30

Singgruppe

für alle Interessierten

Mittwoch
9.30–10.30

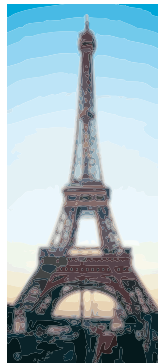
Bauch-Bein-Po Gymnastik

Gezielte Übungen mit Musik, Unkostenbeitrag € 1,-.

Mittwoch
13.30–14.45

Englischgruppe

Sie wollen Ihr Englisch aufpolieren? Dann kommen Sie doch vorbei zum Auffrischen und Üben - freie Spende.



* Für diese Veranstaltungen Anmeldung notwendig unter Tel.: 403 94 33

Erwachsene & SeniorInnen

Mittwoch
15.30–16.30

Heiteres Gedächtnistraining
Halten Sie Ihr Gedächtnis mit einfachen Übungen in Schwung!
Freie Spende!

Donnerstag
15.00–16.45

Nachmittags-Café
Gemütlich bei Kaffee plaudern!
Schauen Sie doch einfach mal vorbei. Freie Spende!

Veranstaltungen

jeweils
15.00–16.30

Café am Sonntag
eine gemütliche Runde trifft sich am Sonntag nachmittags –
jeden Monat gibt es ein anderes Thema

- ▶ 15. 1. Winter-Café
- ▶ 19. 2. Faschingsjause
- ▶ 25. 3. Frühlingserwachen



13. 1., 3. 2.
& 2. 3.
9.00–16.00

Flohmarkt
Wir laden zum Stöbern und Schatz suchen ein!
Günstiges für einen guten Zweck.

Mo., 2. 1.
10.30

Neujahrsbrunch
Gemeinsam starten wir ins neue Jahr!

Di., 31. 1.
15.30–16.30

Lesung
„Das Computerzuckerl“ von Bommy *

Di., 21. 2.
15.00

Faschingsfeier
„Thema 50er–60er Jahre“ - wir feiern und tanzen!
Kostüme sind erwünscht!



Fr., jeweils
17.00–20.00

Vorträge
„Beziehung statt Erziehung“

17. 2.
2. 3.
23. 3.

„**Selbstwert**“ - Wie kann ich mein Kind für die Zukunft stark machen?
„**Grenzen**“ - Wie kann ich Grenzen setzen, ohne mein Kind zu verletzen?
„**Autonomie**“ - Hilfe, mein Kind trotzt!

An den 3 Abenden werden grundlegende Werte im Zusammenleben mit Kindern vermittelt, die zu tragfähigen Beziehungen in der Familie beitragen können: Integrität, persönliche Verantwortung, Gleichwürdigkeit, Gemeinschaft etc. Es wird auch Platz für Austausch geben! Pro Person € 25,-/Abend. Anmeldung erforderlich unter guthbrita@gmx.at, 0650/2748248