

**Gestalte aktiv Deine Nachbarschaft!**

Gute Nachbarschaft geht uns alle an.

**Kontaktiere uns mit Deinen Ideen!**

T: 0664 618 93 94; E:  
nachbarschaftstreff11@wiener.hilfswerk.at

# Programm

## November 2018

für die **Bewohner\*innen** der **Wien-Süd Gebäude**

**Mautner Markhofgasse 58**, Stiege 1, Erdgeschoss

**Eltern | Kind | Runde** (auch für die ganz Kleinen)

**Donnerstag 08.11., 15.11. und 29.11., 16:00 – 17:30 Uhr**

Raum **Jugendtreff** – Bauteil Ost, Stiege 1

**Ohne Anmeldung**

### Nachbarschaftscafé für alle

**Donnerstag 08.11., 15.11. und 29.11., 18:00 – 19:30 Uhr**

**Gemeinschaftsraum 1** – Bauteil Ost, Stiege 1

**Ohne Anmeldung**

### Kreative Werkstatt für Kinder

**Donnerstag 22.11.2018 um 16:00 – 18:00 Uhr**

**Gemeinschaftsraum 1** – Bauteil Ost, Stiege 1  
Jede/r kann eigenes Material mitnehmen.

**Anmeldung** bei **Theresa Galanos:**

*nachbarschaftstreff11@wiener.hilfswerk.at*



## Initiativen der Hausgemeinschaft

### Babytreff

**Montag 19.11., 10:00 – 12:00 Uhr**  
Raum **Jugendtreff** – Bauteil Ost, Stiege 1

#### Ohne Anmeldung

Bei schönem Wetter **auf der Wiese** vor dem  
Gemeinschaftsraum1



### Indischer Kochkurs mit Vandana

**Freitag 16.11., 17:00 – 19:00 Uhr**

**Mietercafe** – Bauteil BT3, Stiege 3

Ein **indischer** Kochkurs mit Vandana Purohit:  
Es wird am Freitag **Chilli Paneer** und **Naan**  
gekocht. Gemeinsam können wir die Speisen  
zubereiten, essen und genießen!



Verbindliche **Anmeldung bis 14.11.** bei **Theresa Galanos:**  
[nachbarschaftstreff11@wiener.hilfswerk.at](mailto:nachbarschaftstreff11@wiener.hilfswerk.at)

Der Beitrag für die unterschiedlichen Zutaten ist **9 €** pro Person.  
**Max.** Teilnehmer\*innen Anzahl **10 – 12 Personen** und **min. 6**  
**Personen.**

### Tensegrales Yoga

über den Dächern von Wien mit Peter!

**NEU!**

**Dienstag 13.11. und 27.11.,**  
**18:30 – 19:45 Uhr**

**Gemeinschaftsraum 3** – Bauteil BT3, Stiege 4  
Stock DG (Eingang bei Café Nola)

Der Raum ist uneinsichtig und mit Bodenheizung.

Yoga kann bei Depression, Kopf-Nacken-Schulter-Knie-  
Rückenschmerzen, sowie Tinnitus helfen.

Jung und Alt sind herzlich willkommen!

Bei Fragen, Peter ist erreichbar unter der Tel.Nr.:0664 922 88 40

**Yoga Matte ist nicht vorhanden** – bitte eigene Matte mitnehmen.

