



Liebe Besucherinnen und Besucher!

Nach einem intensiven Frühjahr mit unserer tollen 35-Jahr-Feier und einem Sommer mit vielen Kinderveranstaltungen starten wir voller Elan in den Herbst:

Diesmal gibt es einige neue Veranstaltungen eigens für Kinder und auch die Möglichkeit in Absprache zum Deutschkurs am Montag die Kinder mitzubringen – eine Freiwillige von uns spielt mit den Kleinen ...

Natürlich gibt es wieder unsere bekannten Formate von Flohmarkt über Heiteres Gedächtnistraining zu diversen Sprachübungsgruppen, Nordic Walking, unsere Grätzel-Cafés, gemeinsames Singen oder die Schreibwerkstatt. Auch wird es wieder einen Workshop Gypsy-Dance für Frauen/Kinder geben, der auch als Cardiotraining für alle Fitnessniveaus geeignet ist und 2 Yogaangebote...

Besonders freuen wir uns auch wieder auf die geselligen Veranstaltungen und Feste im Jahreskreis und auf eine schöne gemeinsame Zeit mit Ihnen im Nachbarschaftszentrum.

Das Team des
Nachbarschaftszentrums 12 Meidling

Mag.^a Marianne Rysavy Zentrumsleitung

Mag.^a Julia Hauer Freiwilligenkoordination

DSA Claudia Jahn-Reinwald

Kinder- und Jugendbereich

Kathrin Nigg, BA Soziale Orientierungsberatung

DGKP Renate Wonisch-Wagner Gesundheitsbereich

Adresse: Am Schöpfwerk 31/3/im Hof
hinter der Apotheke, 1120 Wien

Nur 1 Gehminute von der

U-Bahn Station Am Schöpfwerk

Tel.: +43 1 667 07 78, Fax: -18 DW

E-Mail: nz12@wiener.hilfswerk.at

PROGRAMM

September–Dezember 2018

Das detaillierte Programm unter
www.nachbarschaftszentren.at

**Nur zwei U-Bahn Stationen
vom Bahnhof Meidling entfernt!
Barrierefrei erreichbar!**

Aktuelle Veranstaltungen

- Sprachübungsgruppen
 - Adventkranzbinden
 - Sing mit uns!
 - Yoga
 - Nikolojause
 - Gypsydance
 - Kinderaktivitäten
 - Lustige Lesung
 - Bewegung im Park
 - Grätzel-Café Meidling
 - Flohmärkte
 - Wanderungen
 - Spielevormittag für Erwachsene
 - Halloweenfest
 - Weihnachtsfeier
- und vieles mehr ...

**Mit ☀ gekennzeichnete Aktivitäten
sind auch für Menschen mit leichter
Demenz/ in Begleitung geeignet!**

Schließtage:

2.11., 14.+15.11.2018

Weihnachtsferien

von 22.12.2018 bis 6.1.2019

Öffnungszeiten:

Mo.: 10.00–12.30 & 13.00–17.00

Di.: 9.00–12.00 & 13.00–17.00

Mi.: 9.00–12.00 & 13.00–17.00

Do.: 12.00–17.00

Fr.: 9.00–14.00

Gruppen und Veranstaltungen für Kinder

Montag,
15.00–16.30
Auf Anfrage!

**Kinderbetreuung
während unserer Deutsch-Gruppe**
Mit Anmeldung!

Dienstag,
15.00–17.00
Mittwoch,
14.00–17.00

Lernclub
Freiwillige LernhelferInnen helfen VolksschülerInnen und MittelschülerInnen (1. und 2. Klasse) bei Hausaufgaben.
Nur mit Anmeldung möglich!
Anmeldung für das Schuljahr 2018/19 persönlich bei Claudia am 11.9. und am 12.9. ab 10.00 Uhr (bitte Wartezeit einplanen)

Sonntag

Arabisch für Kinder und Jugendliche
mit Muttersprache Arabisch – auf Anfrage.

Mittwoch,
31.10.
16.00–17.30

Halloweenfest
Großes, gruseliges Halloweenfest mit Kinderdisco, schaurigen Snacks und cooler Bastelstation. Verkleidung erwünscht. Mit Anmeldung bis 29.10., UKB: € 3,-.

Freitag, 16.11.
16.00–17.30

Kinderdisco (ca. 4–9 Jahre)
Mit Anmeldung bis 13.11., UKB: € 2,-.

Freitag,
23.11.
16.00–17.30

Die Schule der Astronauten (ca. 4–9 Jahre)
Ein Spiel für mutige und aktive ForscherInnen: eine Reise ins Weltall mit Spielen und Körperübungen zum Kennenlernen des Kosmos.
Mit Anmeldung bis 19.11., UKB: € 2,-

Do., 6.12.
15.00–16.30

Der Nikolo kommt!
Mit Anmeldung bis 28.11. UKB: € 3,-.

Freitag 14.12.
15.30–16.30

Märchenyoga für Kinder (5–10 Jahre)
Mit Anmeldung, UKB: € 1,-

Gruppen und regelmäßige Veranstaltungen für Erwachsene

Wir haben bald eine neue Mitarbeiterin für den Gesundheitsbereich - fragen Sie ab 24. September nach unseren aktuellen Angeboten im Bereich Bewegung, Ernährung und Gesundheit.



Grätzel-Café Meidling für SeniorInnen aus dem 12. und 23. Bezirk

Kommen Sie in gemütlichem Rahmen mit Gleichaltrigen zusammen. Bei Kaffee und Kuchen bieten die Grätzel-Cafés der Wiener Gesundheitsförderung die Gelegenheit, sich zu unterhalten, über Gesundheitsthemen auszutauschen und neue Freizeit- und Gesundheitsangebote in Wien kennenzulernen.

Mo., 10.9. 13.30–15.00 / Do., 20.9. 10.30–12.00

Do., 11.10. 10.30–12.00 / Mo., 22.10. 13.30–15.00

Mo., 5.11. 13.30–15.00 / Do., 22.11. 10.00–11.30

Mo., 3.12. 13.30–15.00 / Do., 13.12. 10.00–11.30

Montag,
9.00–10.00

SeniorenInnen Bewegungsrunde

UKB: € 2,-. Mit Anmeldung.

Montag,
10.30–12.00

Basic English

Es werden Wörter, einfache Sätze und Zeitformen mittels Konversationen gelernt. UKB: € 1,-.
Einstieg jederzeit möglich.

Montag,
10.30–12.00

Spielecafé für Erwachsene

Termine: 3.9., 10.9., 01.10., 12.11., 10.12.

Vom Kartenspiel bis zum Brettspiel kann in geselliger Runde bei Kaffee gemeinsam gespielt werden.

Montag,
15.00–16.30

Hablamos español Start: 3.9.

Spanische Konversation mit native speaker

Haben Sie Spanischkenntnisse? Grundkenntnisse? Dann kommen Sie zu uns. Mit Anmeldung. UKB € 1,-.

Montag,
15.00–16.30

Deutsch-Gruppe für AnfängerInnen Start: 3.9.

Ab 10.9.2018 ist auf Anfrage gleichzeitige

Kinderbetreuung möglich!

Wir üben einfache Konversation und verbessern die Deutsch-Grundkenntnisse

Dienstag,
10.30–12.00

Heiteres Gedächtnistraining Start: 4.9.

Spielend Gedächtnis und Geist trainieren! Leichte Übungen und Spiele die helfen, geistig fit zu bleiben.
UKB: € 1,-.

 **Special:**
Dienstag,
25.9.
10.00–11.30!

Heiteres Gedächtnistraining mit lustigen Singspielen wie ...auf der Mauer, auf der Lauer, Ein Hut der hat 3 Ecken... Auch für Menschen mit Demenz geeignet. UKB: € 1,-.

Mittwoch,
9.00–10.30

Nordic Walking Start: 19.9.

Stockverleih möglich. Treffpunkt vor dem NZ12.
UKB € 1,-. Bitte kontaktieren Sie uns bei Interesse!



 EUROPÄISCHE MOBILITÄTSWOCHE
16. bis 22. SEPTEMBER

Mittwoch,
10.00–11.30

Brush up your English Start: 19.9.

Für Fortgeschrittene – Schwerpunkte: Texte lesen, Grammatikübungen, Hörverständnis. Mit Anmeldung. UKB: € 2,-.

Donnerstag,
14.00–15.30

Deutsch-Gruppe für Fortgeschrittene

Gemeinsam werden Alltagssituationen geübt und das Sprechen in der deutschen Sprache gefördert. Mit Anmeldung! UKB: € 1,-.

Donnerstag,
14.00–16.00

English Conversation Start :13.9. für mäßig Fortgeschrittene

Verbesserung von Wortschatz für Alltag und Reisen. Mit Anmeldung. UKB: € 1,-.

Donnerstag
16.00–17.30

Bella Italia! Italienisch-Gruppe Start: 27.9.

Für leicht Fortgeschrittene: auf Italienisch plaudern, etwas Grammatik üben, den Wortschatz erweitern und Lieder verstehen! UKB: € 1,-. Mit Anmeldung.

 Freitag,
10.30–12.00

Freitagscafé

Gemütliche Kaffeerunde zum Plaudern und Kennenlernen. (findet am 21.09., 5.10., 9.11. und 7.12. wegen unserer Flohmärkte nicht statt)

Freitag,
10.30–12.00

„Kultur einst und jetzt“

Einmal im Monat wird das Freitagscafé zum Kulturcafé
Vortrag und Austausch zu:

14.9.

► **Wiener Heurigenkultur**

Geschichte des Heurigen seit Maria Theresia

19.10.

► **Otto Wagner, der Gestalter Wiens**

Zum 100. Todestag des berühmten österreichischen Architekten

16.11.

► **100 Jahre Republik Österreich**

Die Gründung der Republik nach dem 1. Weltkrieg

21.12.

► **Unsere Weihnachtskrippen**

Die Vielfalt der Krippenbaukunst in Österreich

Freitag,
12.30–13.45

Schreibwerkstatt

Termine: 28.9., 12.10., 23.11., 14.12.

Für Menschen, die Freude am Schreiben und Lesen von spannender Literatur haben. Mit Anmeldung, UKB: € 1,-.

Freitag,
9.00–13.00


Flohmarkt

Termine: 21.9.!, 5.10., 9.11., 7.12.

Kleidung, Spielsachen, Geschirr, Taschen, Schuhe, Hausrat, Deko usw. Wir wünschen viel Spaß beim Stöbern und Schätze ergattern!



Veranstaltungen für Erwachsene

 Montag,
24.9.
15.30–17.00

Lustige Lesung mit Plauderei

humorvolle Texte von Torberg, Kästner, Roth. Im Anschluss tauschen wir uns bei Kaffee und Kuchen darüber aus. Auch für Angehörige mit Demenz. Mit Anmeldung

Mittwoch,
19.9.
16.00–17.30

Workshop Gypsydance für Frauen, Mädchen und Kinder

Beschwingter Tanz im orientalischen Stil - mit einfachen Bewegungen. Für Anfängerinnen und Fortgeschrittene, mit Anmeldung, UKB: € 4,- / € 2,- für Kinder.

Montag,
8.10.
14.00–16.30

Gemütliches Treffen im Park

Miep Gies-Park, 1120 Wien, U-Bahn Station Tschertegasse
Einfache Übungen zur Beweglichkeit im Motorikpark und Entspannung bei einer gemeinsamen Jause; Gemeinsame Anfahrt möglich: Treffpunkt 13.45 beim NZ12.

 Dienstag,
18.9.

Wir wandern wieder

Burg Kreuzenstein: Station Leobendorf – Aufstieg – durch Auen zurück nach Korneuburg

- ▶ **Burg Liechtenstein:** von Mödling – Schwarzer Turm – Othmarkirche – Burg – Seegrotte – Meiereiwiese – Mödling
- ▶ **Wiener Stadtwanderweg 2:** Hermannskogel – Sievering – Häuserl am Stoan - Cobenzl

Mit Anmeldung. UKB: € 2,- plus Fahrtkosten.

Treffpunkt 9.00 Uhr im Zentrum, Ende ca. 16.00!

Mittwoch,
17.10
Dienstag,
13.11.

Workshop Gypsydance für Frauen


beschwingter Tanz im orientalischen Stil – einfaches Cardiotraining! Für Anfängerinnen und Fortgeschrittene. Mit Anmeldung, UKB: € 2,- /Termin.

Mittwoch,
10. & 17.10.
9.00–10.00

Freitag,
12. & 19.10.
10.30–12.00

Sanftes Yoga für Frauen

Gesunde Bewegungen aus dem Hatha-Yoga für alle Niveaus. Umziehmöglichkeit vorhanden, mit Anmeldung, UKB: € 2,-./Termin.

 Fr., 19.10.
9.30–10.30
Di., 27.11.
17.30–18.30

Sing mit uns!

Einfache Volks- oder Wienerlieder zum Mitsingen oder Zuhören.

Adventkranzstecken

Do., 29.11. 13.30–15.00
Lernen Sie eine heimische Tradition und machen Sie sich selbst Ihren eigenen wunderschönen Adventkranz. Mit Anmeldung bis 23.11., UKB: € 10,-.

Weihnachtsfeier

Do., 20.12. 14.30–16.00
Feiern Sie mit uns ein traditionelles, besinnliches Fest mit Gedichten, Geschichten, Liedern und einer Adventjause. Mit Anmeldung bis 18.12.

Vorankündigung:

Neujahrsbrunch
Di., 8.1.2019 10.00–11.30
Unser alljährlicher gemeinsamer Start ins neue Zentrumsjahr. Mit Anmeldung bis 22.12.



EUROPÄISCHEMOBILITÄTSWOCHE
16-22 SEPTEMBER

EUROPÄISCHEMOBILITÄTSWOCHE
16-22 SEPTEMBER

Selbsthilfegruppen



Am Rand – Selbsthilfegruppe für Borderline-Betroffene

für gemeinsamen Erfahrungsaustausch. Gruppentreffen jeden Mittwoch, 18.00–20.00
Jeden ersten Mittwoch im Monat öffnet sich die Gruppe für neue TeilnehmerInnen.
Kontakt unter amrandwien@gmail.com bzw. www.facebook.com/amrandwien

Selbsthilfegruppe OA-Overeaters Anonymous

12-Schritte Selbsthilfegruppe für Essstörungen jeder Art.
Keine Mitgliedsbeiträge – Keine Wiegetage – Keine Diäten – Keine Anmeldung.
Jeden Donnerstag 19.00–20.30.

Österreichische Selbsthilfe Polyneuropathie

Information zur Krankheit für Betroffene, Angehörige und Interessierte; **jeden 1. Donnerstag im Monat 10.00–11.30 (Pause in den Schulferien)** Anfragen auch gerne bei
Herrn Leiter Tel.: 0664/404 54 88 (www.selbsthilfe-polyneuropathie.at)

Unser Beratungsangebote für Sie! *Terminvereinbarung notwendig!*

- ▶ **Soziale Orientierungsberatung** für Personen wohnhaft im 12./13./23. Bezirk
- ▶ **Gesundheitsberatung, Pädagogische Beratung**
- ▶ **Computer-, Internet- und Smartphoneberatung** für EinsteigerInnen, UKB € 1,–.

Raumvermietung

Für Feste, Veranstaltungen, Seminare oder Workshops können unsere Räume (gesamt 60m²) an Abenden (bis 20.00 Uhr) und am Wochenende (9.00–20.00) für Veranstaltungen mit bis zu 40 Personen gemietet werden. Bitte wenden Sie sich an Mag. Marianne Rysavy für nähere Informationen: Tel.: +43 1 667 07 78 DW 13

Freiwilliges Engagement macht Spaß

Wollen Sie sich bei uns im Zentrum ehrenamtlich engagieren?

Derzeit suchen wir Personen,

- ▶ **die gerne immobile Personen für Plauderei oder gemeinsames Spielen besuchen**
- ▶ **die uns bei der Aktualisierung unserer Webpage unterstützen**
- ▶ **bei unseren monatlichen Flohmärkten beim Wegräumen der schweren Kisten helfen**
- ▶ **SpringerInnen, die am Empfang aushelfen**
- ▶ **Verkaufsprofis fürs Internet, die uns helfen, Ausgefallenes an Interessierte zu bringen.**

Oder haben Sie noch andere Ideen sich in der Nachbarschaft aktiv einzubringen?

Melden Sie sich bei uns, falls Sie sich freiwillig engagieren wollen!

Liebe InteressentInnen, im Rahmen der EU-Datenschutz-Grundverordnung versichern wir Ihnen, dass das Wiener Hilfswerk – wie auch bisher – verantwortungsvoll mit Ihren Daten umgeht. Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten finden Sie auf unserer Website unter

www.hilfswerk.at/wien/datenschutz. Das Wiener Hilfswerk verwendet Ihre Daten ausschließlich für den Versand von Informationen über die Arbeit des Wiener Hilfswerks. Sie haben das Recht auf Auskunft, Berichtigung und Löschung Ihrer Daten sowie auf Einschränkung der Verarbeitung. Wenn Sie keine Informationen des Wiener Hilfswerks mehr erhalten wollen, senden Sie bitte einen Brief an das Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien oder eine E-Mail an datenschutz@wiener.hilfswerk.at mit dem Betreff „Abmeldung NZ-Programm“.

Mit besten Grüßen, Ihr Wiener Hilfswerk-Team

Impressum: Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien
UID-Nr.: ATU 53113107, ZVR-Zahl: 814134410
Redaktion: Mag. Marianne Rysavy, E-Mail: nz12@wiener.hilfswerk.at
Fotos: Wiener Hilfswerk, Cover: Wiener Hilfswerk/D. Nuderscher
Änderungen vorbehalten.

www.wiener.hilfswerk.at

